

Postvacinfo

Vorlage & Arbeitshilfe

Thema: GdB / Schwerbehindertenrecht

Dokument: Funktionsbeeinträchtigungen

Version: 1.0

Rechtsstand: August 2026

Zuletzt fachlich geprüft: 11.08.2026

Meine Funktionsbeeinträchtigungen

Ergänzende Übersicht für das GdB-Verfahren

Name:

Stand:

Der GdB soll die Auswirkungen gesundheitlicher Beeinträchtigungen auf die Teilhabe abbilden. Deshalb ist es sinnvoll, neben Diagnosen insbesondere die tatsächlichen Auswirkungen im Alltag nachvollziehbar zu beschreiben.

Gesamtübersicht

Gesundheitsstörung	konkrete Beeinträchtigung	Häufigkeit	Auswirkung im Alltag	ärztlicher Beleg

Hinweis: Diese Vorlage dient der Vorbereitung, Dokumentation und Organisation eines Verfahrens nach dem Schwerbehindertenrecht. Sie ersetzt weder das amtliche Antragsformular noch individuelle medizinische oder rechtliche Beratung.

Mobilität

Gehen

Ungefähr möglich für / Strecke:

Danach notwendig:

☐ Pause ☐ Sitzen ☐ Liegen ☐ Unterstützung

Konkrete Auswirkungen:

Stehen

Ungefähr möglich für:

Folgen:

Treppen

☐ ohne Einschränkung ☐ nur langsam ☐ mit Pause
☐ mit Geländer / Hilfe ☐ nicht möglich

Beschreibung:

Hände und Arme

Beeinträchtigt sind:

☐ Greifen	☐ Festhalten
☐ Schreiben	☐ Tippen
☐ Tragen	☐ Feinmotorik
☐ Überkopfarbeiten	☐ Anziehen
☐ Körperpflege	☐ andere: _____

Konkretes Beispiel:

Schmerzen

Bereiche:

Häufigkeit:

☐ gelegentlich ☐ täglich ☐ ständig ☐ schwankend

Was muss wegen der Schmerzen vermieden oder abgebrochen werden?

Auswirkungen:

Kreislauf / Stehen / Orthostase

- | | |
|---|---|
| ☐ Schwindel | ☐ Herzrasen |
| ☐ Schwäche | ☐ Beinahe-Ohnmacht |
| ☐ Ohnmacht | ☐ Verschlechterung beim Stehen |
| ☐ anderes: _____ | |

Auswirkungen:

Körperliche Belastbarkeit

Welche Tätigkeit ist möglich?

Wie lange ungefähr?

Welche Erholung ist danach erforderlich?

Folgen stärkerer Belastung:

PEM / verzögerte Belastungsverschlechterung – falls relevant

Auslöser:

Verschlechterung beginnt nach:

Dauer:

Welche Funktionen sind anschließend zusätzlich eingeschränkt?

Konzentration und Gedächtnis

Beeinträchtigt sind:

- | | |
|---|---|
| ☐ Lesen | ☐ längere Gespräche |
| ☐ Bildschirmarbeit | ☐ Entscheidungen |
| ☐ Erinnern | ☐ mehrere Informationen gleichzeitig verarbeiten |
| ☐ Organisation | ☐ andere: _____ |

Beispiel aus dem Alltag:

Kommunikation

- ☐ längere Gespräche schwierig
- ☐ Wortfindungsstörungen
- ☐ Reizüberlastung
- ☐ verlangsamte Verarbeitung
- ☐ telefonieren schwierig
- ☐ anderes: _____

Selbstversorgung

Benötige Einschränkungen / Hilfe bei:

- | | |
|---|---|
| ☐ Duschen | ☐ Baden |
| ☐ Anziehen | ☐ Haare waschen |
| ☐ Essen zubereiten | ☐ Toilettengang |
| ☐ Medikamentenorganisation | ☐ anderes: _____ |

Hilfe erforderlich?

- ☐ nein ☐ gelegentlich ☐ regelmäßig

Beschreibung:

Haushalt

Eingeschränkt sind:

- | | |
|--|------------------------------------|
| ☐ Kochen | ☐ Putzen |
| ☐ Wäsche | ☐ Einkaufen |
| ☐ Tragen | ☐ Aufräumen |
| ☐ andere: _____ | |

Was muss eine andere Person übernehmen?

Schlaf und Erholung

- | | |
|--|--|
| ☐ Einschlafprobleme | ☐ Durchschlafprobleme |
| ☐ nicht erholsamer Schlaf | ☐ Schmerzen stören Schlaf |
| ☐ Tagesruhe erforderlich | ☐ anderes: _____ |

Auswirkungen am Tag:

Soziale Teilhabe

Eingeschränkt sind:

- | | |
|--|---|
| ☐ Besuche | ☐ Veranstaltungen |
| ☐ Freizeitaktivitäten | ☐ Familienleben |
| ☐ Reisen | ☐ Vereinstätigkeit |
| ☐ andere: _____ | |

Warum?

Beruf / Ausbildung

Beeinträchtigt sind:

- | | |
|--|---|
| ☐ Arbeitsdauer | ☐ Konzentration |
| ☐ Sitzen | ☐ Stehen |
| ☐ körperliche Tätigkeiten | ☐ Bildschirmarbeit |
| ☐ Termine / Besprechungen | ☐ Arbeitsweg |
| ☐ Fehlzeiten | ☐ anderes: _____ |

Konkrete Auswirkungen:

Schwankender Verlauf

Mein Gesundheitszustand ist:

- ☐ weitgehend konstant ☐ schwankend ☐ belastungsabhängig
- ☐ tageweise sehr unterschiedlich

Typischer besserer Tag:

Typischer schlechterer Tag:

Häufigkeit schlechter Tage:

Ärztliche Belege

Beeinträchtigung	Arzt / Einrichtung	Dokument	Datum

Hinweis

Diese Übersicht dient der Beschreibung tatsächlicher Funktions- und Teilhabebeeinträchtigungen. Sie ist ausdrücklich nicht dafür gedacht, selbst bestimmte GdB-Werte einzelnen Erkrankungen zuzuordnen.