

Thema: Erwerbsminderungsrente

Dokument: Mein Leistungsvermögen

Version: 1.0

Rechtsstand: August 2026

Zuletzt fachlich geprüft: 11.08.2026

Mein Leistungsvermögen im Erwerbsleben

Ergänzende Übersicht für ein Verfahren wegen Erwerbsminderung

Hinweis

Diese Vorlage soll nicht selbst feststellen: „Ich bin voll erwerbsgemindert.“ Sie soll möglichst konkret dokumentieren, welche Tätigkeiten unter welchen Bedingungen noch regelmäßig und verlässlich möglich sind. Die endgültige sozialmedizinische Bewertung trifft die Deutsche Rentenversicherung beziehungsweise im Streitfall das Gericht.

Was bedeutet Leistungsvermögen?

Die DRV unterscheidet:

Qualitatives Leistungsvermögen

Welche Tätigkeiten und Arbeitsbedingungen gesundheitlich noch möglich sind – und welche nicht.

Quantitatives Leistungsvermögen

Wie lange eine Tätigkeit unter diesen gesundheitlich möglichen Bedingungen arbeitstäglich ausgeübt werden kann.

Hinweis: Diese Vorlage dient der Vorbereitung, Dokumentation und Organisation eines Verfahrens zur Erwerbsminderungsrente. Sie ersetzt weder die offiziellen Formulare der Deutschen Rentenversicherung noch eine individuelle sozialrechtliche oder medizinische Beratung. Die sozialmedizinische Beurteilung des Leistungsvermögens erfolgt durch den Rentenversicherungsträger beziehungsweise im Streitfall durch das zuständige Gericht.

Die rentenrechtlich relevanten Zeitkategorien sind: unter 3 Stunden, 3 bis unter 6 Stunden, 6 Stunden und mehr — je Arbeitstag.

Meine Selbsteinschätzung

Stand: _____

Welche Tätigkeit könnte ich grundsätzlich noch ausüben?

Unter welchen Bedingungen?

1. Arbeitsdauer

Wenn ich eine meinen gesundheitlichen Einschränkungen angepasste Tätigkeit ausüben müsste:

Wie lange wäre dies nach meiner eigenen Einschätzung regelmäßig arbeitstäglich möglich?

- ☐ unter 3 Stunden
- ☐ 3 bis unter 6 Stunden
- ☐ 6 Stunden oder mehr
- ☐ kann ich nicht verlässlich einschätzen

Warum?

Hinweis: Diese Vorlage dient der Vorbereitung, Dokumentation und Organisation eines Verfahrens zur Erwerbsminderungsrente. Sie ersetzt weder die offiziellen Formulare der Deutschen Rentenversicherung noch eine individuelle sozialrechtliche oder medizinische Beratung. Die sozialmedizinische Beurteilung des Leistungsvermögens erfolgt durch den Rentenversicherungsträger beziehungsweise im Streitfall durch das zuständige Gericht.

Wichtig

Nicht die maximale Leistung an einem einzelnen guten Tag eintragen, sondern die regelmäßig tragfähige Leistungsfähigkeit unter den tatsächlich notwendigen Bedingungen.

2. Sitzen

am Stück ungefähr möglich: _____

Danach:

- ☐ Positionswechsel
- ☐ kurze Pause
- ☐ längere Pause
- ☐ Liegen erforderlich
- ☐ Tätigkeit muss beendet werden

Grund / Beschwerden: _____

3. Stehen

am Stück ungefähr möglich: _____

Folgen: _____

4. Gehen

ungefähre Strecke / Dauer: _____

Hinweis: Diese Vorlage dient der Vorbereitung, Dokumentation und Organisation eines Verfahrens zur Erwerbsminderungsrente. Sie ersetzt weder die offiziellen Formulare der Deutschen Rentenversicherung noch eine individuelle sozialrechtliche oder medizinische Beratung. Die sozialmedizinische Beurteilung des Leistungsvermögens erfolgt durch den Rentenversicherungsträger beziehungsweise im Streitfall durch das zuständige Gericht.

Hilfsmittel: _____

Folgen: _____

5. Wechsel der Körperhaltung

- ☐ Sitzen überwiegend möglich
- ☐ Stehen überwiegend möglich
- ☐ Gehen erforderlich
- ☐ regelmäßiger Wechsel erforderlich
- ☐ keine Haltung längere Zeit möglich

Beschreibung: _____

6. Heben und Tragen

regelmäßig möglich ungefähr bis: _____ kg

gelegentlich ungefähr bis: _____ kg

Nicht möglich / eingeschränkt:

- ☐ Tragen über längere Strecke
- ☐ Heben vom Boden
- ☐ Überkopfarbeiten
- ☐ Arbeiten mit ausgestreckten Armen
- ☐ anderes: _____

Hinweis: Diese Vorlage dient der Vorbereitung, Dokumentation und Organisation eines Verfahrens zur Erwerbsminderungsrente. Sie ersetzt weder die offiziellen Formulare der Deutschen Rentenversicherung noch eine individuelle sozialrechtliche oder medizinische Beratung. Die sozialmedizinische Beurteilung des Leistungsvermögens erfolgt durch den Rentenversicherungsträger beziehungsweise im Streitfall durch das zuständige Gericht.

7. Hände und Arme

Eingeschränkt:

- ☐ Schreiben
- ☐ Tippen
- ☐ Greifen
- ☐ Feinmotorik
- ☐ beidhändige Tätigkeiten
- ☐ repetitive Bewegungen
- ☐ Halten von Gegenständen
- ☐ Kraft
- ☐ anderes: _____

Wie lange / wie häufig? _____

8. Konzentration und geistige Belastbarkeit

konzentriertes Arbeiten – am Stück ungefähr: _____

danach benötigte Erholung: _____

Probleme bestehen bei:

- ☐ längeren Texten
- ☐ komplexen Aufgaben
- ☐ mehreren Aufgaben gleichzeitig

Hinweis: Diese Vorlage dient der Vorbereitung, Dokumentation und Organisation eines Verfahrens zur Erwerbsminderungsrente. Sie ersetzt weder die offiziellen Formulare der Deutschen Rentenversicherung noch eine individuelle sozialrechtliche oder medizinische Beratung. Die sozialmedizinische Beurteilung des Leistungsvermögens erfolgt durch den Rentenversicherungsträger beziehungsweise im Streitfall durch das zuständige Gericht.

- ☐ Zeitdruck
- ☐ Unterbrechungen
- ☐ Publikumsverkehr
- ☐ Telefonaten
- ☐ Entscheidungen
- ☐ Merkfähigkeit
- ☐ Reaktionsfähigkeit
- ☐ anderem: _____

Die qualitative Leistungsbeurteilung der DRV umfasst neben körperlichen Anforderungen auch psychomentele, sensorische, bewegungsbezogene, kardiopulmonale und weitere relevante Einschränkungen.

9. Arbeitsorganisation

Gesundheitlich problematisch sind:

- ☐ Zeitdruck
- ☐ Akkord
- ☐ häufige Unterbrechungen
- ☐ hohe Verantwortung
- ☐ häufig wechselnde Aufgaben
- ☐ Publikumsverkehr
- ☐ Schichtarbeit
- ☐ Nachtschicht

Hinweis: Diese Vorlage dient der Vorbereitung, Dokumentation und Organisation eines Verfahrens zur Erwerbsminderungsrente. Sie ersetzt weder die offiziellen Formulare der Deutschen Rentenversicherung noch eine individuelle sozialrechtliche oder medizinische Beratung. Die sozialmedizinische Beurteilung des Leistungsvermögens erfolgt durch den Rentenversicherungsträger beziehungsweise im Streitfall durch das zuständige Gericht.

- ☐ sehr frühe Arbeitszeiten
 - ☐ längere Bildschirmarbeit
 - ☐ anderes: _____
-

10. Umgebungsbedingungen

Problematisch:

- ☐ Hitze
 - ☐ Kälte
 - ☐ Zugluft
 - ☐ Lärm
 - ☐ helles Licht
 - ☐ Staub
 - ☐ Dämpfe / Gerüche
 - ☐ Allergene
 - ☐ Vibration
 - ☐ anderes: _____
-

11. Zusätzliche Pausen

Benötige ich über normale Arbeitsunterbrechungen hinaus Pausen?

- ☐ nein
- ☐ ja

Hinweis: Diese Vorlage dient der Vorbereitung, Dokumentation und Organisation eines Verfahrens zur Erwerbsminderungsrente. Sie ersetzt weder die offiziellen Formulare der Deutschen Rentenversicherung noch eine individuelle sozialrechtliche oder medizinische Beratung. Die sozialmedizinische Beurteilung des Leistungsvermögens erfolgt durch den Rentenversicherungsträger beziehungsweise im Streitfall durch das zuständige Gericht.

ungefähr alle: _____

Dauer: _____

In der Pause muss ich:

- ☐ sitzen
- ☐ mich bewegen
- ☐ liegen
- ☐ Ruhe / Reizabschirmung haben
- ☐ Medikamente / Behandlung durchführen
- ☐ anderes: _____

Zusätzliche betriebsunübliche Pausen können rentenrechtlich relevant sein, weil die Erwerbsfähigkeit unter den üblichen Bedingungen des allgemeinen Arbeitsmarktes bewertet wird.

12. Belastungsfolgen

Kann ich eine Tätigkeit zwar zunächst durchführen, aber entstehen anschließend erhebliche Folgen?

- ☐ nein
- ☐ ja

Auslöser: _____

Verschlechterung nach: _____

Dauer: _____

Welche Funktionen sind anschließend beeinträchtigt?

Hinweis: Diese Vorlage dient der Vorbereitung, Dokumentation und Organisation eines Verfahrens zur Erwerbsminderungsrente. Sie ersetzt weder die offiziellen Formulare der Deutschen Rentenversicherung noch eine individuelle sozialrechtliche oder medizinische Beratung. Die sozialmedizinische Beurteilung des Leistungsvermögens erfolgt durch den Rentenversicherungsträger beziehungsweise im Streitfall durch das zuständige Gericht.

Bei schwankenden oder belastungsabhängigen Erkrankungen sollte möglichst zwischen der kurzfristigen Durchführbarkeit einer Tätigkeit und ihrer regelmäßigen Wiederholbarkeit unterschieden werden.

13. Wegefähigkeit

Zur Erwerbsfähigkeit gehört grundsätzlich auch die gesundheitliche Möglichkeit, einen Arbeitsplatz zu erreichen. Die DRV berücksichtigt dabei unter anderem Gehfähigkeit, öffentliche Verkehrsmittel und verfügbare Mobilitätshilfen. Ihre aktuelle Rechtsanwendung orientiert sich bei der Wegefähigkeit unter anderem daran, ob Wegstrecken von über 500 Metern viermal täglich jeweils innerhalb von etwa 20 Minuten zurückgelegt und öffentliche Verkehrsmittel zu den Hauptverkehrszeiten genutzt werden können; ein verfügbares geeignetes Kraftfahrzeug kann dabei relevant sein.

Zu Fuß

ungefähr mögliche Strecke: _____

Zeit dafür: _____

Öffentliche Verkehrsmittel

- ☐ problemlos möglich
- ☐ nur eingeschränkt
- ☐ gesundheitlich nicht möglich

Warum? _____

Auto

Hinweis: Diese Vorlage dient der Vorbereitung, Dokumentation und Organisation eines Verfahrens zur Erwerbsminderungsrente. Sie ersetzt weder die offiziellen Formulare der Deutschen Rentenversicherung noch eine individuelle sozialrechtliche oder medizinische Beratung. Die sozialmedizinische Beurteilung des Leistungsvermögens erfolgt durch den Rentenversicherungsträger beziehungsweise im Streitfall durch das zuständige Gericht.

- ☐ selbst fahren möglich
- ☐ nur eingeschränkt möglich
- ☐ nicht möglich
- ☐ kein Fahrzeug verfügbar

Gesundheitliche Folgen eines Arbeitswegs

14. Gute und schlechte Tage

Mein Gesundheitszustand ist:

- ☐ relativ stabil
- ☐ stark schwankend
- ☐ belastungsabhängig

typischer besserer Tag

typischer schlechterer Tag

schlechte Tage ungefähr: _____ Tage / Woche oder Monat

15. Gesamtbild

Was kann ich noch regelmäßig?

Hinweis: Diese Vorlage dient der Vorbereitung, Dokumentation und Organisation eines Verfahrens zur Erwerbsminderungsrente. Sie ersetzt weder die offiziellen Formulare der Deutschen Rentenversicherung noch eine individuelle sozialrechtliche oder medizinische Beratung. Die sozialmedizinische Beurteilung des Leistungsvermögens erfolgt durch den Rentenversicherungsträger beziehungsweise im Streitfall durch das zuständige Gericht.

Was kann ich nicht mehr regelmäßig?

Was würde eine regelmäßige Erwerbstätigkeit verhindern?

Ärztliche Unterlagen, die diese Einschränkungen dokumentieren

Hinweis: Diese Vorlage dient der Vorbereitung, Dokumentation und Organisation eines Verfahrens zur Erwerbsminderungsrente. Sie ersetzt weder die offiziellen Formulare der Deutschen Rentenversicherung noch eine individuelle sozialrechtliche oder medizinische Beratung. Die sozialmedizinische Beurteilung des Leistungsvermögens erfolgt durch den Rentenversicherungsträger beziehungsweise im Streitfall durch das zuständige Gericht.