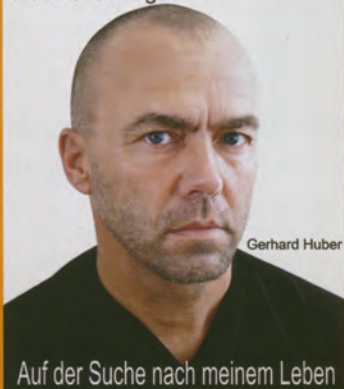


# BILDUNG ist Zukunft

**Burnout - Depressionen**  
Fluch oder Segen



Auf der Suche nach meinem Leben

„Dieses Buch beschreibt meinen Weg in das Burnout, in die Depression. Und es beschreibt meinen Weg von dieser Hölle zurück in das Leben.“ So erzählt der Feldkirchner Gerhard Huber über seinen Zusammenbruch, aber auch über den Beginn eines ganz neuen Lebens, welches er sich anfangs nie und nimmer hätte vorstellen können.

„Ich habe während meiner Aufenthalte im Lan-

## „Dem BURNOUT und der DEPRESSION ENTKOMMEN!“

deskrankenhaus in Villach und in einer Klinik, die sich ausschließlich auf die Heilung von Burnout und Depressionen spezialisiert hat (diese beiden haben insgesamt beinahe endlose 5 Monate gedauert), Mitpatienten aus allen Berufs- und Altersgruppen gehabt. Ich hatte als Mitpatienten einen Berufspiloten, einen Schönheitschirurgen, Ärzte, Unternehmer, Arbeiter, Angestellte, Hausfrauen, Krankenschwestern und – und auch jede Menge Lehrer! Es war fast unglaublich für mich!

Ich habe mit einem Mal gesehen, dass kein Mensch, absolut kein Mensch vor Burnout und Depressionen gefeit ist, und dass es

tatsächlich jeden treffen kann!“

„Ich bin weder ein gelernter Autor noch Arzt noch Therapeut. Ich bin einfach ein Betroffener, der schreibt, weil er schreiben musste, es ist einfach aus mir herausgeflossen! Dieses Buch ist auch KEIN RATGEBER! Ich möchte keinem Menschen sagen, was er oder sie tun oder nicht tun soll! Überhaupt nicht! Alles was ich will, ist, meine Lebenserfahrungen zur Verfügung stellen, sagen, wie es mir ergangen ist, was mich „dorthinein“ und was mich aber auch wieder zurück in das Leben gebracht hat, was jeder für sich dabei herausnehmen möchte, es bleibt jedem Einzelnen

selbst überlassen. Ich glaube auch, dass dieses Buch deshalb umso mehr unter die Haut geht, weil ich eben auch über den Druck berichte, der zu dieser Zeit auch auf meiner Frau und auf meinen Kindern lastete!“

Gerhard Huber macht auch Lesungen und hält Vorträge in ganz Österreich und Deutschland. Kontaktaufnahme und/oder der Erhalt seines Buches „Burnout-Depressionen, Fluch oder Segen“ sind möglich unter Tel.: 0660/68 54 009 [g.huber60@gmx.at](mailto:g.huber60@gmx.at) [www.burnout-depressionen-fluch-oder-segen.at](http://www.burnout-depressionen-fluch-oder-segen.at) oder in jeder Buchhandlung.