Hauptsitz:
KE!N EINZELFALL e.V.
Schiffbeker Höhe 30
22119 Hamburg

Unsere Landesstellen:
Bayern I Berlin
Sachsen-Anhalt
Schleswig-Holstein

Der **KE!N EINZELFALL e.V.** steht für **Sichtbarkeit, Gehör und Unterstützung**!

Gern möchten wir dich unterstützen und stellen dir Informationsmaterial zur Verfügung.
Unser Informationsmaterial dient ausschließlich der Aufklärung. Es ersetzt keine Rechtsberatung und keine Therapie.

Thema: Ärztliches Attest zur Unzumutbarkeit persönlicher Vorsprachen

Vielleicht kennst du folgende Situation: Du erhältst eine Einladung von einer Behörde, einer Krankenkasse, dem Jobcenter, dem Sozialamt, dem Versorgungsamt oder einer anderen Stelle.
Du sollst persönlich erscheinen. Für viele Menschen ist das eine normale Angelegenheit.
Für dich kann eine persönliche Vorsprache jedoch eine erhebliche gesundheitliche Belastung darstellen. Vielleicht lösen Behördengebäude, Wartebereiche oder Gespräche mit fremden Personen starke Ängste aus. Vielleicht treten Panikattacken, Flashbacks oder Dissoziationen auf.
Vielleicht führt bereits die Anreise zu einer massiven Überforderung. Vielleicht bist du aufgrund deiner gesundheitlichen Einschränkungen aktuell nicht in der Lage, persönliche Termine wahrzunehmen.

Was bedeutet „Unzumutbarkeit persönlicher Vorsprachen“?
Das bedeutet nicht automatisch, dass du niemals persönlich erscheinen kannst.
Vielmehr bedeutet es: **Eine persönliche Vorsprache ist aktuell oder dauerhaft mit erheblichen gesundheitlichen Belastungen verbunden und daher nicht zumutbar.** Die Gründe können körperlicher oder psychischer Natur sein.

Wann kann ein Attest sinnvoll sein?
Ein Attest kann sinnvoll sein, wenn persönliche Vorsprachen regelmäßig zu erheblichen gesundheitlichen Problemen führen.
Zum Beispiel bei: PTBS oder komplexer PTBS, Traumafolgestörungen, Angst- und Panikstörungen, sozialer Phobie, Autismus-Spektrum-Störungen, schweren Depressionen, Dissoziation, neurologischen Erkrankungen, chronischen Erkrankungen, erheblichen Mobilitätseinschränkungen, anderen gesundheitlichen Belastungen.

Warum können persönliche Vorsprachen problematisch sein?
Je nach Erkrankung können bereits Anreise, Wartezeiten oder Gespräche erhebliche Belastungen auslösen.
Zum Beispiel: Panikattacken, Flashbacks, Dissoziationen, Orientierungslosigkeit, Überforderung, emotionale Zusammenbrüche, starke Stressreaktionen, Konzentrationsstörungen, körperliche Beschwerden. Gerade bei Traumafolgestörungen können Behördenkontakte mit erheblichen Belastungen verbunden sein.

Welche Alternativen gibt es?
Wenn persönliche Vorsprachen nicht möglich sind, können je nach Situation andere Formen der Kommunikation in Betracht kommen. Zum Beispiel: schriftliche Kommunikation, E-Mail, Videotermine, Telefontermine, Kommunikation über Bevollmächtigte, Kommunikation über Vertrauenspersonen, Hausbesuche, schriftliche Stellungnahmen.

Kontakt:
kontakt@kein-einzelfall.de
verwaltung@kein-einzelfall.de
presse@kein-einzelfall.de
Webseite:
www.kein-einzelfall.de

KE!N EINZELFALL e.V.
Vereinsregister Hamburg
Vereinsregisternr. 25873
Finanzamt Hamburg
17/432/18244

Bankverbindung:
KEIN EINZELFALL e. V. – Opferhilfe für soziale Gerechtigkeit
Deutsche Skatbank
IBAN DE79 8306 5408 0006 8893 10
BIC GENODEF1SLR

Ihr wollt uns unterstützen?
Wir freuen uns über eure Hilfe. Kontaktiert uns gern oder unterstützt uns durch eine Spende auf unser Bankkonto oder per Paypal an:
paypal@kein-einzelfall.de

Hauptsitz:
KE!N EINZELFALL e.V.
Schiffbeker Höhe 30
22119 Hamburg

Unsere Landesstellen:
Bayern I Berlin
Sachsen-Anhalt
Schleswig-Holstein

Was sollte in einem Attest beschrieben werden?
Nicht die Diagnose allein ist entscheidend. Wichtiger ist die Frage: **Warum ist eine persönliche Vorsprache gesundheitlich nicht zumutbar?**

Mustertext für ein ärztliches Attest
Der folgende Text dient ausschließlich als Beispiel. Er muss immer an deine persönliche Situation angepasst und von deinem behandelnden Arzt oder deiner behandelnden Ärztin geprüft werden.

Textbeispiel für deinen Arzt

Sehr geehrte Damen und Herren,

die oben genannte Patientin befindet sich aufgrund einer gesundheitlichen Erkrankung in meiner regelmäßigen Behandlung. Aufgrund der bestehenden gesundheitlichen Einschränkungen führen persönliche Vorsprachen bei Behörden, Institutionen oder vergleichbaren Stellen zu erheblichen gesundheitlichen Belastungen. Insbesondere kommt es zu Angstzuständen, Überforderungssituationen, Stressreaktionen sowie einer deutlichen Verschlechterung des Gesundheitszustandes.
Aus medizinischer Sicht sind persönliche Vorsprachen derzeit nicht zumutbar.
Zur Vermeidung gesundheitlicher Verschlechterungen wird empfohlen, alternative Kommunikationswege wie schriftliche Kommunikation, Videotermine, Telefontermine oder die Kommunikation über bevollmächtigte beziehungsweise begleitende Personen zu nutzen.
Die Unzumutbarkeit persönlicher Vorsprachen wird aus medizinischer Sicht ausdrücklich bestätigt.

Mit freundlichen Grüßen
[Unterschrift / Stempel Arzt]
----- Ende Beispieltext -----

Häufige Irrtümer
„Ich muss persönlich erscheinen, egal wie schlecht es mir geht." Nein. Wenn persönliche Vorsprachen gesundheitlich unzumutbar sind, können Alternativen in Betracht kommen.
„Ein Attest bedeutet, dass ich nie wieder zu einer Behörde muss." Nein. Es geht darum, die aktuelle gesundheitliche Situation zu berücksichtigen und angemessene Alternativen zu ermöglichen.
Viele Menschen versuchen trotz erheblicher gesundheitlicher Belastungen, jeden Termin persönlich wahrzunehmen. Oft aus Angst vor Nachteilen oder weil sie niemandem zur Last fallen möchten.
Und du darfst darum bitten, dass andere Wege der Kommunikation genutzt werden.
Mitwirkung bedeutet nicht, deine Gesundheit zu gefährden.

Für Sichtbarkeit, Gehör und Unterstützung. Gemeinsam **KE!N EINZELFALL e.V.**

Beste Grüße
Das Team von
KE!N EINZELFALL e.V.
Opferhilfe für soziale Gerechtigkeit

Kontakt:
kontakt@kein-einzelfall.de
verwaltung@kein-einzelfall.de
presse@kein-einzelfall.de
Webseite:
www.kein-einzelfall.de

KE!N EINZELFALL e.V.
Vereinsregister Hamburg
Vereinsregisternr. 25873
Finanzamt Hamburg
17/432/18244

Bankverbindung:
KEIN EINZELFALL e. V. – Opferhilfe für soziale Gerechtigkeit
Deutsche Skatbank
IBAN DE79 8306 5408 0006 8893 10
BIC GENODEF1SLR

Ihr wollt uns unterstützen?
Wir freuen uns über eure Hilfe. Kontaktiert uns gern oder unterstützt uns durch eine Spende auf unser Bankkonto oder per Paypal an:
paypal@kein-einzelfall.de