

Burnout – Depressionen Fluch oder Segen

Vortrag – Buchvorstellung – Diskussion -
musikalische Begleitung
von und mit
Gerhard Huber

Freitag, 02. Oktober 2009
um 19.00 Uhr
im Stadl der LFS Buchhof

Freiwillige Spende

Dieses Buch beschreibt meinen Weg in das Burnout.
Es zeigt die Phase, in der ich noch selbst hätte
gegensteuern können, wenn ich um die Symptome
gewusst und diese ernst genommen hätte,
es zeigt auch die Zeit, in der ich nicht fähig
und nicht mehr von mir selbst abhängig,
sondern von Ärzten und Medikamenten es war,
bis hin in meine tiefste Verzweiflung.
Und es beschreibt meine Weg von dieser Hölle zurück
in das Leben, was mir geholfen und was mich unterstützt hat,
um aus diesen Grenzbereich wieder herauszukommen!
**Lebenskrise, Krankheit, Hoffnungslosigkeit,
Verzweiflung, Gedanken an den Tod!**
**Aber auch Zuversicht, Hoffnung, Chance, Glauben an
sich selbst, Mut zur Veränderung, Leben!**



Vortrag zum Thema Burnout Fluch oder Segen?

Ein sehr eindrucksvoller Abend mit viel Betroffenheit und emotionaler Berührtheit fand am 2. Oktober in der Landwirtschaftlichen Fachschule Buchhof statt. Die Obfrau des Absolventenverbandes, Maria Hergge, konnte dazu zahlreiche Interessierte sowie den Referenten und Buchautor Gerhard Huber begrüßen. Sehr berührend schilderte Gerhard Huber seinen Lebensweg, der ihn in das „Burnout“ führte. Die Lebensumstände die dazu führten, seine persönliche Verzweiflung, die schweren Krankheitssymptome, der Aufenthalt

in der Klinik und vor allem die Reaktion der Mitmenschen in seinem Umfeld wurden im Vortrag thematisiert.

In der anschließenden Diskussion stellte sich der Autor den vielen brennenden Fragen der Zuhörer. Aufgrund der Fragestellungen konnte man annehmen, dass viele Besucher Betroffene oder Angehörige von Betroffenen waren, die wussten, wovon gesprochen wird. Zu diesem Thema passende Lieder von Peter Cornelius stimmten die Zuhörer auf den Abend ein und rundeten den offiziellen Abend auch wieder ab.

Anschließend nutzten viele Besucher die Gelegenheit, das Buch von Gerhard Huber „Burnout – Depressionen. Fluch oder Segen“ zu erstehen und es persönlich vom Verfasser signieren zu lassen. Dabei entstanden noch viele persönliche Gespräche mit dem Autor. Bei gespendeten Getränken von „Apfelhof Nikolaus“ aus Maria Rojach wurde noch lange diskutiert und Erfahrung ausgetauscht. Ein erfolgreicher Abend der Begegnungen schaffte aber auch einen Abend, der sehr zum Nachdenken anregt.

