

„Konnte nicht aufhören zu weinen“

„Ich muss akzeptieren, dass ich an meine Grenzen gestoßen bin.“ Die Schauspielerin und Influencerin Isabell Horn sagte diesen ehrlichen Satz in einem Interview mit RTL. Horn wurde durch die Seife „Gute Zeiten, Bad Zeiten“ (GZSZ) bekannt. In ihrem Instagram-Profil und in einem Interview beschreibt sie ihre Depression und den Ausweg. „Ich lag nur im Bett“, beschreibt die Mutter von zwei Kindern die Symptome. Es wurde nichts mehr getan, selbst der Weg zur Toilette war überwältigend. „An manchen Tagen konnte ich dem Weinen nicht entkommen“, schrieb sie in einem Beitrag auf Instagram. Ihr Freund war hilflos, sagt sie in einem



News

„Ich muss akzeptieren, dass ich an meine Grenzen gestoßen bin.“ Die Schauspielerin und Influencerin Isabell Horn sagte diesen ehrlichen Satz in einem Interview mit RTL. Horn wurde durch die Seife „Gute Zeiten, Bad Zeiten“ (GZSZ) bekannt. In

ihrem Instagram-Profil und in einem Interview beschreibt sie ihre Depression – und den Ausweg.

„Ich lag nur im Bett“, beschreibt die Mutter von zwei Kindern die Symptome. Es wurde nichts mehr getan, selbst der Weg zur Toilette war überwältigend. „An manchen Tagen konnte ich dem Weinen nicht entkommen“, schrieb sie in einem Beitrag auf Instagram. Ihr Freund war hilflos, sagt sie in einem Interview.

„Depression? Ich?!“

Ihre Eltern erkannten dann, was zu tun war: Professionelle Hilfe wurde jetzt benötigt. Horn ist seit einigen Wochen in Therapie. „Ich wäre fast von meinem Stuhl gefallen, als der Therapeut mir die Diagnose gab. Depression? Mich?!“, schreibt der 37-Jährige auf Instagram. Ihre Geisteskrankheit ist eine reaktive Depression, die als Reaktion auf ein stressiges Ereignis auftreten kann. Zu Beginn des Jahres machte Horn auch eine dreiwöchige Pause von ihren Social-Media-Auftritten.

Die Schauspielerinnen gibt jetzt Tipps für andere, die sich derzeit in Corona-Zeiten vom Alltag überwältigt fühlen. „Es hat mir geholfen zu akzeptieren, dass ich nur ein Mensch bin.“ Es half auch, Hilfe anzunehmen und klare Strukturen im Alltag zu schaffen.

Inspiziert vom LVZ Newsticker -> Zum kompletten Artikel

Details

Besuchen Sie uns auf: [n-ag.de](https://www.n-ag.de)