

Unsere Peers stellen sich vor

Nicole Sauder



Kinder

vier Knaben (1993, 1995, 1998, 2005)

Ich über mich

Ich bin aufgewachsen als Kind von Eltern mit einer psychischen Erkrankung (Depressionen und Suchterkrankung). Mein Beruf ist Kindergärtnerin. Die Peer-Ausbildung habe ich im Jahr 2015 abgeschlossen. Als meine vier Kinder noch im Kleinkind- bis Schulkind-Alter waren, bin ich selber an einer schweren Depression erkrankt. Trotz auch sehr langanhaltender, schwerer Zeiten ist es mir gelungen, meine Erfahrungen in ein Werkzeug umzuwandeln, mit dem ich heute Menschen in schwierigen Lebenssituationen auf ihrem Weg unterstützen kann.

Es ist mir ein Herzensanliegen, dazu beizutragen, Menschen in ihrer dunkelsten Zeit Hoffnung zu vermitteln und ihnen ein Licht zu sein. Es gibt immer einen Weg - gehen wir auf die Suche nach ihm!

Meine
Themen/Schwerpunkte

Depressionen, Suchterkrankungen, sexueller Missbrauch, Persönlichkeitsstörungen, betroffene Kinder in der Familie, im Kindergarten/in der Schule, von psychischer Krankheit betroffene Eltern in ihrer Erzieherrolle



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!

