



© PATRICK DIELEMAN

Een goede boer(in) zijn, hoe stresserend is dat?

Iedereen in de sector zal zeker en vast begrijpen wat er bedoeld wordt als iemand de (uiteindelijk toch wel vage) uitspraak doet: “Dat is een goede boer(in)” of “Dat is niet zo’n goede boer(in)”. Dat laatste over iemand horen is pijnlijk, want daar hangt een flink waardeoordeel aan vast. En laat waarderingsdrang nu net een van de voornaamste stressfactoren zijn bij landbouwers. Hoe ga je daarmee om?

Melanie Van Raaij, consultant Strategie, afzet en organisatie

De meesten onder ons zullen hun rollen serieus nemen en een goede moeder, vader, partner, zoon of dochter willen zijn, en ook een goede consulent, adviseur en noem alle beroepen maar op. Het lijkt me dat wel of geen ‘goede boer’ zijn volgens collega-boeren qua zwaarte overeenkomt met wel of geen goede moeder zijn volgens de maatschappij.

Waarom is dat? Het legt alleszins een enorme druk op landbouwers, ongeacht de sector en – volgens Groene Kring – ook ongeacht de leeftijd. Het gaat hier over presteren, maar ook over waardering krijgen voor wat je doet.

Stressfactoren

Volgens onderzoek van ILVO is waarderings- en prestatiedrang een van de

zeven voornaamste stressfactoren bij landbouwers, met impact op hun welbevinden (zie kaderstuk). Hoe ga je om met deze stress? Boerenbond en Ferm organiseren in juni gezamenlijk in elke Vlaamse provincie een vorming rond prestatie- en waarderingsdrang, en hoe omgaan met de stress die deze genereert. Meer informatie en de link om in te schrijven vind je via onderstaande weblink.

Heb je interesse? Schrijf dan snel in. Het wordt een heel interactieve vorming, waarbij de deelnemers ook op voorhand hun bezorgdheden rond dit thema kunnen doorgeven. Daarom houden we het kleinschalig. Zoals je op de website kunt zien, kadert deze vorming in een door de Vlaamse overheid ondersteund demonstratie-

project 'Boerenverstand, rust in je hoofd'.

Wat is een demonstratieproject?

Demonstratieprojecten moeten land- en tuinbouwers bewust maken van nieuwe mogelijkheden op het vlak van duurzame praktijken en technieken. Door middel van demonstraties worden ze aangespoord om deze praktijken en technieken toe te passen op hun bedrijf. Daarom wordt veel belang gehecht aan de toepassing van de nieuwe inzichten bij de landbouwers en de tuinders zelf. Dit project tekende in op het thema Welzijn. De komende twee jaar zullen we binnen het kader van dit project heel wat vormingen en andere acties organiseren, allemaal gericht op het leren omgaan met stress. Ook die vind je via onderstaande weblink.


Mannen, waar zijn jullie?

Bij wijze van aftrap van het project organiseerden we in maart twee webinars rond omgaan met stress. We wilden hiermee op een laagdrempelige manier stress en omgaan met stress benaderen. Het webinar werd gegeven door een psycholoog van Pulso. We hadden hiervoor (samen met Ferm) 100 inschrijvingen. Veruit de meeste deelnemers waren vrouwen. We merken dat vrouwen meestal al wel wat ervaring hebben met omgaan met stress. Ze volgden al vormingen of andere initiatieven rond dit thema. Mannen daarentegen lijken we niet te kunnen overtuigen om hun bezorgdheden te uiten. Hopelijk brengt dit project daar de komende twee jaar verandering in.

Dat mannen andere prioriteiten hebben dan hun hart bloot te leggen, blijkt ook uit onze eerdere initiatieven. In november 2022 organiseerden we een inspiratietoer rond het bespreekbaar maken van problemen. Binnen het kader van het Europese Farmwell-pro-

ject rond welzijn toerden we met een volle bus dames langs drie landbouwbedrijven, waar elk van de bedrijfsleiders een persoonlijk verhaal deelde. We hopen jullie te mogen begroeten op een van de vormingen binnen het demonstratieproject 'Boerenverstand, rust in je hoofd.' ■

Heb je vragen rond deze vormingen of wil je ons input bezorgen hoe we de invulling van onze initiatieven rond welzijn nog beter kunnen afstemmen op jullie noden, contacteer dan Melanie Van Raaij via 016 28 60 40 of melanie.van.raaij@boerenbond.be. Bekijk het filmpje van de inspiratietoer via www.boerenbond.be/actualiteit/werken-aan-welzijn-op-de-farmwell-inspiratietoer.

 www.boerenbond.be/projecten/boerenverstand-rust-in-je-hoofd

Voornaamste stressfactoren bij landbouwers

Volgens onderzoek van ILVO zijn dit de zeven voornaamste stressfactoren bij landbouwers, met impact op hun welbevinden:

1. Waarderings- en prestatiedrang
2. Beroepsrisico's
3. Veeleisend beroep
4. Regelgeving
5. Zwakke onderhandelingspositie
6. Financiële onzekerheid
7. Onzeker toekomstperspectief



This project has received funding from the European Union's Horizon 2020 research and innovation programme under grant agreement No 101000797



Vlaamse
overheid

