

Checkliste zur Darstellung Ihrer wesentlichen Beeinträchtigungen im Schwerbehindertenverfahren

Teil 1

1 Warum diese Angaben wichtig sind



Die Behörde muss verstehen, wie sich Ihre Erkrankungen konkret im Alltag auswirken, damit der Grad der Behinderung (GdB) richtig eingeschätzt werden kann. Es reicht nicht aus, nur Diagnosen aufzulisten – entscheidend ist die tatsächliche Einschränkung in Alltag, Beruf und sozialer Teilhabe.

Bitte beschreiben Sie Ihre Beeinträchtigungen stichpunktartig – Krankheit für Krankheit.

2 Beispiele



- **Arthrose** rechtes Knie – Treppensteigen nur mit Geländer möglich, längeres Stehen (über 10 Minuten) sehr schmerzhaft.



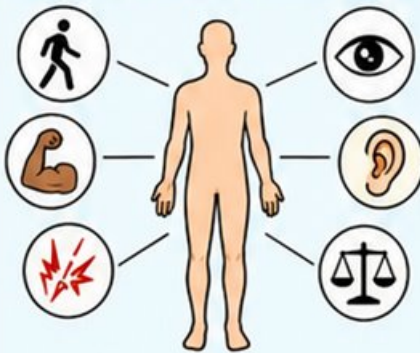
- **Depressive Episode** – schnelle Erschöpfung, Rückzug, Konzentration nur kurzzeitig möglich.



- **Tinnitus** – ständiges Ohrgeräusch, erschwert Einschlafen und Konzentration.

3 1. Körperliche Beeinträchtigungen

Bitte beschreiben Sie, welche körperlichen Einschränkungen Sie haben. Denken Sie dabei an:



4 Beweglichkeit

Gehen, Stehen, Sitzen, Bücken, Heben, Tragen, Gleichgewicht



Beispiel: Kann nur kurze Strecken (ca. 100 m) ohne Pause gehen.

5 Kraft und Ausdauer

Wie schnell ermüden Sie?



Beispiel: Nach 15 Minuten Hausarbeit starke Erschöpfung.

6 Schmerzen

Wo, wann, wie häufig und wie stark treten sie auf?



Beispiel: Tägliche Schmerzen im unteren Rücken, besonders morgens und bei Wetterwechsel.

7 Sinnesorgane

Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Gleichgewicht



Beispiel: Sehen eingeschränkt bei Dunkelheit, Schwierigkeiten beim Lesen kleiner Schrift.

8 2. Psychische und seelische Beeinträchtigungen

Falls Sie unter psychischen Belastungen leiden, beschreiben Sie bitte:



9 Wichtige Punkte



- **Stimmung und Antrieb:** Niedergeschlagenheit, Antriebslosigkeit, Schlafprobleme



- **Konzentration und Gedächtnis:** Schwierigkeiten, Dinge zu merken oder sich länger auf etwas zu konzentrieren



- **Soziale Kontakte:** Rückzug, Überforderung im Kontakt mit anderen Menschen



- **Stressbelastung:** Wie reagieren Sie auf Zeitdruck, Konflikte, Veränderungen?



Geräusche und Menschenmengen führen zu innerer Unruhe, Rückzug nötig.



Ihre persönlichen Erfahrungen sind entscheidend für eine gerechte Einschätzung des GdB. Nehmen Sie sich Zeit und beschreiben Sie so konkret wie möglich.

Fortsetzung in Teil 2

Checkliste zur Darstellung Ihrer wesentlichen Beeinträchtigungen im Schwerbehindertenverfahren

Teil 2

1 3. Innere Erkrankungen (Herz, Lunge, Stoffwechsel etc.)

Bitte beschreiben Sie, welche alltäglichen Folgen Ihre inneren Erkrankungen haben.



2 Belastbarkeit

Atemnot, Herzrasen, Schwindel bei Anstrengung



3 Behandlung und Medikamente

Müssen Sie sich regelmäßig schonen, Insulin spritzen, häufig zum Arzt?



4 Nebenwirkungen

Müdigkeit, Schwindel, Verdauungsprobleme usw.



5 4. Einschränkungen im Alltag und in der Teilhabe am Leben

Beschreiben Sie bitte, wie sich Ihre gesundheitlichen Probleme auf Ihren Alltag auswirken. Denken Sie an:



6 Alltagsbereiche

- Selbstversorgung:** Ankleiden, Waschen, Haushalt, Einkaufen
- Mobilität:** Autofahren, Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel, längere Wege
- Kommunikation:** Hören, Sprechen, Verstehen
- Freizeit und soziale Kontakte:** Teilnahme an Vereinsleben, Treffen mit Freunden
- Berufliche Tätigkeit:** Konzentrationsfähigkeit, körperliche Belastbarkeit, regelmäßige Fehlzeiten

7 Beispiele

- Kann nur mit Unterstützung einkaufen gehen.
- Kein Autofahren möglich wegen Schwindelanfällen.
- Kann nicht mehr an Familienfeiern teilnehmen, da Lärm und Unruhe Panik auslösen.

8 5. Hilfsmittel und Unterstützung

Bitte geben Sie an, ob und welche Hilfsmittel oder Unterstützung Sie benötigen:



9 Hilfsmittel

- Rollator, Gehhilfe, orthopädische Schuhe
- Hörgerät, Brille, Kompressionsstrümpfe
- Hilfe durch Angehörige, Pflegedienst oder Haushaltshilfe
- Tägliche Unterstützung beim Anziehen von Kompressionsstrümpfen.

10 Hinweise zur Form der Zuarbeit

Krankheit	Einschränkungen
Herzinsuffizienz	• • •
Arthrose Knie	• • •
Depression	• • •

- Stichpunkte genügen vollkommen.
- Eine tabellarische Auflistung (z. B. Krankheit + Einschränkungen) ist sehr hilfreich.
- Je konkreter Sie beschreiben, was Sie nicht oder nur unter Schmerzen bzw. Anstrengung können, desto besser kann ich Ihre Angaben für das Verfahren aufbereiten.

Wichtig: Nicht nur die Diagnose zählt – entscheidend sind die konkreten Auswirkungen im Alltag.



Teil 1 enthält die körperlichen sowie psychischen und seelischen Beeinträchtigungen.