



Stress in der Landwirtschaft



Erstellt durch:

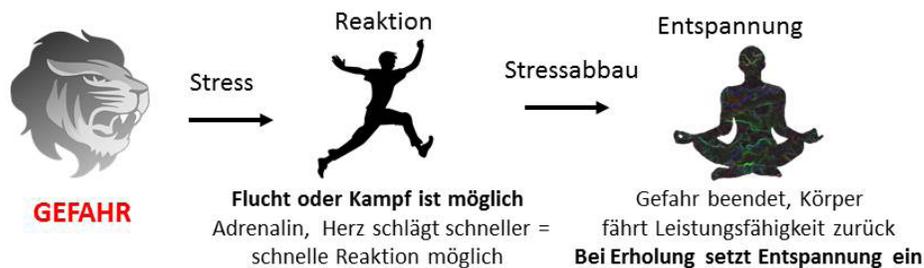
PECCO - Institut

■ PSYCHISCHE BELASTUNG:

Psychische Belastung wird in der Arbeitswissenschaft definiert als „die Gesamtheit der erfassbaren Einflüsse, die von außen auf den Menschen zukommen und auf ihn psychisch einwirken“ und ist erstmal ein neutraler Begriff.

■ STRESS:

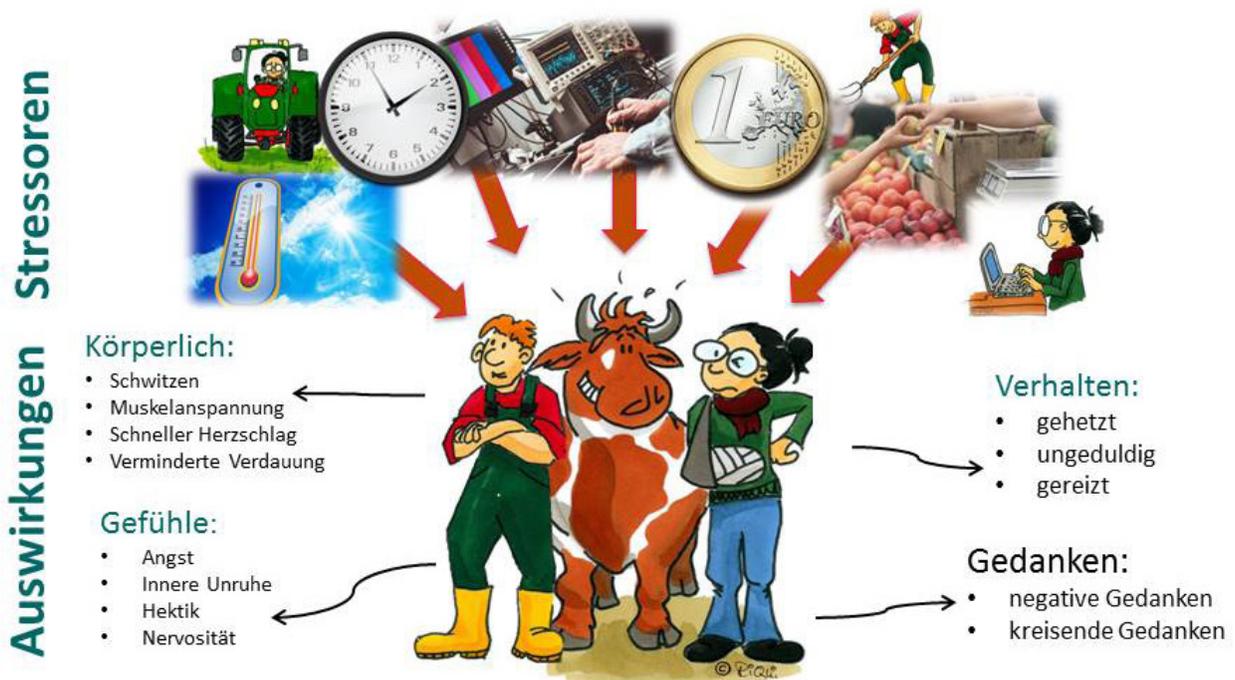
Positiver Stress wird Eustress genannt und erhöht die Leistungsfähigkeit und Motivation. Disstress ist negativer Stress, der mit einer Minderung des Wohlbefindens einher geht und sich negativ auf die Lebensqualität auswirken kann. Stress ist dann schädlich, wenn keine Erholungsphasen vorhanden sind und der Körper und Geist sich nicht regenerieren können.



■ BURNOUT:

Halten psychisch belastende Situationen wie Überforderung und Stress über längere Zeit an, kann ein Burnout entstehen. Die Symptome werden als ein Gefühl der Erschöpfung, sowohl auf körperlicher, als auch auf emotionaler, geistiger Ebene beschrieben.

Burnout ist sehr ernst zu nehmen und braucht dringend ärztliche Unterstützung. Symptome: Verstärkter Einsatz > Vernachlässigung eigener Bedürfnisse > Verleugnung von Problemen > Rückzug aus der Umwelt > Innere Leere > Zusammenbruch.



Unterstützt durch:



Finanzielle Förderung durch:



rentenbank



All diese Faktoren bedingen ein erhöhtes psychisches Belastungsrisiko



■ AKTUELLE SITUATION:

Bei einer anhaltenden Belastung durch zu viel Arbeit und hohen, teils existenziellen Herausforderungen, ist erhöhter Stress mit all seinen Gesundheitsfolgen häufig anzutreffen. Presseartikel und wissenschaftliche Veröffentlichungen weisen darauf hin, dass Stress und Burnout ernstzunehmende Probleme in der Landwirtschaft darstellen. Internationalen Studien zufolge stehen insbesondere Menschen in der Landwirtschaft unter hoher psychischer Belastung. Belastbare Zahlen für Deutschland sind kaum vorhanden. Bei 58% der befragten Landwirte in Österreich (2011) wurden psychosoziale Belastungen in Form von einem leichten bis mittlerem Burnout angegeben.

■ HILFSANGEBOTE:

Für die speziellen Arbeits- und Lebensbedingungen in der Landwirtschaft braucht es gezielte Hilfsangebote.

- Landwirtschaftliches Sorgentelefon und Familienberatung der BAG:

www.landwirtschaftliche-familienberatung.de

■ PRÄVENTION:

Gestaltung der Arbeitsorganisation :

- sozial verträgliche Arbeitszeitgestaltung, Erholung ermöglichen,
- Gefährdungsbeurteilung,
- Soziale Bedingungen (bspw. Weiterbildung im Personalmanagement),
- Regulations- und Umgebungseinflüsse (Minderung von Zeitdruck, Schutz vor Umwelteinflüssen – Schatten, warme Pausen, Schutzeinrichtungen)
- Qualifikationsmaßnahmen wie Fort- und Weiterbildungen der Arbeitnehmenden sind wichtige Bausteine, um steigenden Anforderungen zu begegnen

- Beratungsstelle der Landwirtschaftlichen Sozialversicherung: www.svlfg.de
- Unterstützung der Gewerkschaft IG BAU: www.igbau.de
- Seminare und Beratung durch die Landwirtschaftskammern