



Referentinstatement zum 21. Europäischen Depressionstag – 6. Oktober 2024

## **Musik hat nicht mein Leben gerettet, aber die Menschen und das Verständnis mit dem sie uns verbindet**

**Anna Lisa Shirin Haeder**

Sängerin, Studentin

*Hamburg, 26. September 2024* – Zum 21. Europäischen Depressionstag am 6. Oktober 2024 steht das Motto „Jugend in der psychischen Krise“ im Mittelpunkt. Psychische Erkrankungen, insbesondere Depressionen, betreffen immer mehr junge Menschen und erfordern eine tiefgreifende gesellschaftliche Auseinandersetzung. Die junge Sängerin Anna Lisa Shirin Haeder, die von der Hamburger Künstlerhilfe e. V. unterstützt wird, weiß aus eigener Erfahrung, wie schwer es ist, als junge Künstlerin mit einer Depression zu kämpfen. Auf einer Pressekonferenz am 26. September 2024 im Vorfeld des Europäischen Depressionstages gab Haeder ein persönliches Statement: „Musik hat nicht mein Leben gerettet, aber die Menschen und das Verständnis mit dem sie uns verbindet.“

Die junge Sängerin spricht offen darüber, dass Musik in ihrem Leben eine wichtige Rolle spielt, aber es vor allem die Unterstützung ihrer Mitmenschen ist, die ihr den Weg durch dunkle Zeiten gezeigt hat. Als junge Künstlerin, die mit psychischen Herausforderungen zu kämpfen hatte, ist es ihr ein Anliegen, die Aufmerksamkeit auf die Wichtigkeit von Gemeinschaft, Verständnis und Hilfsangeboten zu lenken. Und sie möchte anderen Betroffenen – vor allem jungen Menschen – mit ihrer Offenheit Mut machen. „Viele junge Menschen fühlen sich in einer Depression isoliert und unverstanden“, erklärt Haeder. „Was uns wirklich hilft, sind Menschen, die uns zuhören, uns ernst nehmen und uns unterstützen, ohne zu werten. Genau das bietet mir die Künstlerhilfe und ich wünsche mir, dass mehr junge Künstler diese Art von Unterstützung erfahren dürfen.“

Die Künstlerhilfe, ein Verein zur Förderung psychisch erkrankter Künstler, hat sich seit der Gründung im Jahr 2016 zur Aufgabe gemacht, Betroffenen nicht nur finanziell, sondern auch emotional und psychologisch zur Seite zu stehen. Gerade in der künstlerischen Szene, in der Emotionen und Kreativität eine zentrale Rolle spielen, sind Depressionen besonders belastend. Junge Menschen, die sich oft noch auf dem Weg der Selbstfindung befinden und gleichzeitig mit den Anforderungen der Kunstwelt konfrontiert sind, sind hier besonders gefährdet.

Mit der Veröffentlichung ihrer „Vita“ an dieser Stelle zeigt Haeder (Anni) ganz offen ihren persönlichen Weg:

„Anna Lisa Shirin Haeder, ist nordisch by nature und wird von ihren Lieben eigentlich nur noch Anni genannt. Wenn sie am Wochenende nicht mit ihrer Rockröhre die Clubs füllt, studiert sie Dual Kommunikation und PR.

Ihre "Indo-Fränggischen" Wurzeln machten sich früh bemerkbar in ihrer Liebe zu Tanz, Gesang, Kulinarik und Kultur. Bereits als Dreijährige zog es Anni in die Hallen der Ballettschule. Frei nach dem Motto: "Komm ich da ins Fernsehen? Dann will ich."

Doch hinter dem großen Traum von der Bühne waren schon in der frühen Kindheit Kämpfe mit dem inneren Kritiker an der Tagesordnung und einem Gefühl, nie gut genug zu sein. Es fehlte nie an Freunden und sozialen Kontakten, aber immer an einer Sicherheit von innen, an Vertrauen und sich fallen zu lassen.

Voll verstecktem Witz, doch voller deplatziertes Schüchternheit und Zweifel, sagte eine Grundschul-Freundin einst.

Hätte man klein Anni erzählt, dass sie nicht zu wenig ist, sondern ihr ADHS, den natürlichen Dopamin-Haushalt schon seit Kindestagen bestimmt, hätte sie vielleicht eine versöhnlichere Pubertät gehabt, vielleicht auch nicht.

Denn neben der Tendenz zu mentalen Veränderungen und Störungen des Gehirnflusses, malt das Leben oft in seinem ganz eigenen "Narbenspiel" an uns. Die Diagnose AD(H)S kam mit 23 der erste depressions-indizierte Klinikaufenthalt mit 20.

Mit 19/20 kam Anni aber auch eben in den musikalischen Kontakt mit Andreas Schmidt aka „Tante Woo“ und erhielt so auch die erste Unterstützung durch die Künstlerhilfe. Sowohl Andreas Schmidt als auch Stefan Hossfeld ermutigten Anni, die Angst und die Manien nicht mehr zu bekämpfen, sondern ihnen mit Humor und Liebe einen Raum zu geben, wo Platz herrscht und Verständnis. Denn ähnlich wie ein Kind, das immer als letztes gewählt wird, werden auch Emotionen laut, wenn sie ihre Stimme nicht bekommen.“

Der Europäische Depressionstag ist ein wichtiger Anlass, um über die Gefahren von Depressionen bei jungen Menschen aufzuklären und Hilfsangebote sichtbarer zu machen. Durch persönliche Lebensgeschichten wie die von Anna Lisa Shirin Haeder (Anni) soll die Öffentlichkeit sensibilisiert und das Thema enttabuisiert werden.

### **Kontakt Anna Lisa Shirin Haeder über**

Künstlerhilfe e. V. | Verein zur Förderung psychisch kranker Künstler

Stefan Hossfeld, 2. Vorsitzender

Bremer Reihe 17, 20099 Hamburg, Tel + (49) 160 813 86 19

E-Mail: [info@kuenstlerhilfe-ev.de](mailto:info@kuenstlerhilfe-ev.de), Internet: <http://s963651464.online.de/index.html>