

# Gespräche zum Thema „Arbeiten mit chronischer Erkrankung“ in der Selbsthilfegruppe

Wenn Sie das Thema „Arbeiten mit chronischer Erkrankung“ in Ihrer Selbsthilfegruppe aufgreifen möchten, können Ihnen die folgenden Fragen helfen, ein Gespräch und einen Austausch anzuregen.

Ein gemeinsames Ziel könnte sein, zunächst die verschiedenen Herausforderungen zu sammeln, die beim Arbeiten mit chronischer Erkrankung auftauchen. Auf dieser Basis können anschließend konkrete Handlungs- und Lösungsstrategien miteinander geteilt oder gemeinsam in der Gruppe entwickelt werden.

## Mögliche Fragen für einen Austausch in der Gruppe:

1. Welchen Herausforderungen begegnet ihr im Arbeitsalltag mit chronischer Erkrankung?
  2. Wie geht ihr mit diesen Herausforderungen um?

**3.** Bei unsichtbaren Erkrankungen: Weiß euer Arbeitgeber über eure Erkrankung Bescheid? Und wie habt ihr diese Entscheidung getroffen?

**4.** Welche Arbeitsbedingungen unterstützen euch?  
Welche sind für euch eher schwierig?

**5.** Wie ladet ihr nach der Arbeit eure Energiereserven wieder auf?

**6.** Wie geht ihr bei der Jobsuche vor? Worauf achtet ihr bei Stellenanzeigen und in Bewerbungsgesprächen?

**7.** Wie geht ihr damit um, wenn es euch nicht gut geht?  
Wann meldet ihr euch krank, wann nicht?

**Nach dem gemeinsamen Austausch können alle teilnehmenden Personen für sich selbst reflektieren:**

Was sind meine größten Herausforderungen im Arbeitsalltag?

**1.**

**2.**

**3.**

Welche der Erfahrungen meiner Gruppe könnten mir dabei helfen, meinen Arbeitsalltag zu erleichtern?

**1.**

**2.**

**3.**