

---

Weitere sozialrechtliche Informationen sowie Ratgeber zum kostenlosen Download finden Sie stetig aktualisiert unter [www.betanet.de](http://www.betanet.de).

© 2025 beta Institut gemeinnützige GmbH | Kobelweg 95, 86156 Augsburg | [www.betanet.de](http://www.betanet.de)

---

# Burnout > Arbeit

## 1. Das Wichtigste in Kürze

Burnout kann dazu führen, dass die betroffene Person nur noch eingeschränkt oder überhaupt nicht mehr arbeiten kann. Der Arbeitsplatz kann dadurch gefährdet sein. Dann kommen verschiedene Hilfen der finanziellen Sicherung und Wiedereingliederung ins Arbeitsleben infrage.

## 2. Arbeitsunfähigkeit

### 2.1. Krankschreibung wegen Burnout

Meist werden Betroffene nicht allein wegen der Diagnose Burnout krankgeschrieben, sondern wegen mindestens einer weiteren Diagnose, z.B. [Depressionen](#) oder [Rückenschmerzen](#). Burnout gilt **in der Medizin** nicht als Krankheit, sondern als Faktor, der den Gesundheitszustand beeinflusst. Näheres unter [Burnout > Definition - Diagnose - Risiko](#).

Was umgangssprachlich als "Krankschreibung" bezeichnet wird, ist eigentlich eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung. Näheres unter [Arbeitsunfähigkeit](#). Arbeitsunfähigkeit liegt vor, wenn entweder eine **Krankheit** dazu führt, dass die derzeit ausgeübte Tätigkeit nicht mehr oder nur unter der Gefahr der Verschlimmerung der Erkrankung ausgeführt werden kann, **oder** wenn die Arbeitsunfähigkeit wegen eines **Krankheitszustands** bei einem Weiterarbeiten absehbar ist.

Nach Angaben der kassenärztlichen Bundesvereinigung kann auch **nur** auf Grund der Diagnose Burnout eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung ausgestellt werden, denn Burnout könne als solcher "Krankheitszustand" gewertet werden.

### 2.2. Praxistipp

Burnout geht meist mit Krankheiten und/oder psychischen Störungen einher. Geben Sie bei der ärztlichen Untersuchung möglichst **alle** körperlichen und psychischen Beschwerden an, damit auch alle Diagnosen gestellt werden können. Die Arbeitsunfähigkeit lässt sich dann besser begründen.

### 2.3. Krankmeldung

Weil Burnout mit einer starken Antriebsschwäche einhergehen kann, kann es dazu kommen, dass Betroffene einfach im Bett bleiben, sich nicht bei der Arbeit krankmelden und sich keine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung (AU) holen. Dies kann negative Konsequenzen haben. Ohne AU sind sowohl der Arbeitsplatz als auch eine spätere Krankengeldzahlung gefährdet. Näheres unter [Arbeitsunfähigkeit](#).

**Schrittweise Neuregelung der AU:** Seit 1.10.2021 wird die AU schrittweise auf digital umgestellt. Das bedeutet im 1. Schritt, dass die Information an die Krankenkasse direkt von der Praxis an die Krankenkasse erfolgt. Näheres zur Umstellung unter [Arbeitsunfähigkeit](#).

### 2.4. Finanzielle Sicherung

Bei einer Arbeitsunfähigkeit müssen Arbeitgeber zunächst eine [Entgeltfortzahlung](#) von bis zu 6 Wochen leisten, also den Lohn bzw. das Gehalt weiterzahlen. Bei längerer Krankheitsdauer gewährt die [Krankenkasse](#) auf Antrag [Krankengeld](#). Im Anschluss zahlt ggf. die [Agentur für Arbeit](#) Arbeitslosengeld nach der Nahtlosigkeitsregelung. Näheres unter [Arbeitslosengeld > Nahtlosigkeit](#).

### 2.5. Kündigung

Eine Kündigung wegen gesundheitlicher Probleme ist nur unter bestimmten Voraussetzungen möglich, Näheres unter [Krankheitsbedingte Kündigung](#). Wer gekündigt wird, sollte sich rechtzeitig um den weiteren Lebensunterhalt und Krankenversicherungsschutz kümmern, z.B. über das [Arbeitslosengeld](#) der Agentur für Arbeit.

## 3. Stufenweise Wiedereingliederung

Nach längerer Krankheitsphase kann der Wiedereinstieg ins Arbeitsleben schwierig sein. Die stufenweise

Wiedereingliederung soll Betroffenen diesen Übergang erleichtern, indem arbeitsunfähige Arbeitnehmer schrittweise an die Arbeitsbelastung herangeführt werden. Näheres unter [Stufenweise Wiedereingliederung](#) .

## 4. Medizinische und berufliche Reha

[Medizinische Rehabilitation](#) kann helfen, dass Menschen mit Burnout wieder arbeiten können. Näheres unter [Burnout > Behandlung](#) .

Berufliche Reha-Maßnahmen, auch „Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben“ (LTA) genannt, können die Erhaltung des Arbeitsplatzes erleichtern bzw. die Wiedereingliederung ins Arbeitsleben fördern. Berufliche Reha-Leistungen können auch infrage kommen, wenn durch den Burnout ein Verbleiben im bisherigen Beruf nicht mehr möglich ist. Bei Burnout 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 in einen anderen Beruf durch Leistungen zur beruflichen Reha in Frage kommen, da langfristig die Gefahr einer [Erwerbsminderung](#) besteht. Näheres unter [Berufliche Reha > Leistungen](#) .

Nach Angaben der Deutschen Rentenversicherung Bund können Reha-Maßnahmen der Rentenversicherung auch dann gewährt werden, wenn **ausschließlich** Burnout diagnostiziert wurde.

### 4.1. 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](http://www.bar-frankfurt.de) > [Publikationen](#) > [Reha-Grundlagen](#) > [Arbeitshilfen](#) .

## 5. Besondere Hilfen im Beruf

Wenn ein Burnout so schwer verläuft, dass er die Berufstätigkeit gefährdet oder der bisherige Beruf nicht mehr ausgeübt werden kann, gibt es verschiedene Schutz-, Hilfs- und Fördermöglichkeiten. Nachfolgend eine Linkliste zu sozialrechtlichen Leistungen, die bei Burnout relevant werden können:

- Überblick zu Hilfen und Nachteilsausgleichen im Beruf: [Behinderung > Berufsleben](#) , z.B. Kündigungsschutz, Zusatzurlaub und Gleichstellung
- [Arbeitstherapie und Belastungserprobung](#) für die Wiedereingliederung ins Arbeitsleben
- [Eignungsabklärung und Arbeitserprobung](#) für die Wiedereingliederung ins Arbeitsleben
- [Übergangsgeld](#) während Reha- und beruflicher Förder-Maßnahmen
- Übernahme von [Kosten für Weiterbildung und berufliche Reha](#)

## 6. Rente

Wer auf Grund von Burnout nur noch zeitlich eingeschränkt oder gar nicht mehr erwerbstätig sein kann, hat ggf. Anspruch auf eine der folgenden Rentenarten:

- [Erwerbsminderungsrente](#)
- [Altersrente für schwerbehinderte Menschen](#)

Wenn genügend rentenversicherte Zeiten auf dem Rentenkonto sind, ist auch eine vorgezogene Rente möglicherweise hilfreich, um den Burnout zu bewältigen:

- [Altersrente für langjährig Versicherte](#) : ab 63 Jahren möglich, immer mit Abschlägen verbunden.
- [Altersrente für besonders langjährig Versicherte](#) : erfordert 45 Versicherungsjahre, keine Abschläge.
- [Teilrente](#) : teilweiser Bezug einer Altersrente.

## 7. Verwandte Links

[Burnout > Definition - Diagnose - Risiko](#)

[Burnout > Behandlung](#)

[Burnout > Finanzielle Hilfen](#)

[Depressionen > Arbeit](#)