

Persbericht

8 oktober 2019

Mentale stress bij landbouw(st)ers is ernstig. Hulp (zoeken) kan beter

Naar aanleiding van de Werelddag voor Geestelijke Gezondheid (10 oktober 2019) vestigt ILVO de aandacht op de eerste tussentijdse resultaten uit zijn onderzoek naar het welbevinden van de Vlaamse boer en boerin. Meest opvallend is dat landbouw(st)ers meestal niet op zoek gaan naar hulp, wanneer ze diepe langdurige stressklachten ontwikkelen.

Vrouwenorganisatie KVLV wil de taboes doorbreken en zet het thema hoog op de agenda. 'Via onze werking gaan we echt helpen bouwen aan veerkracht en aan het leren vragen van hulp', zegt nationaal voorzitter Nik Van Gool.

Veel getuigenissen

In juni 2019 lanceerde ILVO (*Instituut voor Landbouw-, Visserij- en Voedingsonderzoek*) een oproep aan actieve landbouwers en landbouwster om vrijwillig met een getuigenis deel te nemen aan het onderzoeksproject 'ongezonde stress in de landbouw'. KVLV, Groene Kring en Boeren op een Kruispunt ondersteunden de oproep in hun kanalen. Tegelijk vertrok er ook een algemene enquêteformulier over het thema naar de 650 landbouwers van het bestaande Landbouw- Monitorings-Netwerk (nvdr: LMN is een vaste groep boeren die bereid zijn om hun bedrijfsgegevens te delen met onderzoekers, en die wel vaker enquêtes over hun sector invullen.)

Meer dan 80 landbouwers of gezinsleden meldden zich aan voor een vertrouwelijk één-op-één of een groeps gesprek. Inmiddels zijn er 9 focusgroepen met hen gehouden, en zijn alle geplande individuele interviews gebeurd.

285 landbouwers hebben de LMN-vragenlijst beantwoord (93% mannen, gemiddelde leeftijd 51 jaar, 1/3 heeft enkel het landbouwbedrijf als gezinsinkomen).

De groep is voldoende groot om significante conclusies te trekken.

De omvang van de groep die stressklachten rapporteert is behoorlijk accuraat berekend. Ook de oorzaken van de mentale druk komen naar voor uit de bevragingen.

Hoge druk

Charlotte Prové (ILVO): *"Voor veel landbouwers blijft boeren het mooiste beroep dat er is. Ze zijn fier op de harde arbeid en houden er van om in de natuur te werken. Alleen worden ze geconfronteerd met steeds meer uitdagingen en een hogere werkdruk. Dit doet af aan hun arbeidsvreugde en veerkracht."*

Uit de LMN-enquête blijkt dat het werk – het runnen van een landbouwbedrijf – (mede) de oorzaak is van oververmoeidheid (39%), prikkelbaarheid en frustratie (36%), somberheid (26%) en angstgevoelens of paniekaanvallen (10%). Bijna de helft (48%) geeft aan dat het werk hen mentaal uitput. Een gevoel van burn-out was

de jongste 5 jaar aanwezig bij 11%. Omdat werk en privé in deze sector sterk verweven is, hebben deze klachten niet alleen impact op de boer(in) zelf, maar op het hele gezin, zo blijkt uit de gesprekken.

Hulp zoeken, hulp vinden

Landbouwers zijn veel minder geneigd hulp te zoeken als hun mentale stressklachten te maken hebben met persoonlijke problemen (24%) dan bij problemen op het bedrijf (42%).

Dit bevestigen ze in de persoonlijke gesprekken.

"Er is sprake van een gesloten cultuur die wordt gekenmerkt door gevoelens van trots en schaamte. Door het taboe dat heerst rond mentale klachten gaan landbouw(st)ers hun persoonlijke problemen liever uit de weg. Ook de lange werkdagen zonder rustpauze bemoeilijken het zoeken naar hulp."

Wanneer ze toch de stap zetten, blijkt het bovendien niet evident om de juiste hulp te vinden. Slechts 1 op 3 komt goed terecht (zowel voor bedrijfsproblemen als voor persoonlijke problemen).

De kostprijs en de beschikbaarheid van professionele hulp vormt voor velen een drempel.

Landbouwers die hulp zoeken én vinden, geven aan dat deze hulp onmisbaar is geworden om het hoofd te bieden aan de vele eisen en uitdagingen op hun bedrijf. Meestal gaat dit om professionele begeleiding voor problemen op het bedrijf, o.a. door Boeren op een Kruispunt of het Innovatiesteunpunt. Een kleiner aantal boer(inn)en zet ook de stap om voor mentale problemen hulp te zoeken bij de huisarts of psycholoog.

KVLV aan de slag

Nik Van Gool, voorzitter van KVLV: *"Uit de eerste resultaten van het onderzoek halen wij onder meer dat de ondervraagde landbouwers het belangrijk vinden om over hun problemen te kunnen praten met familie, kennissen of collega's en professionele hulpverleners. En ze erkennen het belang van tijd nemen voor zelfzorg en ontspanning. Dat bevestigt ons om nog meer werk te maken van een praatcultuur en om een open sfeer te stimuleren onder landbouwers."*

KVLV organiseert samenkomsten met collega's en lotgenoten, solidariteitsacties, tijd en aandacht voor vrouwen in nood.

Contact en praktisch

Greet Riebbels, communicatie ILVO, Greet.Riebbels@ilvo.Vlaanderen.be, M. 0486 26 00 14

Lies Messely, onderzoeker ILVO, lies.messely@ilvo.vlaanderen.be, M. 0497 54 96 78

Caroline Audoor, Persverantwoordelijke KVLV, caudoor@ons.be, M. 0496 90 52 22



KVLV, Vrouwen met vaart, is een sterk netwerk van 85.000 vrouwen verspreid over 860 lokale groepen in Vlaanderen. Daar ontmoeten en inspireren ze elkaar, delen ze belevingen en engageren ze zich samen voor een duurzame en rechtvaardige samenleving. Jaarlijks zijn er meer dan 54.000 activiteiten, georganiseerd door 10.000 vrijwilligers.

KVLV-Agra verenigt binnen KVLV 7800 land- en tuinbouwsters en zorgt voor ontmoeting tussen collega's, voor vorming en belangenbehartiging. 300 vrijwilligers zijn de draaischijf van de werking in 19 regio's en zorgen jaarlijks voor 900 netwerkmomenten en vormingen.