

# Burnout in der Landwirtschaft – Beratungsdienste, Akteure der Früherkennung und Prävention

Mirjam Pfister-Sieber, Anita von Rickenbach und Johannes Brunner

Hochschule für Agrar-, Forst- und Lebensmittelwissenschaften BFH-HAFL, 3052 Zollikofen, Schweiz

Auskünfte: Mirjam Pfister-Sieber, E-Mail: mirjam.pfister@bfh.ch



Alle Steine sind wichtig: Löst sich ein Pflasterstein, so wird der Weg holprig. (Foto: I. Stork)

**Beratungsdienste sind zunehmend mit Stress, Überlastung, Burnout und Suizid von Familienangehörigen auf landwirtschaftlichen Betrieben konfrontiert. Trotzdem nehmen die Betroffenen spät oder gar keine externe Hilfe in Anspruch. Der Früherkennung kommt aber eine entscheidende Rolle bei der Entlastung und Ausbildung psychischer Widerstandsfähigkeit zu.**

## Zunehmende Stressbelastung der Landwirte

In den letzten Jahrzehnten haben im Bereich Landwirtschaft umwälzende Veränderungen stattgefunden. Diese beziehen sich auf den Innovationsdruck, auf höhere Investitionen und die damit verbundenen Risiken, neue Technologien, hohe gesellschaftliche Anforderungen (Tierwohl, Umwelt) sowie zunehmende Regulierungen

durch den Staat. Diese Veränderungen führen dazu, dass neue Stressoren auf die Landwirte und Landwirtinnen zukommen (Lunner *et al.* 2013).

Als externe Stressoren können die Landwirtschaftspolitik, die administrativen Vorschriften, der gesellschaftliche und mediale Druck sowie die Zukunftsaussichten der Landwirtschaft bezeichnet werden. Als wichtigste interne Stressoren werden der Workload, die Belastung durch Administratives, unvorhersehbare Ereignisse und die Tiergesundheit genannt (Kallioniemi *et al.* 2016). Stressoren können die Lebensqualität und die psychische Gesundheit beeinträchtigen, während entsprechende Ressourcen, wie beispielsweise die Unterstützung durch Familienangehörige, protektiv wirken können (Imoberdorf *et al.* 2017).

### Häufigkeit und Ursachen von Burnout

Bezüglich der psychischen Gesundheit der bäuerlichen Bevölkerung existieren nur sehr wenige und relativ heterogene internationale Daten. Laut des in 21 Ländern durchgeführten 4. Europäischen Working Conditions Survey berichten 32 % der Landwirte und Fischer über berufsbezogenen Stress. In den übrigen Berufen sind dies nur 22 % (Parent-Thirion 2007). Auch in der Schweiz sind kürzlich erste epidemiologische Daten zur Häufigkeit des Burnouts in der Landwirtschaft publiziert worden (Reissig 2017). Befragt wurden 1352 Landwirte und Landwirtinnen. Der Fokus lag auf soziodemografischen und betriebsbezogenen Faktoren und deren Zusammenhang mit Stress und Burnout. Dabei zeigte sich, dass rund 12 % der befragten Landwirtinnen und Landwirte unter Burnout-Symptomen leiden. Dies ist doppelt so viel wie in der allgemeinen Schweizer Bevölkerung. Die Gründe sieht die Autorin in der finanziellen Situation, in regionalen, alters- und geschlechtsbedingten Faktoren sowie in der Anzahl Aufgabenfelder der Betroffenen. Landwirtinnen und Landwirte in Überlastungssituationen nehmen externe Hilfe vergleichsweise spät in Anspruch und ziehen Selbsthilfe vor (Fluder *et al.* 2009). Etablierte Angebote der Sozialhilfe werden nicht wahrgenommen oder so lange wie möglich vermieden (Wicki und Pfister-Sieber 2000; Imoberdorf *et al.* 2017). Entsprechende Symptome werden zudem von den Betroffenen oft nicht erkannt (Kallioniemi *et al.* 2016). Deshalb kommt der Früherkennung von Überlastungssituationen eine besondere Bedeutung zu. Bezüglich spezifischer Beratungsangebote in schwierigen Situationen existieren bisher nur wenige auf die Schweiz bezogene Arbeiten: In der Studie von Imoberdorf *et al.* (2017) wird die Rolle von Agrotreuhandstellen bei der Früherkennung von sozialen Problemen oder Überlastungssituationen in Bauernfamilien untersucht: Laut den Ergebnissen sind finanzielle Schwierigkeiten sehr gut identifizierbar, aber auch familiäre und gesundheitliche Probleme werden thematisiert. Den Agrotreuhandstellen fehlt jedoch der Berufsauftrag in diesen Problemfeldern beratend tätig zu werden. Im Gegensatz zu Agrotreuhandstellen haben landwirtschaftliche Beratungsdienste in der Regel den Auftrag, bäuerliche Familien in Situationen der Überlastung zu unterstützen und verfügen teilweise auch über fundierte Beratungskompetenzen in diesem Bereich. Sie können als Dienstleistende eine Sensibilisierung der Bauernfamilien und die Vermittlung von spezialisierten externen Unterstützungssystemen übernehmen. Die Frage stellt sich nun, inwieweit die kantonalen landwirtschaftlichen Beratungsstellen in der Lage sind, im Sinne der Früherkennung, Überlastungssituationen

wahrzunehmen, ihre Kundinnen und Kunden darauf anzusprechen und sie bei Bedarf auf entsprechende Unterstützungsangebote hinzuweisen.

### Ressourcen der Beratungsdienste

Landwirtschaftliche Beratungsdienste nehmen als offizielle Ansprechpartner für die landwirtschaftliche Bevölkerung eine wichtige Aufgabe wahr. In einer Semesterarbeit an der BFH-HAFL hat von Rickenbach (2017) untersucht, wie häufig einzelne landwirtschaftliche Beratungsstellen mit dem Thema Burnout konfrontiert werden und wie sie darauf reagieren. Ziel der Arbeit war, die Erfahrungen und die selbsteingeschätzte Kompetenz der Beratungsstellen mit dem Thema Burnout zu untersuchen. Alle Hauptberatungsstellen der Deutsch- und Westschweiz erhielten einen Fragebogen. Insgesamt beteiligten sich 18 Kantone an der Befragung. Ein gutes Drittel der befragten Beratungsstellen gibt an, keine Anfragen von Burnout-Betroffenen zu haben. Bei den anderen Beratungsstellen melden sich *selten bis relativ häufig* Betroffene an. Zudem gibt es auch betriebspezifische oder finanztechnische Anfragen von Personen, die von den Beratungsdiensten als Burnout-gefährdet bezeichnet werden. Einzelne Beratungsstellen erwähnen diesbezüglich, dass die Diagnose Burnout nicht einfach zu stellen sei. Die Beratungsstellen beraten die Betroffenen in betriebswirtschaftlichen und rechtlichen Fragen und/oder vermitteln sie an externe Unterstützungsorganisationen (Ärzte, Kliniken, Sozialdienst, bäuerliches Sorgentelefon usw.) In der Mehrheit der befragten Beratungsstellen, die mit Burnout-Betroffenen in Kontakt kommen, ist eine leichte Zunahme der Anfragen in den letzten zwei Jahren feststellbar. Die Anmeldungen kommen nicht nur von Betroffenen, sondern auch von deren Angehörigen. Die Selbsteinschätzung der kantonalen Beratungsstellen bezüglich ihrer Kompetenz im Umgang mit Burnout-Betroffenen zeigt ein heterogenes Bild. Nur gerade drei schätzen sich als kompetent ein. Sie bieten zusätzlich Coachings an und arbeiten direkt mit externen Unterstützungsanbietern zusammen. Die anderen betonen zwar die Wichtigkeit der Sensibilisierung für das Thema und der Früherkennung von Symptomen. Danach müssen sie die Betroffenen jedoch an entsprechende Spezialisten weitervermitteln. Von Rickenbach (2017) hat gezeigt, dass Beratungsdienste eine wichtige Rolle bei der Früherkennung spielen können, denn oft melden sich Personen nicht wegen Burnout zur Beratung an. Erst während des Beratungsprozesses wird dann festgestellt, dass die Ratsuchenden bereits durch ein Burnout betroffen oder zumindest da-

von bedroht sind. Es muss umfassender abgeklärt werden, welche Hilfsmittel, Werkzeuge und Kompetenzen den landwirtschaftlichen Beratungsdiensten zur Früherkennung, Prävention und Vernetzung mit externen Institutionen bereitgestellt werden müssen, um frühzeitig Gegenmassnahmen einleiten zu können. Einige landwirtschaftliche Beratungsdienste versuchen mit Vorträgen durch Fachpersonen oder ehemalige Burnout-Betroffene und Zeitungsartikeln für das Thema zu sensibilisieren. Wichtig erachten wir, dass dem Thema auch in der höheren Berufsbildung bei der Vertiefung der Work-Life Balance genügend Beachtung geschenkt wird, denn Burnout ist eine der vielen Varianten des Erschöpfungsprozesses, wie er sich im Leben aller Menschen abspielt (Fröhlich 2015).

Komplexe Probleme können in einem professionellen Netzwerk besser gelöst werden als im Alleingang. Deshalb ist es wichtig, dass sich landwirtschaftliche Beratungsdienste mit verschiedenen Fachstellen vernetzen. Betroffene Personen dürfen nicht einfach an die nächste Stelle abgeschoben werden. Es braucht eine Prozessbegleitung und die Fallführung muss klar geregelt sein, denn häufig sind Umstrukturierungen oder Vereinfachungen auf dem Betrieb nötig, um die Arbeitsbelastung zu senken und einen Wiedereinstieg in den Arbeitsprozess zu ermöglichen. Hier sind landwirtschaftliche Beratungsdienste gefordert eng mit Psychotherapeuten zusammenzuarbeiten. Seitens landwirtschaftlicher Beratung ist dazu nicht nur Fachwissen und

Verständnis für die Situation von Burnout-Betroffenen nötig, sondern auch gegenseitiges Vertrauen und Bereitschaft zur Zusammenarbeit mit Ärzten, Therapeuten und Fachleuten der Sozialdienste. Oft ist auch die rasche Vermittlung von Arbeitskräften eine wirkungsvolle Entlastung für Betroffene.

### Fazit

Aus der Umfrage bei 18 kantonalen Beratungsdiensten der Deutsch- und Westschweiz lässt sich schliessen, dass die landwirtschaftliche Beratung eine zentrale Rolle in der Früherkennung und damit in der Prävention von Burnout bei Landwirtinnen und Landwirten spielen kann und eine wichtige Schlüsselrolle bei der Wiederaufnahme des Arbeitsprozesses von Betroffenen im Landwirtschaftsbetrieb übernimmt. Die Vorstudie zeigt aber auch, dass landwirtschaftliche Beratungsstellen mit der Thematik sehr unterschiedlich umgehen und dass ein Handlungsbedarf besteht. Es muss genauer untersucht werden, mit welchen Instrumenten landwirtschaftliche Beratungsstellen in der Lage sind, Überlastungssituationen im Sinne der Früherkennung wahrzunehmen, um Massnahmen einleiten zu können. Die landwirtschaftliche Beratung darf ihre Rolle bei der Behandlung dieses Erschöpfungsphänomens nicht unterschätzen. Sie kennt die Situation und Zusammenhänge auf landwirtschaftlichen Betrieben und ist deshalb eine wichtige Supportstelle für Therapeuten, die Burnout-Patienten aus der Landwirtschaft behandeln. ■

### Literatur

- Fluder R., Contzen S., Neukomm S. & Genoni M., 2009. Bauernhaushalte unter dem Existenzminimum. *Schlussbericht Konzeptstudie*. Bern: Berner Fachhochschule BFH.
- Fröhlich A., 2015. Die erschöpfte Begeisterung. Das Phänomen Burnout – eine integrale Sicht aus der psychotherapeutischen Praxis. Kohlhammer GmbH, Stuttgart. 188 S.
- Imoberdorf S., Contzen S. & Luchsinger L., 2017. Überlastung in der Landwirtschaft. Die aktuelle und potenziell mögliche Rolle von Agrotreuhandstellen bei der Früherkennung. Bern: Berner Fachhochschule BFH.
- Kallioniemi M. K., Simola A., Kaseva J. & Kymäläinen H.-R., 2016. Stress and Burnout Among Finnish Dairy Farmers. *Journal of Agromedicine*, 21 (3), 259–268.
- Lunner Kolstrup C., Kallioniemi M., Lundqvist P., Kymäläinen H.-R., Stallones L. & Brumby S., 2013. International perspectives on psychosocial working conditions, mental health, and stress of dairy farm operators. *Journal of Agromedicine*, 18 (3), 244–255.
- Parent-Thirion A., 2007. *Fourth European Working Conditions Survey: European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions*. Luxembourg: Office for Official Publications of the European Communities; 2007.
- Reissig L., 2017. Häufigkeit von Burnouts in der Schweizer Landwirtschaft. *Agarforschung Schweiz* 8 (10), 402–409.
- Von Rickenbach A., 2017. Burnout in der Landwirtschaft. Welche Hilfe kann von landwirtschaftlichen Beratungsdiensten erwartet werden? Bern: Berner Fachhochschule BFH.
- Wicki W. & Pfister-Sieber M., 2000. Wissen, Einstellungen und Handlungsstrategien von Schweizer Bauern und Bäuerinnen im Zusammenhang mit Einkommenseinbussen und materieller Knappheit. Bern: *Forschungsbericht Nr. F 00-3 an Hochschule für Sozialarbeit*.