

# Aktiv im Arbeitsleben trotz Depression

Gera Gutberlet-Zerbe steht mit Rat zur Seite

REGION HILDESHEIM. Burn-out- oder depressiv-psycho-tisch geprägt sein, aber trotzdem wieder am Arbeitsleben teilhaben, das wünscht sich Gerda Gutberlet-Zerbe für die betroffenen Menschen, und sie hat es mit 37 Arbeits-jahren vorgelebt. Sie sagt: „Es ist wichtig für die Menschen, Lebensaufgaben zu haben, um auch der eigenen Krank-heit ein Stück ‚davonlaufen‘ zu können“.

Gerda Gutberlet-Zerbe war kürzlich in Syke bei Bremen mit einer Veranstaltung und bringt eine Menge positiver Erfahrungen mit, die sie sehr motivieren, weiter im Ent-wicklungsprozess Depressio-nen voranzugehen.

Als Ergebnis wurde vom dor-tigen Behindertenbeirat an-gedacht, sie in die Betrieb hineinzubringen, damit Auf-klärung in den Manager-Eta-gen erreicht werden kann. Gutberlet-Zerbe: „Psychisch betroffene Menschen sind nach der Akut-Phase durch-aus wieder in der Lage, ggf. unter veränderten Bedingun-gen (Stressanforderungs-Mini-mierung), weiterhin am Ar-beitsleben teilzunehmen.“

Da diese Volkskrankheit eine steigende Tendenz verzeich-ne, müsse die Gesellschaft jetzt schnell und gezielt da-rauf reagieren, um die Krank-heit aus der Tabuzone heraus-zubringen. Ein Prozess, den Gerda Gutberlet-Zerbe gern positiv mit begleitet.



Gerda Gutberlet-Zerbe.

Foto: Grassmann

Nach einer Veranstaltung in Wolfsburg kam beispielsweise eine leitende Personal-Mitarbeiterin auf sie zu und bat um Hilfe bei der Frage: „Wir möchten gern den drei oder vier betroffenen Menschen in unserem Betrieb wohlwollend durch Teilzeitarbeit o. ä. helfen, aber die Betroffenen ignorieren, dass sie krank und ggf. weniger belastbar in der gleichen Position sind.“

Zu solchen oder ähnlichen Fragen und wie das im Einzelnen aussehen kann, dazu

möchte die 58-Jährige aus dem Landkreis Hildesheim psychisch Betroffene und im Berufsleben gestandene Sekretärin/Geschäftsleitungs-/Chef- und Schulsekretärin Aufklärung in Zusammenarbeit mit den Unternehmens-/Personalleitungen, auch Rat und Impulse geben.

Interessierte Unternehmen können sich an sie wenden unter

[www.mutmacherin-depressionen.de](http://www.mutmacherin-depressionen.de).