

Unsere Peers für Jugendliche stellen sich vor

Alice



Ich über mich

Beide meiner Eltern leiden unter einer psychischen Erkrankung (manisch-depressiv) und zwischendrin bin ich aufgewachsen. Als Konsequenz wurde auch ich in diesem Umfeld krank, wovon ich jedoch sagen kann, dass ich diese Erkrankung bekämpft und besiegt habe. Heute arbeite ich als KV-Lernende in einem Büro und kann meine Erfahrungen als Unterstützung für andere anwenden.

Mich mit anderen zu unterhalten, hat mir geholfen und so will ich auch anderen helfen. Denn auch kleine Dinge können grosse Sachen bewirken.

Valy



Ich über mich

Ich bin als Einzelkind einer alleinerziehenden Mutter mit gesundheitlichen und psychischen Problemen aufgewachsen. Als Kind lebte ich öfters bei einer Tagesmutter oder pendelte zwischen Verwandten hin und her, wenn meine Mutter in der Klinik oder im Spital war. Ich machte mir sehr grosse Sorgen um meine Mutter und hatte das Gefühl, ich müsse stark sein für sie und alles schaffen, damit es ihr wieder besser geht. Doch da ich mit niemandem darüber reden konnte, belastete mich mein Leben immer mehr und ich bekam Probleme. Zum Glück fand ich dann tolle Menschen, die mich unterstützt haben und mir halfen aus diesen Ängsten und Sorgen auch herauszufinden. Heute fühle ich mich viel stärker und möchte unbedingt auch anderen Menschen helfen bei ihrem Weg durch schwere Zeiten. Darüber zu reden hilft meistens schon ein klein wenig, deswegen zögere nicht und schreib uns - Du bist nicht alleine!

Patrick



Ich über mich

Ich bin aufgewachsen als Kind mit Eltern, welche sich getrennt haben und bei einem Elternteil sich im Verlaufe eine Depression bis hin zum Burnout entwickelt hat. Zurzeit studiere ich an einer Universität. Meine Familie und ich haben es geschafft, diese Zeit zu überwinden und ich möchte andere auf diesem Weg unterstützen, denn ich denke, jede Situation kann mit der richtigen Hilfe gemeistert werden. Es ist besser, ein einziges kleines Licht anzuzünden, als die Dunkelheit zu verfluchen.