

Krebs und Arbeit

Im eigenen Tempo zurück in den Beruf



Wichtigste Regel beim Wiedereinstieg: sich nicht überfordern!

Die Diagnose Krebs verändert das Leben der Betroffenen schlagartig. Auch auf die berufliche Tätigkeit hat die Krankheit meist erhebliche Auswirkungen. Bei einer Wiedereingliederung ist es wichtig, behutsam vorzugehen.

In NRW gilt, was für ganz Deutschland gilt: Die Bevölkerung wird immer älter und damit steigt die Zahl der Menschen, die an Krebs erkranken. Auch die Betriebe müssen sich mit dem Thema auseinandersetzen. Denn nach dem aktuellsten Bericht des Landeskrebsregisters NRW war im Jahr 2016 mehr als jeder Dritte der über 107.000 Neuerkrankten im erwerbsfähigen Alter.

Auswirkungen Wie sich die Krankheit auf die Arbeit auswirkt, hängt von der Art des Tumors und der Therapie ab. Manche Erkrankte sind nur vorübergehend nicht voll belastbar und können danach wieder voll arbeiten. Andere leiden dauerhaft unter körperlichen oder psychischen Einschränkungen, können nach der Therapie nicht mehr schwer heben oder zeigen Konzentrationsschwächen.

Etwa zwei Drittel der erkrankten Erwerbstätigen kehren dauerhaft ins Berufsleben zurück. Dabei sollten sich die Beschäftigten jedoch nicht zu sehr unter Zeitdruck setzen: Stress sei belastend für das Immunsystem und krebsfördernd, erklärt Professor Volker Tschuschke im Interview (Seite 3).

Passende Hilfen Das Betriebliche Eingliederungsmanagement (BEM) hat sich als geeignetes Instrument erwiesen, um die Beschäftigten wieder an ihren Arbeitsplatz heranzuführen. In einem vertraulichen Gespräch mit Arbeitgeber, Betriebs- oder Personalrat und der Schwerbehindertenvertretung soll dabei geklärt werden, wie eine Wiedereingliederung gelingen kann. Sollte zum Beispiel eine Umgestaltung des Arbeitsplatzes erforderlich sein, fördert das LVR-Inklusionsamt diese Maßnahme finanziell und zudem praktisch durch den Technischen Beratungsdienst. Sollte Unterstützung bei der Anpassung der Arbeitsorganisation notwendig werden, helfen die Integrationsfachdienste (IFD). So geschehen im Praxisbeispiel (Seite 2), in dem der IFD einen Jobcoach einschaltete.

Schwerbehindertenausweis Voraussetzung für die Inanspruchnahme der Leistungen des LVR-Inklusionsamtes ist, dass die Beschäftigten einen Schwerbehindertenausweis haben. Diesen erhalten an Krebs erkrankte Menschen immer, unabhängig von ihren Einschränkungen. Er gilt zunächst für bis zu fünf Jahre. Wichtig für Arbeitgeber: Die anerkannte Schwerbehinderung sagt nichts über die Leistungsfähigkeit des Mitarbeitenden aus! ■



Praxisbeispiel

Ordnung ins Chaos bringen

Früher rockte Anka Bücher auf der Bühne – und auch in ihrem Beruf. Dann kam die Diagnose, die ihr Leben veränderte. Heute hat sie den Krebs besiegt und kann wieder arbeiten.

High Heels sind nicht ihr Ding. Ihre „Mädchenband“, so drückt es Anka Bücher aus, trug aber diesen Namen. Auf der Bühne ließ sie es als Sängerin krachen mit erdiger, harter Rockmusik, AC/DC zum Beispiel. Heute ist Anka Bücher froh, dass sie ihren eigenen „Highway to Hell“ verlassen hat.

„Früher bin ich ein richtiger Haudrauf gewesen“, sagt die 58-Jährige. Früher, das war vor der Erkrankung. Diagnose: Brustkrebs. Ein Schock. Im August 2013 war das. Es folgten Operation, Chemotherapie, Bestrahlung. Mehr als ein Jahr dauerte es, bis die gelernte Kartografin ihre Arbeit bei Westnetz wieder aufnehmen konnte.

Technische Sachbearbeiterin in Siegburg

Das Unternehmen mit Hauptsitz in Dortmund ist mit seinen 5.200 Beschäftigten als Verteilnetzbetreiber dafür verantwortlich, dass Strom und Gas bei den Endverbrauchern ankommen. Anka Bücher trägt als Technische Sachbearbeiterin in Siegburg dazu bei. „Ich mache die Pläne, wo die Stromkabel liegen“, erklärt sie. Also: Zeichnungen anfertigen und Informationen aus Feldbüchern in Bestandspläne eintragen, damit die Bagger bei Erdarbeiten nicht auf Leitungen stoßen.

Vor der Krebsbehandlung hatte Anka Bücher den Überblick, konnte alle Vorgänge schnell zuordnen und erledigen. Und nach der Rückkehr? „Es ist schwierig, damit klarzukommen, dass man nicht mehr so leistungsfähig ist“, sagt Anka Bücher, die seit der Krebstherapie unter Fatigue leidet. Das Erschöpfungssyndrom wirkt sich so aus, „dass ich schnell über-

lastet bin, gerade wenn ich unter Druck stehe“.

SBV hat entscheidenden Einfall Anka Büchers Arbeitgeber ist bemüht, Druck von ihr fernzuhalten. Dabei war zunächst nicht klar, wie und ob die Wiedereingliederung gelingen würde. Klar war nur: „Wir werden alle Möglichkeiten nutzen, unsere Mitarbeiterin wieder ins Arbeitsleben zu bringen“, sagt ihre Vorgesetzte bei Westnetz, Andrea Müller. „Der Arbeitgeber zieht bei allem mit, die Zusammenarbeit ist hervorragend“, betont auch Frank Schreckenberg von der Schwerbehindertenvertretung (SBV). Sein Vorgänger hatte im Jahr 2018 den entscheidenden Einfall: Jobcoaching am Arbeitsplatz. „Es war sinnvoll, dass jemand Externes die Situation aus einer neutralen Perspektive betrachtet hat“, sagt Andrea Müller.

Der Integrationsfachdienst Bonn/Rhein-Sieg übernahm die Vermittlung, die Fachstelle des Rhein-Sieg-Kreises die Kosten.

Jobcoach Peter Lücking arbeitete sich ins Unternehmen ein, lernte Arbeitgeber und Arbeitnehmerin kennen, machte Verbesserungsvorschläge. Zu Beginn fand er noch „ein ziemliches Chaos auf dem Schreibtisch“ von Anka Bücher vor. Sie erarbeiteten ein Farbsystem – nun herrscht wieder Ordnung. Bei der Einarbeitung in eine neue Zeichensoftware halfen Peter Lückings Ideen ebenfalls.

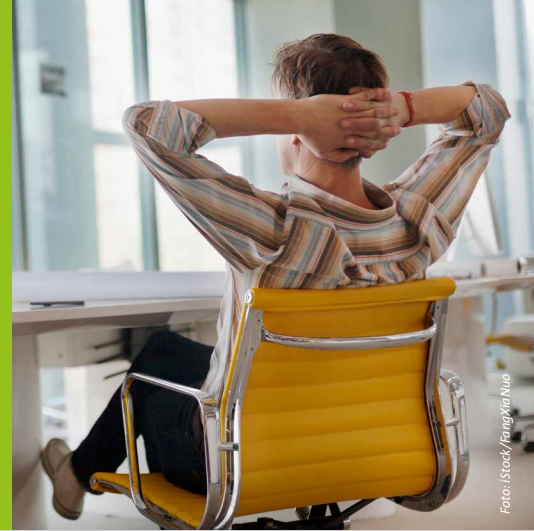
Ihren Humor hatte Anka Bücher auch in der schwierigen Phase der Wiedereingliederung nicht verloren: „Schlimmer geht immer. Die Hauptsache ist: Ich habe überlebt.“ Inzwischen kann sie wieder mit neuem Selbstbewusstsein arbeiten. ■



Beim Jobcoaching hat Anka Bücher gelernt, einer Überlastung vorzubeugen

Psyche hat großen Einfluss

So unterschiedlich Krebserkrankungen sind, so individuell verschieden ist auch die Herangehensweise, wenn Betroffene in den Beruf zurückkehren wollen. Warum Stress unbedingt zu vermeiden ist, erklärt der Psychologe Professor Volker Tschuschke.



? **Die Diagnose Krebs ist für die Betroffenen immer ein Schock und wirft die existenzielle Frage auf: Werde ich das überleben? Darüber hinaus müssen sie aber einen Weg finden, mit der Erkrankung umzugehen. Würden Sie dazu raten, am Arbeitsplatz mit offenen Karten zu spielen?**

Volker Tschuschke Menschen gehen sehr unterschiedlich damit um. Man kann nicht pauschal sagen: „Es ist besser, du gehst an deinem Arbeitsplatz offen damit um.“ Das ist eine individuelle Entscheidung. Manche machen es eher nach innen gerichtet mit sich und den engsten Familienangehörigen oder Freunden aus. Andere nehmen den Druck von sich und gehen damit nach außen offensiv um. Es hängt aber auch vom Klima am Arbeitsplatz ab: Vertraue ich den Kollegen, vertraue ich dem Chef? Da sind viele Komponenten zu berücksichtigen.

? **Was hilft gegen Berührungsängste?**

Tschuschke Der Mensch ist nicht nur ein rationales, kognitives Wesen. Da spielen so viele Vorurteile und Ängste eine Rolle, weil man selbst nicht gut mit der Krankheit umgehen kann. Die Gesunden wollen den Erkrankten nicht belasten und sich selbst auch nicht. Also vermeiden sie das Thema Krebs lieber. Das ist aber eine ganz ungünstige Bewältigungsstrategie. Wir bringen den Leuten an unserem Institut für psychoonkologische Fortbildung nahe: Patienten, die von euch betreut werden, müssen lernen, sich mit

den eigenen Ängsten auseinanderzusetzen. Und das wäre sicherlich auch für Arbeitskolleginnen und -kollegen sowie Chefs wichtig. Wenn man Riesenangst vor der eigenen Endlichkeit hat, ist man befangen oder gestresst im Umgang mit dem Krebserkrankten.

? **Welche Rolle spielt der psychische Stress für die Erkrankten?**

Tschuschke Manche denken leider immer noch: Ich hab's doch in der Brust, ich hab's nicht im Kopf. Aber die Verbindung zwischen Psyche und Krebs ist unglaublich intensiv. Über die Faktoren Stress und Angst wird das Immunsystem belastet und leistet damit dem Tumor Vorschub. Da muss eine Entstressung und Entängstigung her. Wenn man das nicht selbst schafft, dann mit professioneller Hilfe. Es gibt Schätzungen, wonach 30 bis 40 Prozent der Krebspatienten psychoonkologische Unterstützung brauchen.

? **Kann es eine Hilfe sein, möglichst schnell wieder ins Berufsleben und damit in die Normalität zurückzukehren?**

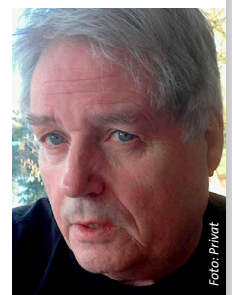
Tschuschke Das hängt davon ab, was für ein Typ Mensch man ist. Da gibt es die Angstgetriebenen, die in ihrem Job am liebsten gar nicht arbeiten würden, die aber des Geldes wegen erwerbstätig sind. Dann gibt es andere, die sich durch den Krebs aus der Leistungsgesellschaft katalpultiert fühlen, die ihr ganzes Leben lang darauf getrimmt worden sind, erfolgreich zu sein und zu funktionieren. Sie sehen

die ganze Hektik der anderen und fühlen sich nicht mehr zugehörig. Das kann sehr belastend sein. Für diese Menschen ist es eine Stütze, möglichst schnell wiedereingegliedert zu werden. Aber das ist natürlich ein Risiko. Dauerhafter, chronischer Stress ist ein krebsauslösender Faktor. Die Hauptsache ist in jedem Fall: Die Betroffenen sollten nicht die notwendigen medizinischen Maßnahmen versäumen oder abkürzen. ■



Zur Person

Bis Februar 2013 lehrte Professor Volker Tschuschke Medizinische Psychologie an der Uniklinik Köln und baute



anschließend den Studiengang Psychotherapiewissenschaft an der Sigmund-Freud-Privatuniversität Berlin mit auf. Der 72-jährige Diplom-Psychologe leitet das Institut für psychoonkologische Fortbildung in Köln und hat dort bereits 600 Teilnehmerinnen und Teilnehmer – Ärzte und Psychologen, aber auch Pflegepersonal und Sozialarbeiter – nach Kriterien der Deutschen Krebsgesellschaft geschult.



Foto: iStock/mixetto

Arbeiten nach Krebs

Wichtige Fragen auf einen Blick

Warum Schwerbehindertenausweis?

Um die Nachteile auszugleichen, die ihnen durch ihre Krankheit entstehen, sollten an Krebs erkrankte Menschen frühzeitig nach der Diagnose einen Schwerbehindertenausweis beantragen. Er wird zeitlich befristet für bis zu fünf Jahre ausgestellt. Nach dieser sogenannten „Heilungsbewährung“ wird neu beurteilt, ob die Krebsbehandlung auch langfristig erfolgreich war.

Welche Nachteilsausgleiche?

Zu den Nachteilsausgleichen für schwerbehinderte Menschen gehören Leistungen und Hilfen des LVR-Inklusionsamtes. Hinzu kommen der besondere Kündigungsschutz, Zusatzurlaub und die Befreiung von Mehrarbeit. Bei Teilzeit kann eine Erwerbsminderungsrente vom Rehabilitationsträger den Lebensunterhalt sichern.

Wie funktioniert das BEM?

Beschäftigte, die innerhalb eines Jahres länger als sechs Wochen arbeitsunfähig waren, haben Anspruch auf Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM). Dabei soll in einem vertraulichen Gespräch mit dem Arbeitgeber, dem Betriebs- oder Personalrat sowie der SBV geklärt werden, wie die Rückkehr in den beruflichen Alltag unterstützt werden kann. Eine BEM-Maßnahme kann zum Beispiel die Anpassung oder Umgestaltung des Arbeitsplatzes oder eine stufenweise Wiedereingliederung sein.



Mehr Informationen

- Krebsinformationsdienst des Deutschen Krebsforschungszentrums (DKFZ):

www.krebsinformationsdienst.de



- Stiftung Deutsche Krebshilfe:

www.krebshilfe.de



Impressum

ZB Rheinland erscheint viermal jährlich als Beilage der Zeitschrift ZB Behinderung & Beruf
Herausgeber Inklusionsamt des Landschaftsverbandes Rheinland (LVR)
Verlag Universum Verlag GmbH, 65175 Wiesbaden, Telefon 06 11/90 30-3 76,
E-Mail elaemmlen@universum.de

Redaktion Timo Wissel (verantw. für Herausgeber), Frauke Borchers, Elly Lämmlein, Holger Schmidt
Herstellung Alexandra Koch
Layout Atelier Stepp, Speyer
Papier Gedruckt auf umweltfreundlich hergestelltem Papier
Druck pva, Industriestraße 15, 76829 Landau/Pfalz

Auflage 29.000
Redaktionsschluss Mai 2020
www.integrationsaemter.de ist das Internet-Angebot der deutschen Integrations- und Inklusionsämter
Kontakt: Timo Wissel, Telefon 02 21/8 09-43 11

Adressänderungen richten Sie bitte an:
adressen.inklusionsamt@lvr.de