

# Mit psychischer Erkrankung arbeiten



**Anpassungen am Arbeitsplatz ermöglichen es, dass Menschen weiter ihren Job ausüben**

Von Laura Lansche  
04.01.2025, 00:00 Uhr

 Artikel anhören

## **Marburg.**

Es gab Jahre, in denen es Susanne Kramer (Name geändert) sehr schlecht ging, man es ihr aber nicht angesehen hat. Manche ihrer Freundinnen sagten später: „Ich hätte nie gedacht, dass es dir so ging.“ Die gelernte

Kinderkrankenschwester hat einen Schwerbehinderungsgrad bedingt durch psychische und körperliche Erkrankungen, die sie durch biographische und familiäre Umstände erworben hat. Heute fühlt sich Kramer von ihrer Erkrankung begleitet, aber nicht eingeschränkt. Seit sechs Jahren ist Kramer Klientin des Integrationsfachdienstes (IFD) in Marburg.

Einmal hatte sie bei der Arbeit alleine ein Gespräch zum Betrieblichen Eingliederungsmanagement und sah sich mit vielen Vorwürfen des Arbeitgebers konfrontiert. „Ich bin Krankenschwester und habe vier Kinder – ich kann mich wunderbar für andere Menschen einsetzen“, sagt Kramer. „Aber ich bin nicht gut darin, für mich selbst einzustehen.“ In solchen Gesprächen mit Vorgesetzten sei der IFD eine große Unterstützung. „Wenn der IFD dabei ist, ist der Arbeitgeber vorsichtiger“, berichtete die Frau in ihren Fünfigern. „Er hat eine Schutzfunktion.“

## **Psychische Erkrankung kann als Behinderung gelten**

Deutschlandweit steigen die Krankentage wegen psychischen Erkrankungen. Das ergab eine Studie der Krankenkasse DAK. Auch in Marburg zeichnet sich das ab. „Wir haben sehr viele Klientinnen und Klienten mit psychischen Erkrankungen“, sagt die pädagogische Mitarbeiterin Agathe Roth vom IFD. Der IFD vom Verein Arbeit und Bildung berät Menschen mit Behinderung zur Teilnahme am Arbeitsleben. Dazu zählen auch psychische Erkrankungen. Rund ein Drittel der Klientinnen und Klienten des IFD sind wegen einer psychischen Erkrankung eingeschränkt. „Nicht immer steht die psychische Erkrankung im Vordergrund, sondern sie kann auch eine Begleitdiagnose sein“, sagt Agathe Roth.

Auf den ersten Blick wirkt es nicht offensichtlich, dass eine psychische Erkrankung auch eine Behinderung sein kann. Aber: „Wenn ich dauerhaft nicht mehr so mobil bin, kann sie als ein Grad der Behinderung anerkannt werden“, sagt Roth. „Eine Behinderung ist alles, was uns daran hindert, gesellschaftlich teilzuhaben.“ Die häufigsten Erkrankungen unter den Klientinnen und Klienten des IFD sind Depression, Angst- und Anpassungsstörungen. Psychische Erkrankungen können persönliche und biologische Ursachen haben, aber auch von der Umwelt beeinflusst sein. „Belastende und überfordernde Arbeitsumstände können zum Ausbruch einer psychischen Erkrankung beitragen“, sagt Agathe Roth. Gerade ein schlechtes Betriebsklima, permanenter Zeitdruck oder Umstrukturierungen, etwa durch Digitalisierung, ständiger Lärm und häufige Mehrarbeit wirken sich negativ auf die psychische Gesundheit aus.

Der IFD unterstützt Kramer auch beim Ausfüllen von Formularen, Reha-Anträgen oder der Suche nach einem Therapieplatz. Besonders schätzt sie, wie sich durch die Beratung ihr Blickwinkel verändert, sie mehr Selbstfürsorge und Achtsamkeit erlernt. Was ihr noch beim IFD gefällt? „Die Hartnäckigkeit, Empathie und Menschlichkeit.“

## **Diese Anpassungen am Arbeitsplatz sind möglich**

Kramer arbeitete erst in einem Kinderkrankenhaus, wechselte dann in die häusliche Pflege. Nun arbeitet sie mit Menschen mit Schwerstmehrfachbehinderung zusammen.

Die Arbeitsbedingungen könnten besser sein, das Personal fehlt – wie so oft im sozialen Bereich. Selbstfürsorge lernen und auf die eigenen Ressourcen achten seien für sie besonders wichtig.

Wie kann ein Arbeitsplatz umgestaltet und die Belastung reduziert werden? Beispielsweise sind technische Anpassungen möglich – dafür gibt es auch materielle Unterstützungsleistungen vom Integrationsamt in Kassel. Was Betriebe oft nicht wissen: „Vom Integrationsamt können sie viel Geld für Anpassungs- und Umbaumaßnahmen erhalten“, sagt Roth. Gegen Lärm kann Schallschutz angebracht werden. Die Arbeit kann anders verteilt, mehr Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eingestellt werden oder jemand anderes einen Stellenanteil bekommen. Außerdem könnten die Menschen an Einzelarbeitsplätzen statt im Großraumbüro arbeiten. Wechselschichten können vermieden und die Person aus dem Schichtbetrieb herausgenommen werden. „Wir suchen immer nach individuellen, maßgeschneiderten Lösungen“, sagt Abteilungsleiter Volkhard Wolff. Man könne sich überlegen, so Roth: „Welche Arbeitsbedingungen braucht ein Mensch so wie er ist, um gut arbeiten zu können?“

Gerade Beschäftigte in sozialen und erzieherischen Berufen seien von psychischen Erkrankungen betroffen. Neben zu wenig Personal herrscht in der Arbeitsumgebung viel Lärm, Absätze klackern auf dem Fußboden oder Telefone klingeln. Für eine Erzieherin richtete der IFD einmal einen Pausenraum mit geschlossener Tür und einer Ruheliege ein. Andere mögliche Verbesserungen: Im Kindergarten könnten weniger Kinder gleichzeitig im Toberaum spielen oder die Akustik der Räumlichkeiten durch Schalldämmung oder bauliche Veränderungen verbessert werden.

Auch der Arbeitsplatz einer Sekretärin wurde so umgestaltet, dass sie mit den Belastungen in ihrem Berufsalltag besser zurechtkam. Sie leidet unter

einer Lähmung der linken Körperhälfte, begleitet von einer großen psychischen Belastung. Das Büro, in dem sie arbeitete, wurde von vielen Menschen frequentiert – dort wurde schließlich der Publikumsverkehr reduziert. Eine Telefonanlage mit mehreren dezentralen Anrufbeantwortern wurde installiert und Zeiten vereinbart, in denen sie nicht sofort ans Telefon geht. Vor dem Sekretariat wurde ein Regal mit Formularen aufgestellt, sodass die Menschen sie auch bekommen, ohne zu ihr ins Büro zu gehen.

Außerdem begann sie, an zwei Tagen in der Woche im Homeoffice zu arbeiten. Ebendiese Klientin schrieb auf einen Rückmeldebogen des IFD: „Sie haben mir ermöglicht, meinen Arbeitsplatz zu erhalten.“

Oftmals bemerken Arbeitgeberinnen oder Arbeitgeber erste Anzeichen einer psychischen Erkrankung nicht, die Erkrankung werde erst zu spät Thema oder sie wissen nicht, wie sie damit umgehen sollen, berichtet Uwe Zacharias vom IFD. Unpünktlichkeit, eine nachlassende Arbeitsleistung, häufige Fehlzeiten, Verwahrlosung und Rückzug können Anzeichen für psychische Erkrankungen unter Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sein. Wie kann man psychische Probleme bei der Arbeitgeberin oder dem Arbeitgeber ansprechen? Roth findet: „Man muss nicht die Diagnose oder den Grad der Behinderung sagen, aber kommunizieren, wo man Schutz, also Anpassungen braucht.“ Dann könnte die Arbeitgeberin oder der Arbeitgeber Rücksicht darauf nehmen.

Im Mai 2024 hielt der IFD einen Vortrag im Unternehmen Elkamet Kunststofftechnik in Biedenkopf zum Thema mentale Gesundheit. „Das ist in vielen Bereichen leider noch ein Tabuthema, auch in der Belegschaft“, sagt Michaela Pez aus der Personalabteilung. Ziel der Präsentation war, mehr Bewusstsein zu schaffen und für erste Anzeichen psychischer Erkrankungen zu sensibilisieren. 130 Personen der insgesamt 840 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus Verwaltung, Produktion und der Führungsebene nahmen teil.

Außerdem führt das Unternehmen regelmäßig Mitarbeiterumfragen wie „Psychische Belastung am Arbeitsplatz“ durch, die die Arbeitszufriedenheit im Unternehmen erheben sollen. Identifizierte Probleme sollen danach in Arbeitsgruppen behoben werden. Die Umfrage vor vier Jahren ergab etwa, dass in einer Abteilung benötigte Werkzeuge nicht immer auffindbar waren, berichtet Sebastian Völkel, Fachkraft für Arbeitssicherheit. Daraufhin wurde ein fester Platz für die Werkzeuge geschaffen. Das Unternehmen verbesserte anhand der Umfrageergebnisse auch die Kommunikation im Betrieb. Manche stellten sich die Frage: „Was wird eigentlich aus dem, was ich herstelle?“ Um sich das besser vorstellen zu können, wurden die später



verbauten Produkte vorgestellt.

„Manche Firmen sind sehr offen und sagen nicht, dass eine psychische Erkrankung ein reines Privatproblem ist“, erläutert Zacharias. Aber das hänge immer von den einzelnen Personen im Betrieb ab. Gerade wenn es eigene Erfahrungen mit psychischen Erkrankungen gebe, verhalten sich die Kolleginnen und Kollegen oft unterstützend. Sich mit dem Thema zu beschäftigen, wirke sich letztlich auch positiv auf die wirtschaftliche Situation des Unternehmens aus, durch geringere Fluktuation und Krankenstände sowie ein besseres Betriebsklima.

---

## **Belastende und überfordernde Arbeitsumstände können zum Ausbruch einer psychischen Erkrankung beitragen.**

Agathe Roth,  
Integrationsfachdienst

---

## **Manche Firmen sind sehr offen und sagen nicht, dass eine psychische Erkrankung ein reines Privatproblem ist.**

Uwe Zacharias,  
IFD

---