



Kisah Emosional Saheefa Jabbar Mengenai Perjuangannya Melawan Depresi

Description

Saheefa Jabbar Khattak: Aktor Televisi dan Model Berbakat dari Pakistan

Saheefa Jabbar Khattak dikenal sebagai seorang aktor televisi dan model berbakat asal Pakistan yang telah tampil dalam banyak drama hit Pakistan. Selain itu, ia juga merupakan seorang model yang sukses yang mengendorse berbagai merek pakaian ternama. Saheefa Jabbar telah bekerja dengan desainer mode Pakistan yang fenomenal. Ia dikenal dengan reel modeling Bollywood-nya yang menarik.

Pengalaman Depresi Saheefa Jabbar Khattak

Saheefa Jabbar adalah lulusan LUMS dan sering mengungkapkan tentang depresi yang dialaminya sejak tahun 2013. Dia baru-baru ini muncul di podcast Ahmed Ali Butt di mana dia membuka diri tentang depresinya. Saheefa pernah mengatakan, "Saya menderita depresi sejak 2013, namun, saya tidak menyadari bahwa itu adalah depresi, saya hanya berpikir bahwa saya merespons situasi yang tidak sesuai dengan keinginan saya."

Pengalaman Depresi Saheefa Jabbar Khattak

Saheefa Jabbar Khattak juga menyinggung tentang terapis yang pernah kasar padanya dan hanya peduli dengan janji lainnya, waktu, dan uang. Dia menyatakan bahwa seorang terapis seharusnya peduli terhadap kesehatan pasien. Saheefa juga mengungkapkan bahwa meskipun memiliki dukungan luar biasa dari suami dan saudara laki-lakinya, kecemasan dan depresinya tetap sulit diatasi.

Pengalaman Depresi Saheefa Jabbar Khattak

Saheefa Jabbar Khattak berbicara tentang saat-saat sulitnya dengan depresi selama penerbangan ke Kanada, "Saya memberi tahu situasi saya kepada awak pesawat karena saya sudah minum tiga puluh pil, saya tahu saya akan mengalami serangan panik yang parah."

Kesimpulan

Saheefa Jabbar Khattak telah berbicara secara terbuka tentang pengalamannya dengan depresi yang mengharukan. Video-video di mana dia berbagi pengalaman tersebut memberikan wawasan yang berharga tentang perjuangan mental dan juga mengajarkan pentingnya kesadaran akan kesehatan mental.

Ringkasan

Saheefa Jabbar adalah seorang aktris dan model televisi Pakistan yang telah tampil dalam berbagai drama Pakistan yang sukses. Dia juga telah menjadi model yang sukses yang mendukung beberapa merek pakaian high-end. Saheefa Jabbar telah bekerja dengan desainer busana Pakistan yang fenomenal. Dia dikenal dengan reel modeling Bollywood yang menarik juga. Saheefa Jabbar lulus dari LUMS. Dia cukup vokal mengenai depresi karena dia telah menderita depresi kronis sejak 2013. Apakah Anda pernah melihat drama atau acara televisi yang dibintangi oleh Saheefa Jabbar? Apa pendapat Anda tentang pentingnya kesadaran mengenai kesehatan mental? Bagikan pendapat dan pengalaman Anda di kolom komentar di bawah ini!

Sumber berita silahkan Cek di sini [Source link](#) . jangan lupa baca berita/artikel terkait melalui link di bawah. dan silahkan cek tools kehamilan terbaru dari homp.my.id yaitu tools [kalkulator kehamilan](#)

default watermark