

Justin Bieber gesteht: „Ich bin kaputt!“ - Ein Aufruf zur Hilfe!

Justin Bieber spricht offen über seine psychischen Probleme und betont, dass nur Jesus ihm helfen könne, gesund zu werden.



Nachrichten AG

Ort, Land - Justin Bieber sorgt erneut für Aufsehen auf Instagram, wo er in einem bewegenden Post seine innere Zerbrochenheit offenbart. Der Sänger gesteht, dass er „kaputt“ ist und mit tiefgreifenden Problemen zu kämpfen hat. In seinem Beitrag erklärt er, dass er sein ganzes Leben lang versucht hat, an sich zu arbeiten, doch die ständige Selbstreflexion fühle sich erschöpfend an. Diese Offenheit ist nicht das erste Mal, dass die Fans sich um den Popstar sorgen, denn in der Vergangenheit hat Bieber mit wirren Instagram-Posts Besorgnis ausgelöst. **oe24 berichtet**, dass Bieber seine Anhänger zugleich kritisiert: Er bittet sie, sich zu fragen, ob es ihm gut geht, und betont, dass nur Jesus ihm helfen könne, gesund zu werden.

Die ehrlichen Worte von Bieber sind Teil eines größeren Trends, dass öffentliche Figuren über ihre psychische Gesundheit sprechen. Immer mehr Prominente setzen sich dafür ein, das Stigma, das psychischen Erkrankungen anhaftet, abzubauen. Der Artikel von **GQ** stellt 15 Promi-Männer vor, die sich öffentlich zu ihren Depressionen bekannt haben. Sie möchten damit zu einer Enttabuisierung psychischer Erkrankungen beitragen, da diese die Lebensqualität und Entscheidungsfindung erheblich beeinflussen können.

Die Relevanz psychischer Gesundheit

Psychische Gesundheit wird von der WHO als Zustand des Wohlbefindens definiert, der es einer Person ermöglicht, ihre Fähigkeiten auszuschöpfen. Belastende Gedanken, Emotionen und Verhaltensweisen kennzeichnen psychische Störungen, die von Depressionen über Angststörungen bis hin zu bipolaren Störungen reichen können. Der Bericht des Robert-Koch-Instituts aus dem Jahr 2021 zeigt alarmierende Zahlen auf: Mehr als jeder siebte Erwachsene hat mindestens einmal im Leben die Kriterien für eine Depression erfüllt. Zudem haben 7,1 % der Bevölkerung innerhalb eines Jahres depressive Symptome erlebt.

Der Kampagne, über mentale Gesundheit zu sprechen, schlossen sich auch Sportler wie Naomi Osaka an. **Vogue** berichtet, dass die Tennisspielerin während der French Open 2021 keine Presseterminale wahrnahm, um ihre psychische Gesundheit zu schützen. Nach ihrem ersten gewonnenen Match zog sie sich zurück und räumte in einem Instagram-Beitrag mit ihrer eigenen Nervosität und einem jahrelangen Kampf gegen Depressionen auf. Osaka, die sich als introvertiert beschreibt, entschuldigte sich bei Journalisten, die sie möglicherweise verletzt hat, und kündigte an, eine Auszeit vom Tennis zu nehmen, um an der Verbesserung für Spieler, Presse und Fans zu arbeiten.

Die Sichtbarkeit solcher Geschichten von Prominenten kann dazu beitragen, das Bewusstsein für die Herausforderungen der

psychischen Gesundheit zu schärfen. Das Bild, das sie zeichnen, ist nicht nur vielfältig, sondern bietet auch Hoffnung für viele, die ähnliche Kämpfe durchleben.

Details	
Ort	Ort, Land
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.oe24.at• www.vogue.de• www.gq-magazin.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at