5 نجوم يتحدثون عن مشاكلهم النفسية

يكافح الجميع في بعض الأحيان مع الاكتئاب، ولكن بعض نجوم هوليوود وجدوا شجاعة كافية لفتح قلبهم وبدء الحديث عن القلق ومشاكلهم النفسية، لتصبح قصصهم مصدر إلهام للملايين. قصص بالتأكيد ألهمت الأشخاص الذين يعانون بصمت ويخافون من الكلام.

لذلك، نقدم لكم 5 نجوم يتحدثون عن مشاكلهم النفسية وكيف تغلبوا على مشاكلهم المختلفة :

1- معركة دواين جونسون مع الاكتئاب

أعلن واحد من أعلى النجوم أجرًا أنه كان مدمرا، مكتئبا وبكى باستمرار. كل هذا حدث بسبب ظروف عديدة. حاولت والدته الانتحار وبعد مرور عدة أشهر تم طردهما من منزلهما.

بعد سنوات، أصيب دواين جونسون بالعديد من الجروح وفقد حلمه بأن يصبح لاعب كرة قدم محترف. لكن الرابطة الكندية لكرة القدم التي كان لديه عقد معها تسمح له بالرحيل. في وقت بسيط، انفصلت حبيبته عنه. إكتئاب خطير سيطر عليه. أما اليوم يمكن أن يقول أن النجم هو وأمه أصبحا بوضع جيد.

2- ضيّع جيم كارّي نفسه لبعض الوقت بالإكتئاب

كان هناك الكثير من الأحاديث والأخبار حول جيم كاري وسلوكه، عبر وسائل الإعلام، لكن يوجد سبب يدعو إلى "الإكتئاب العميق" لدى النجم. حدثت أشياء سيئة عديدة في حياة جيم كاري الشخصية والمهنية، بالإضافة الى ان انتحار حبيبته السابقة بعد انفصالهما ترك بصمة سيئة ضخمة في روحه، لكن النجم استجمع قوة كافية للتمكن من التعامل مع حالته العقلية.

في المقابلة، أكد: "لا يوجد لديك تجربة اكتئاب"، وادعى أنه ليس مهووس بعد الآن بحياته المهنية. وتابع: "ما يحدث هو جيد حقًا، ولكن هناك بعض الأمور السيئة الموجودة".

3- فتح ريان رينولدز قلبة وتقبل مرض القلق

عندما تنظر لهذا الممثل الشاب الوسيم والجذاب، ربما تعتقد أنه قوي، ودائمًا، حيوي ومضحك. أعلنت صحيفة نيويورك تايمز عن أسرار النجم ريان رينولدز الذي أكد أنه عانى لفترة طويلة من الغثيان والخوف وذلك قبل البرامج الحوارية وخوفًا من الموت. قال: "لديّ قلق ، كنت أشعر بالقلق دائمًا". أوضح رينولدز أيضًا أن أوائل فترة العشرينات من سنه كان لديه تشويش وضياع. خلال هذا الوقت كان يسهر كثيراً ويحاول "الاختفاء بطريقة ما". القلق والمخاوف بما يتعلق بمستقبله كان يطارده وبدأ العلاج الذاتي. فقط بعد وفاة صديق له بجرعة زائدة من التوقف عن الحفلات.

اليوم، تزوج ريان رينولدز من ممثلة شهيرة أيضًا ولديهما طفلان.

4- جيمس فرانكو يعترف بإدمانه ومرض الاكتئاب

شارك جيمس فرانكو في محادثة مع الكاتب ادموند وايت وأكد إن لديه شخصية مدمنة للغاية. في سن صغير، كان لديه بعض الإدمان، هذه هي الفترة الزمنية التي بدأ فيها جيمس فرانكو التمثيل. بعد مرور 10 سنوات، وجد نفسه مكتئبا للغاية ومحطم.

في المقابلة نفسها، قال الممثل أن هوايات جديدة ظهرت في حياته. "لقد بدأت فصل جديد من حياتي. لقد كنت مدمنًا على العمل ومدمنًا على أشياء أخرى – لكن ليس مواد ، لقد تجاوزت ذلك منذ فترة طويلة – لكنني قمت مؤخرا بتغيير حياتي، وهذا جزء من علاجي. ساعد النجم الفن والرياضة دائمًا في التغلب على الأوقات العصيبة.

5- جوني ديب يتحدث عن الاكتئاب والإدمان على الكحول والصراعات المالية

كان لمقابلة جوني ديب مع الإعلامي رولينج ستون ضجة كبيرة لدى عدد كبير من القراء. كانت صادقة وعاطفية وجريئة واعترف النجم، "كنت أعيش في صراع ضخم." كانت فترة لم يتمكن من تحمل الألم بعد الآن. انفصاله عن حبيبته آمر هارد والخلافات المالية الكبيرة مع مدير أعماله السابق أثرت عليه بقوة.

خلال هذه الفترة بدأ الكتابة في دفتر اليوميات، مما ساعده كثيرًا.

حاول معرفة ما يمكن أن يفعله من أجل التغلب على كل الألم العاطفي.

لدى جوني ديب الكثير من الأمور ليخبر الجمهو بها، لكن النقطة الأهم هي أنه يوافق على أنه يوجد خطأ ما، وأنه حاول إصلاحه.