

ADHS, endogene Depression - was für Möglichkeiten habe ich?

Beitrag von „CDL“ vom 7. Dezember 2019 22:30

Zitat von Miss Miller

Lieber CDL, du kennst dich ja aus! Ich habe gute Ärzte, die sehr gut mit meinen Diagnosen vertraut sind. Es kommen auch noch andere gesundheitliche Probleme dazu, ich habe z.B. ziemlich heftiges Asthma und ich hatte einen Bandscheibenvorfall - soll ich das auch angeben? Das Asthma schränkt mich ein, der Bandscheibenvorfall nicht. Was genau bedeutet Ermäßigungsstunden? Weniger unterrichten bei gleicher Bezahlung? Ich werde mich bzgl. dieser Möglichkeiten mal an die GEW wenden. Ich muss gestehen, dass ich mich bisher mit all diesen Themen noch nicht auseinandergesetzt habe...Nachteilsausgleich, GdB, GdS, Ermäßigungsstunden - wäre da der Personalrat auch ein guter Ansprechpartner? Ein Bekannter von mir ist im Personalrat.

Liebe Miss Miller, erstmal fühl dich gedrückt. Du bist nicht allein, du bist völlig normal und du machst das offensichtlich verdammt gut, wie du für dich kämpfst, auch wenn es sich vermutlich immer wieder anders anfühlt. Wenn du einen guten PR hast, kann dieser natürlich auch ein Ansprechpartner sein- Meike ist beispielsweise auch Personalrätin, da siehst du, wie fit und empathisch PRs im best case sind- die Schwerbehindertenvertretung solltest du aber spätestens wenn du den GdB hast ergänzend ansprechen, das sind einfach die Experten dafür, deren Beratung du nicht missen möchtest. Diesen Kontakt und Austausch benötigt man, um sich einerseits untereinander zu vernetzen und wichtige Informationen weiterzugeben und andererseits um eben diese Informationen auch von kompetenter Stelle einzuholen.

Ich weiß, es ist schwer, sich nicht an anderen Menschen zu messen und wie viel schwerer es ist gesundheitlich bedingte Einschränkungen zu akzeptieren. Der Schritt einen GdB zu beantragen ist mir auch alles andere als leicht gefallen, war aber absolut richtig und kann ich nur empfehlen.

Der GdS ist ein Grad der Schädigung und wird bei Opfern von Gewaltverbrechen im Rahmen von Opferentschädigungsverfahren (OEG) erhoben. Sollte es dafür eine Basis geben bei dir, wäre ein entsprechender Antrag auf Opferentschädigung sinnvoll. Der Weiße Ring ist bei diesen Anträgen ein äußerst hilfreicher und kompetenter Ansprechpartner. Wenn es keinen entsprechenden Hintergrund bei dir gibt, reicht es völlig aus einen Antrag bei deinem Versorgungsamt auf Feststellung eines GdB zu stellen. Deine Therapeutin kann dich sicherlich hierbei kompetent beraten, nachdem sie dir den Antrag empfohlen hat. In dem Antrag solltest du auf jeden Fall ALLE gesundheitlichen Probleme angeben und entsprechend nachweisen (ärztliche Atteste/Arztbriefe mit z.B. Ergebnissen der letzten Untersuchungen beim

Pneumologen/Schweigepflichtsentbindungen für deine behandelnden Fachärzte/Klinikaufenthalte...). Was nicht relevant ist für die Zumessung eines GdB wird vom Versorgungsamt nicht berücksichtigt. Asthma ist genauso wie Depressionen je nach Schweregrad definitiv relevant und kann in Ergänzung zur Depression bereits einen GdB 50 und höher ergeben. Ob der Bandscheibenvorfall noch relevant ist kommt wohl darauf an, inwieweit dieser entsprechend schwerwiegende gesundheitliche Folgeprobleme verursacht hat (wobei du ja schreibst, er schränke dich nicht mehr ein). Im Zweifelsfall mit angeben und das Versorgungsamt prüfen und entscheiden lassen. Das ADHS natürlich auch mit angeben.

Ermäßigungsstunden bedeutet, dass du z.B. bei einem TZ-Deputat von 13 Wochenstunden nur noch 10 Wochenstunden Unterricht halten musst, aber für 13 Stunden bezahlt wirst.

Wenn du weitere Fragen hast, melde dich gerne. Vor allem aber achte gut auf dich und erlaube dir notwendige Pausen, um Kraft zu schöpfen, Ressourcenarbeit zu leisten und erlaube dir dich nicht mit KuK zu vergleichen. Du bist du und hast dein Tempo, deine Bedürfnisse, deine Grenzen.

P.S. Herr CDL ist eine Frau CDL, auch wenn ich immer mal wieder von neuen Usern im Forum für einen Mann gehalten werde. (Warum eigentlich?) 😊