

Burnout Prävention – Charta zur Konstituierung einer überkantonalen ostschweizerischen Plattform zur Burnout Prävention in der Landwirtschaft

- Bündner Bauernverband
- St. Galler Bauernverband
- Bauernverband Appenzell Ausserrhoden
- Verband Thurgauer Landwirtschaft (VTL)
- Landwirtschaftsschule Arenenberg TG
- Schweizerischer Bäuerinnen- und Landfrauenverband SBLV
- Thurgauer Landfrauenverband
- Bündner Bäuerinnen- und Landfrauenverband

Sandro Michael
Bündner Bauernverband



Peter Nüesch
St. Galler Bauernverband



Stefan Freund
Vizepräsident Bauernverband Appenzell Ausserrhoden



Maja Grunder
Präsidentin Verband Thurgauer Landwirtschaft (VTL)



Eggenberger Christian
Leiter Beratung Entwicklung Innovation, Arenenberg



Gabi Schürch
Vizepräsidentin Schweizerischen Bäuerinnen- und
Landfrauenverbandes SBLV



Regula Böhi-Zbinden
Präsidentin Thurgauer Landfrauenverband



Astrid Derungs
Bündner Bäuerinnen- und Landfrauenverband



1. Sinn/Zweck

1.1 Sinn

- Die nachfolgende Charta dient einem gemeinsamen Verständnis zur Burnout Prävention in der Landwirtschaft
- Die Charta ist überregional konzipiert und gibt allgemeine organisatorische und ethische Leitlinien für die Gestaltung und Zusammenarbeit der Plattformmitglieder. Sie dient als Leitbild für die Weiterentwicklung von Angeboten sowie für die Ausbildung. Die konkrete Ausgestaltung muss kantonal bzw. regional erfolgen. Dabei sind regionale Anforderungen und Besonderheiten (z.B. bestehende Angebote, Anforderungen der Betroffenen, Betriebsgrössen) zu berücksichtigen. Daraus können gezielt Angebote entwickelt werden, die den Grundsätzen der Charta entsprechen.
- Die Mitgliederorganisationen bilden ein verbindliches Netzwerk, welches sich gemeinsam zum Wohle des betroffenen Menschen und seinem familiären Umfeld einsetzt.
- Die Mitgliederorganisationen nehmen regelmässig politisch relevante Themen aus ihren Bereichen auf. Sie nehmen gemeinsam, lösungsorientiert politisch Einfluss, um die Rahmenbedingungen im Sinne der Burnout Prävention und einer Vermeidung belastender Faktoren zu gestalten.
- Das Netzwerk konstituiert sich nachhaltig und passt sich selbständig den sich stellenden Anforderungen an und stellt sich folgende Ziele:
 - Früherkennung von Belastungs- und Risikofaktoren, welche zu einem Burnout führen können
 - Hilfestellung zur Selbstwirksamkeit der Betroffenen und des dazugehörigen Familiensystems
 - Bekanntmachen der bestehenden Angebote
 - Ableiten von Massnahmen zur Reduktion der Belastungs- und Risikofaktoren
 - Thematisierung der Burnout- Problematik in der Weiterentwicklung der Agrarpolitik

1.2 Zielgruppe

Zur Zielgruppe der Charta gehören verschiedenen Akteure in der landwirtschaftsnahen Prävention und Hilfe bei Überlastungssituationen, unter anderem: Bauernverbände, Landfrauen, Schulen, Betriebsberater, Treuhänder, Sorgentelefon, kollegiales Coaching, offene Tür, Sentinels, Peer-Beratung, Psychiatrie, Ärzte, Politik.

Die Zielgruppen übernehmen als Akteure des Netzwerks eine eigenständige Rolle sowie sind sie Teil eines verbindlichen Netzwerks, welches sich ergänzend unterstützt.

2. Aufgaben

2.1 Austausch und Koordination

Die Mitgliederorganisationen informieren sich jährlich über die vorhandenen Angebote und die gemachten Erfahrungen. In regionalen oder kantonalen Untergruppen werden die Angebote und die Koordination den örtlichen Gegebenheiten angepasst.

2.2 Organisation

Im Mittelpunkt stehen die hilfeschende Person und deren Umfeld. Die Organisation besteht aus verschiedenen Netzwerkpartnern. Diese übernehmen in den Kantonen entweder direkte Hilfeleistungen oder sind als politisches Gremium (Finanzierung, Qualitätssicherung) involviert. Die Organisation des Treffens wird im Turnus durch die beteiligten Verbände sichergestellt. Die Regelung der regionalen Angebote und die Zuständigkeit für den Aufbau dieser Angebote liegt bei den Kantonen. Die Koordination, Weiterbildung und Supervision der Peers und Sentinels werden voraussichtlich kantonal geregelt.

2.3 Verbindlichkeit

Die unterzeichneten Organisationen verpflichten sich jährlich an einem gemeinsamen Austauschtreffen teilzunehmen. Sie sind bemüht in ihrer Region/ Kanton ein Netzwerk aufzubauen, welches sich aus den verschiedenen Akteuren zusammensetzt und in welchem die Akteure bereit sind, gemeinsam die hilfeschende Person und deren Umfeld umfassend zu unterstützen. Dazu wird ein kantonales Pilotprojekt für die Erhöhung der Verbindlichkeit und zur Wirkungsüberprüfung als sinnvoll erachtet.

Die Hilfestellung wird aufgrund einer Auftragsvereinbarung mit der nach Unterstützung fragenden Person ausgeführt. Dabei sind allfällige Datenschutzfragen vorgängig zu klären. Der Lead der Koordination liegt bei der Organisation, welche mit dem Auftraggeber eine Vereinbarung abgeschlossen hat. Die weiteren Details werden kantonal geregelt.

Folgende Organisationen / Institutionen können der Charta beitreten:

- Kantonale Landwirtschaftliche Amtsstellen
- Landwirtschaftsschulen
- Landwirtschaftliche Beratungsstellen
- Kantonale Bauernverbände
- Kantonale Landfrauen- oder Bäuerinnen Vereinigungen
- Kantonale Entlastungsdienste wie Maschinenring, Betriebshelferdienste
- Familienhilfe
- Landwirtschaftliche Treuhänder
- Ärzte (Hausärzte, Psychiater)
- Psychologen
- Ausgebildete Coach oder Sozialarbeiter mit spezifischen Kenntnissen der Landwirtschaft
- Peers (Definition)
- Sentinel (Definition)
- Offeni Tür, Sorgentelefon
- Treuhänder
- Schweizerischer Bäuerinnen- und Landfrauenverband SBLV
- Schweizer Bauernverband

Die Aufgaben und Rollen werden im Anhang definiert. Die Kompetenzen und die Ausbildung der nicht professionellen Netzwerkpartner (Peers und Sentinels) werden in einem separaten Dokument beschrieben.

2.4 Inhaltliche Themen

Die Mitgliederorganisationen definieren die zu bearbeitenden Themen und Schwerpunkte.

2.5 Kommunikation

Über die Aktivitäten und die bestehenden Angebote wird bedarfs- und zielgruppengerecht informiert.

2.6 Wirkungsüberprüfung / Qualitätssicherung

Im Sinne einer Qualitätssicherung wird die Nachfrage und Wirkung der bestehenden Angebote regelmässig analysiert und reflektiert und die Ergebnisse fliessen in die Zusammenarbeit ein. Die Qualitätssicherung der Angebote und die Weiterentwicklung sollten überregional erfolgen.

3. Anhang

Im Anhang werden Rollen und Zuständigkeiten fest, Zuständigkeitsbereiche abgegrenzt und Schnittstellen definiert.

Bei präventiven Maßnahmen werden gemäss Schneider, Volker (2017, S. 28) Primärprävention, Sekundärprävention und Tertiärprävention unterschieden.

Maßnahmen der **Primärprävention** (in der Tabelle rot aufgeführt) richten sich an Gesunde oder sich gesund fühlende erwachsene Menschen mit dem Ziel, das Erstauftreten einer Krankheit zu verhindern, oder mit dem Ziel gesundheitsschädigendes Verhalten zu erkennen und zu verhindern. Ebenfalls gehört die Erkennung von möglichen Risikofaktoren zur primären Prävention.

Maßnahmen der **Sekundärprävention** dienen der Erkennung von Krankheiten und ihrer Eindämmung.

Eine **tertiäre Prävention** liegt dann vor, wenn eine Krankheit oder eine chronische Beeinträchtigung bereits vorliegt. Die Präventionsmaßnahmen zielen dann darauf ab, Folgeschäden oder Konsequenzen einer Krankheit zu mildern und die ursprüngliche Leistungsfähigkeit herzustellen.

Netzwerkpartner	Aufgabe	Mögliche Präventionsrolle im Netzwerk
Kantonale Landwirtschaftliche Amtsstellen		Steuerung und Qualitätssicherung, Finanzierung
Landwirtschaftsschulen	<ul style="list-style-type: none"> Die Bildungsziele sind hier definiert: Bildungsziele Landwirt inklBio d 2017.pdf (agri-job.ch)¹ 	<ul style="list-style-type: none"> Sensibilisierung für das Thema Burnout
	<ul style="list-style-type: none"> Angebot einer Ausbildung, welche das Verständnis für wirtschaftliche, ökologische, politische und kulturelle Zusammenhänge fördert. Die geistige Beweglichkeit und die Kreativität sollen genauso gefördert werden wie die Selbständigkeit und das Teambewusstsein. Solidarität unter den Bauernfamilien und Kooperation mit der übrigen Bevölkerung einer Talschaft Ausbildungskurse in den verschiedenen Bereichen der Landwirtschaft umfassende Beratungen in sämtlichen Bereichen der Landwirtschaft und der bäuerlichen Hauswirtschaft (Betriebsberatungen) Förderung von kulturellen Zusammenhängen und Selbst- und Sozialkompetenz 	<ul style="list-style-type: none"> Mitwirkung bei den Ausbildungskonzepten für Peers und Sentinels

¹ https://www.agri-job.ch/images/2-grundbildung/Berufe/Landwirtin/Bildungsziele_Landwirt_inklBio_d_2017.pdf

<p>Kantonale Bauernverbände</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Vertretung der Interessen der Bauernfamilien • Öffentlichkeitsarbeit für die Landwirtschaft • Veröffentlichung der wöchentlichen kantonalen Fachzeitschrift • Organisation von Weiterbildungsanlässen • Anlaufstelle für Fragen aus der Öffentlichkeit und den Medien • Organisation von Medienanlässen und Publikation von Medienmitteilungen zu aktuellen landwirtschaftlichen Themen • Förderung des Ansehens der kantonalen Land- und Ernährungswirtschaft • Präsentation der kantonalen Landwirtschaft an verschiedenen Ausstellungen und Veranstaltungen • Beratung seiner Mitglieder in Versicherungsfragen Auskünfte in Rechtsfragen sowie Begleitung seiner Mitglieder bei der Bewältigung von Problemsituationen 	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilisierung für das Thema Burnout
<p>Kantonale Landfrauen- oder Bäuerinnen Vereinigungen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gesundheit und Ernährung • Weiterbildung • Qualität und Kommunikation • Öffentlichkeitsarbeit • Kontakt zu Netzwerkpartnern 	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilisierung für das Thema Burnout
<p>Landwirtschaftliche Beratungsstellen (häufig den Landwirtschaftsschulen angegliedert)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Einzelberatung mit dem Ziel der Problemlösung (z. Bsp. Finanzen, Scheidung, Hofübergabe, Wohnsituation, Umstrukturierungen, Deeskalation bei Gewalt) • neutral – keine Parteilichkeit, Schadenbegrenzung, kommt <ul style="list-style-type: none"> • nur, wenn Auftrag erteilt wird • Bei grösseren Investitionen enge Begleitung (z. Bsp. durch Landwirtschaftliche Kreditgenossenschaft) 	<ul style="list-style-type: none"> • Früherkennung von Risikofaktoren eines Burnouts • Erkennen einer Häufung von Belastungsfaktoren • Lebenslagenänderung – Erkennen von Entlastungsmöglichkeiten Sensibilisierung für das Thema Burnout

<p>Kantonale Entlastungsdienste wie Maschinenring, Betriebshelferdienste</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Der Betriebshilfedienst dient hauptsächlich Betriebsleitern, welche sich in einer Notlage befinden. Eine Notlage besteht, wenn der Betriebsleiter bzw. die Betriebsleiterin durch eine Krankheit oder einen Unfall nicht mehr in der Lage ist, selbst auf dem Betrieb zu arbeiten. Als Notlage gilt auch der Todesfall des Betriebsleiters oder eines Familienmitgliedes (Ehefrau, Kinder). Weiter kann der Betriebshilfedienst auch bei Ferien, während Militärdienst oder für Arbeitsspitzen angefragt werden. Notfalleinsätze werden immer prioritär behandelt. 	<ul style="list-style-type: none"> • Erkennen eines Burnouts • Unterstützung zulassen dürfen • Stärkung des Familiensystems • Ansprechen der betroffenen Person auf Burnout und Überbelastung • Niederschwellige Begleitung der betroffenen Personen • Entlastungsmöglichkeiten aufzeigen • System Familie stärken • Sicherstellung der Weiterführung des Betriebes
<p>Familienhilfe</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hilfe für Bauernfamilien bei Ausfall der Bäuerin auf Grund einer Geburt, Krankheit oder eines Unfalles zu einem günstigen Tarif. Bei genügend Kapazität sind zum Selbstkostentarif auch Einsätze ausserhalb der Landwirtschaft oder allgemein bei Arbeitsspitzen oder Ferienabwesenheiten möglich. 	<ul style="list-style-type: none"> • Erkennen eines Burnouts • Unterstützung zulassen dürfen • Stärkung des Familiensystems • Ansprechen der betroffenen Person auf
		<ul style="list-style-type: none"> • Burnout und Überbelastung • Sicherstellung der Weiterführung des Betriebes
<p>Landwirtschaftliche Treuhänder (häufig an Bauernverbände oder Maschinenring angegliedert) Verzeichnis - treuland - Treuhandverband Landwirtschaft Schweiz²</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Steuerliche Optimierung des Betriebes • Beratung und Unterstützung bei betriebswirtschaftlichen Fragen • Bei Investitionen Berechnung der Tragbarkeit und aufzeigen von Finanzierungsmöglichkeiten • Beratung bei Hofübergaben 	<ul style="list-style-type: none"> • Früherkennung von Risikofaktoren eines Burnouts • Erkennen einer Häufung von Belastungsfaktoren

² <https://treuland.ch/de/mitglieder/verzeichnis.html>

<p>Ärzte (Hausärzte, Psychiater)</p>	<ul style="list-style-type: none"> Neben der Behandlung von Krankheiten beschäftigt sich der Facharzt für Allgemeinmedizin mit dem Bereich Vorsorge, wie beispielsweise Impfungen und Ernährungsberatungen. Zudem begleitet er Patienten nach einer erfolgten Krankenhausbehandlung oder schweren Erkrankung in ihrer Rehabilitationsphase. 	<ul style="list-style-type: none"> Früherkennung von Risikofaktoren eines Burnouts Erkennen einer Häufung von Belastungsfaktoren Erkennen eines Burnouts Unterstützung zulassen dürfen Stärkung des Familiensystems Ansprechen der betroffenen Person auf Burnout und Überbelastung System Familie stärken Verhindern von Rückfällen oder Folgeschäden Eingliederung in den Alltag
<p>Psychologen / Psychotherapeuten</p>	<ul style="list-style-type: none"> Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten behandeln Menschen mit psychischen Störungen und psychischem Leidensdruck. Sie kennen verschiedene Methoden der Diagnostik und Intervention und wenden diese an. 	<ul style="list-style-type: none"> Verhindern von Rückfällen oder Folgeschäden Eingliederung in den Alltag
<p>Ausgebildete Coach oder Sozialarbeiter mit spezifischen Kenntnissen der Landwirtschaft</p>	<ul style="list-style-type: none"> Bauernfamilien in schwierigen Lebenslagen können die Unterstützung von erfahrenen Coaches zur Hilfe nehmen. Mit diesem Coaching Angebot werden die betroffenen Familien in ihrer schwierigen Lebenslage begleitet sowie bei der Suche nach Auswegen und Lösungen in ihrer individuellen Situation unterstützt. 	<ul style="list-style-type: none"> Unterstützung zulassen dürfen Stärkung des Familiensystems System Familie stärken Verhindern von Rückfällen oder Folgeschäden Eingliederung in den Alltag

<p>Kollegiales Coaching (zurzeit nur für Frauen in St. Gallen)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Beim <u>kollegialen Coaching</u> treffen sich Berufskolleginnen und suchen unter Anleitung nach neuen Sichtweisen und Lösungsideen für Alltagsthemen. Die Themen wählen die Teilnehmerinnen nach ihren eigenen Bedürfnissen. • Eine Teilnehmerin schildert ein Thema, das sie momentan beschäftigt. Die Gesprächsleiterin stellt Impulsfragen und lässt die Themenbringerin die Situation genauer beschreiben. Die Gruppenmitglieder hören aktiv zu. Die Kolleginnen tauschen aus, was sie gehört, aber auch beobachtet haben. Sie geben eine Aussensicht, bringen Ideen und neue Sichtweisen ein. Für die Fallbringerin ergeben sich so neue Handlungsmöglichkeiten und Lösungsansätze. Es finden fortlaufend Coachings statt. 	<ul style="list-style-type: none"> • Früherkennung von Risikofaktoren eines • Burnouts • Erkennen einer Häufung von Belastungsfaktoren • Lebenslagenänderung – Erkennen von Entlastungsmöglichkeiten Sensibilisierung für das • Thema Burnout • Erkennen eines Burnouts • Unterstützung zulassen dürfen • Stärkung des Familiensystems • Ansprechen der betroffenen Person auf Burnout und Überbelastung • Niederschwellige Begleitung der betroffenen Personen • Entlastungsmöglichkeiten aufzeigen • System Familie stärken <ul style="list-style-type: none"> • Verhindern von Rückfällen oder Folgeschäden
<p>Peers (Koordinationsstelle der Peers?)</p> <p>Peers definieren sich durch gemeinsame Werte und Vorstellungen und zeichnen sich durch eine starke Übereinstimmung gegenüber anderen Verhaltensnormen der eigenen Gruppe aus. Bezug zur Landwirtschaft Lebenserfahrung oder selbst erlebte Überlastungssituationen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Peer-to-Peer-Beratung bedeutet, dass Personen, die in einer ähnlichen Lebenssituation stecken und auch in der Landwirtschaft tätig Betroffene im Umgang mit ihrer Krise unterstützen. Die Aufgabe der Peers (ehemals Betroffene) besteht darin, Brücken zu professionellen Beratungsangeboten zu bauen. • «Meine Aufgabe ist es ein Setting zu schaffen, dass die Hilfe überhaupt ins Rollen kommt und anschliessend das Setting zu begleiten und zu vernetzen. Dazu braucht es ein Netzwerk, welches zusammenarbeitet. Wie auch immer, psychologisch oder je nachdem auch medizinisch.» (Peer Begleiter) 	<ul style="list-style-type: none"> • Erkennen eines Burnouts • Stärkung des Familiensystems • Ansprechen der betroffenen Person auf Burnout und Überbelastung • Niederschwellige Begleitung der betroffenen Personen • Entlastungsmöglichkeiten aufzeigen • System Familie stärken <ul style="list-style-type: none"> • Eingliederung in den Alltag

<p>Sentinel (Koordinationsstelle der Sentinels)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sentinels sind freiwillige Einzelpersonen, die beruflich oder privat eng mit der Landwirtschaft verbunden sind. • Sentinels kennen Risikofaktoren, welche zu einem Burnout führen können und erkennen mögliche Anzeichen eines beginnenden Burnouts. • Sentinels sind sich ihrer informellen Rolle bewusst und haben Kenntnisse über die elementaren Kommunikationsregeln. • Sie kennen die vorhandenen Hilfsangebote und können die Landwirte darauf aufmerksam machen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Früherkennung von Risikofaktoren eines • Burnouts • Ansprechen der betroffenen Person auf Burnout und Überbelastung
<p>Offeni Tür (Gehört zum LZSG)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Coaching Angebot, in welchem betroffene Familien in ihrer schwierigen Lebenslage begleitet sowie bei der Suche nach Auswegen und Lösungen in ihrer individuellen Situation unterstützt werden. 	<ul style="list-style-type: none"> • Erkennen eines Burnouts • Unterstützung zulassen dürfen • Stärkung des Familiensystems • Ansprechen der betroffenen Person auf Burnout und Überbelastung • Niederschwellige Begleitung der betroffenen Personen • Entlastungsmöglichkeiten aufzeigen • System Familie stärken
<p>Sorgentelefon</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Das Bäuerliche Sorgentelefon ist ein Hilfsangebot für Bäuerinnen und Bauern sowie für alle anderen in der Landwirtschaft tätigen Menschen in schwierigen Situationen oder mit Problemen. Bäuerliches Sorgentelefon ³ 	<ul style="list-style-type: none"> • Niederschwellige Begleitung der betroffenen Personen

³ <https://baeuerliches-sorgentelefon.ch/de/page>

<p>Schweizerischer Bäuerinnen- und Landfrauenverband SBLV</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Förderung der beruflichen Aus- und Weiterbildung der Bäuerinnen • Förderung von Alltagskompetenzen in der Gesellschaft • Unterstützung von Massnahmen zur sozialen Besserstellung der Bäuerinnen und der Frauen im ländlichen Raum • Information der Mitglieder über aktuelle staats- und agrarpolitische Themen • Unterstützung der Frau in Gesellschaft und Recht. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilisierung für das Thema Burnout • Best practice Beispiele aus den verschiedenen Regionen in das Netzwerk einbringen
<p>Schweizer Bauernverband</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Interessenvertretung auf nationaler und internationaler Ebene mit dem Ziel, den Bauern Einkommen und Existenz zu sichern • Information der Bauern sowie allgemeine und produktionsbezogene Öffentlichkeitsarbeit • Erbringen von Dienstleistungen • Wahrnehmung der Interessenvertretung bei der Grund- und höheren Berufsbildung für die Schweizer Landwirtschaft 	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilisierung für das Thema Burnout