



Katholische Kirche
im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR
Wallrafplatz 7
50667 Köln
Tel. 0221 / 91 29 781
Fax 0221 / 27 84 74 06
www.kirche-im-wdr.de
E-Mail: info@katholisches-rundfunkreferat.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in 1Live | 24.05.2023 floatend Uhr | Rosália Rodrigues

Depressionen

Mein Cousin hat Depressionen. Erst habe ich gedacht: Was ist denn bitte mit dem los? Ständig diese Erschöpfung und das völlige Fehlen von Freude und Interesse an dem, was auf der Welt passiert.

Alles ist schwer und alles ist anstrengend, selbst schöne Sachen. Lange Zeit hab ich meinen Cousin als langweiligen, trügen vielleicht sogar faulen Typen abgestempelt. Bis ich von seiner Diagnose erfahren habe!

Ich war ganz schön über mich selbst erschrocken, wie oft das wohl passiert, dass ich Menschen total falsch einschätze!?

Er war ein paar Wochen in einer Klinik zur Medikamenteneinstellung und seit einiger Zeit verabreden wir uns zum Walk to Talk und es ist herrlich diese Transformation mitzuerleben! Von unserer kleinen Runde sind wir mittlerweile bei einer 6 km Runde angekommen.

Unsere Gespräche drehen sich jetzt nicht nur um den dreckigen und tristen Alltag; wir reden auch über Zufriedenheit und Zukunftspläne. Auf einmal steckt er voller Tatkraft und Frohsinn! Herrlich! Die Kombination aus Therapie, Medikamente, Bewegung und gaaaanz viel Reden haben meinen Cousin wieder zurück ins Leben geholt.

Rosália Rodrigues, Münster