



**Vlaanderen**  
is landbouw & visserij

**ILVO-NOTA 2020.01**

# **NAAR EEN GEÏNTEGREERDE AANPAK VOOR WELBEVINDEN IN DE VLAAMSE LAND- EN TUINBOUW**

**LIES MESSELY**

**CHARLOTTE PROVÉ**

**ARTHUR SANDERS**

*Met medewerking van  
Isabeau Coopmans,  
Tess Schooreel,  
Erwin Wauters,  
Elke Rogge*

# **ILVO**

**INSTITUUT VOOR  
LANDBOUW-, VISSERIJ-  
& VOEDINGSONDERZOEK**

[www.ilvo.vlaanderen.be](http://www.ilvo.vlaanderen.be)

# INHOUD



1 /	Inleiding	4
2 /	Veerkracht van Vlaamse landbouwgezinnen in kaart	6
3 /	Stressfactoren	8
4 /	Omgaan met stressfactoren (coping)	11
5 /	Stressfactoren en ontoereikende coping oefenen een grote impact uit op het welbevinden	15
6 /	Impact van Covid-19 op het welbevinden	17
7 /	Vervolgtraject naar een positieve werkcontext in de landbouw	18
8 /	Referenties	23

# NAAR EEN GEÏNTEGREERDE AANPAK VOOR WELBEVINDEN IN DE VLAAMSE LAND- EN TUINBOUW

**LIES MESSELY**

**CHARLOTTE PROVÉ**

**ARTHUR SANDERS**

*Met medewerking van  
Isabeau Coopmans,  
Tess Schooreel,  
Erwin Wauters,  
Elke Rogge*

ILVO-nota november 2020.01

Instituut voor Landbouw-,  
Visserij- en Voedingsonderzoek  
Eenheid Landbouw & Maatschappij  
Burg. Van Gansberghelaan 115 bus 2  
9820 Merelbeke  
T +32 9 272 23 62  
lies.messely@ilvo.vlaanderen.be  
www.ilvo.vlaanderen.be

Gelieve naar dit werk te refereren als volgt:  
Messely, L., Prové, C. & Sanders, A. (2020)  
Naar een geïntegreerde aanpak voor  
welbevinden in de Vlaamse land- en tuinbouw.  
ILVO-nota 2020.01

De Vlaamse landbouw(st)ers en hun gezinnen staan vandaag voor heel uiteenlopende en complexe uitdagingen. Die uitdagingen hebben een grote impact op het welbevinden van landbouwgezinnen. Minder dan de helft van de landbouw(st)ers is geneigd hulp te zoeken bij problemen en als ze dan toch hulp willen vragen, botsen veel landbouw(st)ers op barrières waardoor ze niet de juiste hulp krijgen. Landbouw(st)ers ondersteunen in hun welbevinden is een absolute noodzaak voor een duurzame Vlaamse landbouw.

Een degelijke ondersteuning vereist een geïntegreerde benadering die is gericht op de hele landbouwsector, met inzet van verschillende strategieën en organisaties. Deze geïntegreerde benadering zet tegelijk in op het aanpakken van stressfactoren, het wegnemen van barrières voor coping, en het bevorderen van de mentale gezondheid. Zowel middenveldorganisaties als beleidsactoren kunnen hierin een centrale rol spelen door te werken aan een actieplan welbevinden voor de Vlaamse land- en tuinbouw.



**Gezonde socio-  
economische relaties**

# 1 / INLEIDING

Steeds luider klinken de signalen in binnen- en buitenland dat veel landbouw(st)ers kampen met zwaar sociaal en mentaal leed. Wereldwijd rapporteren onderzoekers hoge stresslevels en zelfmoordcijfers bij landbouw(st)ers (Davies et al., 2019; Deffontaines, 2017; Goffin, 2014, Judd et al., 2006; Staniford et al., 2009). Ook organisaties zoals Boeren op een Kruispunt en het Landelijk Infopunt voor Vrouwen geven aan zich zorgen te maken over stress en welbevinden van de Vlaamse land & tuinbouw(st)ers.

In Vlaanderen zijn er echter weinig cijfers beschikbaar over de problematiek. Een studie van het departement Landbouw over het welzijn binnen de Vlaamse landbouw concludeerde dat *“ongeveer 20% van respondenten kampt met hoge tot zeer hoge stress. Stress is voornamelijk gerelateerd aan een gebrek aan een kalm en ontspannen gevoel, een gebrek aan een vrolijk en goed geluimd gevoel, en zorgen over inkomen. Wel geven respondenten aan dat hun werk hen boeit. Gemengd rundvlees, fruitteelt en vleesvee kampen gemiddeld met de hoogste stressgevoeligheid. Akkerbouw en sierteelt kennen het laagste gemiddelde. Gemiddeld stijgt stress tot 50 jaar en neemt dan weer af. (Vermeyen et al. 2018)”*

Een vraag die vaak gesteld wordt is of landbouwers meer of minder stress hebben dan andere zelfstandige ondernemers? De werkbaarheidsmonitor (Bourdeaud'hui et al., 2020), een initiatief van de Sociaal-Economische Raad Vlaanderen dat de werkbaarheid voor verschillende categorieën werknemers en zelfstandige ondernemers in kaart brengt, kan hier

meer inzicht in bieden. De werkbaarheidsmonitor hanteert vier werkbaarheidsindicatoren: 1) psychische vermoeidheid (werkstress), 2) welbevinden in het werk (werkbetrokkenheid, motivatie), 3) leermogelijkheden in de job (kansen op blijven en competentie-ontwikkeling) en 4) werk-privé-balans (combinatie van arbeid met gezin en sociaal leven). Deze 4 indicatoren bepalen samen de werkbaarheidsgraad, dit is het percentage zelfstandige ondernemers dat een kwaliteitsvolle job heeft en geen knelpunten signaleert op het vlak van de werkbaarheidsindicatoren.

De Vlaamse werkbaarheidsmonitor voor zelfstandige ondernemers rapporteert dat **50% van de Vlaamse landbouwers** aangeeft een **kwaliteitsvolle job** te hebben en **geen knelpunten** signaleert (t.o.v. 52,6% gemiddeld voor de Vlaamse zelfstandige ondernemer). Er wordt ook gepeild naar een aantal kenmerken van de arbeidssituatie die de kwaliteit van jobs bedreigen dan wel bevorderen, a.d.h.v. vier risico-indicatoren: 1) werkdruk, 2) emotionele belasting, 3) taakvariatie (of afwisseling in het werk) en 4) (belastende fysieke) arbeidsomstandigheden.

Op basis van de werkbaarheidsmonitor besluiten we dat landbouwers meer problemen ervaren op het vlak van **werk-privé balans** (43,4% problematisch, waarvan 18,2% acuut) en **werkdruk** (50,3% problematisch waarvan 17,6% acuut) in vergelijking met de gemiddelde Vlaamse zelfstandige ondernemer (30,4% problematisch, waarvan 10,7% acuut voor werk-privé-balans en 20,9% problematisch, waarvan 6,8% acuut voor werkdruk). ►



## 1 / INLEIDING

Bovenvermelde cijfers geven een eerste indicatie van stress en welbevinden bij Vlaamse landbouw(st)ers en illustreren de noodzaak voor extra aandacht voor deze specifieke sector. Tegelijk zijn nog veel aspecten van de problematiek onderbelicht, zoals de stressfactoren en persoonlijke eigenschappen die aan de basis liggen van de hoge stressgevoeligheid, de manieren waarop landbouwers omgaan met stress en de impact van de stress op hun welbevinden. Daarnaast geven de beschikbare cijfers weinig inzicht in **de specifieke context** van stressfactoren met een impact op **landbouwbedrijven**, die sterk verschilt van andere bedrijven en ondernemingen. Binnen de literatuur worden vier aspecten onderscheiden die de unieke context van de landbouwsector verklaren (Henning-Smith et al., 2020).

Ten eerste is er op een landbouwbedrijf steeds een sterke **verwevenheid tussen het persoonlijke en professionele leven**, men woont vaak ook waar men werkt. De beschikbare tijd en middelen van de landbouw(st)er moeten over beiden verdeeld worden en er is een voortdurende interactie tussen werk en leven.

Ten tweede zijn landbouwbedrijven ingebed in **complexe “agro-familie-systemen”** (Goffin, 2014), waardoor ze worden beïnvloed door processen en factoren met verschillende snelheden, op verschillende schalen: individueel, familiaal, landbouwbedrijf, gemeentelijk, provinciaal, Vlaams, Europees en globaal.

Ten derde veroorzaken een aantal evoluties **extra druk op de landbouwbedrijven**, zoals bijvoorbeeld de extreme weersomstandigheden, het dalende aantal landbouwers en veranderingen binnen het voedselsysteem (o.a. concentratie en integratie).

Tot slot wordt de landbouwsector de voorbije jaren regelmatig geconfronteerd met een aantal **crisissen** die een grote impact hebben op de rendabiliteit en landbouwbedrijfsvoering, zoals de fipronilcrisis en de Afrikaanse varkenspest.



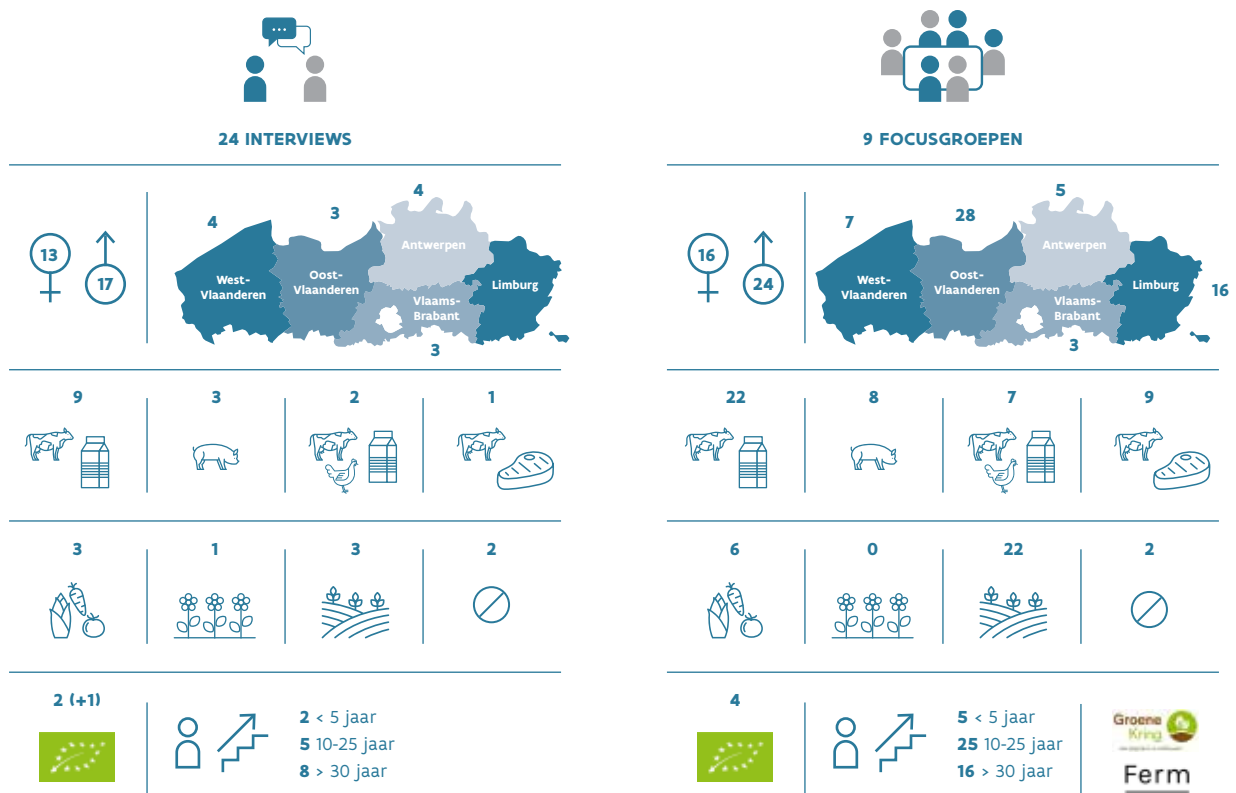
## 2 / VEERKRACHT VAN VLAAMSE LANDBOUWGEZINNEN IN KAART

ILVO heeft initiatief genomen om de problematiek van stress, welbevinden en veerkracht bij landbouw(st)ers in Vlaanderen verder wetenschappelijk te onderbouwen via een enquête, focusgroepen en interviews. Door in te zetten op een combinatie van kwalitatief en kwantitatief onderzoek, verzamelen we niet alleen extra cijfers over de problematiek, maar kunnen we ook de verhalen en verklaringen achter de cijfers in beeld brengen.

In 2018-2019 werd een enquête afgenomen bij landbouwers (n=285) uit de LMN<sup>1</sup>-databank, werden

24 diepte-interviews afgenomen en 9 focusgroepen georganiseerd met landbouw(st)ers uit alle sectoren uit heel Vlaanderen. In totaal werden via de enquête, diepte-interviews en focusgroepen 375 land- en tuinbouw(st)ers betrokken. Figuur 1 en Figuur 2 geven een overzicht van de respondenten van de diepte-interviews, focusgroepen en enquête. De cijfers die in dit rapport worden voorgesteld, komen uit de analyse van de enquête. De verhalen, verklaringen en quotes komen uit de interviews en focusgroepen. ▶

**Figuur 1: Overzicht van de respondenten die werden betrokken via diepte-interviews en focusgroepen**



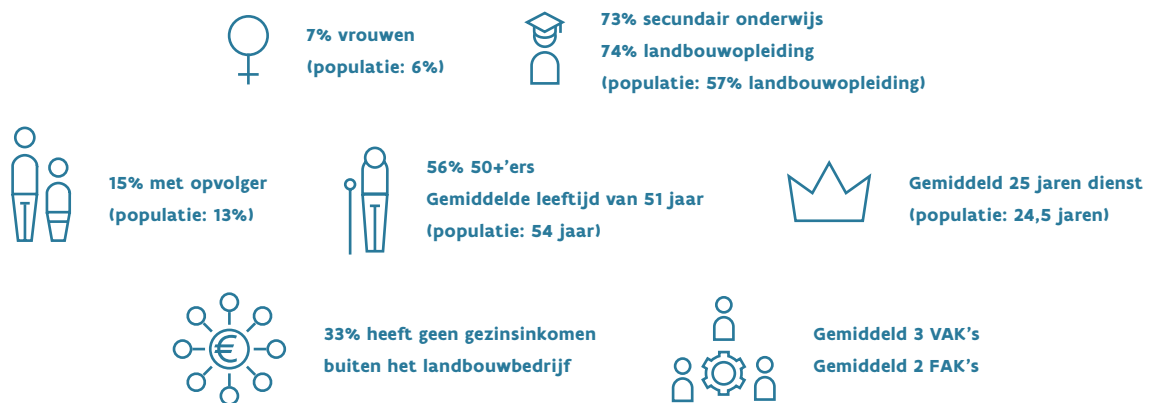
<sup>1</sup> LMN = landbouwmonitoringsnetwerk van de Vlaamse overheid, waarbij ruim 600 geregistreeerde landbouwers hun economische, technische en milieukundige boekhoudgegevens delen met het departement Landbouw, dat op basis van die cijfers analyses en rapporten maakt ter ondersteuning van het beleid.

## 2 / VEERKRACHT VAN VLAAMSE LANDBOUWGEZINNEN IN KAART

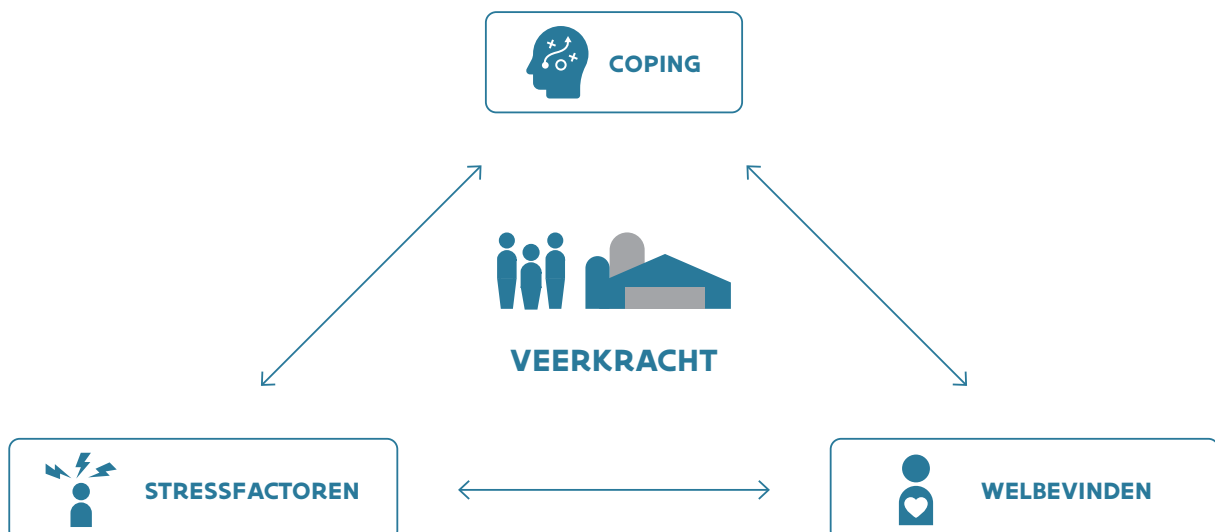
We benaderen veerkracht als een gezinssituatie vanwege de sterke verwevenheid tussen bedrijf en familie, tussen werkplaats en woonplaats. Zoals Figuur 3 illustreert, is er een sterke wisselwerking tussen de stressfactoren, de copingstrategieën die worden toegepast, en het welbevinden. Bijvoorbeeld, een gezin dat op een effectieve manier omgaat (coping) met stressfactoren zal veerkrachtiger zijn dan een gezin dat problemen uit de weg gaat of ontkent. Tezelfdertijd zullen gezinnen die reeds worstelen met hun welbevinden, minder gewapend zijn tegen (nieuwe) stressfactoren en uitdagingen.

In dit rapport beschrijven we de belangrijkste bevindingen van het onderzoek. In wat volgt, geven we een beknopt overzicht van de voornaamste stressfactoren die landbouw(st)lers ervaren. Dan bespreken we hoe er wordt omgegaan met de stressfactoren (coping), en belichten we hoe de stressfactoren en ontoereikende coping een impact uitoefenen op de landbouw(st)lers. We lichten daarna ook kort toe wat de impact was van de Corona-crisis op het welbevinden van de landbouw(st)lers, op basis van een extra enquête die werd opgesteld en verspreid in april 2020. Tot slot formuleren we een vervolgtraject waarin enkele beleidsaanbevelingen vervat zitten.

**Figuur 2: Overzicht van de respondenten die de survey hebben ingevuld**



**Figuur 3: Veerkracht begrepen als de relaties tussen stressfactoren, coping, en welbevinden**



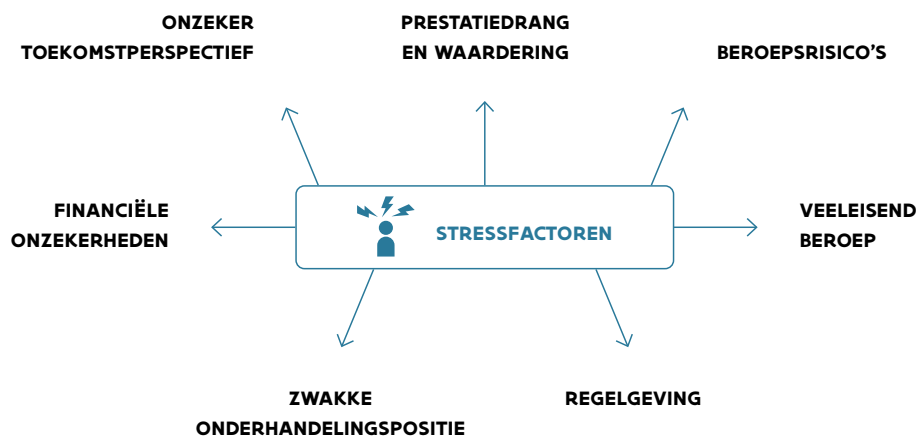
## 3 / STRESSFACTOREN

Het onderzoek definieert zeven groepen van stressfactoren, die niet mogen worden beschouwd als los van elkaar staande categorieën. Sommige stressfactoren komen bij alle gesprekken expliciet aan bod zoals regelgeving en financiële onzekerheden. Andere stressfactoren zijn meer sector- en/of leeftijdsgebonden zoals risico's en onzeker toekomstperspectief. Stressfactoren kunnen ook meer impliciet aan bod gekomen zijn zoals de uitdaging om als landbouw(st)er steeds meer rollen te vervullen of de drang om te presteren op het bedrijf. Hieronder wordt een korte toelichting gegeven bij de stressfactoren.

### 3.1 REGELGEVING

Hoewel doorgaans de meerderheid van de landbouw(st)ers begrip kunnen opbrengen voor de noodzaak van controles en strenge regelgeving, ligt de oorzaak van stress hier vooral in de snel veranderende, complexe en strenger wordende regelgeving, die steeds meer administratieve last veroorzaakt. Veel landbouw(st)ers ervaren een groeiende kloof tussen de praktijk en beleidsmakers op gemeentelijk, Vlaams, en Europees niveau. Een grote bron van stress voor bijna alle landbouw(st)ers zijn de controles, die worden ervaren als te streng, te frequent en te onverwacht. ►

**Figuur 4: De zeven voornaamste stressfactoren met een impact op het welbevinden van de Vlaamse landbouw(st)ers**





## 3 / STRESSFACTOREN

### 3.2 FINANCIËLE ONZEKERHEDEN

De meerderheid van de landbouw(st)ers kampt met financiële onzekerheden op het bedrijf. De belangrijkste oorzaak is de lage en sterk wisselende prijs van de producten. Hoewel goede en slechte periodes elkaar afwisselen, geven landbouw(st)ers aan dat er steeds meer slechte jaren zijn. Tegenover een laag inkomen staan stijgende kostenposten zoals personeel, kosten voor erfbetreders zoals veeartsen of adviseurs en grote investeringen. Investeringen in machines, gebouwen of grond vergen veel kapitaal dat vast komt te zitten, soms voor generaties lang. Vaak zit er heel wat tijd tussen inkomsten en grote uitgaven, met negatieve kasstromen tot gevolg.

### 3.3 BEROEPSRISICO'S

Een landbouw(st)er moet omgaan met heel wat onzekerheden en risico's waar hij/zij geen controle over heeft, zoals slechte weersomstandigheden, ziekten en plagen. Het is de taak van de boer(in) om deze risico's zo goed mogelijk in te schatten en te beheersen. Echter, door de klimaatsverandering stijgen de risico's en de kans op grote schade zoals bv. de recente droogte. Opmerkelijk is ook dat landbouw(st)ers op hun bedrijf grote risico's lopen voor hun eigen gezondheid en veiligheid. Doordat de productie niet zomaar kan stilgelegd worden, ondervinden veel landbouw(st)ers ook moeilijkheden wanneer ze door een werkongeluk of ziekte tijdelijk het werk moeten neerleggen.

### 3.4 ZWAKKE ONDERHANDELINGSPOSITIE

De meeste landbouw(st)ers ervaren veel frustratie over hun zwakke positie in de keten, waar ze prijsnemers zijn. Steeds meer andere ketenactoren en -dynamieken bepalen het reilen en zeilen van het landbouwbedrijf, wat het gevoel van zelfstandigheid bij velen aantast.



“En dat is met alles zo, in de boerenstiel. Overall waar je gaat, ben je de onderste schakel, je moet altijd maar van ja knikken, je staat in de zwakste positie, je kan je niet verdedigen. Financieel kun je er ook niet tegenop, tegen die mannen. Wij moeten altijd alles over ons heen laten gaan. En dat is heel frustrerend...”

Aansluitend hierbij vermelden veel landbouw(st)ers dat zij met te weinig over blijven om zich te organiseren om hun marktpositie te versterken. Velen uiten hun ongenoegen over de manier waarop landbouworganisaties hun belangen (niet goed) vertegenwoordigen.

### 3.5 ONZEKER TOEKOMSTPERSPECTIEF

De meerderheid van de landbouw(st)ers voelen de noodzaak om het bedrijf aan te passen – veelal “groeien” – om het bedrijf te wapenen tegen risico's en financiële onzekerheden. Veel landbouw(st)ers ervaren een druk van buitenaf die hen richting opschalen en intensifiëring duwt, iets wat in combinatie met de moeilijke toegang tot grond voor stress en onzekerheid zorgt. Slechts een minderheid van de bedrijven blijft bewust klein. Bijna alle landbouw(st)ers ervaren stress door een gebrek aan een duidelijk toekomstperspectief voor het bedrijf. Er wordt geworsteld met mogelijke overnames, indien er een overname plaatsvindt, verloopt de opstart moeilijk, en de uitbreiding of verbreding van het bedrijf is een grote zoektocht. Vaak is er ook sprake van tegenstrijdige visies (m.b.t. groei of investeringen) op hetzelfde bedrijf, wat gepaard gaat met een (generatie)conflict. ▶

### 3.6 PRESTATIEDRANG EN WAARDERING

De meerderheid van de geconsulteerde landbouw(st)ers getuigen van een grote (beroeps)trots. Ze zijn trots op hun vele, harde werk, kwaliteitsvolle producten en willen steeds zo goed mogelijk presteren op hun bedrijf. Als zaken niet lopen zoals gepland, is dat een grote bron van stress. Veel landbouw(st)ers gaan hierin tot het uiterste: nooit vakantie nemen, geen pauze, het bedrijf voor laten gaan op familie, ...

Waardering en erkenning voor al dat harde werk zijn belangrijk voor de meeste landbouw(st)ers. Voor een groot deel van de deelnemers is het negatieve imago dat landbouw(st)ers in de media en samenleving hebben een grote bron van frustratie. Vele landbouw(st)ers voelen zich – in vergelijking tot andere sectoren en bedrijven – geïsoleerd in het klimaatdebat. ▶



“Het idee bij de landbouwers is zo een beetje van: ja, 90% van Vlaanderen zit gewoon op mijn kap of is gewoon tegen mij. [...] en ik moet zeggen dat ik die indruk ook een beetje heb, of had. Maar nu je dat zelf doet, zie je toch dat er heel wat mensen zijn die onwetend zijn over de landbouw en dat we daar iets aan moeten doen. [...] Maar als we die gewoon toelaten in de stal... En uw boerderij moet daarvoor niet spic en span liggen. Gewoon kijk: zo werken wij. Zo zien die beesten eruit. Dat is wat wij doen. Dit is ons verhaal. Gewoon door onszelf gebracht. En dat is wel belangrijk en ik denk dat we daar echt heen moeten.”

## 3 / STRESSFACTOREN

### 3.7 VEELEISEND BEROEP

Landbouw(st)lers moeten steeds meer rollen en taken op zich nemen: als ondernemer, boekhouder, dierenverzorger, etc. De meeste landbouw(st)lers geven aan dat het werk nooit stopt en dat er geen tijd is voor pauze of vakantie, wat het gevoel sociaal geïsoleerd te zijn, vaak versterkt. In een landbouwgezin komen verschillende rollen ook in conflict met elkaar. Naast familie zijn bijvoorbeeld vader en zoon en/of de echtgenoten in veel gevallen ook collega's van elkaar. Het is een uitdaging om het bedrijfs- en gezinsleven op een gebalanceerde manier met elkaar te verzoenen. ▶



“Je moet je producten kunnen verkopen. Je moet enorm polyglot zijn. Je moet technisch heel sterk zijn, want je hebt een sterk product nodig. Je moet administratief sterk zijn, want er komt veel papierwerk bij kijken: als je met personeel werkt, de verkoopfacturen enzovoort. Met personeel kunnen omgaan, commercieel zijn, manager zijn, kunnen rekenen [...] Het is heel breed en het vraagt enorm veel talenten van één persoon.”

De stressfactoren die landbouw(st)lers ervaren, zijn verweven en beïnvloeden elkaar sterk. Wanneer men het welbevinden van landbouw(st)lers wil bevorderen, is het belangrijk om die interacties te begrijpen door de hele context van het landbouwbedrijf in kaart te brengen.

Een aantal van de vermelde stressfactoren liggen buiten de controle van de individuele landbouw(st)lers. Zo wordt het landbouwbeleid op Europees niveau gemaakt en door de Vlaamse overheid vertaald naar wetgeving, worden de prijzen van landbouwproducten mee bepaald door de wereldmarkt en leggen afnemers en verwerkers bepaalde productievoorwaarden op. Landbouw(st)lers hebben dan weer wel zelf meer controle over hun arbeidsorganisatie, financieel management en hun fysieke gezondheid. Wanneer er wordt nagedacht over het aanpakken van stressfactoren bij landbouw(st)lers, is het belangrijk om ook andere actoren en organisaties te betrekken die een invloed hebben op de

stressfactoren, en dus mee een rol spelen in het welbevinden van landbouw(st)lers.

Het zijn niet zozeer de individuele stressfactoren, maar het is de veelheid van factoren die er voor zorgt dat de landbouw(st)lers als beroepsgroep hun situatie als onhoudbaar ervaren. Bovendien staan deze stressfactoren niet los van elkaar. Zoals onderstaande quote aantoont, zijn ze net heel sterk verweven en staan ze in voortdurende interactie op een landbouwbedrijf. Het is vaak de combinatie van verschillende stressfactoren die heel zwaar kan doorwegen met als resultaat dat landbouw(st)lers zich mentaal, fysiek, financieel of sociaal uitgeput voelen. Het is daarom belangrijk om de hele context van een landbouwbedrijf in acht te nemen wanneer men wil inzetten op welbevinden en veerkracht van landbouwgezinnen. Een aanpak waarin enkel wordt ingezet op bv. één stressfactor zal niet slagen in een structurele verbetering.



“De enige methode om dit op te lossen is om uit de sector te stappen, waarom? Ten eerste, betekenisvolle hulp voor landbouwers of voor zelfstandigen in het algemeen is er niet, deze is weggelegd voor andere bevolkingsgroepen. Alle andere oplossingen zijn er op gericht om het bedrijf stop te zetten of in falen te laten gaan, met als gevolg dat je met een put zit waar je de rest van je leven niet meer uit geraakt. Ten tweede als er vanuit de overheid alles gedaan wordt om het de boeren moeilijk te maken; bijvoorbeeld import van landbouwproducten onder onze kostprijs, altijd maar strengere milieuregeltjes (mestbank), altijd maar toenemende administratie (EU), steeds meer en strengere controles, hoge boetes zonder ook maar enige waarschuwing.”

“Alle boeren komen vroeg of laat op de slachtbank van milieu of overheid, dit om de grote bedrijven tevreden te stellen die vrolijk grote winsten maken op het invoeren van landbouwproducten of onze afnemers die enorme marges kunnen nemen op de verwerkte producten omdat de aankooprijzen veel te laag zijn. Diezelfde grote bedrijven kopen dan nog massaal gronden en landbouwbedrijven op.”

## 4 / OMGAAN MET STRESSFACTOREN (COPING)

### 4.1 COPINGSTRATEGIEËN

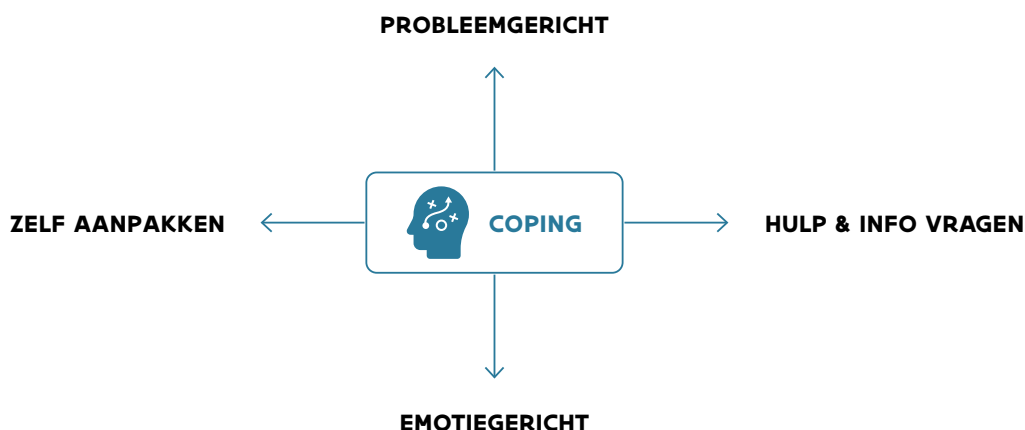
Coping is de aanpak die iemand toepast om stress het hoofd te bieden. De manier waarop men omgaat met problemen is sterk afhankelijk van de psychologische, fysieke, en sociale capaciteiten waarover een persoon of een gezin beschikt (Dodge et al., 2012). Op basis van het onderzoek stellen we dat hoe meer landbouw(st)ers beschikken over dergelijke capaciteiten, hoe makkelijker ze neigen naar het aanpakken van stressfactoren.

Een belangrijk onderscheid is dat tussen probleemgerichte en emotiegerichte coping, die beiden zowel effectief als ineffectief kunnen zijn. Bij probleemgerichte coping wordt de oorzaak van het probleem aangepakt. Hierbij zijn veelgebruikte strategieën een herziening of aanpassing van de bedrijfsactiviteiten (effectieve coping) en vermijding/ontkenning van problemen op het bedrijf (ineffectieve coping). Via emotiegerichte coping leert men omgaan met de negatieve emoties die bij problemen komen kijken. Vaak voorkomende strategieën zijn praten met partner, vriend(in), of kennis (effectieve coping) en een fatalistische houding aannemen (ineffectieve coping). De meerderheid van de landbouw(st)ers geven aan dat het makkelijker is om problemen op het bedrijf aan te pakken dan persoonlijke problemen. Voor beide copingstrategieën kunnen landbouw(st)ers zelf op zoek gaan naar oplossingen of hulp inschakelen via externe kanalen.

De meest veerkrachtige gezinnen passen zowel probleemgerichte als emotiegerichte copingstrategieën toe.

Op basis van het onderzoek besluiten we dat de meest veerkrachtige gezinnen zowel probleemgerichte als emotiegerichte copingstrategieën toepassen. Een voorbeeld is een gezin dat overweegt om een aantal bedrijfsactiviteiten te herorganiseren en tegelijkertijd constructief omgaat met de emoties die daarbij komen kijken, door bijvoorbeeld beroep te doen op een psycholoog of ontspanning op te zoeken via hobby's en vrienden. Een bijkomend belangrijk aspect rond effectieve coping is de aanwezigheid van steun en betrokkenheid van partner en/of kinderen. Alleenstaande landbouw(st)ers moeten (eventuele) steun en betrokkenheid zoeken buiten het bedrijf, wat een extra uitdaging vormt. De meerderheid van de landbouw(st)ers benadrukken de belangrijke rol van vrouwelijke partners omdat zij meer open en communicatief zijn en vaker geneigd tot het zoeken naar oplossingen of externe hulp inschakelen. ▶

Figuur 5: Verschillende copingstrategieën om met stress om te gaan



## 4 / OMGAAN MET STRESSFACTOREN (COPING)

### 4.2 EXTERNE HULP EN INFORMATIE ALS COPING

Coping kan ook betekenen externe hulp- en informatiekanalen inschakelen. Echter, minder dan de helft van de landbouw(st)ers is geneigd hulp te zoeken bij problemen. 44% van de landbouwers verkiest de strategie om harder te werken om de productie veilig te stellen in zware tijden<sup>2</sup>. Als ze toch beroep doen op externe hulp, zijn landbouw(st)ers meer geneigd dat te doen bij problemen op het bedrijf (41%) dan bij persoonlijke problemen (24%).

Het is opmerkelijk dat slechts ongeveer een derde van de landbouw(st)ers aangeeft makkelijk de juiste hulp te vinden (voor bedrijfsproblemen en persoonlijke problemen). Voor problemen op het bedrijf lijken Boeren op een Kruispunt en Innovatiesteunpunt de meest aangewezen organisaties. Voor persoonlijke problemen is het minder vanzelfsprekend voor veel landbouw(st)ers. We identificeren een grote nood aan externe hulp- en informatiekanalen rond emotiegerichte coping zoals tips en handleidingen voor open communicatie en mentale veerkracht.

Minder dan de helft van de landbouw(st)ers is geneigd hulp te zoeken bij problemen. Landbouw(st)ers zijn eerder geneigd hulp te zoeken voor problemen op het bedrijf (41%) dan voor persoonlijke problemen (24%). Slechts 1 op 3 landbouw(st)ers vindt makkelijk de juiste hulp.



“Ik word veel te veel opgeslorpt door het bedrijf. Enkele jaren geleden heb ik een cursus mindfulness gevolgd. Ik heb daar enorm veel deugd van gehad. En ik doe yoga. Ik raad het ook collega's aan die piekeren en sukkelen. Ik heb enorm veel deugd van yoga, maar ik pas het te weinig toe. Van zodra er een beetje werk is op het bedrijf, gaat het bedrijf voor. Het is sterker dan mezelf. Het heeft ook met mezelf te maken hoor.”

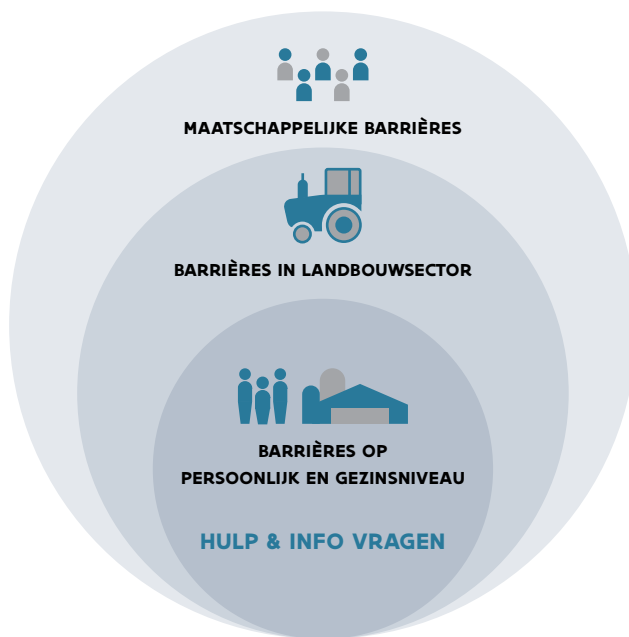
### 4.3 BARRIÈRES VOOR EFFECTIEVE COPING

Het onderzoek identificeert een aantal belangrijke barrières die verklaren waarom landbouw(st)ers problemen uit de weg gaan en/of geen beroep doen op externe hulp- en informatiekanalen<sup>3</sup>. Dit is belangrijke informatie van waaruit toekomstig beleid en onderzoek kan vertrekken. De barrières situeren zich op drie niveaus (Figuur 6): 1) barrières op persoonlijk en gezinsniveau, 2) barrières in de landbouwsector, en 3) maatschappelijke barrières. Deze barrières worden toegelicht in Tabel 1. ►



“Een burn-out, daar zat ik ook dicht bij. Maar dan heb ik mezelf verplicht om te zeggen “ik moet dat bereiken vandaag.” Je moet daar wel heel sterk voor zijn.”

**Figuur 6: Barrières voor landbouw(st)ers om beroep te doen op externe hulp- en informatiekanalen**



<sup>2</sup> Deze strategie kan ineffectief zijn (of worden) als het een negatieve impact veroorzaakt op het mentale en/of fysieke welbevinden en de balans tussen werk en gezin.

<sup>3</sup> Onder hulp- en informatiekanalen verstaan we o.a. (1) de organisaties die expliciet focussen op de veerkracht en het welbevinden van landbouw(st)ers zoals Boeren op een Kruispunt, KVLV-Agra, LIV; (2) Welzijnsorganisaties zoals CAW, OCMW, GGZ; (3) adviseurs, consultants; (4) agrarische bedrijfshulp; en (5) psychologen en andere (para)medische beroepen.

## 4 / OMGAAN MET STRESSFACTOREN (COPING)



“Maar dus, mijn man, hij is geen babbelaar, en ik wel. Ik ben iemand die heel graag communiceert en overleg nodig heeft. [...] Hij heeft op een gegeven moment gezegd van kijk we gaan hier echt wel een overlegmoment inbouwen, dagelijks kort na de middag efkes kort samenzitten. Ja, dat vind ik nu heel belangrijk.”



“Daarom dat we die neventak opgestart zijn, voornamelijk met spel en educatie, omdat je dan volk over de vloer krijgt [...] en omdat je in de landbouw zelf eigenlijk niet verdient wat je zou moeten verdienen.”



“Om de twee maanden ga ik naar een psycholoog. [...] Ik moet een keer om de twee maanden alles kunnen filteren. Voor mezelf, want op den duur begin je te twijfelen aan jezelf, aan je vertrouwen in jezelf. Daar [de gesprekken met de psycholoog] put ik kracht uit.”



“Wij hadden bijvoorbeeld een keer problemen met geraniums. [...] Mijn man dacht dat het was omdat hij niet kon kweken. Hij heeft het dan moeilijk om er voor uit te komen dat we met een probleem zitten, hij kan dat niet goed de baas. Terwijl ik dan denk: we mogen hier niet mee blijven rondlopen. We zitten met een probleem en krijgen dat niet opgelost. Dus kan je eens langskomen?”



“Soms is het probleem van de boeren ook hun imago. Ze denken als ze naar Boeren op een Kruispunt gaan, dat de mensen gaan denken dat ze in de financiële problemen zitten. In het begin als ik zei tegen mijn ouders, ik ga naar een psycholoog, dat was heel wat voor mijn moeder. Ik was daar heel open in, maar vroeger was dat taboe. [...] en ik heb dat dan uitgelegd aan mijn moeder en ze zei, ja, inderdaad, chapeau dat je dat doet, ik heb heel veel bewondering voor jou. En ze heeft dat dan ook aangeraden aan mijn zus, maar mijn zus durft die stap niet zetten.”



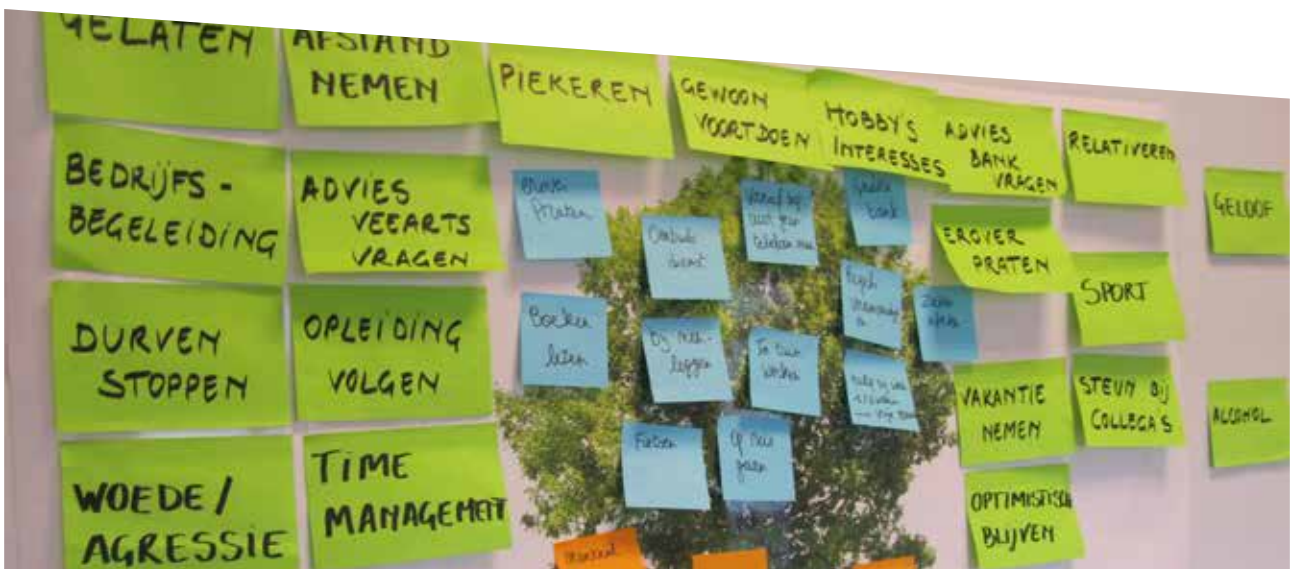
“Hij zegt dat tegen niemand, en niemand mag dat weten. En mensen wisten dat wel, want ze zagen hoeveel hij was afgevallen, hij krabde zijn hoofd kapot. Je ziet dat aan een mens. En ze willen wel iets vragen, maar ze durven niks te vragen.”



“Dat is een taboe! Mannen buigen niet. En zeker in onze sector, in de agrarische sector, dat is not done.”



“Iedereen ziet dat het niet gaat, en er wordt niets gevraagd. Dat zijn heel moeilijke zaken. Het is een heel moeilijk onderwerp.”





## 4 / OMGAAN MET STRESSFACTOREN (COPING)

Tabel 1:

Overzicht van geïdentificeerde barrières bij landbouw(st)ers om problemen op het bedrijf en persoonlijke problemen effectief aan te pakken



### BARRIÈRES OP PERSOONLIJK EN GEZINSNIVEAU

● <b>Aangeleerde hulpeloosheid</b>	Veel landbouwgezinnen voelen zich al langere tijd gepijnigd door hun stressvolle werksituatie en zijn bijgevolg overtuigd dat ze niet bij machte zijn om iets aan hun situatie te veranderen. Ze vertonen m.a.w. hulpeloos gedrag. Ze gaan er ook van uit dat andere mensen hen niet begrijpen.
● <b>Spartaanse mentaliteit</b>	Hard werken is voor veel landbouw(st)ers een deugd; ze zijn trots op hun zelfstandigheid. Persoonlijke en bedrijfsproblemen zijn voor hen hun eigen verantwoordelijkheid. Beroep doen op hulp betekent dan ook een verlies van autonomie en wordt bijgevolg geweigerd.
● <b>Geen ruimte laten voor gevoelens</b>	In sommige landbouwgezinnen rust er nog een groot taboe op het praten over gevoelens. Hierdoor kunnen leden van het gezin zich vaak niet uitdrukken door gevoelens van schaamte, angst of onmacht.
● <b>Zich geïsoleerd voelen ten opzichte van de maatschappelijke omgeving</b>	Landbouw(st)ers bekennen dat ze niet goed weten waar ze terecht kunnen met hun problemen doordat ze het aanbod niet kennen of zich fysiek geïsoleerd voelen van de maatschappelijke omgeving (i.e. sociale kringen, hulp- en informatiekanalen).
● <b>Kostprijs hulp- en informatiekanalen</b>	Landbouw(st)ers geven aan dat de kostprijs van mogelijke hulp- en informatiekanalen te duur is om in te schakelen.



### BARRIÈRES IN LANDBOUWSECTOR

● <b>Gesloten cultuur</b>	De meerderheid van de landbouw(st)ers geven aan dat er in landbouwmiddens en in de hele landbouwsector (o.a. belangenorganisaties, onderwijs, verenigingen) geen openheid is om te praten over persoonlijke en gevoelige thema's.
● <b>Concurrentie tussen landbouw(st)ers</b>	Beoordeling gebeurt voornamelijk op basis van uiterlijk vertoon. Er heerst sociale druk om zich als succesvol voor te stellen.
● <b>Ineffectieve belangenverdediging</b>	Vele landbouw(st)ers voelen zich niet bij machte om zichzelf te organiseren en hun belangen te verdedigen. Bovendien voelen velen zich onvoldoende vertegenwoordigd door de belangenorganisaties.



### MAATSCHAPPELIJKE BARRIÈRES

● <b>Imago hulp- en informatiekanalen</b>	Een groep landbouw(st)ers vindt de kwaliteit van hulp- en informatiekanalen ontoereikend, vindt bepaalde van die kanalen ontoegankelijk, of heeft er een gebrekkig beeld van.
● <b>Institutionalisering van thema "welbevinden"</b>	De mogelijke externe hulp- en informatiekanalen zijn onvoldoende in kaart gebracht en ondersteund. Enkel Boeren op een Kruispunt is bekend bij de meeste landbouw(st)ers.
● <b>Gebrek aan kennis en voeling met de landbouwsector</b>	Landbouw(st)ers ervaren dat de maatschappij geen voeling meer heeft met de werk- en leefsituatie op een landbouwbedrijf. Ze vinden dat er onvoldoende kennis over en begrip voor hun noden is.
● <b>Onmacht tegenover bestaande structuren</b>	Veel landbouw(st)ers ervaren dat bestaande machtsverhoudingen en systeemstructuren hen in een bepaalde (problematische) bedrijfssituatie dwingen.

## 5 / STRESSFACTOREN EN ONTOEREIKENDE COPING OEFENEN EEN GROTE IMPACT UIT OP HET WELBEVINDEN

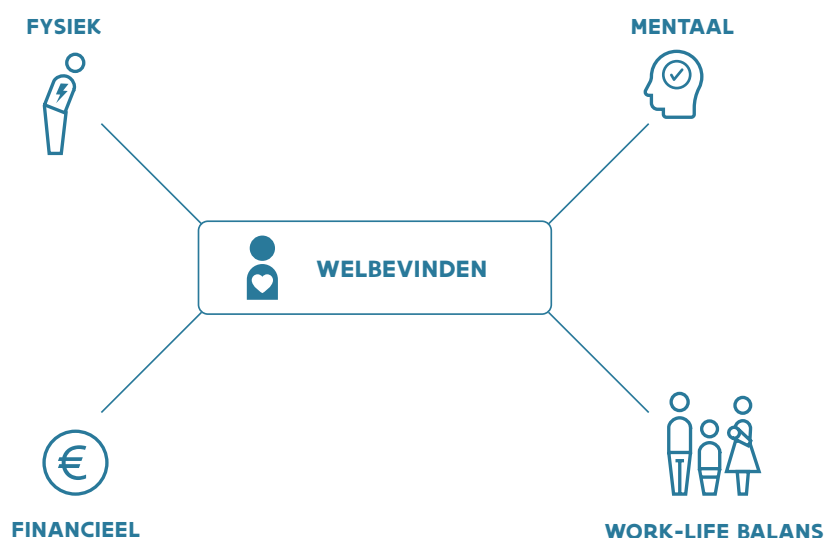
Welbevinden is de toestand van het gevoelsleven en staat voor de mate waarin iemand zich lichamelijk, geestelijk, en sociaal goed voelt. Ondanks de vele stressfactoren blijft het beroep van landbouw(st)er voor velen het mooiste beroep dat er is. Drie op de vier landbouw(st)ers geeft in de enquête aan over het algemeen tevreden te zijn met het leven. Voor de meesten wegen de vele stressfactoren (nog) niet op tegen de voldoening van het runnen van een eigen bedrijf. Sommige respondenten gaven aan een uitdaging te zien in de vele stressfactoren: het vele werk daagt hen uit, het uitzicht op ontspanning of ontlading motiveert hen. Landbouw(st)ers appreciëren hun vrijheid om zelf te beslissen over wat wanneer gebeurt en het feit dat er altijd iemand thuis is om een zorgende rol op te nemen voor ouders of kinderen. Het werken met de natuur wordt als positief ervaren en is nooit saai of voorspelbaar.

Of het nu in de fruitteelt, akkerbouw, tuinbouw of rundveehouderij is, de impact van diverse stressfactoren op het welbevinden van individu en gezin is voelbaar in alle sectoren. Dit geldt bovendien ook voor bedrijven die verbredingsactiviteiten opzetten, zoals korte keten bedrijven en CSA bedrijven. Op basis van het onderzoek onderscheiden

we vier vormen van impact: 1) fysieke impact, 2) mentale impact, 3) impact op work-life balans en 4) financiële beperkingen (Figuur 7 en Tabel 2). Deze vier werken versterkend op elkaar in. Zoals Figuur 3 aangeeft, geldt ook dat landbouw(st)ers die een concrete negatieve impact ervaren op het welbevinden minder goed bestand zijn tegen nieuwe stressfactoren, en dat ze minder openstaan voor het zoeken naar effectieve copingstrategieën. ►

Stressfactoren oefenen een steeds grotere negatieve impact uit op landbouwgezinnen. We onderscheiden vier categorieën: 1) fysieke impact, 2) mentale impact, 3) impact op work-life balans en 4) financiële impact. Deze vier werken versterkend op elkaar in.

**Figuur 7: Vier vormen van impact op het welbevinden**



## 5 / STRESSFACTOREN EN ONTOEREIKENDE COPING OEFENEN EEN GROTE IMPACT UIT OP HET WELBEVINDEN

Tabel 2: Overzicht van de impact van stress op het welbevinden van de Vlaamse landbouw(st)lers

IMPACT BEDRIJF OP WELBEVINDEN	CIJFER ENQUÊTE	UIT ZICH IN O.A.:
● <b>Fysieke impact</b>	<b>45%</b> van de landbouw(st)lers geeft aan dat hun werk hen fysiek uitput	Ziekte, pijn, migraine, oververmoeidheid, uitputting
● <b>Mentale impact</b>	<b>48%</b> van de landbouw(st)lers geeft aan dat hun werk hen mentaal uitput	Stress, prikkelbaarheid, frustratie, boosheid, slapeloosheid, bezorgdheid, verlies van zelfvertrouwen, angst, schaamte, moedeloosheid, lusteloosheid, somberheid, burn-out, depressie, gedachten over zelfmoord, gevoelens van eenzaamheid, uitzichtloosheid, fatalisme, verlies van arbeidsvreugde, vergeetachtigheid, niet kunnen ontspannen, gevoel van tekortschieten
● <b>Impact op work-life balans</b>	<b>42%</b> van de landbouw(st)lers geeft aan dat hun werk een negatieve impact heeft op hun sociaal leven	Gebrek aan tijd en energie voor sociale activiteiten, met rust gelaten willen worden, gevoel van sociaal isolement, weinig contacten buiten de landbouwsector, verlies van bereidwilligheid en behulpzaamheid naar collega's toe, negatieve houding tegenover verenigingsleven, negatief benaderd worden door omgeving
	<b>29%</b> van de landbouw(st)lers geeft aan dat hun werk een negatieve impact heeft op hun gezin/familie	Weinig tijd voor gezin, afwezigheid bij belangrijke gezinsmomenten, geen tijd voor gezinsactiviteiten en -uitstappen, gezinsleden maken (ongewild) deel uit van bedrijf, buitenshuis werken (moeten) stopzetten, collegiale i.p.v. familiale omgang met gezinsleden, ongewenst samenleven met schoonfamilie
● <b>Financiële impact</b>	<b>49%</b> van de landbouw(st)lers is niet tevreden over hun inkomen	Laag tot geen inkomen, niet kunnen voorzien in basisbehoeften gezin (eten, kledij, vervoer etc.), materiële tekortkomingen, uitstellen van uitgaven, schulden, geen lening kunnen aangaan, genoodzaakt zijn buitenshuis te werken, geen of zeldzame vrijetijdsbestedingen

De meerderheid van de betrokken landbouw(st)lers geeft aan dat de impact van de hierboven beschreven stressfactoren op hun fysieke en mentale welbevinden sterk met elkaar verweven zijn. Indien men fysieke klachten ondervindt, gaat dit vaak gepaard met een slechter mentaal welbevinden, en vice versa. Ook het doorwerken van fysieke, mentale en financiële stress binnen de familie bemoeilijkt voor velen een gezonde balans tussen werk en gezin. De onderlinge familiale relaties kunnen hierdoor onder druk komen te staan. Vele respondenten geven aan dat financiële en tijdsbeperkingen hen beletten voldoende te kunnen voorzien in de behoeften van ouders, kinderen en/of partner, wat vaak het mentale welbevinden beïnvloedt.

Het valt op dat oudere landbouw(st)lers – of landbouw(st)lers die in de nabije toekomst hun landbouwcarrière zullen stopzetten – neigen naar een gelaten ingesteldheid en meer algemeen reflecteren over het verleden en de toekomst van de sector. De impact van het bedrijf op het welbevinden wordt dan al makkelijker gerelativeerd. Jongere landbouw(st)lers kunnen diezelfde uitdagingen (nog) niet uit de weg gaan. Bijgevolg is deze groep erg gefocust op hun eigen situatie en zijn ze (emotioneel) erg betrokken bij thema's zoals de stressfactoren, welbevinden, en veerkracht.

ZIJ

“Hij heeft in een depressie gezeten. Dat was 4 jaar geleden. Het ging gewoon niet meer. Ik weet niet wat toen direct de aanleiding was, maar het ging niet meer. [...] Alles dat samenkomt. O.a. die GAP controle zorgde voor veel stress.”

HIJ

“Ja, maar laten we wel wezen. Als de controleur belt, en ze zijn vandaag wel zo fatsoenlijk om op voorhand te bellen, met de aankondiging dat ze morgen om 8 uur het global gap komen nakijken en de papieren van het FAVV, VLM, VMM,... slapen 9 van de 10 tuinders niet.”

ZIJ

“[...] Toen, op dat moment zijn we ook naar een psychiater gegaan voor aangepaste medicatie, want hij sliep bijna niet meer. Hij werkte hoor, maar meestal lag hij in bed. Ik denk dat je makkelijk 2 jaar kan rekenen. En hij heeft nu nog altijd medicatie om te kunnen slapen.”

## 6 / IMPACT VAN COVID-19 OP HET WELBEVINDEN



**64% maakt zich meer zorgen over de toekomst**



**40% voelt zich meer mentaal uitgeput, somberder en meer prikkelbaar**



**30% ervaart meer maatschappelijke waardering**



“Laat het applaus dat er was voor de voedselvoorziening voor eens en voor altijd doorlopen en blijven bestaan A.U.B. Al het negativisme dat er al zo lang heerst over landbouw mag nu eindelijk wel eens gedaan zijn. [...] Dat is veel meer psychologisch terneerdrakkend dan de Corona-crisis op zich!”

Bovenstaand cijfermateriaal is afkomstig uit de enquête die bij 285 boeren afgenomen werd in het najaar van 2018. Midden maart 2020 toen we volop bezig waren met het verwerken en uitschrijven van de resultaten van het ‘welbevindenonderzoek’ veranderde de wereld zoals we die tot dan toe kenden drastisch met de komst van het coronavirus. Als onderzoekers waren wij geïnteresseerd in de impact die deze crisis had en heeft op de het welzijn van de landbouwpopulatie. We beslisten dan ook een nieuwe, bijkomende enquête te verspreiden om zicht te krijgen op de situatie. In de onderstaande paragrafen vindt u de resultaten van deze enquête die werd afgenomen.

Op vrijdag 13 maart 2020 vanaf middernacht gingen drastische maatregelen in om de verspreiding van Covid-19, het zogenaamde Corona-virus, tegen te gaan. Op 17 en 27 maart volgden er verscherpte regels en verlengingen. ILVO heeft eind april een enquête verspreid om de ervaringen van de landbouw(st)ers te capteren, o.a. de ervaringen over de impact van de Corona-maatregelen op hun welbevinden. In de periode tussen 27 april en 18 mei 2020 hebben 674 landbouwers deelgenomen aan het onderzoek en hun ervaringen gedeeld.

De grootste groep landbouwers uit de steekproef, ruim de helft, geeft aan dat verschillende aspecten van het psychosociaal welbevinden (nog) niet veranderd zijn sinds het uitbreken van de Corona-crisis. Toch krijgt het welbevinden van een substantiële groep landbouwers een knauw. Ruim 4 op de 10 landbouwers voelt zich meer mentaal uitgeput, somberder en prikkelbaarder dan voor de crisis. Over de toekomst is men echter meer negatief: Twee derden (64%) van de ondervraagden maken zich nu méér zorgen over de toekomst.

Anderzijds ervaart zo'n 30% van de landbouwers sinds de start van de Corona-crisis meer maatschappelijke waardering. Dat is een belangrijk positief aspect voor hun welbevinden.

Sommigen vrezen echter dat de toegenomen waardering van korte duur zal zijn.

Deze enquête bevestigt de cijfers eerder in dit rapport: ook nu zegt de boer-met-stressklachten dat hij zijn probleem vooral zelf probeert aan te pakken. De meest genoemde andere strategie is erover praten met familie en/of vrienden. Slechts 30% van de landbouwers weet waar ze terecht kunnen bij problemen door de impact van de Corona-crisis op hun bedrijf. Een zeer beperkt aantal zoekt hulp bij de huisarts, psycholoog, hulp- en/of landbouworganisaties (tussen 1 en 9%).

Zoals al eerder aangehaald in de inleiding, wordt de landbouwsector op regelmatige basis geconfronteerd met een crisis. Dit is ook het geval in het buitenland, waar onderzoek uit Australië heeft aangetoond dat dergelijke crisissen vaak een grote impact hebben op het welbevinden van landbouwers (Goffin, 2014). Onderzoekers wijzen erop dat het belangrijk is om hier proactief over na te denken en vanuit beleid een plan van aanpak, specifiek rond stress en welbevinden, klaar te hebben voor wanneer zich opnieuw een crisis voordoet. De cijfers die we verzameld hebben n.a.v. de Corona-crisis tonen alvast aan dat deze een negatieve impact heeft op het welbevinden, maar verdere dataverzameling hierrond is nodig.



“Het is mijn 3de crisis in de melkveehouderij in 15 jaar tijd. Nooit hebben we een compensatie ontvangen die de moeite was. Horeca etc. schreeuwen merg en been dat ze niets verdienen en krijgen een premie. De boer kan nooit ergens aankloppen want wij zijn het ‘gewoon’ een crisis mee te maken. Jammer. Het essentiële in een leven is water en voeding en toch worden we wederom niet gehoord.”

## 7 / VERVOLGTRAJECT NAAR EEN POSITIEVE WERKCONTEXTE IN DE LANDBOUW

Het ILVO-onderzoek heeft aangetoond dat de uitdagingen op het bedrijf voor een grote groep Vlaamse landbouw(st)ers een steeds grotere negatieve impact uitoefenen. Een meerderheid van de landbouw(st)ers is geneigd om bedrijfs- en persoonlijke problemen te ontwijken en/of schakelt geen externe hulp- en informatiekanalen in. Terzelfdertijd stellen we vast dat de meest veerkrachtige gezinnen zowel probleemgerichte als emotiegerichte copingstrategieën toepassen, waarbij open communicatie een belangrijke kracht is.

We identificeren een urgente nood om vanuit beleid, middenveld, en onderzoek beter in te spelen op de specifieke en contextgebonden noden van landbouw(st)ers. In een vervolgtraject stellen we voor om in te zetten op een **positieve werkcontext** omwille van twee redenen. Deze brede en toekomstgerichte benadering is erg relevant omdat veerkracht en welbevinden van belang zijn voor alle landbouw(st)ers. Als we onze aandacht enkel richten op de landbouw(st)ers in crisissituaties, wordt het grootste deel van de landbouwgezinnen over het hoofd gezien. Een strategie gericht op het verhogen van veerkracht van de hele landbouwpopulatie kan de grootst mogelijke impact hebben. Ten tweede schept het mogelijkheden om in zo'n breed en toekomstgericht traject een hele reeks relevante actoren te mobiliseren en betrekken. ►

ILVO formuleert vier strategische vervolgstappen in een traject naar een positieve werkcontext. Idealiter worden deze tegelijkertijd uitgewerkt. Het voornaamste doel van dit traject is om veerkracht en welbevinden van Vlaamse landbouwgezinnen meer centraal te plaatsen in beleid, onderzoek en middenveld.





## 7 / VERVOLGTRAJECT NAAR EEN POSITIEVE WERKCONTEX IN DE LANDBOUW

### STRATEGIE 1/ EEN GEÏNTEGREERDE BENADERING VAN VEERKRACHT NASTREVEN

Een centrale bevinding van het onderzoek is dat veerkracht van een landbouwgezin in grote mate bepaald wordt door een wisselwerking tussen stressfactoren, coping, en welbevinden (Figuur 3). Een positieve werkcontext bevorderen vereist daarom een geïntegreerde benadering waarin actief wordt ingezet op de drie aspecten van veerkracht (Figuur 8). Niet in het minst omdat zeer contextgebonden moet kunnen worden ingespeeld op de unieke betekenis van veerkracht bij ieder landbouwgezin. Een beleid dat inzet op slechts één hulporganisatie (bv. Boeren op een Kruispunt) of focust op het wegnemen van één stressfactor (bijvoorbeeld regelgeving door regelrust te brengen) zal daarom slechts voor een beperkt aantal landbouw(st)ers van betekenis zijn. Het is van belang dat specifieke beleidsaanbevelingen of concrete initiatieven worden begrepen binnen deze holistische benadering. Dit betekent dat wanneer men wil komen tot een actieprogramma voor een beter welbevinden in de Vlaamse landbouw, men moet inzetten op een "multi-actor, multi-strategie" aanpak, waarbij verschillende actoren een

rol kunnen spelen en verschillende strategieën moeten uitgewerkt worden.

Wanneer we het onderwerp geïntegreerde benaderen, wordt meteen duidelijk dat veel meer actoren, organisaties, en instituten een rol (kunnen) spelen in het bevorderen van een positieve werkcontext. Vanuit deze geïntegreerde benadering wordt een positieve werkcontext gerealiseerd door in te zetten op zowel het aanpakken van stressfactoren, het wegwerken van barrières voor effectieve coping, als het bevorderen van de mentale gezondheid (Figuur 8).

We lijsten hieronder een aantal eerste, mogelijke acties op voor elk van deze drie doelstellingen. Daarnaast formuleren we ook nog een aantal aanbevelingen specifiek rond crisishulp. Deze acties en aanbevelingen worden voorgesteld op basis van het onderzoek en voorbeelden uit het buitenland. Deze lijst moet beschouwd worden als een eerste aanzet en inspiratie voor verdere dialoog en kan ongetwijfeld aangepast en/of aangevuld worden in de toekomst. ►

**Figuur 8: Strategieën en relaties tussen de strategieën om een positieve werkcontext voor landbouwgezinnen te ondersteunen**



## 7 / VERVOLGTRAJECT NAAR EEN POSITIEVE WERKCONTEX IN DE LANDBOUW

### Stressfactoren aanpakken

Het is vaak de combinatie van verschillende stressfactoren die heel zwaar kan doorwegen met als resultaat dat landbouw(st)ers zich mentaal, fysiek, financieel of sociaal uitgeput voelen. Het is daarom belangrijk om oplossingsstrategieën uit te werken voor de geïdentificeerde stressfactoren. Dit gebeurt best in nauw overleg met landbouw(st)ers en relevante actoren en organisaties, zodat de specifieke context van landbouwbedrijven en de interactie van de stressfactoren mee in rekening kan gebracht worden. Hieronder lijsten we een aantal eerste mogelijke strategieën op, die passen binnen deze categorie:

- Regelrust, meer en betere afstemming en communicatie op het vlak van wet- en regelgeving tussen de verschillende beleidsdomeinen en departementen.
- Bewustzijn vergroten bij agentschappen en erfbetreders over de impact van hun activiteiten op het welbevinden van landbouw(st)ers.
- Dialoog opstarten tussen controle-instanties & landbouw(st)ers rond de impact van controles op het welbevinden.
- Inzetten op nieuwe verdienmodellen en initiatieven waarbij landbouwers zelf meer invloed hebben op de prijs die ze voor hun producten krijgen.
- Capaciteiten van landbouwers versterken op het vlak van bedrijfsbeheer, financieel management en arbeidsorganisatie.
- Inzetten op loopbaanbegeleiding op maat voor landbouwers.
- Opstarten of versterken van initiatieven rond risicomanagement en -beheer.
- Sensibiliseren en informeren rond arbeidsveiligheid.
- ...

### Barrières voor effectieve coping wegwerken

Om te zorgen dat landbouwers de stap kunnen en durven zetten om hulp te vragen bij problemen, moeten de geïdentificeerde barrières weggewerkt worden. Het is cruciaal om na te denken over verschillende acties die ervoor zorgen dat de barrières doorbroken kunnen worden, zowel op individueel, sector en maatschappelijk niveau. Mogelijke acties die onder deze doelstelling passen, zijn:

- Hulpverlening en landbouwsector dichter bij elkaar brengen, (voortbouwend op de resultaten van het project zot van 't boeren),
- Kostprijs van hulpverlening verlagen,
- Landbouwers als kwetsbare doelgroep definiëren in relevante beleidsdomeinen, in klassieke hulp- en zorgverlening en welzijnsorganisaties,

- Gemeentelijke aanspreekpunten voor landbouw betrekken.
- Verkennen van gezamenlijke acties vanuit departement Welzijn en departement Landbouw, bijvoorbeeld het ontwikkelen van een sociale kaart kan landbouwers vertrouwd maken met zorgaanbod.
- Verbeteren en versterken van het imago van hulp- en informatiekkanalen.
- ...

### Mentale gezondheid versterken

Het is daarnaast ook nodig om proactief in te zetten op de mentale gezondheid van alle landbouw(st)ers en hen te stimuleren tot een meer open praatcultuur. Concreet kunnen volgende acties opgezet worden om de (mentale) gezondheidscultuur in de landbouwsector te versterken:

- Vormingen rond veerkracht en mentale gezondheid op maat van doelgroepen (bv jonge landbouw(st)ers; landbouwonderwijs; mannen; vrouwen; koppels),
- Identificeren, ontwikkelen en verspreiden van praktische tools rond veerkracht op maat van de landbouwsector. Dit kunnen zowel tools zijn voor individuele landbouw(st)ers als voor groepsgesprekken met kleine groepen.
- Via vakbladen, landbouwbeurzen, sociale mediacampagnes landbouw(st)ers sensibiliseren over het belang van mentale gezondheid en een open praatcultuur
- Landbouw(st)ers als kwetsbare doelgroep definiëren in relevante beleidsdomeinen, in klassieke hulp- en zorgverlening en welzijnsorganisaties.
- ...

### Crisishulp

Tot slot is het ook belangrijk om in de toekomst te blijven inzetten op crisissituaties. Hierbij kan het gaan over crisishulp voor individuele landbouwers die op hun bedrijf geconfronteerd worden met een specifieke crisissituatie. Boeren op een kruispunt heeft hiervoor de expertise om de landbouwers verder te ondersteunen in crisissituaties. Daarnaast lijkt het ook belangrijk om na te denken over bedrijfshulp voor crisissituaties, die kan inspringen waar nodig. Maar het is ook belangrijk om een plan van aanpak uit te rollen voor het geval zich een landbouwcrisis voordoet, zoals bv. de droogte of covid-19. Dergelijke crisismaatregelen zijn in het verleden ook toegepast, met een sterke focus op maatregelen om de economische impact op te vangen. Aanvullend hierop kunnen ook crisismaatregelen uitgewerkt worden om de landbouw(st)ers te ondersteunen voor de impact op het welzijn. ►

## 7 / VERVOLGTRAJECT NAAR EEN POSITIEVE WERKCONTEXTE IN DE LANDBOUW

### STRATEGIE 2/ PLATFORM WELBEVINDEN EN WERK IN DE LANDBOUWSECTOR

Doorgaans wordt verwezen naar kernorganisaties zoals Boeren op een Kruispunt en Ferm voor agrarische vrouwen als het gaat over welbevinden en veerkracht in de landbouw. Echter, samenwerking en constructief overleg tussen verschillende organisaties en actoren rond de thematiek van welbevinden, veerkracht en werk zijn schaars en het huidige hulp- en informatieaanbod is versnipperd in het Vlaamse landschap.

We identificeren een grote nood aan een platform waar expertise kan worden uitgewisseld en opgebouwd. ILVO stelt de oprichting van een **platform welbevinden en werk** in de landbouwsector voor. Dit platform is een multidisciplinair, onafhankelijk en gedegen kenniscentrum, waar het beleid en de private stakeholders terecht kunnen voor advies en onderzoek. Het platform welbevinden en werk in de landbouwsector kan volgende doelen centraal stellen:

- 1 Communiceren & sensibiliseren over welbevinden en werk in de landbouwsector.
- 2 Onderzoeksprojecten en –resultaten verbinden met praktijkkennis rond welbevinden en werk.
- 3 De internationale evoluties op het vlak van welbevinden en werk voor de landbouw op de voet volgen.

Een brede groep van organisaties en actoren kan betrokken worden binnen dit platform. Tabel 3 geven een eerste overzicht van de relevante actoren, maar deze lijst kan in de toekomst ongetwijfeld verder uitgebreid worden. Naast het betrekken van experts, organisaties en administraties, moeten we benadrukken dat het essentieel is om te vertrekken vanuit de dagelijkse realiteit van landbouw(st)ers. Zij moeten dus een prominente rol krijgen in het bepalen van prioriteiten, mogelijke oplossingsstrategieën en -initiatieven. ▶

**Tabel 3. Een (niet-exhaustieve) lijst van relevante actoren en organisaties voor het platform**

LANDBOUWORGANISATIES	WELZIJNS- & HULPORGANISATIES	BELEID	ONDERZOEKSINSTELLINGEN
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Ferm voor agrarische vrouwen</li> <li>● Groene Kring</li> <li>● Boerenbond</li> <li>● ABS</li> <li>● VABS</li> <li>● Innovatiesteunpunt</li> <li>● NAC</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Boeren op een Kruispunt</li> <li>● Preventagri</li> <li>● LIV</li> <li>● OCMW's</li> <li>● CAW's</li> <li>● VLESP</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Beleidsdomein Landbouw en Visserij</li> <li>● Beleidsdomein Omgeving</li> <li>● Beleidsdomein Welzijn, Volksgezondheid en Gezin</li> <li>● Beleidsdomein Economie, Wetenschap en Innovatie</li> <li>● VVSG</li> <li>● VVP</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ILVO</li> <li>● Provinciale proefcentra</li> <li>● Universiteiten &amp; hogescholen</li> </ul>





### STRATEGIE 3/ WERKING KERNORGANISATIES VERSTERKEN

Er zijn enkele organisaties die reeds jarenlange ervaring rond het thema welbevinden en veerkracht opgebouwd hebben en die zich hier heel concreet rond engageren. Organisaties zoals **Boeren op een Kruispunt** en het **Landelijke Infopunt voor Vrouwen (LIV)** werken context- en bedrijfsspecifiek aan de veerkracht en het welbevinden van de Vlaamse landbouw(st)ers. Ook **Ferm voor agrarvrouwen** en de **Vrouwen van het Algemeen Boerensyndicaat (VABS)** hebben de voorbije jaren ook sterk ingezet op opleidingen en vormingen rond veerkracht en het stimuleren van een open praatcultuur. Een blijvende ondersteuning en versterking van deze organisaties is een onderdeel van de geïntegreerde aanpak voor een positieve werkcontext in de landbouwsector.

**Boeren op een Kruispunt** begeleidt landbouw(st)ers bij financiële, economische, psychologische, technische of sociale problemen op een geïntegreerde manier. Het is belangrijk dat deze individuele begeleiding van landbouw(st)ers wordt verder gezet. Daarnaast kan ook gewerkt worden aan een communicatiestrategie die de brede dienstverlening van Boeren op een Kruispunt meer in de aandacht brengt.

Ook **LIV** biedt één-op-één ondersteuning aan land- en tuinbouwsters en levert waardevol werk door informatie en ondersteuning aan te bieden rond juridische, financiële en sociale thema's.

### STRATEGIE 4/ BLIJVEN INZETTEN OP VERDIEPEND ONDERZOEK

Tot slot zien we ook een belangrijke rol weggelegd voor ILVO. ILVO is één van de eerste onderzoeksinstituten in Vlaanderen die expliciet focust op deze thematiek en daarmee het onderwerp op de Vlaamse onderzoekagenda plaatst. Er is nood aan verdiepend onderzoek specifiek binnen de Vlaamse context, om het institutionele veld in kaart te brengen en samenwerkingsstrategieën te verkennen om de veerkracht en werkcontext van landbouw(st)ers te bevorderen. ILVO wil in de toekomst de onderzoeksresultaten vertalen naar praktische tools voor landbouw(st)ers, landbouw-, welzijns- en hulporganisaties en landbouwadviseurs. Daarnaast wil ILVO inzetten op internationale samenwerking met andere Europese onderzoeksinstituten die reeds langer actief zijn rond dit thema.

De bevindingen en aanbevelingen die binnen dit rapport geformuleerd worden, zijn gebaseerd op contact met landbouwers zelf. Maar, zoals reeds werd aangehaald, bij verdere initiatieven met als doel het welbevinden van de Vlaamse land & tuinbouw(st)ers te verbeteren moeten we breder kijken en allerhande actoren mee betrekken binnen het streven naar een lange termijntraject om een positieve werkcontext te bekomen. Daarom is het van belang om ook vanuit onderzoek voldoende aandacht te besteden aan de welzijns- en zorgsector en om de welzijnsactoren & organisaties ook te bevragen en intensief te betrekken in verder onderzoek.



## 8 / REFERENTIES

Bourdeaud'hui, R., Janssens, F. & Vanderhaeghe, S. (2020) Vlaamse werkbaarheidsmonitor 2019 – zelfstandige ondernemers. Stichting innovatie & Arbeid, Brussel.

Davies, A., Homolova, L., Grey, C., Fisher, J., Burchett, N., & Kousolois, A. (2019) Supporting farming communities at times of uncertainty: an action framework to support the mental health and well-being of farmers and their families. Public Health Wales NHS Trust & Mental Health Foundation, Cardiff.

Deffontaines, N. (2017) Les suicides des agriculteurs. Pluralité des approches pour une analyse configurationnelle du suicide. Sociologie. Université de Bourgogne Franche-Comté (COMUE).

Dodge, R., Daly, A., Huyton, J., & Sanders, L. (2012) The challenge of defining wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(3), 222-235.

Goffin, A. (2014) Farmers' mental health : A review of the literature. ACC Policy Team.

Henning-Smith, C., Becot, F., Inwood, S., Bjornestad, A. & Alberth, A. (2020) Supporting the mental health of farm families in the North Central Region. Presentation at NCRCRD Webinar Series, May 6, 2020.

Judd, F., Jackson, H., Fraser, C., Murray, G., Robbins, G. & Komiti, A. (2006) Understanding suicide in Australian farmers. *Soc. Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 41, 1-10.

Staniford, A., Dollard, M. & Guerin, B. (2009) Stress and help-seeking for drought-stricken citrus growers in the Riverland of South Australia. *Aust. J. Rural Health*, 17, 147-154.

Vermeyen V., Van Buggenhout E. & Platteau J. (2018) Hoe gaat het met u? Welzijn in de land- en tuinbouwsector. Departement Landbouw en Visserij, Brussel.

