

Türen öffnen in Betrieben

In Bremen stärkt die Initiative zur sozialen Rehabilitation e.V. die berufliche Teilhabe von Menschen mit psychischer Krisenerfahrung. Genesungsbegleitende spielen dabei eine wichtige Rolle. **Von Monika Möhlenkamp**

Frau H. ist 43 Jahre alt, als sie beschließt, es noch einmal zu versuchen. In jungen Jahren hatte sie eine Ausbildung zur Einzelhandelskauffrau begonnen. Ihre psychischen Probleme begannen mit Schlafstörungen, dann fiel es ihr zunehmend schwer, pünktlich zu sein. Die Konzentration ließ nach, und sie wurde immer unsicherer, ob sie ihre Aufgaben noch richtig erfüllte. Aus dieser Unsicherheit wuchs eine wachsende Ängstlichkeit – die Sorge, etwas falsch zu machen, begleitete sie zunehmend durch den Arbeitsalltag. Irgendwann konnte sie sich nicht mehr im Verkaufsraum aufhalten und zog sich ins Lager zurück, sobald Kund:innen auf sie zukamen – obwohl sie zuvor als zuverlässige, im Kundenkontakt freundliche Auszubildende galt. Frau H. wurde krankgeschrieben und brach die Ausbildung schließlich ab. Es folgten lange Krankheitsphasen und eine wachsende Distanz zum Arbeitsmarkt. Jetzt, mit 43 Jahren, will sie zurück – in einen geregelten Alltag und ein selbstbestimmtes Leben.

Denn seit einiger Zeit geht es ihr besser. Sie denkt daran, wieder zu arbeiten. Mit einer Arbeit verbindet sie Hoffnung: mehr Stabilität, finanzielle Unabhängigkeit und gesellschaftliche Teilhabe. Doch wie gelingt der Wiedereinstieg, wenn die eigenen Fähigkeiten jahrelang von Angst und Unsicherheit überlagert waren und die Lücke im Lebenslauf immer größer geworden ist?

Menschen wie Frau H. begegnen Fachkräfte im psychosozialen Unterstützungssystem häufig. Ihre Lebenswege sind individuell, Patentrezepte gibt es nicht. Sie trauen sich wenig zu und arrangieren sich mit prekären Lebensverhältnissen. Viele haben im Laufe der Jahre den Glauben daran verloren, auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt wieder Fuß fassen zu können.

Neue Chancen für Betroffene

Tatsächlich steht dieser Arbeitsmarkt Menschen mit psychischer Beeinträchtigung noch immer nur selten offen. Selbst Fachkräfte im psychosozialen Hilfesystem können sich für viele ihrer Klient:innen eine reguläre Erwerbstätigkeit kaum vorstellen. Dabei gehört die gleichberechtigte Teilhabe am Arbeitsleben zu den zentralen Zielen der UN-Behindertenrechtskonvention, konkret formuliert in Artikel 27.

Gleichzeitig gerät der Arbeitsmarkt in Bewegung. Fachkräftemangel und steigende krankheitsbedingte Ausfälle erhöhen in vielen Branchen den Druck auf Unternehmen, neue Wege zu gehen. Hinzu kommt, dass psychische Gesundheit öffentlich sehr viel offener verhandelt wird als früher, getrieben vor allem von jüngeren Generationen. Dadurch entstehen auch für Menschen, die von schweren psychischen Krisen betroffen sind, neue Chancen.

Weitere Informationen zu den Angeboten finden Sie hier:
arbeitimfokus.de/ und kompetenzzentrum-ressource.de

Arbeit im Fokus – Beratung für krisenerfahrene Arbeitssuchende...

Genau hier setzt der Arbeitsbereich FOKUS der Initiative zur sozialen Rehabilitation e.V. in Bremen an. Er betrachtet berufliche Teilhabe aus Sicht der Krisenerfahrenen, der Betriebe und bezieht auch die Regeldienste des Arbeitsmarktes mit ein.

Arbeit im Fokus unterstützt Arbeits- und Ausbildungssuchende mit psychischen Erkrankungen auf ihrem Weg zurück in Arbeit. Seit 2020 wird das Angebot durch den Europäischen Sozialfonds und das Land Bremen gefördert. Ein interdisziplinäres Team aus Fachkräften und EX-IN-Genesungsbegleitenden begleitet die Teilnehmenden von der beruflichen (Neu-)Orientierung über Bewerbungsprozesse bis zur Arbeitsaufnahme und hilft, individuelle Hürden zu überwinden.

Die besondere Stärke des Konzepts liegt in der Verbindung von fachlicher und erfahrungsbasierter Unterstützung: Während die Coaches mit Expertise zu beruflicher Orientierung, Bewerbung und Arbeitsmarkt zur Seite stehen, eröffnen die Genesungsbegleitenden einen Zugang auf Augenhöhe – getragen von der gemeinsamen Erfahrung psychischer Krisen.

Ute de Vries, EX-IN-Genesungsbegleiterin bei *Arbeit im Fokus*, erklärt es so: »Wir wissen aus eigenem Erleben, was es heißt, psychisch zu erkranken, und kennen die Hürden in der Arbeitswelt. Allein der offene Umgang damit in der Beratung ist oft schon hilfreich für die Teilnehmenden. Das Thema wird dadurch besprechbarer. Und es trägt dazu bei, dass sie an Mut und Hoffnung gewinnen.«

Neben der individuellen Einzelberatung setzt *Arbeit im Fokus* auf den Austausch in der Gruppe. Die Teilnehmenden beschäftigen sich mit Konflikten, Stigmatisierung am Arbeitsplatz und der eigenen Belastbarkeit. Durch erfahrungsbasiertes Lernen und den Austausch untereinander gewinnen sie neue Perspektiven und stärken ihre fachlichen wie sozialen Kompetenzen.

... und Zusammenwirken in breiten Netzwerken

Veranstaltungen wie »(Wie) sag ich's bei der Arbeit?« ergänzen das Angebot. Sie schaffen Raum für Gespräche mit Arbeitgebenden – etwa über Lücken im Lebenslauf, den Umgang mit psychischen Erkrankungen oder Fragen rund um den Wiedereinstieg. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Netzwerkarbeit. *Arbeit im Fokus* arbeitet eng mit Beratungsstellen, Einrichtungen der psychosozialen Versorgung, Kammern und der Agentur für Arbeit zusammen. Fortbildungen im Tandem von Fachkraft und Genesungsbegleitung – etwa für Jobcenter – fördern das Verständnis für die Situation psychisch beeinträchtigter Arbeitssuchender. Seit Januar 2024 ergänzt zudem die jobcenterfinanzierte Maßnahme »Ganzheitliche Betreuung« nach § 16k SGB II das Angebot.



Foto: FOKUS

Peers helfen dabei, wieder auf dem Arbeitsmarkt Fuß zu fassen.

Die sanktionsfreie Unterstützung setzt dort an, wo persönliche Herausforderungen den Weg in Arbeit erschweren – etwa durch Begleitung zu Beratungsstellen, bei der Suche nach einem Therapieplatz oder im Umgang mit Behörden. Das Jobcenter stellt dafür einen Gutschein aus, mit dem sich Teilnehmende ihren Träger selbst aussuchen können. Voraussetzung auf Trägerseite ist eine Zulassung für die Maßnahme nach der AZAV, dem Zertifizierungsverfahren der Arbeitsagentur.

Die Nachfrage nach *Arbeit im Fokus* zeigt den hohen Bedarf: Jährlich werden durchschnittlich 200 Teilnehmende beraten. Die Warteliste ist lang. Rund ein Drittel der Menschen ist jünger als 33 Jahre. Viele konnten im Beratungsprozess konkrete Schritte in Richtung Arbeit oder Qualifizierung gehen. Die Auswertung zeigt zudem: Die Beratung stärkt berufliche Orientierung, Entscheidungsfähigkeit und Selbstvertrauen und macht vorhandene fachliche wie soziale Kompetenzen wieder sichtbar.

ressource – wenn Betriebe lernen, hinzuschauen

Neben der Beratung von Arbeitssuchenden engagiert sich FOKUS seit 2023 im Verbundprojekt *ressource*. Das bis 2028 vom Bundesministerium für Forschung, Technologie und Raumfahrt geförderte Projekt entwickelt gemeinsam mit 15 Partnerorganisationen aus Forschung, Entwicklung und Praxis Kompetenzzentren für berufliches Weiterkommen und gesündere Arbeit in der »Einfacharbeit« in Bremen und Niedersachsen.

»Einfacharbeit« umfasst Tätigkeiten, für die keine formale Qualifikation erforderlich ist – etwa in Pflege oder Logistik. Einfach bedeutet dabei jedoch keineswegs leicht: Die Anforderungen im Arbeitsalltag der Hilfskräfte sind häufig hoch und können Beschäftigte stark belasten.

An dieser Stelle kommen die Betriebe ins Spiel: Gemeinsam mit ihnen entwickelt und erprobt FOKUS Fortbildungs- und Beratungsformate, die sich an Führungskräfte, Teams und Beschäftigte richten. Im Mittelpunkt steht die Frage: Wie kann gute Arbeit gelingen, wenn Mitarbeitende von psychischen Krisen betroffen sind?

Das Ziel ist eine niedrigschwellige Unterstützung im Betrieb – durch Aufklärung, Sensibilisierung und konkrete Handlungsmöglichkeiten. Dazu gehören Angebote wie »Zwischen Fürsorge und Verantwortung« für Führungskräfte, »Pflege trifft Psyche«

für Beschäftigte in der Pflege sowie ein psychosozialer Erste-Hilfe-Koffer mit regionalen und digitalen Unterstützungsangeboten, Selbsthilfetools und Handlungsempfehlungen. Ergänzt werden die Formate durch Austauschrunden zu herausfordernden Situationen im Arbeitsalltag.

Auch EX-IN-Genesungsbegleitende gestalten das Projekt aktiv mit – als Co-Dozierende, Peerberatende und bei der Entwicklung von Materialien. Ihre Erfahrung erweitert die betriebliche Perspektive und schafft neue Zugänge im Umgang mit psychischen Krisen. So entstehen Lösungen, die Beschäftigte und Unternehmen gleichermaßen unterstützen.

Zusammenspiel und Mehrwert

Beide Angebote verfolgen einen gemeinsamen Ansatz: Berufliche Teilhabe gelingt, wenn Krisenerfahrene und Betriebe gemeinsam gedacht werden. Menschen mit psychischen Krisenerfahrungen brauchen Vertrauen, ein angemessenes Tempo und ein Umfeld, das Rückschläge nicht als Scheitern bewertet. Betriebe brauchen Sicherheit im Umgang mit psychischen Erkrankungen, Ansprechpersonen und praktikable Lösungen für Arbeitszeit, Kommunikation und Belastungssteuerung.

Neu ist vor allem die engere Zusammenarbeit verschiedener Akteure: Betriebe, Jobcenter, psychosoziale Hilfesysteme und Stadtteilorganisationen werden stärker einbezogen. Eine besondere Rolle übernehmen EX-IN-Genesungsbegleitende, die ihre Erfahrung auch im betrieblichen Kontext einbringen und dabei sozialversicherungspflichtig beschäftigt sind.

Wie geht es weiter?

Die nächsten Schritte sind bereits geplant: 2027 wird *Arbeit im Fokus* auf fünf weitere Standorte in Bremen und Bremerhaven ausgeweitet. Auch die Angebote von *ressource* sollen nach 2028 in den Kompetenzzentren in Bremen und Niedersachsen verankert werden. Kooperationen mit bundesweiten Partnern sollen zudem dazu beitragen, EX-IN-Kompetenz stärker in Regelstrukturen wie der Grundsicherung (SGB II), der Arbeitsförderung (SGB III) und dem Betrieblichen Eingliederungsmanagement zu integrieren. Für Menschen wie Frau H. bedeutet das: Sie müssen ihre Fähigkeiten nicht neu erfinden, sondern können sie wiederentdecken – in einem Tempo, das zu ihnen passt, und mit Menschen an ihrer Seite, die ihre eigene Krisenerfahrung kennen. Genau das hat auch Frau H. Mut gemacht: Im Austausch mit einer Genesungsbegleiterin, die ähnliche Ängste selbst durchlebt hat, und dem Beratungsteam wurde aus der vagen Hoffnung auf Arbeit ein konkreter erster Schritt – eine Bewerbung, ein Gespräch, ein Praktikum. Nicht jeder Rückschritt ist Scheitern, hat sie gelernt, sondern Teil des Weges zurück.

Denn eines ist klar: Inklusion heißt, Barrieren abzubauen – nicht, Menschen an starre Systeme anzupassen. Es geht darum, gemeinsam mit Menschen wie Frau H. und Betrieben Lösungen zu entwickeln, die Arbeit für alle ermöglichen. Das ist herausfordernd, braucht Zeit und Engagement. Doch die Mühe lohnt sich – für die Menschen ebenso wie für die Betriebe.

Monika Möhlenkamp ist Gesundheitswissenschaftlerin und arbeitet in der Leitung von FOKUS / Initiative zur sozialen Rehabilitation e.V. in Bremen. Bei FOKUS ist sie verantwortlich für die Angebote im Bereich Arbeit.