

Sag ich's? Chronisch krank im Job¹

Auf der Arbeit über die eigene chronische Krankheit sprechen?
Schwer zu beantworten. Aber es gibt Hilfe.

Ein Projektteam des Lehrstuhls für Arbeit und berufliche Rehabilitation der Universität zu Köln (Hrsg.) (2021) hat ein interaktives Online-Tool zur Frage der Offenlegung gesundheitlicher Beeinträchtigungen im Arbeitsleben entwickelt, das wir hier vorstellen möchten. Für den Einstieg hat das Team ein Video erstellt, das in 5 Minuten zeigt, wie unterschiedlich die persönlichen Situationen am Arbeitsplatz sein können, die alle zu derselben Frage führen: „Sag ich's oder lieber nicht?“.



Sag ich's-Video: Dieses kurze Video stellt Ihnen die Webseite vor und führt in das Thema „Sag ich's oder nicht?“ ein.

Ein Klick (in Word Strg + Klick) auf das Bild oben oder auf den folgenden Link öffnet die Webseite mit dem Video im Browser. Das Video startet mit einem weiteren Klick. Zu finden ist es unter: <https://sag-ichs.de/video>

Viele von uns sind im Laufe ihrer Berufstätigkeit mit ähnlichen Fragen konfrontiert. Auch wenn man jahrelang sehr gut im beruflichen Umfeld zurechtgekommen ist, so kann es durch einen Schub dazu kommen, dass man nicht mehr alle Tätigkeiten und Bewegungen, die zum Aufgabengebiet gehören, ausüben kann. Aber was macht man dann? Ab in die Offensive - oder lieber die Zähne zusammenbeißen?

¹ Bezeichnung des Projektes des Lehrstuhls für Arbeit und berufliche Rehabilitation der Universität zu Köln.

Diese Fragen zu beantworten ist nicht einfach. Doch es gibt andere Fragen, auf die eine Antwort leichter fällt: Wie verhalten sich meine Kollegen und Vorgesetzten mir gegenüber? Was ist mir besonders wichtig im Leben? Was könnte an meinen Arbeitsbedingungen geändert werden, damit sie besser an meine gesundheitliche Beeinträchtigung angepasst sind?

So funktioniert auch der Selbst-Test. Er stellt Fragen zur persönlichen Situation.

Am Ende des Tests erhält man eine umfangreiche Auswertung, die auf den eigenen Antworten basiert. Darin heißt es nicht „Sag es“ oder „Sag es nicht“. Das muss man immer noch selbst entscheiden. Aber die Auswertungsergebnisse können einen Baustein darstellen, um die Gedanken zu diesem Thema zu ordnen und eine passende Entscheidung für sich zu treffen. Das kann bedeuten, dass man nichts sagt, dass man sehr detailliert über seine Beeinträchtigung berichtet oder irgendetwas dazwischen. Wichtig ist, selbst zu einer Entscheidung zu kommen mit der man sich gut fühlt und zu der man stehen kann.

Der Test ist völlig anonym und er kann jederzeit unterbrochen werden.

Einblicke in den Test²

Themenbereiche

Start > **Selbst-Test**



In diesem Screenshot sind die Themenbereiche dargestellt, durch die der Test führt. Aktiv ist gerade das Thema „Auf der Arbeit“. Zu jedem der aufgeführten Themenbereiche werden einige Fragen gestellt, die zu beantworten sind. Die Fragen zu den einzelnen Themenbereichen möglichst genau und ehrlich zu beantworten, macht die Auswertung aussagekräftiger. Wir stellen auf der Folgeseite beispielhaft jeweils eine Frage aus zwei Themenbereichen vor.

² Die Screenshots veröffentlichen wir mit freundlicher Genehmigung des Projektteams

Frage aus dem Themenbereich „Auf der Arbeit“

Mein Arbeitgeber (1)

Die Einstellung des Arbeitgebers zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen beeinflusst Reaktionen und Konsequenzen einer Offenlegung. In den folgenden Fragen geht es darum, wie Ihr Arbeitgeber mit Informationen über gesundheitliche Beeinträchtigungen umgeht.

	← Trifft gar nicht zu Trifft völlig zu →				
	1	2	3	4	5
Mein Arbeitgeber gibt sich Mühe, Arbeitsplätze generell so zu gestalten, dass sie für Menschen mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen geeignet sind.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mein Arbeitgeber zeigt sich offen für die Bedürfnisse von Mitarbeiter*innen mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mein Arbeitgeber ist glaubwürdig daran interessiert, Menschen mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen einzustellen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Bitte schätzen Sie auf einer Skala von 1 (trifft gar nicht zu) bis 5 (trifft völlig zu) ein, wie sehr die Aussagen zutreffen.

Frage aus dem Themenbereich „Persönliche Voraussetzungen“

Mein Arbeitsplatz: Was ist vorhanden?

Nicht immer ist ein Arbeitsplatz optimal an das Arbeiten mit bestimmten gesundheitlichen Beeinträchtigungen angepasst.

Es geht nun daher darum, ob das, was Sie für eine gute Arbeit benötigen, **an Ihrem Arbeitsplatz tatsächlich vorhanden** ist.

An meinem Arbeitsplatz finde ich alle Arbeitsbedingungen, Anpassungen oder Hilfen vor, die ich brauche.

	← →				
	1	2	3	4	5
Trifft gar nicht zu <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Trifft völlig zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Bitte schätzen Sie auf einer Skala von 1 (trifft gar nicht zu) bis 5 (trifft völlig zu) ein, wie sehr die Aussage zutrifft.

Die Auswertung

Die Auswertung kann online eingesehen und gespeichert oder als PDF heruntergeladen werden. Das Herunterladen empfiehlt sich immer. So steht sie lokal zur Verfügung, wenn mal kein Netz da ist. Die Online-Auswertung ist manchmal übersichtlicher. Daher ist es zusätzlich sinnvoll, auch die Online-Auswertung zu speichern.

Zu Beginn der Online-Auswertung gibt es den Abschnitt „Wie funktioniert’s“ mit einigen technischen Tipps. Interessant ist auch der Abschnitt „Die Auswertung optimal nutzen“ mit Anregungen, die man nicht verpassen sollte.

Auswertung zu allen Fragen des Selbst-Tests

Ihre Auswertung		Gemäß Fragebogen
<small>Alle Themen öffnen</small>		
Meine Vorgesetzte/mein Vorgesetzter	?	☆
Meine Kolleginnen und Kollegen	?	☆
Mein Arbeitgeber	?	☆
Mein rechtlicher Status	?	☆
Mein Arbeitsverhältnis	+	☆
Mein Arbeitsplatz	+	☆
Wie sich meine Beeinträchtigung entwickelt	+	☆
Meine Beeinträchtigung und ich	?	☆
Was andere über meine Beeinträchtigung denken	+	☆
Was mir im Leben wichtig ist	?	☆
Welcher Risiko-Typ bin ich?	+	☆
Mein Umgang mit persönlichen Informationen	+	☆
Ich selbst sein	+	☆
Meine Erfahrungen mit Offenheit	?	☆
Was sonst noch wichtig ist	?	☆



Spricht eher für Offenlegung



Nicht eindeutig, aber es gibt dennoch hilfreiche Hinweise

Die Auswertung ist sehr differenziert und hilfreich, auch bei Fragen, die nicht zu einer eindeutigen Antwort führen. Beispielhaft wird hier aus der obigen Liste „[Mein Arbeitgeber](#)“ dargestellt.

^ Mein Arbeitgeber



Der Umgang von Arbeitgebern mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen wird auch als Inklusionsklima oder eine mehr oder weniger inklusive Unternehmenskultur beschrieben. Das Inklusionsklima kann beeinflussen, wie an Ihrem Arbeitsplatz auf eine Offenlegung der eigenen gesundheitlichen Beeinträchtigung reagiert wird.

Ihre Antworten beschreiben eine Unternehmenskultur die weder besonders inklusiv, noch besonders wenig inklusiv ist.

Vielleicht hat das Thema gesundheitliche Beeinträchtigungen bei Ihrem Arbeitgeber keinen besonders hohen Stellenwert, gewisse Ansätze scheinen aber vorhanden zu sein. **Es ist daher schwierig, die Konsequenzen, die auf eine Offenlegung von gesundheitlichen Beeinträchtigungen folgen können, vorherzusagen.**

Anscheinend gibt es einige Punkte, durch die Ihr Arbeitgeber zeigt, dass es sich für die Belange von Menschen mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen interessiert und das Thema nicht einfach ignoriert. Trotzdem scheint es noch „Luft nach oben“ zu geben. Daher sollten Sie sich genau überlegen, an welchen Stellen Sie das Gefühl haben, nicht ganz auf die Unterstützung Ihres Arbeitgebers zählen zu können. Dann können Sie besser abschätzen, wie Sie das Thema angehen möchten.

In jedem Fall sollen Sie sich gut auf ein Gespräch vorbereiten, falls Sie sich dazu entschließen, von Ihren gesundheitlichen Beeinträchtigungen zu erzählen. Außerdem ist es sinnvoll, sich vorher über sein Rechte zu informieren. Mehr über Ihre Rechte finden Sie → unten unter Ihre Rechte.

Sie haben angegeben, dass bei Ihrem Arbeitgeber spezielle Ansprechpersonen gibt, an die man sich zum Thema Krankheit und Gesundheit wenden kann. Vielleicht ist dies ein guter erster Anlaufpunkt für Sie. Einen Überblick über die Rollen der einzelnen Ansprechpartner im Betrieb – und wie Sie Ihnen im Hinblick auf gesundheitliche Angelegenheiten weiterhelfen können – finden Sie → unten unter Beratung und Unterstützung.

Das obige Beispiel zeigt, dass es, sofern möglich, Hinweise auf weitere Ansprechpartner und Ansprechpartnerinnen gibt mit der Information, wobei sie helfen können. Aber mehr wollen wir nicht verraten, schaut euch einfach selbst die Homepage, den Selbst-Test und die weiterführenden Links mit Tipps und Empfehlungen an.

Wurde die Auswertung gespeichert und der Selbst-Test verlassen oder die Browser-Seite geschlossen, kann einfach wieder <http://sag-ichs.de> aufgerufen und in das Feld unter dem Video der achtstellige Code eingetragen werden.

Wer steht hinter der Webseite?³

Diese Webseite und ihre Inhalte wurden von wissenschaftlichen Mitarbeiterinnen des Lehrstuhls für Arbeit und berufliche Rehabilitation an der Humanwissenschaftlichen Fakultät der Universität zu Köln entwickelt und umgesetzt.

4

Die Projektleitung hatten Frau Prof. Dr. Mathilde Niehaus und Dr. Jana Bauer. Verantwortlich für die inhaltliche Entwicklung waren Veronika Chakraverty, Anja Greifenberg und Laura Jakob.

Es war den Initiatorinnen dieses Projektes wichtig, entscheidende Vertreterinnen und Vertreter aus der betrieblichen Praxis einzubeziehen, wie z.B. Ärzte, Schwerbehindertenvertretungen, Repräsentanten aus dem Bereich Rehabilitation, Datenschutzbeauftragte usw. Diese Personen bildeten einen Beirat, der zweimal jährlich tagte und das Projektteam mit seiner Expertise über die gesamte Projektlaufzeit unterstützte.

Zusätzlich wurde das Projektteam von einer Gruppe von „Expertinnen und Experten in eigener Sache“ begleitet, die selbst mit einer Behinderung oder vielseitigen chronischen Erkrankungen leben und in unterschiedlichsten Branchen arbeiten.

Diese Gruppe tauschte sich auch untereinander über ihre eigene Entscheidung aus, ob sie im Arbeitsumfeld über ihre Erkrankung sprechen oder nicht. Darüber hinaus haben sie sichergestellt, dass unterschiedliche Themen wie die Akzeptanz der eigenen Erkrankung oder sprachlich sinnvolle Bezeichnungen (aus „Offenbarung“ wurde „Offenlegung“ und aus „Entscheidungshilfe“ wurde „Selbst-Test“) diskutiert und in den Selbst-Test aufgenommen wurden. Und sie haben die Nutzerfreundlichkeit der Webseite getestet.

Eine vollständige Liste aller Beteiligten ist auf der Webseite in der Rubrik „[Über uns](#)“ zu finden.

Wie geht es weiter ...

Der Test gibt den Befragten die Möglichkeit, eine Untersuchung zu unterstützen, die zeigen soll, wo die Betroffenen nach circa einem halben Jahr stehen und ob und wie der Selbst-Test ihnen helfen konnte. Wer mitmachen möchte, gibt am Ende des Selbst-Tests zu der betreffenden Frage seine Mailadresse an.

Das Projektteam ist sehr interessiert daran, dass möglichst viele Personen, die sich fragen, was sie im Arbeitsleben über ihre Krankheit sagen dürfen oder sollten, von dem Selbst-Test erfahren.

³ Dieser Abschnitt basiert auf den Informationen der Webseite und einem Gespräch mit Frau Prof. Dr. Niehaus, die freundlicherweise auch den gesamten Artikel gegengelesen und für uns freigegeben hat.

⁴ Auszug aus <https://sag-ichs.de/ueber-die-webseite/ueber-uns-und-kontakt/ueber-uns>