

# Curriculum für Berufsberater Einheit D: Schwierigkeiten beim Zugang zum Arbeitsmarkt



This license lets you (or other party) share, remix, transform, and build upon this material non-commercially, as long as you credit the Work4Psy project partners and license your new creations under identical terms.





# Inhalt:



**Gruppenarbeit: Gedanken und Erfahrungen - was ist das Problem?**



**Vortrag: Was wissen wir aus der Forschung?**



**Diskussion im Klassenzimmer**



# Zu Beginn - was sind Ihre Gedanken und Erfahrungen?

- Überlegen Sie sich ein Problem, das es einem jungen Menschen mit einer psychischen Erkrankung erschweren könnte, eine berufliche Ausbildung oder einen Arbeitsplatz zu finden und zu behalten
- Schreiben Sie es auf die bereitgestellte Karte
- Pinnen Sie es an die Tafel und erklären Sie es in wenigen Worten

Gibt es Muster, die sich abzeichnen? Wie könnten wir unsere Vorschläge bündeln?

...

Wir werden das Gremium zu einem späteren Zeitpunkt erneut befragen: Haben sich unsere Schätzungen geändert?



# Schwierigkeiten

- 1) Psychische Gesundheit als Behinderung
- 2) Zusammenhang mit Diskriminierung und Stigmatisierung



## Behindertes Individuum oder behinderte Gesellschaft?

Betrachten Sie die beiden Rahmungen:

- Menschen mit Gemütskrankheiten können nicht in der Medien- und Werbebranche arbeiten, weil sie mit dem sehr anspruchsvollen und stressigen Arbeitsumfeld nicht mithalten können.
- Die Medien- und Werbebranche ist in einer Weise organisiert und geführt, die einen hohen Druck auf die Mitarbeiter ausübt, wodurch ansonsten sehr fähige kreative Menschen mit einer Gemütskrankheit ausgeschlossen werden.



# 1 - Psychische Erkrankungen als Behinderung mit Auswirkungen auf den Zugang zum Arbeitsmarkt

Die Fähigkeiten, die heutzutage erwartet werden, um den richtigen Beruf zu finden und sich erfolgreich bei potenziellen Arbeitgebern zu präsentieren, stehen im Widerspruch zu den Symptomen vieler psychischer Erkrankungen. Oft ist die notwendige psychosoziale Unterstützung für einen erfolgreichen Übergang von der Schule in Ausbildung und Arbeit nicht vorhanden oder schwer zugänglich

Am Arbeitsplatz selbst können das Stressniveau, die schnell wechselnden Anforderungen und die zeitlichen Vorgaben vieler Arbeitsplätze der psychischen Gesundheit abträglich sein - was die Zahl der Möglichkeiten für Menschen mit psychischen Erkrankungen einschränkt und die Wahrscheinlichkeit von Arbeitsplatzverlust und Arbeitslosigkeit erhöht

Die Arbeitslosigkeit selbst trägt zu psychischen Erkrankungen bei und kann zu einem Teufelskreis führen, in dem eine Verschlechterung des Zustands den Zugang zum Arbeitsmarkt immer unwahrscheinlicher macht

Viele psychische Erkrankungen gehen mit sporadischen oder häufigen Krisen einher. Bei anderen kann es zu atypischen Tagesstrukturen kommen. Wenn die Arbeitsplatzgestaltung darauf nicht eingeht, kann der Verlust des Arbeitsplatzes die Folge sein

Obwohl sich Ausbildung und Beschäftigung als wichtig für die Genesung erwiesen haben, gibt es zu wenige Möglichkeiten, eine Beschäftigung aufzunehmen, solange die medizinische Behandlung und Therapie noch andauert.



# Zur Erinnerung: Zu den Dingen, die bei einer psychischen Erkrankung schwierig werden können, gehören:

Beibehaltung strukturierter Routinen

Bewältigung plötzlicher Krisen

Angemessenes Reagieren in der sozialen Interaktion

Umgang mit emotionaler Erschöpfung

Aufrechterhaltung der Motivation

Ruhe bewahrend

Aushandeln der Anforderungen von Therapie, Sozialleben und Arbeit

Entwicklung eines realistischen Selbstbildes

Affektregulierung

Überwindung von Ängsten

usw. usw..

*Reflect: How can these make work difficult?*

*Reflect: How is the world of work making it difficult for people with mental health conditions?*

# Ist das nicht anstrengend? Und die Arbeit auch - wie viele Löffel kann man benutzen?

Die "Löffeltheorie" von Christine Miserandino ist ein guter Weg, um die Schwierigkeiten bei der Bewältigung der vielfältigen Anforderungen zu verstehen, die der Umgang mit einer chronischen Krankheit oder einer Behinderung und zusätzlich alle anderen Aufgaben und Herausforderungen des täglichen Lebens mit sich bringen: Stellen Sie sich vor, Sie haben eine begrenzte Anzahl von Löffeln und jede Aktivität, die Sie ausüben, verbraucht eine bestimmte Menge an Löffeln. Wie organisieren Sie Ihr Leben, wenn Sie weniger Löffel zur Verfügung haben, als Sie zur vollen Teilnahme benötigen - wie gehen Sie mit Ihren Löffeln sparsam um? Was tust du, wenn dir auf halbem Weg durch den Tag die Löffel ausgehen? Lesen Sie hier darüber: [https://cdn.totalcomputersusa.com/butyoudontlooksick.com/uploads/2010/02/BYDLS-](https://cdn.totalcomputersusa.com/butyoudontlooksick.com/uploads/2010/02/BYDLS-TheSpoonTheory.pdf)

[TheSpoonTheory.pdf](https://cdn.totalcomputersusa.com/butyoudontlooksick.com/uploads/2010/02/BYDLS-TheSpoonTheory.pdf)



## 2 - Stigmatisierung und Diskriminierung mit Auswirkungen auf den Zugang zum Arbeitsmarkt


Es gibt immer noch viele Missverständnisse und Vorurteile über psychische Erkrankungen. Viele Menschen assoziieren sie mit Gewaltverbrechen und unsozialem Verhalten, viele interpretieren sie fälschlicherweise als moralisches Versagen oder Faulheit, viele unterschätzen die Fähigkeiten von Menschen mit psychischen Erkrankungen.

Stigmatisierung kann dazu führen, dass Bildungs-, Ausbildungs- und Arbeitsorte für Menschen mit psychischen Erkrankungen äußerst unangenehm sind, was zum Ausstieg oder zu Vermeidungsverhalten führen kann

Stigmatisierung kann zu direkter Diskriminierung führen - manche Arbeitgeber lehnen Menschen mit psychischen Erkrankungen aus Angst oder aufgrund falscher Vorstellungen über ihre Fähigkeiten ab. Manchmal leiten sie aus einer einzigen negativen Erfahrung allgemeine Urteile über alle.

Stigmatisierung kann zu einer Selbststigmatisierung führen. Als "mangelhaft", "unzureichend", "widerspenstig", "gefährlich" usw. angesehen zu werden, färbt oft ab und wird Teil des eigenen Selbstverständnisses. Dies wiederum führt zu geringer Selbstwirksamkeit und behindert den Zugang zu Unterstützung und die Aufnahme einer Ausbildung oder Beschäftigung.





# Schauen Sie sich das Work4 Psy Toolkit über Stigmatisierung und Diskriminierung an (Teil B, Kapitel 3)



**Danke für die  
Aufmerksamkeit.  
Haben Sie  
Fragen?**

**[work4psy@hdba.de](mailto:work4psy@hdba.de)**