



# Dem Leben eine *neue Richtung* geben ...

ROBERT BETZ  
DIPLOM-PSYCHOLOGE

## **Neuseeland liegt im Herzen**

Mein Weg aus dem Burn-Out

von Corina Liebertta

Verlag Roberto & Philippo 2011; 224 Seiten, Taschenbuch

ISBN: 9783942581172

Preis: 8,80 €

## **Wertung: Sehr gut**

### Geschichte einer Genesung

Corina ist eine erfolgreiche Lokaljournalistin. Ihr Name steht unter den Artikeln ihrer Region, überall kennt man sie, und sie liefert den Redaktionen pünktlich und zuverlässig spannende Reportagen und provokante Interviews. Doch dann erleidet sie mitten in einer Stadtratssitzung einen Totalzusammenbruch. Corina findet sich in einer Klinik wieder und muss langsam wieder den Weg zurück zu sich selbst finden...

Der autobiografische Roman erzählt vom Schicksal einer Frau, das dem so vieler Menschen heutzutage gleicht. Sie definiert sich über ihre Leistung, glaubt, immer perfekt sein zu müssen, im Beruf sowie im Privatleben. Hinter der makellosen Fassade verkümmert sie, doch ignoriert sie alle Warnsignale ihres Körpers. Bis es irgendwann einfach nicht mehr geht. Mit der Neugierde einer Journalistin recherchiert Corina nach dem Zusammenbruch über die Krankheit Depression, probiert alles aus von Psychopharmaka über indianische Rituale bis zur Edelsteinmassage, bis sie schließlich den Ursachen ihrer Krankheit auf den Grund geht.

Das Buch ist spannend und sehr lebhaft geschrieben. Man kann sich ihren Klinikaufenthalt und die Gespräche mit Mitpatienten lebhaft vorstellen, ihre Sorge um ihren Sohn nachvollziehen, der für ein Jahr nach Neuseeland gezogen ist, sieht sie und ihren neuen Flirt Rainer, wie sie sich am Weihnachtsmarkt treffen und von einer Kartenlegerin die Zukunft deuten lassen. Eine Zukunft, die übrigens nicht eintritt – weil Corina sich bewusst entscheidet, einen anderen Weg zu gehen.

»Neuseeland im Herzen« enthält viele, interessante Gedanken zu den Themen Burn-Out, Depression und unsere Gesellschaft, und auch die spirituellen Aspekte kommen nicht zu kurz. Sehr empfehlenswert!

*Christine Höfig*