

Depressionen > Arbeit

1. Das Wichtigste in Kürze

Bei einer andauernden oder immer wiederkehrenden depressiven Störung kann es zu Beeinträchtigungen kommen, die nicht selten zum Verlust des Arbeitsplatzes führen. Einer Berufstätigkeit ist jedoch nicht nur aus finanziellen, sondern auch aus vielen weiteren Gründen eine hohe Priorität einzuräumen. Berufliche Rehabilitation kann notwendig werden, Wiedereinstiegsmöglichkeiten können Inklusionsbetriebe auf dem zweiten Arbeitsmarkt bilden. Tagesstätten sind nicht auf Verdienst ausgerichtet, sondern auf den Aufbau von Tagesstruktur. Ist die Aufnahme einer Tätigkeit auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt nicht möglich, können alternative Beschäftigungsmöglichkeiten in Frage kommen.

2. Positive Aspekte einer Berufstätigkeit

Arbeit

- schafft soziale Kontakte und Beziehungen.
- ermöglicht die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben.
- fördert Aktivität.
- strukturiert den Tagesablauf.
- gibt dem Menschen eine anerkannte Rolle und einen sozialen Status und unterstützt damit Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit.
- schafft finanzielle Sicherheit, die entlastend wirkt.

Dabei muss aber ebenso berücksichtigt werden, dass der Betroffene einer wie auch immer gearteten Arbeitstätigkeit gewachsen sein muss, denn negativer Stress und Überforderung können eine Ursache für Depressionen sein.

3. Stufenweise Wiedereingliederung

Ziel der Stufenweisen Wiedereingliederung (sog. Hamburger Modell) ist, arbeitsunfähige Arbeitnehmer nach längerer schwerer Krankheit schrittweise an die Arbeitsbelastung heranzuführen und so den Übergang zur vollen Berufstätigkeit zu erleichtern. Der Vorteil dieser Maßnahme ist, dass die positiven Aspekte der Arbeit zur Überwindung der Depression beitragen können, eine volle Arbeitsleistung aber (noch) nicht notwendig ist. Näheres unter [Stufenweisen Wiedereingliederung](#) .

4. Hilfen im Beruf für Menschen mit Behinderungen

Für berufstätige Patienten mit Depressionen können eine ganze Reihe von berufsbezogenen sozialrechtlichen Leistungen hilfreich sein. Details unter [Behinderung > Berufsleben](#) .

5. Berufliche Reha

Bei einer andauernden oder immer wiederkehrenden depressiven Störung kann es zu Beeinträchtigungen kommen, die nicht selten zum Verlust des Arbeitsplatzes führen. Berufliche Reha-Maßnahmen, auch „Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben“ (LTA) genannt, können die Erhaltung des Arbeitsplatzes erleichtern bzw. die Wiedereingliederung ins Arbeitsleben fördern. Näheres unter [Berufliche Reha > Leistungen](#) .

Bei der Gewährung von Leistungen zur Beruflichen Reha kommt es vor allem auch auf die zuletzt ausgeübte berufliche Tätigkeit, den sog. Bezugsberuf, an. Wenn durch die Erkrankung ein Verbleiben im bisherigen Beruf nicht mehr möglich ist, kommt eine Berufliche Reha in Frage.

Bei Depressionen kann z.B. eine Berufstätigkeit in einem sozialen oder pädagogisch-therapeutischen Beruf psychosoziale Belastungsfaktoren mit sich bringen, die langfristig negativ auf den Krankheitsverlauf wirken können. Hier könnte der Wechsel des Berufsbilds durch Leistungen zur Beruflichen Reha in Frage kommen, da langfristig die Gefahr einer Erwerbsminderung besteht.

5.1. Praxistipp

Ausführliche Informationen zur Beruflichen Reha bietet die Broschüre "Arbeitshilfe für die Rehabilitation und

Teilhabe psychisch kranker und behinderter Menschen" der Bundesarbeitsgemeinschaft für Rehabilitation (BAR), kostenloser Download unter www.bar-frankfurt.de > [Publikationen](#) > [Arbeitshilfen](#) .

6. Zweiter Arbeitsmarkt und Inklusionsbetriebe

Hat der Patient kein Arbeitsverhältnis (mehr) und ist die Aufnahme einer Tätigkeit auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt nicht möglich, sind Inklusionsbetriebe auf dem sog. zweiten Arbeitsmarkt denkbare Arbeitsfelder.

6.1. Finanzierung und Träger

Auf dem zweiten Arbeitsmarkt gibt es eine große Vielfalt von Projekten, die regional sehr unterschiedlich ausgeprägt sind und meist von mehreren Kostenträgern gemeinsam getragen werden.

Mögliche Träger, Partner und/oder Geldgeber sind z.B.:

- [Agentur für Arbeit](#)
- [Integrationsamt](#) , [Integrationsfachdienst](#)
- [Sozialpsychiatrischer Dienst](#) , psychosozialer Dienst
- Gemeinden, Städte, Landkreise, Bezirke
- Ministerien, hier oft Sonderförderprogramme
- Aktion Mensch, Lebenshilfe
- Werkstätten für behinderte Menschen
- Wohlfahrtsverbände wie Caritas, Diakonie, Rotes Kreuz
- Kirchen
- Stiftungen und Spenden
- Firmen

Für die Beschäftigten handelt es sich dann zum Teil auch um sog. Ein-Euro-Jobs (= "Arbeitsgelegenheiten mit Mehraufwandsentschädigungen nach SGB II"). Sie geben den Beschäftigten die Möglichkeit, über den öffentlichen und sozialen Sektor im Berufsleben wieder Fuß zu fassen und die tagtägliche Arbeitsfähigkeit zu testen. Näheres unter [Grundsicherung für Arbeitssuchende](#) .

6.2. Inklusionsfirmen

Inklusionsfirmen können zusammen mit mehreren der eben genannten Partner betrieben werden, aber auch unabhängig agieren. Sie arbeiten wie ein normales Unternehmen und bieten ihre Leistungen an, sind aber gleichzeitig gemeinnützig und werden gefördert, weil sie einen besonderen Aufwand durch die Struktur ihrer Mitarbeiter haben. Überwiegend sind diese Unternehmen im handwerklichen und im Dienstleistungssektor aktiv. Nach Angaben der Bundesarbeitsgemeinschaft Inklusionsfirmen gibt es in Deutschland über 800 Inklusionsfirmen in den verschiedensten Branchen: von industrieller Fertigung über Dienstleistungen, Handel, Handwerk, Hotel- und Gaststättengewerbe, bis hin zu Multimedia- und IT-Firmen.

Die Inklusionsziele der Firmen sind unterschiedlich. Sie reichen von der Ausbildung und Umschulung über die Hilfe zur Vermittlung in den ersten Arbeitsmarkt bis hin zur dauerhaften Beschäftigung unter geschützten Arbeitsbedingungen.

Zum Teil bieten auch reguläre Firmen beschützte oder integrative Arbeitsplätze für Menschen mit psychischen Störungen an.

6.2.1. Praxistipp

Eine Auflistung von Inklusionsbetrieben findet man bei der Bundesarbeitsgemeinschaft Inklusionsfirmen im Internet unter www.bag-if.de .

6.3. Zuverdienstprojekte

Das Problem bei vielen, auch geförderten, Arbeits- und Eingliederungsmöglichkeiten ist, dass sie von einer kontinuierlichen Vollzeitbeschäftigung ausgehen. Das ist eine große Hürde für Menschen mit Depressionen. Hilfreich sind hier sog. Zuverdienstprojekte für Menschen mit psychischen Störungen.

Sie bieten Arbeits- und Trainingsmöglichkeiten für weniger als 20 Wochenarbeitsstunden und passen ihre Anforderungen mit folgenden Maßnahmen an die Leistungsfähigkeit des jeweiligen Betroffenen an:

- Flexible Arbeitszeiten
- Flexible Arbeitsgeschwindigkeit und -produktivität, bei Bedarf viele Pausen
- Rücksicht auf Leistungsschwankungen und Krankheitsausfälle

- Keine zeitliche Befristung der Beschäftigung (Loslösung von Bewilligungszeiträumen)
- Kein Reha-Druck mit Zielvorgabe. Mitarbeiter können auch "einfach so" bleiben.

Die Trägerschaft ist ebenso vielfältig wie oben genannt, zum Teil sind die Projekte an Inklusionsfirmen (s.o.) oder Tagesstätten (s.u.) angegliedert. Trotz der flexiblen Vorgaben müssen wirtschaftlich verwertbare Produkte oder Dienstleistungen erbracht werden. Kosten und Gehalt müssen erwirtschaftet werden, die Qualität der Arbeit muss stimmen und die Entlohnung ist abhängig von der Arbeitsleistung.

7. Tagesstätten

Tagesstätten sind Einrichtungen, in denen Menschen mit psychischen Erkrankungen an Wochentagen tagsüber betreut und zu Beschäftigung angeleitet werden. Die Einrichtungen sind möglichst niedrigschwellig, je nach Konzept ist das Kommen und Fernbleiben freiwillig oder verbindlich. Mit der Tagesgestaltung in der Tagesstätte beginnen die Betroffenen eine Tagesstruktur aufzubauen und einfache Aufgaben zu übernehmen.

Typische Angebote und Hilfen einer Tagesstätte sind:

- Tagesstrukturierende Angebote, z.B. gemeinsames Mittagessen
- Förderung sozialer Kontakte
- Kreativkurse oder -arbeit mit Farben, Holz, Ton, Musik, Förderung persönlicher Interessen
- Anleitung bei Dingen des alltäglichen Lebens
- Kognitive Arbeit (auch am PC)
- Entspannung und Bewegung
- Ausflüge und Ferienfreizeiten
- Unterstützung bei Behörden- und Wohnungsangelegenheiten

Häufig sind an Tagesstätten Beratungsangebote angegliedert, die bei sozialrechtlichen Fragen helfen oder bei der Suche nach Reha-, Therapie- oder Arbeitsmöglichkeiten. Bisweilen machen sie auch selbst solche Angebote. Manche Tagesstätten sind als Vereine oder Clubs organisiert. In der Regel stellen sie dann an die sozialen Fähigkeiten der Mitglieder höhere Anforderungen und fordern eine etwas höhere Verbindlichkeit, z.B. durch die Übernahme von Pflichten zu bestimmten Zeiten.

8. Praxistipps

Folgende Tipps sind bei Menschen mit Depressionen zu beachten, die einen Arbeitsplatz haben:

- **Krankmeldung**
Eine depressive Episode kann bei nicht Beachten der Warnsignale von einem Abend auf den nächsten Morgen auftreten: Wenn ein Patient in seinem Antrieb stark eingeschränkt ist, kann die Gefahr bestehen, dass er einfach im Bett bleibt: ohne beim Arbeitgeber anzurufen, ohne beim Arzt eine Krankmeldung zu besorgen. Dies kann negative Konsequenzen haben, Näheres unter [Arbeitsunfähigkeit](#).
Die AU-Bescheinigung muss an den Arbeitgeber und an die Krankenkasse geschickt werden. Ohne AU-Bescheinigung gefährdet der Patient sowohl seinen Arbeitsplatz als auch eine spätere Krankengeldzahlung.
Zur finanziellen Frage siehe [Krankengeld](#) und [Entgeltfortzahlung](#).
- **Kündigung**
Wenn einem Arbeitnehmer gekündigt wird, sollte er sich rechtzeitig um seinen weiteren Lebensunterhalt und Krankenversicherungsschutz kümmern, z.B. das [Arbeitslosengeld](#) der Agentur für Arbeit.

Angehörige können zur Wahrnehmung dieser Aufgaben motivieren oder den Betroffenen dabei unterstützen. Ist der Betroffene in seiner Handlungsfähigkeit so weit eingeschränkt, dass rechtliche Konsequenzen wie z.B. Verschuldung drohen, kann die Einrichtung einer [Betreuung](#) sinnvoll sein. Durch [Soziotherapie](#) sollen solche Betroffenen zur eigenständigen Wahrnehmung von Behandlungs- oder Betreuungsleistungen motiviert und befähigt werden.

9. Verwandte Links

[Ratgeber Depressionen](#)

[Depressionen](#)

[Depressionen > Allgemeines](#)

[Depressionen > Finanzielle Hilfen](#)

[Depressionen > Rente](#)

[Depressionen > Adressen](#)