

Wenn der Hof zur Last wird

Zukunftssorgen und Familienkonflikte: Landwirte haben hohes Risiko für psychische Erkrankungen

Von Andreas Kerscher

Als ihr Mann von der Leiter stürzt, fühlt Sabine Freier, wie sie die Last auf ihren Schultern erdrückt. Die Ungewissheit, ob er je wieder gehen kann, die plötzlich alleinige Verantwortung für den Hof, die jahrelang aufgestaute Frustration, der Stress. Sabine Freier, Landwirtin aus dem Kreis Tirschenreuth, die eigentlich anders heißt, beißt die Zähne zusammen und macht weiter – wie immer. Bis es nicht mehr geht.

Spricht man mit Landwirten, Ärzten oder der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gärten (SVLFG) wird klar: Sabine Freiers Geschichte ist nur eine von Tausenden ähnlicher Geschichten aus der Landwirtschaft. Alle handeln von Stress, Belastungen, großen und kleinen Schicksalsschlägen. Und sie werden kaum erzählt.

Mit Anfang 20 heiratet Sabine Freier in den Betrieb ein. Das war vor über 30 Jahren. Die Ideen und Vorstellungen, die sie mitbringt, werden vom Alltagsstress als Mutter, Hausfrau und Bäuerin verschüttet. Der Hof steht immer im Mittelpunkt, sein Wohlergehen ist wichtiger als ihr eigenes. Auf keinen Fall will sie den Anschein erwecken, sie arbeite weniger hart mit als andere.

„Man läuft mit einem grundsätzlichen Stresslevel durchs Leben und weiß gar nicht mehr, wo das herkommt“, sagt Sabine Freier heute. Lange habe sie gar nicht gemerkt, was die tägliche Belastung, die geraubten Illusionen mit ihr machen. „Ich fühlte mich zerrissen auf einem Pfad zwischen Wünschen und wollen auf der einen Seite und können und schaffen auf der anderen.“

Suizidrate liegt über dem Durchschnitt

Jeder fünfte Landwirt scheidet laut Zahlen der SVLFG wegen psychischer Erkrankungen vorzeitig aus dem Beruf aus und beantragt



Mit der tristen Ästhetik von Todesanzeigen ragen grüne Kreuze aus Bayerns Äckern. Sie sollen vom leisen Sterben der Bauern künden. Gemeint ist das wirtschaftliche Sterben. Doch auch die Suizidrate unter Landwirten ist überdurchschnittlich hoch.

Foto: Hauke-Christian Dittrich/dpa/Bearbeitung: Straubinger Tagblatt/Landshuter Zeitung

Erwerbsminderungsrente. Die Suizidrate von Landwirten liegt 20 Prozent über dem Durchschnitt, fand eine Erhebung der französischen Gesundheitsbehörde heraus. Alle zwei Tage nimmt sich demnach ein Landwirt in Frankreich das Leben. In Deutschland gibt es keine belastbaren Zahlen, doch Studien aus der Schweiz und den USA legen ebenfalls nahe, dass dieser Berufsstand besonders suizidgefährdet ist.

Aber über Depression, Burn-out oder gar Suizid spricht man nicht – insbesondere im ländlichen Bereich. „Das ist auf jeden Fall ein Tabuthema“, sagt Irene Waas, Bezirksbäuerin von Niederbayern. „In der

Landwirtschaft muss man stark sein, da darf man keine Schwäche zeigen“, sei viel zu oft die Einstellung. Auch Waas kennt Fälle, in denen das Schweigen tödlich war. Sie erinnert sich etwa an eine Bäuerin, die tot in der Odelgrube entdeckt wurde – wahrscheinlich kein Unfall. „Es ist ein dringendes Thema, das thematisiert gehört“, sagt die Bezirksbäuerin. Nur so könne man auch auf Hilfsangebote aufmerksam machen.

Psychische Erkrankungen führen nicht automatisch zu einem Suizid, da sei jeder Einzelfall anders, erklärt Barbara Schneider, Leiterin des Nationalen Suizidpräventions-

programms und Chefärztin der Abteilung Abhängigkeitserkrankungen an der LVR-Klinik Köln. „Generell ist das Suizidrisiko bei verschiedenen psychischen Erkrankungen erhöht. Dazu zählen Depressionen, aber auch Suchterkrankungen.“

Auf Landwirte treffen dabei besonders viele Risikofaktoren zu, zählen Schneider und auch Stefan Adelsberger, Mitarbeiter der SVLFG, auf: Familiäre Probleme spielen häufig eine zentrale Rolle. Auf vielen Höfen leben mehrere Generationen unter einem Dach, es gibt Streit zwischen Alt und Jung, die Pflege der Eltern und die Be-

triebsübergabe an die Kinder belasten körperlich und seelisch.

Dazu kommen wirtschaftliche Nöte, Zukunftsängste, rechtliche Unsicherheiten durch ständig wechselnde Auflagen, Imageprobleme, fehlende Wertschätzung und chronische Schmerzen von der jahrelangen körperlichen Arbeit. „Grundsätzlich ist das schon ein Problem, dass Hilfe angenommen wird“, sagt Adelsberger. Oft melden sich die Betroffenen erst, wenn ihr Leidensdruck sehr groß werde.

So ergreift es auch Sabine Freier. Zwar besucht sie Mutter-Kind-Kuren und spricht mit einer Psychologin, aber eine psychosomatische Kur lehnt sie ab. Eine körperlich-geistige Erkrankung? Sie doch nicht!

Dann passiert der Unfall. Ihr Mann entgeht knapp einer Querschnittslähmung. „Aber der Motor läuft nicht mehr so wie früher. Das nagt an ihm“, sagt Sabine Freier. Sie war immer die ausgleichende Kraft auf dem Hof, sagt sie. Nun auch noch die ausfallende Arbeitsleistung und die depressive Laune ihres Mannes auszugleichen, schafft sie nicht mehr.

„Ich habe gelernt, den Staub anzuschauen“

Ihr Mann will keine Hilfe annehmen, also nimmt sich Freier selbst eine Auszeit und meldet sich für ein Stressseminar der SVLFG an. „Ich bin nicht für mich gekommen, sondern für die Partnerschaft. Das ist mir erst im Nachhinein klar geworden“, sagt sie heute.

Das Seminar dauert nur fünf Tage, aber Freier sagt, es habe ihr Leben verändert. „Ich habe gelernt, den Staub anzuschauen zu können“, sagt sie. „Der kann ganz dick werden.“ Hat es auch der Partnerschaft geholfen? „Es hat lange gedauert“, sagt Freier nach einer Pause. „Irgendwann ist mein Mann quasi einfach aufgewacht und hat sich vor Kurzem selbstständig Hilfe gesucht. Das ist für mich die pure Freude.“

Hilfe bei dunklen Gedanken

Jeder kann in eine scheinbar ausweglose Situation geraten, in der man Hilfe von außen braucht. In Deutschland gibt es 104 Telefonseelsorgestellen, die zu jeder Tages- und Nachtzeit anonym Beratung anbieten, zuhören und bei Bedarf an andere Einrichtungen verweisen.

Sie sind kostenlos unter **0800/1110111** und **0800/1110222** erreichbar. Beratungseinrichtungen speziell für Kinder und Jugendliche bietet die Telefonnummer **0800/1110333**.

Speziell für Landwirte gibt es das Montagstelefon des Bayerischen Bauernverbands (BBV). Montags von 9 bis 13 Uhr und von 16 bis 20 Uhr kann man unter der Telefonnummer **0800/1311310** über Sorgen und Gedanken sprechen. Die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG) bietet ihren Versicherten zahlreiche Angebote. Beratung dazu gibt es unter **0561/78510512**. Eine Krisenhotline mit Psychologen ist rund um die Uhr unter **0561/78510101** erreichbar.

Auch die Bezirke haben verschiedene ambulante und stationäre Angebote. Krisendienstes sind im Aufbau.

Weitere Angebote sind aufgelistet unter: www.suizidprophylaxe.de/hilfsangebote/adressen und www.bezirk-oberpfalz.de/soziales-gesundheit/beratungsnetz-oberpfalz. (ker)

„Es gibt ganz viele Stufen der Belastung“

SVLFG-Sozialpädagogin erklärt, warum zu viel Bürokratie Landwirte frustriert und sie resignieren lässt

Regina Eichinger-Schönberger ist Diplom-Sozialpädagogin bei der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG) in Landshut und Mitarbeiterin der Stabstelle Gesundheitsangebote. Im Interview erklärt sie, woher Belastungen für Landwirte kommen und wo Hilfe ansetzen kann.

Frau Eichinger-Schönberger, ist die hohe Arbeitsbelastung ein Auslöser für viele psychische Probleme in der Landwirtschaft?

Regina Eichinger-Schönberger: Das ist ein Faktor. Hinzu kommt, dass die Landwirte ihre alltägliche Arbeit an vielen Stellen gar nicht mehr selber in der Hand haben. Der Preis für ihr Getreide wird zum Beispiel an einer Börse bestimmt. Dazu kommen gesellschaftliche Faktoren. Wenn der Landwirt düngt, wenn er mäht, steht er heute mehr im Blick der Öffentlichkeit, als das vor 20 Jahren der Fall war.

Besonders laut klagen Bauern über Bürokratie und Vorschriften. Die gibt es in anderen Berufen auch. Heben Landwirte vielleicht nur schneller die Hand als andere?

Eichinger-Schönberger: Das sehe ich nicht so. Ich würde das mit dem Beruf der Krankenschwester vergleichen, die ihre Aufgabe vorrangig in der Pflege von Kranken sieht und nicht in der Dokumentation ihrer Tätigkeit. So ist es auch mit Landwirten. Sie sehen ihre Hauptaufgabe darin, Felder zu bewirtschaften und Verantwortung für ihr

Vieh zu tragen. Beiden Berufen ist gemein, dass immer neue Vorschriften und Bürokratie von der eigentlichen Arbeit abhalten.

Was macht das mit einem, wenn die Vorstellung vom eigenen Beruf nicht zur Realität passt?

Eichinger-Schönberger: Das ist sicherlich etwas, das frustriert und auch resignieren lässt. Bis zu einem gewissen Grad kann man akzeptieren, dass Bürokratie eben dazugehört. Aber wenn man wahrnimmt, dass dieser Teil immer mehr wird und von der eigentlichen Auf-

„Das raubt Kraft und Freude“

gabe immer weniger bleibt, dann entwickelt sich der Beruf zu etwas, das man nie werden wollte. Das raubt Kraft und Freude.

Betrifft das eher ältere Landwirte? Die Jüngeren müssten doch wissen, worauf sie sich einlassen.

Eichinger-Schönberger: Oft zweifeln gerade junge Landwirte kurz vor der Übernahme eines Betriebs ernsthaft, ob sie den ganzen Anforderungen gewachsen sind. Die berufliche Identität hat sich stark gewandelt, die Perspektiven sind in vielen Bereichen unsicher und die nötigen Investitionssummen sind deutlich höher als vor 20 Jahren.

Und diese Zweifel führen dann zu psychischen Erkrankungen?

Eichinger-Schönberger: Die Summe der Belastungen erhöht das Risiko. Wenn zu hoher Arbeitsbelastung, Schulden, Umstrukturierungsdruck und so weiter noch eine persönliche oder familiäre Belastung kommt – das kann der Tropfen sein, der das Fass zum Überlaufen bringt. Dieser Tropfen kann gewaltig sein. Etwa wenn die Oma von jetzt auf gleich pflegebedürftig wird. Dann entstehen Belastungen, die man mit einmal Durchschnaufen und dann wieder Anpacken nicht mehr wegstecken kann.



Regina Eichinger-Schönberger

Foto: Privat

Wie können die Angebote der SVLFG bei finanziellen oder familiären Problemen helfen?

Eichinger-Schönberger: Die Landwirte wissen, dass wir Probleme am Betrieb oder Konflikte in der Familie nicht für sie aus der Welt schaffen können. Aber sie fühlen sich verstanden. Es ist ein sehr wichtiger Moment, wenn sie in den Gesprächsrunden erleben, dass andere mit ähnlichen Problemen belastet sind. Unsere Angebote helfen dabei, die Probleme anzusprechen, zu strukturieren und Lösungsmöglichkeiten zu entwickeln.

Denken Sie, dass Sie mit Ihrer Arbeit auch helfen, die Suizidrate in der Landwirtschaft zu verringern?

Eichinger-Schönberger: Es gibt für Deutschland dazu keine Zahlen, darum ist das schwer zu beantworten. Wir erleben Landwirte, die aus völliger Erschöpfung solche Gedanken in sich tragen und auch aussprechen. Aber davor gibt es ganz viele Stufen der Belastung. Dort setzen wir an. Wir bieten eine Reihe präventiver Angebote, von Onlinetrainings über telefonische Beratung bis hin zu Seminaren. Die reichen vom Umgang mit Stress über Seminare für pflegende Angehörige, bei denen ihre eigene Gesundheit im Mittelpunkt steht, bis hin zu Betriebsaufgabeseminaren.

Seminare zum Aufgeben?

Eichinger-Schönberger: Wenn Generationen den Betrieb geführt haben und man selbst der Letzte dieser Tradition ist, ist das eine schwierige Entscheidung. Gerade bei Landwirten mit Tieren ist es unheimlich belastend, die Tiere aus dem Stall gehen zu sehen. Viele

„Wenn der Betrieb endet, geht das Leben weiter“

identifizieren sich über ihren Beruf. Wenn diese Identifikation wegfällt, bedarf es einer guten Vorbereitung, dass man nicht in ein tiefes Loch fällt. Darum geht es neben rechtlichen und wirtschaftlichen Aspekten im Seminar. Wenn der Betrieb endet, geht das eigene Leben weiter.

Interview: Andreas Kerscher