

# Burnout-Syndrom :-)

**Beitrag von „noti“ vom 13. Juni 2005 um 20:36**

@ Heinz, Porto

Danke! Wirklich sehr schön geschrieben!

Ich für mich persönlich habe es - Gott sei Dank - auch geschafft, das Ruder herumzureissen. Als ich als Doc angefangen habe - in einem kleineren Spital am Lande - waren 15 Nachtdienste im Monat normal, oder ein Wochenende von Freitag früh bis Montag mittags.

Dazwischen nach Hause gefahren (ein Weg 130 km) und eigentlich nur geschlafen, obwohl ich ja noch soviel machen wollte.

Das meine Frau, mit der ich nun seit 12 Jahren verheiratet bin, dies ausgehalten hat, bewundere ich!

Mir wurde damals eine Ausbildungsstelle als Chirurg angeboten (ein "Zuckerl") und ich habe tagelang überlegt, ob ich das alle aushalte (arbeiten und fahren,...).

Dann bin ich zu dem Schluß gekommen zurück in mein Wien zu gehen um nochmals zu beginnen (obwoh gerade erst einmal 2 Jahre dabei).

Heute bin ich Oberarzt, aber Internist; nicht daß ich es bereue, aber meine Lebensqualität war mir das Risiko und den Neuanfang wert.

Heute gönne ich mir manchmal einfach ein "Extremcouching" mit "Loch in die Luft schauen" und bin froh darüber, daß auch meine Familie nach 2 stressigen Cluburlaube endlich begriffen hat, warum ich lieber ein Haus in der Toscana miete und wir einfach nur zu viert sind!