



# Handlungsempfehlungen zur Verhältnisprävention und Früherkennung von Burnout bei Landwirt\*innen

Janine Schmutz



Departement Gesundheit  
Institut für Gesundheitswissenschaften  
Studienjahr: 2018  
Eingereicht am: 07.05.2021  
Begleitende Lehrperson: Nicole Fasel

**Bachelorarbeit  
Gesundheits-  
förderung und  
Prävention**

## Abstract

**Einleitung:** Eine aktuelle Studie hat gezeigt, dass Schweizer Landwirt\*innen doppelt so häufig von Burnout betroffen sind wie allgemein Erwerbstätige in der Schweiz. Aufgrund dessen wurden zahlreiche berufsspezifische Hilfsangebote aufgebaut. Im Sinne der Gesundheitsförderung und Prävention bieten sich Massnahmen an, die bei den Lebensverhältnissen ansetzen und die Entstehung von Burnout vorbeugen können.

**Fragestellung:** In welchen verhältnisorientierten Massnahmen zur Prävention oder Früherkennung von Burnout bei Landwirt\*innen sieht die Dialoggruppe am meisten Potenzial und warum?

**Methode:** Anhand eines halbstrukturierten Leitfadens wurden zwei Online-Fokusgruppen mit Landwirt\*innen und Expert\*innen durchgeführt, welche gemeinsam die Dialoggruppe darstellen. Inhalt der Diskussion waren die drei bestbewerteten Ideen für Massnahmen, die sich aus der vorgängigen quantitativen Online-Befragung abgezeichnet haben. In den Fokusgruppen wurde erörtert, warum in den bestbewerteten Ideen grosses Potenzial gesehen wird. Die daraus entstandenen Daten wurden transkribiert und gemäss der inhaltlich strukturierenden Inhaltsanalyse von Kuckartz mittels der Software MAXQDA ausgewertet.

**Zentrales Ergebnis:** Die Dialoggruppe ist sich einig, dass die psychische Gesundheit in der Betriebsleiterschule obligatorisch thematisiert werden sollte und sieht darin sehr grosses Potenzial. Die psychische Gesundheit ist einer der zentralen Erfolgsfaktoren für die erfolgreiche Führung eines Unternehmens.

**Schlussfolgerung:** Eine Projektkonzeption anhand des Best-Practice-Handlungsrahmens bietet sich in dieser Lebenswelt an, wobei die Partizipation von Landwirt\*innen einen besonders wichtigen Stellenwert einnimmt, damit effektive und akzeptierte Interventionen entstehen können.

**Keywords:** Burnout, psychische Gesundheit, Landwirt\*, Verhältnisprävention, Früherkennung



## Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Einleitung</b> .....	<b>6</b>
1.1	Ausgangslage .....	6
1.2	Relevanz für die Gesundheitsförderung und Prävention.....	8
1.3	Thematische Eingrenzung und Fragestellung.....	9
1.4	Zielsetzung .....	10
1.5	Aufbau der Arbeit.....	10
<b>2</b>	<b>Theoretischer Hintergrund</b> .....	<b>12</b>
2.1	Begriffsklärung.....	12
2.2	Themenschwerpunkte .....	13
2.2.1	Burnout.....	13
2.2.2	Verhältnisprävention .....	14
2.3	Bestehende Interventionen .....	15
<b>3</b>	<b>Methode</b> .....	<b>17</b>
3.1	Methodisches Vorgehen .....	17
3.2	Untersuchungsgruppe .....	19
3.3	Datenerhebung.....	20
3.3.1	Fragebogen.....	20
3.3.2	Leitfaden .....	21
3.4	Datenauswertung.....	22
3.4.1	Befragung.....	22
3.4.2	Fokusgruppen .....	22
<b>4</b>	<b>Ergebnisse</b> .....	<b>25</b>
4.1	Quantitative Befragung .....	25
4.2	Fokusgruppen.....	27
4.2.1	Fokusgruppe A.....	28
4.2.2	Fokusgruppe B.....	33

4.3	Synthese der Ergebnisse.....	36
<b>5</b>	<b>Diskussion .....</b>	<b>38</b>
5.1	Diskussion der Ergebnisse .....	38
5.2	Beantwortung der Fragestellung.....	40
5.3	Handlungsempfehlungen.....	41
5.4	Limitationen .....	42
5.5	Implikationen für die Gesundheitsförderung und Prävention .....	43
<b>6</b>	<b>Schlussfolgerungen .....</b>	<b>45</b>
6.1	Weitere Empfehlungen für Praxis und Forschung .....	45
<b>7</b>	<b>Literaturverzeichnis.....</b>	<b>47</b>
<b>8</b>	<b>Weitere Verzeichnisse.....</b>	<b>58</b>
8.1	Tabellen.....	58
8.2	Abbildungen.....	58
<b>9</b>	<b>Eigenständigkeitserklärung und Wortzahl .....</b>	<b>59</b>
<b>10</b>	<b>Anhang .....</b>	<b>60</b>
A:	Operationalisierte Fragestellung .....	60
B:	Settinganalyse .....	61
C:	Selektive Literaturrecherche .....	63
D:	Quantitative Befragung inklusiv der 15 Ideen zu Massnahmen .....	92
E:	Auswertung der quantitativen Befragung.....	99
F:	Leitfaden .....	100
G:	Einverständniserklärung.....	105
H:	Transkriptionsregeln und Transkripte .....	107
I:	Codebuch.....	165

## 1 Einleitung

Gemäss einer schweizweiten Befragung im Jahr 2017 sind ungefähr 12% der Landwirt\*innen von einem Burnout betroffen. Diese Prävalenz liegt doppelt so hoch wie der Durchschnitt in der Allgemeinbevölkerung, welcher im Jahr 2015 ungefähr bei 6% lag (Ilgic et al., 2015; Reissig, 2017). Ein systematisches Review hat gezeigt, dass die Prävalenz von Stress, psychischen Erkrankungen und Suizid bei Landwirt\*innen auch international hoch ist (Yazd et al., 2019).

International wurden aufgrund des evidenzbasierten Handlungsbedarfes hinsichtlich der hohen Burnout-Prävalenz verschiedene Interventionen entwickelt. Auch in der Schweiz gibt es mittlerweile viele Anlaufstellen und Hilfsangebote für Landwirt\*innen in Krisen.

Im Sinne der Gesundheitsförderung und Prävention gibt es effizientere Wege den Handlungsbedarf zu decken, als immer mehr Hilfsangebote aufzubauen, die trotz Niederschwelligkeit immer noch spät oder gar nicht aufgesucht werden (Fluder et al., 2009; Imoberdorf et al., 2017). Es stellt sich die Frage, wie die Gesundheit von Landwirt\*innen flächendeckend und effektiv verbessert werden kann, damit der Entstehung von Burnouts vorgebeugt werden kann. Angesichts der herausfordernden Rahmenbedingungen im Berufsfeld der Landwirtschaft wird in dieser Arbeit nachgegangen, welche verhältnisorientierten Massnahmen vorgenommen werden können, damit Burnouts bei Landwirt\*innen vorgebeugt und früher erkannt werden. Für die Akzeptanz und Effektivität der Massnahmen ist essenziell, dass Landwirt\*innen als Gleichberechtigte mitwirken können, weshalb sich die vorliegende Arbeit mit ihrer Sicht auf die Ideen beschäftigt und darauf basierend erste Handlungsempfehlungen bildet.

### 1.1 Ausgangslage

Angesichts der international und national hohen Prävalenz von Burnout bei Landwirt\*innen besteht umfassende Literatur zu den berufsspezifischen Belastungen. Der gesellschaftliche und mediale Druck beschäftigt Landwirt\*innen (Pfister-Sieber, 2018). Die geringe Wertschätzung der Konsumierenden und das negative Image der Landwirt\*innen werden wiederkehrend als belastende Faktoren genannt (Giger, 2021; Jurt et al., 2018). Die Kultur der Widersprüchlichkeit bei Konsumierenden sorgt bei Landwirt\*innen für Ärger (rheingold salon, 2015). Weitere belastende Faktoren sind die zunehmenden rechtlichen Vorschriften, der dadurch immer grösser werdende administrative Aufwand und der hohe Workload (Pfister-Sieber, 2018). Zwei Drittel der Landwirte arbeiten wöchentlich mehr als 50 Stunden in ihrer Haupttätigkeit. Um wie viele Arbeitsstunden es sich tatsächlich handelt, bleibt

unbekannt, da mehr als 50 Stunden die grösstmögliche Antwortkategorie in der Befragung war (Bundesamt für Landwirtschaft, 2020). Durchschnittlich beziehen Landwirte neun Tage und Bäuerinnen sieben Tage Ferien im Jahr, wobei mindestens ein Fünftel gar keine Ferien macht (Bundesamt für Landwirtschaft, 2020). Den Zeitpunkt der Arbeitserledigung können sie unter anderem aufgrund des Wetters häufig nicht selbst bestimmen. Sie sind im Vergleich zu anderen Selbständigerwerbenden besonders von repetitiven Arbeiten betroffen (Bödeker & Dragano, 2005). Hinzu kommt, dass die wirtschaftliche Situation der Landwirtschaft insgesamt als unbefriedigend erlebt wird (Meier & Flury, 2018).

Die Gesellschaft erkennt psychische Probleme kaum. Oft werden Symptome dem in der Gesellschaft omnipräsenten Thema Stress zugeschrieben und das Erfordernis professionelle Hilfe beizuziehen wird nicht wahrgenommen (Angermeyer & Dietrich, 2006; Martino et al., 2012). Viele Menschen, denen es psychisch nicht gut geht, legen dies ihrem Umfeld nicht gerne offen. Sie befürchten als nicht leistungsfähig und schwach gesehen zu werden (Bühler et al., 2018).

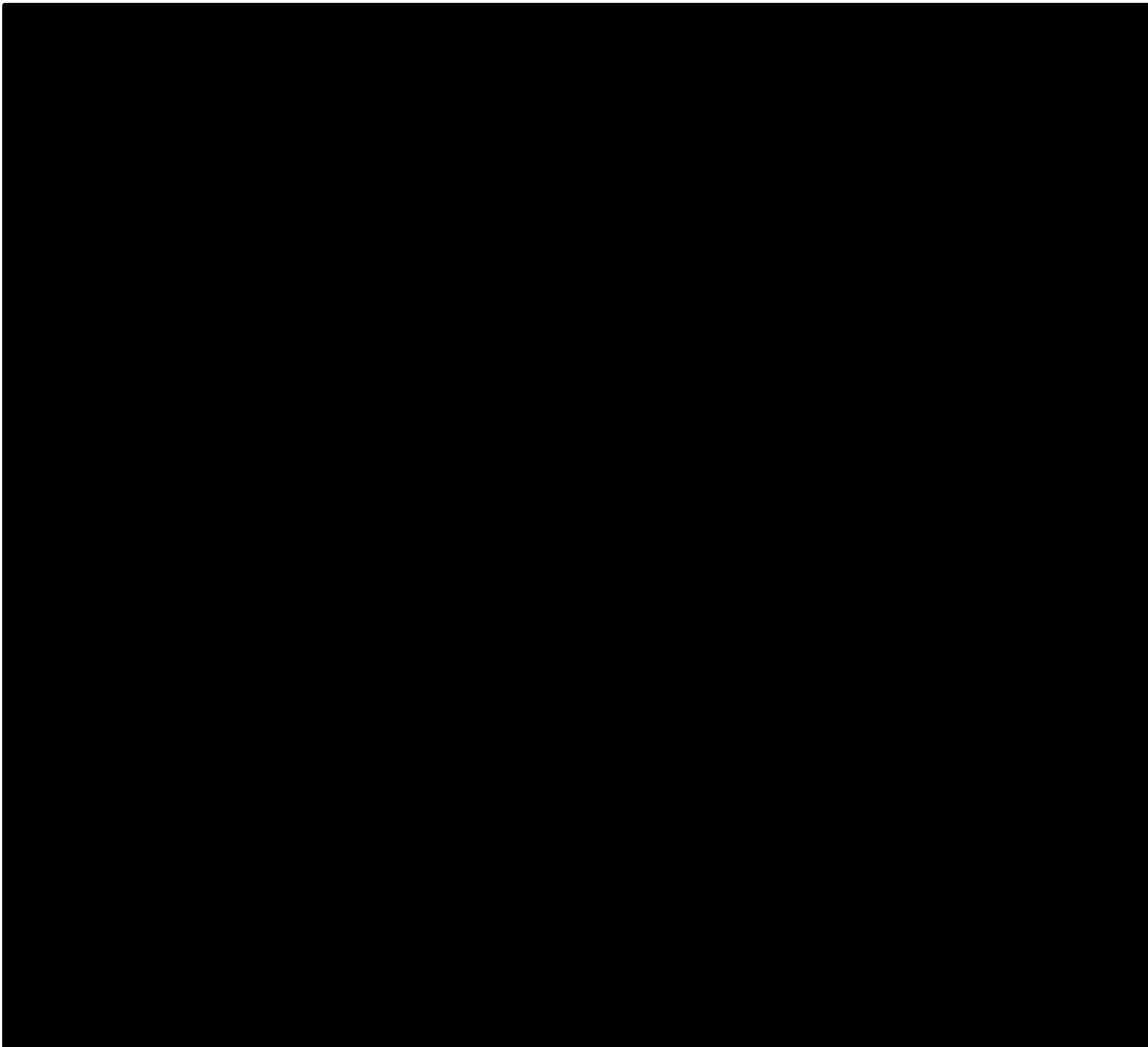
Chronischer Stress, der zu einem Burnout führen kann, ist nicht nur in der Berufsgruppe der Landwirt\*innen vorhanden, sondern in der gesamten Schweizer Bevölkerung. Aktuell liegen mehr Erwerbstätige im kritischen, gesundheitsgefährdenden Bereich als im vorteilhaften Bereich des Job-Stress-Index. Um Stress zu reduzieren, setzen Führungskräfte vermehrt auf betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM), indem sie dieses systematisch aufbauen. Im Jahr 2016 verfügten 71% der Schweizer Betriebe über ein BGM, wovon 23% BGM vollumfänglich umsetzten (Füllemann et al., 2017).

In der Landwirtschaft ist BGM kein Thema. Viele Landwirt\*innen sind Selbständigerwerbende und haben keine Ressourcen für ein BGM. 2017 erschien ein Bericht, der Arbeitsbedingungen unter Selbständigerwerbenden verglichen hat. Es stellte sich heraus, dass Landwirt\*innen im Vergleich mit anderen Selbständigerwerbenden am meisten arbeiten und nur halb so zufrieden mit der eigenen Arbeit sind. Unter den befragten Landwirt\*innen haben drei Viertel häufig oder dauernd Stress und können entgegen anderer Selbständigerwerbender nicht von der Ressource in der Freiheit der Arbeitsgestaltung profitieren, weil ihr Arbeitsalltag unter anderem durch das Wetter bestimmt wird. Generell haben Selbständigerwerbende eine besonders hohe Leistungs- und Einsatzbereitschaft, welche hinsichtlich der Entwicklung eines Burnouts problematisch werden könnte (Pekruhl & Vogel, 2017).

## 1.2 Relevanz für die Gesundheitsförderung und Prävention

Im Sinne der Ottawa Charta, dem Leitbild der Gesundheitsförderung, wird in dieser Arbeit die Handlungsebene „Gesundheitsförderliche Lebenswelten schaffen“ angesprochen (Weltgesundheitsorganisation, 1986). Es wird erörtert, welche verhältnisorientierten Massnahmen von Landwirt\*innen und Expert\*innen begrüsst werden. Die Gesundheit ist Landwirt\*innen wichtig. Sie stellt für sie, neben der Familie, den wichtigsten Lebensbereich dar (Bundesamt für Landwirtschaft, 2017).

Die Gesundheit wird von verschiedenen Faktoren beeinflusst. Diese Einflussfaktoren determinieren die Gesundheit, weshalb sie als Gesundheitsdeterminanten bezeichnet werden. Sie werden in fünf übergeordneten Bereichen dargestellt, die in wechselseitigen Beziehungen stehen (Richter & Hurrelmann, 2015).





Im grünen Bereich der Abbildung 1 ist zu sehen, dass die Landwirtschaft selbst einen Gesundheitsdeterminanten darstellt (Gesundheitsförderung Uri, o. J.). Folglich betrifft die Gesundheit der Landwirt\*innen indirekt auch die Gesundheit der restlichen Bevölkerung, da Landwirt\*innen deren Lebensbedingungen massgeblich beeinflussen.

In der Gesundheitsförderung wird der Settingansatz verfolgt, welcher besagt, dass Interventionen in alltäglichen Lebenswelten ansetzen sollen. Gesundheit wird in der alltäglichen Umwelt geschaffen, dort wo gelebt, geliebt, gearbeitet und gespielt wird (Weltgesundheitsorganisation, 1986). Bei vielen Landwirt\*innen konzentrieren sich diese Lebenswelten an einem Ort. Dort wo sie geboren werden, wachsen sie auf, wohnen, leben, lieben, arbeiten und altern sie (World Health Organization, 2021). Folglich gibt es eine kleine Auswahl an Settings.

Der Kontakt mit Landwirt\*innen wird im Rahmen der vorliegenden Arbeit anhand der Handlungsstrategien der Ottawa Charta gestaltet. Für die gesundheitsfördernden Lebensverhältnisse der Landwirt\*innen wird anwaltschaftlich eingetreten, indem Bedarf und Bedürfnisse für Veränderungen erörtert werden und ausgewählte Stakeholder vernetzt und zwischen ihnen vermittelt wird. Die Landwirt\*innen werden befähigt, als gleichberechtigte Partner\*innen an den Handlungsempfehlungen für die Schaffung der gesundheitsförderlichen Lebenswelten mitzuwirken (Abel & Kolip, 2018; Weltgesundheitsorganisation, 1986).

### **1.3 Thematische Eingrenzung und Fragestellung**

Die vorliegende Bachelorarbeit bezieht sich auf die Berufsgruppe der Landwirt\*innen, welche dem Berufsfeld der Landwirtschaft angehören (OdA AgriAliForm, o. J.). Andere Berufsgruppen dieses Berufsfelds werden ausgeschlossen, damit die Handlungsempfehlungen auf der vorliegenden Evidenzbasis zu dieser Berufsgruppe stringent aufgebaut werden können und somit eine kohärente Zielgruppe besteht.

Bezüglich der Handlungsempfehlungen wird der Ansatz der Verhältnisebene fokussiert. Um flächendeckende und wirksame Prävention zu betreiben, die Chancengleichheit gewährleistet, müssen Interventionen auch bei den Verhältnissen ansetzen. Verhältnisprävention hat oft Verhaltensänderungen zur Folge. Die beiden Ansätze Verhältnisprävention und Verhaltensprävention stehen in einer Wechselbeziehung und bewirken gemeinsam den grössten Effekt (De Bock et al., 2017).

Folgender Fragestellung wird in der vorliegenden Bachelorarbeit nachgegangen:

In welchen verhältnisorientierten Massnahmen zur Prävention oder Früherkennung von Burnout bei Landwirt\*innen sieht die Dialoggruppe am meisten Potenzial und warum?

Die operationalisierte Fragestellung ist im Anhang A zu finden. Mit Dialoggruppe sind die Landwirt\*innen und Expert\*innen gemeint, mit denen im Rahmen dieser Arbeit in den Dialog getreten wird.

Das Forschungsinteresse liegt darin herausfinden, welche der vorgeschlagenen Massnahmen aus Sicht der Dialoggruppe am meisten Potenzial haben. Mithilfe des Frageadverbs «warum» wird im Sinne des qualitativen Ansatzes die lebensweltliche Einstellung, basierend auf bisherigen Erfahrungen der Teilnehmenden erfasst (Haas et al., 2013; Mey & Mruck, 2014; Perkhofer et al., 2016).

Weil es sich um ein exploratives Vorgehen handelt, wird im Vorfeld keine Hypothese gebildet. Die Fragestellung wird mit einer ergebnisoffenen Haltung verfolgt.

#### 1.4 Zielsetzung

In dieser Arbeit findet eine erste qualitative Erhebung statt, wie Ideen zur Verhältnisprävention und Früherkennung von Burnout bei Landwirt\*innen durch Landwirt\*innen selbst und Expert\*innen bewertet werden. Das Forschungsziel ist herauszufinden, welche Massnahmen aus Sicht dieser Personen am meisten Potenzial haben und ausfindig zu machen, weshalb dem so ist. Nach der Auswertung der erhobenen Daten können, basierend auf den Ergebnissen, Handlungsempfehlungen für das weitere Vorgehen formuliert werden.

Dementsprechend wird folgender Zielzustand definiert:

Handlungsempfehlungen zur Verhältnisprävention und Früherkennung von Burnout bei Landwirt\*innen sind, basierend auf den erhobenen qualitativen Daten, nachvollziehbar aufbereitet.

#### 1.5 Aufbau der Arbeit

Die Arbeit gliedert sich in sechs Kapitel. Die **Einleitung** führte die Lesenden umfassend in die Thematik der Arbeit ein. Nun wird der **theoretische Hintergrund** erörtert. Darin werden die Hintergründe der Forschungsfrage aus der Theorie beleuchtet und bereits bestehende Interventionen vorgestellt. Im Anschluss wird die **Methode** der empirischen Arbeit transparent und nachvollziehbar dargelegt. Die Resultate werden im Kapitel **Ergebnisse**

vorge­stellt und im Unterkapitel Synthese prägnant zusammengefasst. Im Kapitel der **Dis­kussion** werden die Ergebnisse diskutiert, indem sie mit dem theoretischen Hintergrund verknüpft werden und mit dem weiteren Forschungsstand verglichen werden. Darauf werden die Handlungsempfehlungen formuliert, auf Limitationen hingewiesen und Implikationen für die Gesundheitsförderung und Prävention dargelegt. Schliesslich werden im Kapitel der **Schlussfolgerungen** die zentralsten Erkenntnisse zusammengefasst und weitere Empfehlungen für die Praxis und Forschung formuliert. Zum Schluss folgen die Verzeichnisse und die Anhänge, auf die im Verlauf der Arbeit stets verwiesen wird.

## 2 Theoretischer Hintergrund

Im vorliegenden Kapitel werden zentrale Begriffe erklärt und die Themenschwerpunkte auf Basis des aktuellen Forschungsstandes aufgezeigt. Zudem werden bereits bestehende Interventionen betrachtet.

### 2.1 Begriffsklärung

Damit die Verwendung der zentralen Begriffe eindeutig ist, wird festgehalten, wie die Begriffe in der vorliegenden Arbeit definiert werden.

Bei **Burnout** handelt es sich nicht um eine Krankheit, sondern um einen Faktor, welcher die Gesundheit beeinflusst und mit Arbeitsbedingungen verknüpft ist (Hochstrasser, o. J.). In der neusten Version des weltweit anerkannten Klassifikationssystem medizinischer Diagnosen (ICD-11) (2020, Abs. 2) wird Burnout definiert als «Syndrom, welches aufgrund von chronischem Stress am Arbeitsplatz, der nicht erfolgreich bewältigt wurde, bedingt ist». Ein **Syndrom** bezeichnet einen Symptomkomplex (Dudenredaktion, o. J.). Im Falle des Burnout-Syndroms handelt es sich um psychische, körperliche und kognitive Symptome sowie Verhaltensänderungen (Hochstrasser et al., 2016). Im Job-Stress-Index wird der Auslöser **Stress** bezeichnet als «...ein Ungleichgewicht zwischen Belastungen, mit denen eine Person konfrontiert wird, und den verfügbaren Bewältigungsmöglichkeiten (**Ressourcen**).» (Galliker et al., 2020, S. 2)

**Verhältnisse** bezeichnen die Lebens- und Arbeitsbedingungen (Abel & Kolip, 2018). Wenn von **Verhältnisprävention** gesprochen wird, ist damit der ganzheitliche Ansatz an den Strukturen, Prozessen oder Rahmenbedingungen in sozialräumlichen Systemen gemeint, beispielsweise die Veränderung der Betriebsstrukturen, indem den Mitarbeitenden eine flexible Gestaltung der Arbeitstätigkeit ermöglicht wird. Dem gegenüber steht die Verhaltensprävention, welche an den Kompetenzen und Verhaltensweisen der Zielgruppe ansetzt, beispielsweise an der Empfehlung zur Durchführung von Entspannungstechniken (Kolip et al., 2019). Das Handlungsprinzip der **Chancengleichheit** bedeutet, dass Menschen unabhängig ihrer sozialen Unterschiede befähigt werden, ihr grösstmögliches Gesundheitspotenzial auszuschöpfen, indem gleiche Voraussetzungen geschaffen werden (Weltgesundheitsorganisation, 1986).

Die **Zielgruppe** stellen in dieser Arbeit Landwirt\*innen dar. Die Teilnehmenden der Fokusgruppen werden in der vorliegenden Arbeit als **Dialoggruppe** bezeichnet, weil mit dieser heterogenen Gruppe in den Dialog getreten wird.

**Partizipation** bezeichnet die Beteiligung der Bürger\*innen (Wright, 2020). Dabei wird nicht nur die Teilnahme, sondern auch die Teilhabe gemeint (Wright, 2010). Partizipation entspricht einem Entwicklungsprozess, der sich in Stufen gliedert, wobei stets die höchstmögliche Stufe angestrebt wird (Wright, 2020). Partizipation wird in der Forschung wie auch in der Praxis als Qualitätsmerkmal angesehen (Wright, 2020). Daraus ist die **partizipative Qualitätsentwicklung** entstanden, welche das Wissen der Beteiligten in das Zentrum rückt und diese in allen Phasen der Projektentwicklung zu gleichberechtigten Partner\*innen macht. Dadurch entstehen massgeschneiderte Projekte und im besten Fall empowerte Zielgruppen (Kolip et al., 2019; Wright, 2010).

Die **Handlungsempfehlungen** dieser Arbeit stellen Vorschläge für die nächsten Handlungsschritte in Bezug auf die Problemstellung dar. Dadurch heben sie sich deutlich von den Implikationen für das Berufsfeld und von den weiteren Empfehlungen für Praxis und Forschung ab und drücken den konkreten Handlungsauftrag aus. Bei **Interventionen** handelt es sich um «fachlich begründete, systematische und idealerweise partizipativ gestaltete Prozesse», wobei Intervention als eine Art Oberbegriff verwendet wird (Gesundheitsförderung Schweiz, 2021, Abs. 8). Dementsprechend bezieht sich dieser Begriff in der vorliegenden Arbeit auf die national und international bereits bestehenden Strategien, Programme, Projekte und Angebote. Als **Massnahmen** werden in dieser Arbeit die Ideen zu konkreten Handlungen bezeichnet. Dabei handelt es sich noch nicht um ausgereifte Interventionen, weshalb der Begriff Massnahme angebracht ist.

## 2.2 Themenschwerpunkte

Relevante Theorien und Modelle der Themenschwerpunkte werden in diesem Kapitel beschrieben.

### 2.2.1 Burnout

Die Begriffe Burnout und Burnout-Syndrom werden synonym verwendet. Da die Bezeichnung Burnout nahe an der Alltagssprache liegt und einen bildlichen Charakter hat, kann sich heute beinahe jeder Mensch etwas darunter vorstellen.

Es gibt Anstrengungen, Burnout in Phasen- oder Stufenmodellen darzustellen. Inhaltlich überschneiden sich diese Modelle, indem Burnout durch Energielosigkeit gekennzeichnet wird, welche sich aus einem energiegeladenen Zustand mit grossem Engagement entwickelt hat. Da die Evidenz aber widersprüchlich und nicht valide ist, wird in der vorliegenden Arbeit nicht weiter darauf eingegangen. Diese Evidenzlage ist auch Grund dafür, dass

Burnout im ICD-11 nicht als eine eigenständige psychische Störung definiert wurde (Thalhammer & Paulitsch, 2014).

Das Burnout-Syndrom ist ein Faktor, der die Gesundheit beeinflusst, indem er einen beachtenswerten Risikozustand für die Entstehung von psychischen und somatischen Erkrankungen darstellt (Thalhammer & Paulitsch, 2014). Burnout bezieht sich auf den Arbeitskontext und sollte nicht für andere Lebensbereiche angewendet werden (*ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics*, 2020). Folgende drei Dimensionen charakterisieren Burnout offiziell:

- «Gefühl von Energieverlust und Erschöpfung
- zunehmende mentale Distanz von der Arbeit oder Gefühle von Negativismus oder Zynismus bezüglich der Arbeit
- reduzierte berufliche Leistungsfähigkeit» (Hochstrasser, o. J., Abs. 3)

Es gibt diverse evidenzbasierte Modelle, die arbeitsbedingte Überlastung darstellen. Im Kontext von Burnout bei Landwirt\*innen wird an dieser Stelle auf das Modell der Gratifikationskrise eingegangen, weil Siegrist (2012), der das Modell postulierte, die Landwirtschaft als besonders betroffenes Berufsfeld hervorhob. Erwerbstätige aus der Landwirtschaft haben einen überdurchschnittlichen Verausgabungs-Belohnungs-Quotienten, welcher als gesundheitsgefährdend beschrieben wird (Bödeker & Dragano, 2005).

Im Modell der beruflichen Gratifikationskrise geht es um das Gleichgewicht zwischen Anforderungen und Belohnungen. Unter Belohnungen werden neben dem Einkommen auch die Anerkennung, Sicherheit und Zukunftsperspektiven verstanden. Dadurch integriert dieses Modell Aspekte des Arbeitsmarktes (Siegrist & Dragano, 2008). Wenn die Anforderungen gegenüber den Belohnungen überwiegen, kommt eine Gratifikationskrise zustande (Siegrist, 1996).

### **2.2.2 Verhältnisprävention**

Der Grundgedanke der Prävention ist „drohende Schäden für die Gesundheit schon im Vorfeld abzuwenden“ (Abel & Kolip, 2018, S. 10). Mit der angedachten Verhältnisprävention wird auf Schadensminderung gesetzt, indem die belastenden Lebens- und Arbeitsbedingungen reduziert werden (Schmidt, 2014).

Ein bemerkenswerter Vorteil der Verhältnisprävention ist, dass sie oft Änderungen im Verhalten nach sich zieht, denn Verhältnisse prägen das Verhalten. Zudem erfüllt die

Verhältnisprävention das Handlungsprinzip der Chancengleichheit eher. Dem ist so, weil in der Verhaltensprävention oft vor allem Menschen erreicht werden, die bereits gesundheitsaffin sind (De Bock et al., 2017). Damit wird die Zielgruppe oft verfehlt und die gesundheitsfördernde Wirkung fällt kleiner aus.

Verhältnisprävention bei arbeitsbezogenem Stress und Burnout kann auf organisationaler Ebene erfolgen. Diesbezüglich wird in der Literatur die gesunde Führung genannt (Stegmann & Schröder, 2018). Im Kontext der Landwirtschaftsbetriebe, die oftmals Familienunternehmen sind, stellt sich dieser Ansatz als eher unpassend dar. Auch generell Strategien der Organisations- und Personalentwicklung sind nicht einfach zu transferieren, sondern benötigen eine tiefgehende Auseinandersetzung (Siegrist, 2013). Zu anderswo ansetzender, verhältnisorientierter Burnoutprävention konnte kaum Literatur ausfindig gemacht werden. Thalhammer und Paulitsch (2014) sagen, dass viele Autor\*innen sich einig sind, dass Burnoutprävention vermehrt in den spezifischen Verhältnissen ansetzen sollte. Dies weil durch die individuellen Bewältigungsmechanismen die Belastungen der negativen Arbeitsbedingungen nicht immer wettgemacht werden können.

### **2.3 Bestehende Interventionen**

Um über aktuelle und vergangene Interventionen im In- oder Ausland zur Verhältnisprävention und Früherkennung von Burnout bei Landwirt\*innen zu erfahren, wurde eine selektive Literaturrecherche durchgeführt. Das Rechercheprotokoll, inklusive der Datenextraktion als auch die Ein- und Ausschlusskriterien sind im Anhang C zu finden. Welche Interventionen oder Interventionsansätze für die Ideenentwicklung weiterverwendet wurden, ist im Anhang D zu sehen.

Viele Hilfsangebote konnten ausfindig gemacht werden. Es gibt in der Schweiz allgemeine Anlaufstellen wie das Bäuerliche Sorgentelefon oder auch regionale Angebote, die beispielsweise auf die Haushaltshilfe oder finanzielle Unterstützung ausgerichtet sind. Eine Übersicht gibt es auf der Webseite des Schweizer Bauernverbands (2021). In Deutschland engagiert sich die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau für die Gesundheitsförderung auf Landwirtschaftsbetrieben, indem sie kostenlose Seminare und Kurse anbieten (Hetzl et al., 2016; 2021).

Im Tagungsbericht der Nationalen Tagung für «Suizidprävention in der Landwirtschaft» sprachen sich die Teilnehmenden dafür aus, Landwirtschaftslehrkräfte zu schulen, damit diese psychische Krisen und deren Warnsignale bei Auszubildenden erkennen und

ansprechen können (Grossenbacher, 2018). An derselben Tagung wurde das Thema Burnout als Türöffner identifiziert, weil dieses entgegen Depressionen oder anderen psychischen Erkrankungen als gesellschaftsfähig erachtet wird (Grossenbacher, 2018). Zudem wurde die Multiplikation des Projekts Sentinelles aus dem Kanton Waadt in die Deutschschweiz thematisiert. Sentinelles bedeutet Wachposten. Berufliche Kontaktpersonen von Landwirt\*innen werden ausgebildet, psychische Probleme zu erkennen und diese so anzusprechen, damit Landwirt\*innen befähigt werden, sich Hilfe zu holen (Saillant et al., 2020). Inwiefern dies bereits umgesetzt wurde, konnte nicht ausfindig gemacht werden.

Schmid-Mehic (2020) erwähnt, dass jeder Landwirtschaftsbetrieb in Finnland alle vier Jahre von einem Team besucht wird, welches die Arbeitsbedingungen begutachtet. Diesbezüglich konnte eine Studie aus der Schweiz ausfindig gemacht werden, welche eine positive Wirkung von Arbeitsinspektionen belegt (Weissbrodt, 2018).

Das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (2020) lancierte anfangs 2020 deutschlandweit das Dialogforum #StadtLandDu, welches den Wertewandel und die Wertschätzung der Landwirtschaft thematisieren wollte. Aufgrund des Ausbruchs der Covid-19-Pandemie wurde dieses auf unbestimmte Zeit ausgesetzt (persönliche Mitteilung Mira Bindra, 4.3.2021).



### 3 Methode

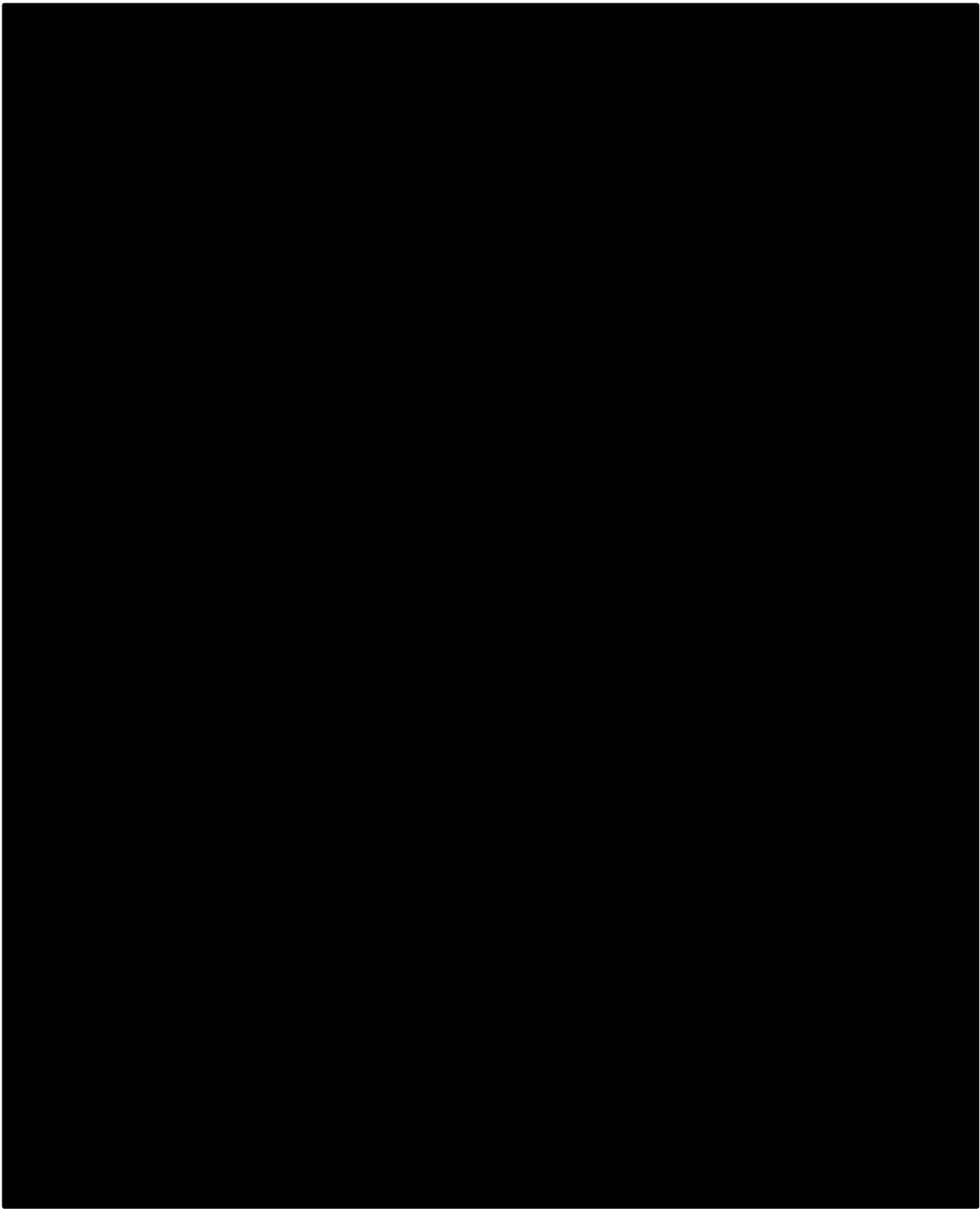
Da die Fragestellung einen explorativen und induktiven Charakter hat, wurde ein qualitatives Forschungsdesign gewählt. Darin bedient sich die Arbeit der Methode der Fokusgruppe, da sich diese in der Gesundheitsförderung und Prävention bewährt hat und sich für das explorative Vorgehen eignet (Przyborski & Riegler, 2020). In Anbetracht der Forschungsfrage eignen sich Fokusgruppen besonders, weil sie die subjektiven Perspektiven mit ihren lebensweltlichen Erfahrungen erfassen können (Ertl-Schmuck, 2015). Ein Vorteil von Fokusgruppen ist zudem, dass Gruppendynamiken entstehen können, die hinsichtlich der Forschungsergebnisse besonders bereichernd sein können. Aufgrund der pandemiebedingten Sicherheitsmassnahmen wurden die Fokusgruppen online durchgeführt. Online-Fokusgruppen wurden als vielversprechend bezeichnet (Flynn et al., 2018; Forrestal et al., 2015). Wie genau vorgegangen wurde, wird in diesem Kapitel ausführlich dargelegt. Zudem wird die Datenerhebung beleuchtet.

In der qualitativen Forschung bestehen im Gegensatz zur quantitativen Forschung keine allgemeingültigen Gütekriterien. Flick (2019) zeigt die Diskussion auf und schlussfolgert, dass begründete Methoden, die explizit dargelegte Vorgehensweise, die zu Grunde liegenden Ziel- und Qualitätsansprüche sowie Transparenz Anspruch qualitativer Forschung sein sollten. Diese Ansprüche werden in dieser Arbeit verfolgt.

#### 3.1 Methodisches Vorgehen

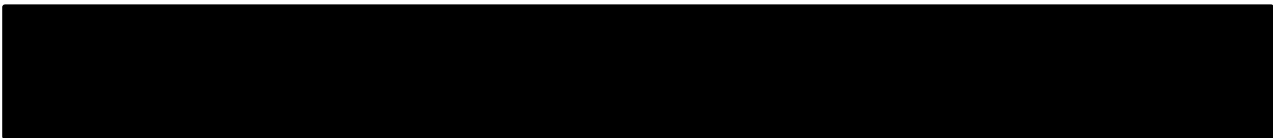
Das methodische Vorgehen ist im vertikalen Verlauf in Abbildung 2 aufgezeigt. Um Ideen für Massnahmen zur Verhältnisprävention und Früherkennung von Burnout bei Landwirt\*innen zu sammeln, wurde zu Beginn der Arbeit eine Settinganalyse (Anhang B) und eine selektive Literaturrecherche (Anhang C) durchgeführt. Aus der Literaturrecherche wurden 15 Ideen für verhältnisorientierte Massnahmen entwickelt. Im Verlauf der Arbeit wird aufgrund der Forschungsfrage nur auf jene Massnahmen eingegangen, in welchen grosses Potenzial gesehen wird.

Die 15 Ideen wurden im Vorfeld der Fokusgruppen von den Teilnehmenden bewertet. Somit konnte die Bewertung hinsichtlich des Potenzials vorgängig erhoben werden, wodurch die Diskussionszeit in die drei bestbewerteten Massnahmen investiert werden konnte.



[Redacted]

Der Ablauf aus Sicht der Dialoggruppe ist in Abbildung 3 zu sehen.



[Redacted]

### 3.2 Untersuchungsgruppe

Die Auswahl der Teilnehmenden erfolgte primär nach den Auswahlkriterien Beruf und Berufserfahrung. Sekundär wurde darauf geachtet, dass weibliche und männliche Personen an der Fokusgruppe teilnahmen und unterschiedliche Altersgruppen repräsentiert sind.

In die Untersuchungsgruppe wurde pro Fokusgruppe eine Vertreterin oder ein Vertreter der Zielgruppe eingeladen. Um die Akzeptanz der Massnahmen bei Landwirt\*innen einschätzen zu können, war die Vertretung der Zielgruppe in der Dialoggruppe ein zentraler Aspekt. Diese wurden durch das Bildungszentrum INFORAMA und im persönlichen Umfeld der Verfasserin rekrutiert. Um die Expertise bezüglich der verhältnisorientierten Burnoutprävention einzuholen, wurde eine Expertin und ein Experte aus dem beruflichen Netzwerk der Verfasserin angefragt. Beide haben zugesagt. Schliesslich wurde pro Fokusgruppe eine Person gesucht, die langjährige Erfahrung mit den psycho-sozialen Problemen von Landwirt\*innen hat und deren Lebensverhältnisse gut kennt. Diese Voraussetzung erfüllte ein pensionierter Ingenieur-Agronom und Coach, der über Zeitungsartikel ausfindig gemacht wurde. Auch er antwortete auf die Mail-Anfrage mit einer unmittelbaren Zusage. Weiter wurde eine Organisation angefragt, die in der Landwirtschaft zwischen Wissenschaft und Praxis vermittelt, von welcher jedoch nie eine Antwort eintraf. Schliesslich konnte der Präsident des Bäuerlichen Sorgentelefon gewonnen werden.

Folglich setzen sich gemäss der Tabelle 1 beide Fokusgruppen aus einer Person aus der Zielgruppe (trägt die Nummer 1), einer Fachperson in Burnoutprävention und BGM (trägt die Nummer 2) und einer erfahrenen Beratungsperson aus dem Landwirtschaftsbereich zusammen (trägt die Nummer 3). Die Fokusgruppen werden A und B genannt, wodurch sich die Identifikation der Teilnehmenden auch auf die jeweilige Fokusgruppe bezieht.

Grund für die ähnliche Zusammensetzung der beiden Fokusgruppen ist die Anlehnung an eine Datentriangulation. Bei der Datentriangulation handelt es sich um eine Art Dreieck, indem jeweils zwei oder mehr Forschende, Datenquellen und Methoden kombiniert werden (Perkhofer et al., 2016). Sie ist eine Strategie der Geltungsbegründung (Flick, 2019). Dieses Vorgehen führt dazu, dass ein vielfältigerer Blick auf den Forschungsgegenstand erreicht wird und Konsens sowie Unterschiede zwischen den Daten erörtert werden können (Perkhofer et al., 2016).

[REDACTED]

[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]

Da die Teilnehmenden unentgeltlich mitmachten, wurde der Zeitaufwand pro teilnehmende Person auf eine Stunde beschränkt. Weil die Beantwortung der vorgängigen Online-Befragung ungefähr zehn Minuten dauerte, wurde die Zeitdauer der Fokusgruppen auf je 50 Minuten gesetzt. Damit die Perspektiven in den 50 Minuten eine ausreichende Tiefe erhalten und jede teilnehmende Person ausreichend zu Wort kommt, wurde die übliche Teilnehmendenzahl von sechs bis zehn Personen auf drei Personen reduziert. Dank der zwei Durchführungen konnten insgesamt sechs ausführliche Perspektiven herangetragen werden. Aus dieser Grösse der Untersuchungsgruppe kann keine Repräsentativität gewährleistet werden, was jedoch auch nicht Anspruch dieser qualitativen Arbeit ist.

### 3.3 Datenerhebung

Im Folgenden wird die Erhebung der Daten mittels der beiden Instrumente vorgestellt.

#### 3.3.1 Fragebogen

Um die Priorisierung der Ideen für Massnahmen bei der Dialoggruppe im Vorfeld abzufragen, wurde eine Online-Befragung erstellt. Diese konnte von der Dialoggruppe zeitlich und räumlich unabhängig vor der Fokusgruppe beantwortet werden (Wagner-Schelewsky & Hering, 2019). Die fünfzehn Ideen wurden in einem Online-Fragebogen über Microsoft Forms kurz und einfach verständlich beschrieben und mit einer Bewertungsskala von eins bis zehn versehen (Anhang D). Die grosse Bandbreite der Skala wurde gewählt, damit die Wahrscheinlichkeit grösser ist, dass sich drei Ideen deutlich als bestbewertete Ideen

abzeichnen und nicht mehrere Massnahmen dieselbe Bewertung aufweisen. Um Item-Nonresponses zu vermeiden, wurde die Online-Befragung so eingerichtet, dass jede Massnahme bewertet werden musste, um die Befragung absenden zu können (Wagner-Schelewsky & Hering, 2019).

Gemäss Perkhofer et al. (2016) sollen im Vorfeld Pretests, beispielsweise mit Familienangehörigen, durchgeführt werden. Mit den Eltern der Verfasserin, welche zudem den Auswahlkriterien der Untersuchungsgruppe entsprechen, wurden diese Pretests durchgeführt. Das Ziel war, den Fragebogen vor dem Versand an die Dialoggruppe zu optimieren (Weichbold, 2019). Die mündliche Rückmeldung erfolgte ohne Kritik, denn sämtliche Inhalte und Anweisungen waren aus ihrer Perspektive verständlich und nicht optimierungsbedürftig.

Die Bewertung von 1 bis 4 ist negativ, wobei 1 gar kein Potenzial bedeutet. Die Zahl 5 wird neutral angesehen und 6 bis 10 sind positiv, wobei 10 sehr grosses Potenzial bedeutet.

### **3.3.2 Leitfaden**

Als Instrument für die Fokusgruppen wurde ein halbstrukturierter Leitfaden erarbeitet (Anhang F). Die Struktur des Leitfadens orientiert sich an Perkhofer et al. (2016). Folglich eröffnete die Moderatorin die Fokusgruppe mit einer kurzen Einleitung und wies nochmal auf die Einverständniserklärung hin (Anhang G). Sie animierte zur kurzen Vorstellungsrunde, sodass die Teilnehmenden erfuhren, mit wem sie anschliessend diskutieren und welchen beruflichen Hintergrund diese Personen haben. Schliesslich wurden die drei im Durchschnitt bestbewerteten Ideen für Massnahmen genannt und in der Reihenfolge der grössten Punktzahl diskutiert. Die Moderatorin diskutierte nicht mit, sondern stellte offene Fragen und zeigte generell eine offene Haltung für die Erfahrungswelten der Teilnehmenden (Ertl-Schmuck, 2015). Auf dichotome Fragen wurde verzichtet. Um die Gesprächsinhalte zu visualisieren, wurden Power Point Folien verwendet, damit jederzeit ersichtlich war, welche Diskussionspunkte aktuell Thema sind (Forrestal et al., 2015).

Um die Diskussion etwas anzuregen, wurden die drei Leitbegriffe «wirksam, akzeptiert und realistisch» vorgeschlagen. Die Leitbegriffe waren nicht verbindlich. Es bestand auch die Möglichkeit völlig offen von der eigenen Haltung zur Massnahme zu erzählen, weshalb es sich um einen halb-strukturierten Leitfaden handelte, denn er stellte nur eine Richtschnur dar (Perkhofer et al., 2016). Auch weiteren Ideen begegnete die Moderatorin mit offener Haltung.

### **3.4 Datenauswertung**

Im Folgenden wird die Auswertung der erhobenen Daten für die Beantwortung der Fragestellung beschrieben.

#### **3.4.1 Befragung**

Ziel des Fragebogens war herauszufinden, welche drei der fünfzehn Ideen pro Fokusgruppe hinsichtlich des Potenzials am besten bewertet werden, um sie anschliessend in den Fokusgruppen zu erörtern. Aus diesem Grund wird auf eine ausführliche Auswertung des Fragebogens verzichtet.

Das qualitative Item «Wenn Sie möchten, dürfen Sie hier weitere Ideen eintragen.» diente lediglich zur Vorbereitung und wurde in den Fokusgruppen aufgegriffen und auf diese Weise in der Auswertung der Fokusgruppen inkludiert. Das qualitative Item bezüglich der Berufsbezeichnung der Beantwortenden diente lediglich zur Identifikation und Bestätigung der Berufsbezeichnung für die Verfasserin, weshalb diesbezüglich keine Auswertung erfolgte.

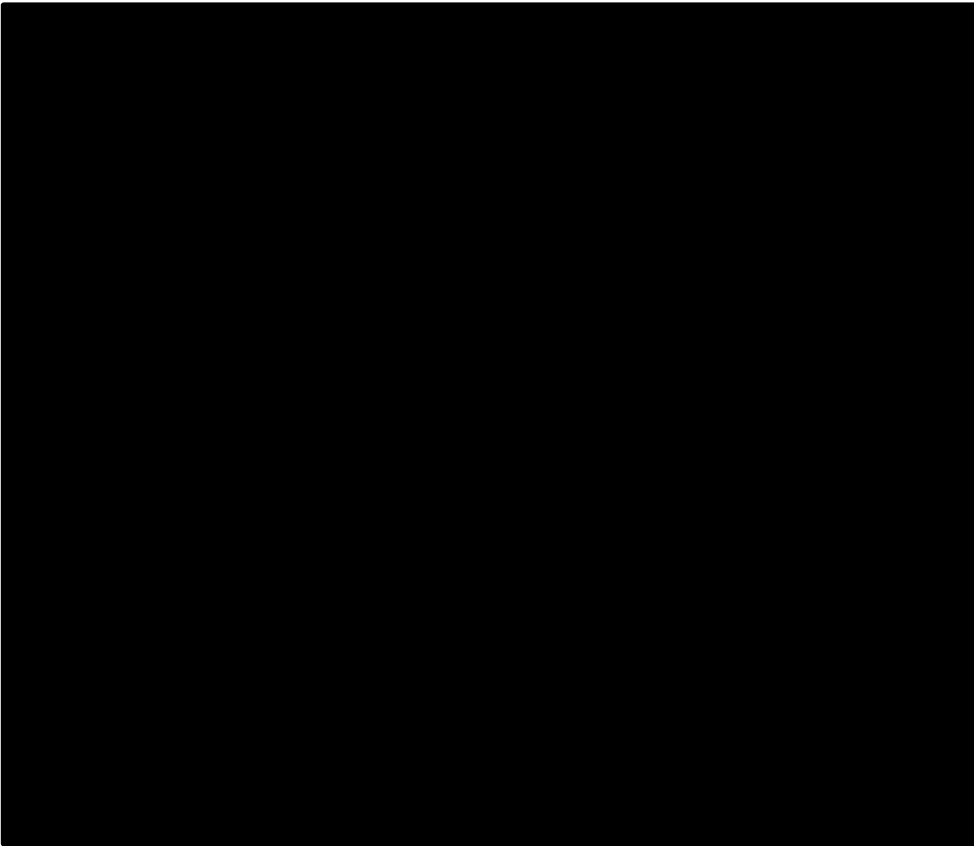
Alle Teilnehmenden der Fokusgruppe haben den Fragebogen beantwortet. Die Rücklaufquote beträgt somit 100 Prozent.

#### **3.4.2 Fokusgruppen**

Die Fokusgruppen wurden in Audio und Video aufgezeichnet, was die Datenerhebung und -auswertung massiv erleichterte und auch in der Literatur empfohlen wird (Kuckartz, 2018). Nach der Durchführung der Fokusgruppen wurde die Aufzeichnung zeitnah wortwörtlich gemäss Kuckartz (2018) transkribiert (Anhang H). Dabei wurden die Transkriptionsregeln von Jefferson (1984) angewendet und an das eigene Material und Forschungsinteresse angepasst (Anhang H). Auf eine zusammenfassende Transkription wurde verzichtet, um den Informationsverlust trotz der Übersetzung der schweizerdeutschen Dialekte in die hochdeutsche Sprache möglichst klein zu halten. Eine genaue Transkription wird als Maxime bezeichnet, solange sie gut lesbar ist (Kuckartz, 2018).

Bei der Auswertung der zwei Fokusgruppen wurden gemäss der Abbildung 4 die sieben Auswertungsschritte der inhaltlich strukturierenden Inhaltsanalyse von Kuckartz befolgt (2018). Diese Datenauswertung wird als zentrale Variante der qualitativen Inhaltsanalyse angesehen und eignet sich aufgrund des Forschungsinteresses inhaltliche Aspekte ausfindig zu machen und die erhobenen Daten in Betracht dieser Aspekte zu beschreiben (Schreier, 2014). Die Auswertung erfolgte computergestützt mittels der Software

MAXQDA. Die Begriffe Kategorie und Code werden in der vorliegenden Arbeit synonym verwendet (Kuckartz, 2018).



Nach der anfänglichen Textarbeit wurden die Hauptkategorien vorwiegend deduktiv erzeugt, weil es sich dabei um die vorgegebenen Ideen für Massnahmen handelte. Es ergaben sich aber auch induktive Hauptkategorien, die sich auf die Ausgangslage, auf weitere Ideen und auf generell Wichtiges bezogen. Anhand der Hauptkategorien wurde das gesamte Material zugeordnet. Schliesslich erfolgte die induktive Kategorienbildung aufgrund der thematischen Inhalte. Im Verlauf des Prozesses wurde immer wieder die Forschungsfrage konsultiert, um sicherzustellen, dass der Prozess der Datenauswertung das Forschungsinteresse nicht aus den Augen verliert. Während des Codierens wurde pro Kategorie ein Memo erstellt (Anhang I), worin die Kategorie definiert und ein Ankerbeispiel zitiert wurde (Rädiker & Kuckartz, 2019). Als das Kategoriensystem ausdifferenziert war, wurden die Transkripte nochmals durchgegangen und die Textstellen auf ihre Kategorienzugehörigkeit überprüft. Kategoriensystem meint dabei die Gesamtheit aller Codes, die im Rahmen dieser Arbeit hierarchisch gegliedert wurden (VERBI, 2020). Schliesslich wurde als letzter Schritt das entstandene Kategoriensystem analysiert und visualisiert. Analysiert werden Kategoriensysteme jeweils auf die Häufigkeit der codierten Textstellen innerhalb

eines Codes. Diese Häufigkeiten können als Orientierung gelten. Die Auswertung fokussiert sich allerdings nicht auf diese Zahlen, weil es nicht das Ziel ist, die Codes zu quantifizieren. Die Visualisierung, der Ergebnisbericht und die differenzierte Interpretation stehen im Vordergrund (Hilpert et al., 2012).

Das Kategoriensystem zeigt ein übersichtliches Abbild des Materials. Anhand dieses Kategoriensystems konnten die erhobenen Aspekte systematisch beschrieben werden. Aufgrund des Rahmens dieser Arbeit mussten die wichtigsten und aussagekräftigsten Ergebnisse priorisiert werden, wodurch einige Ergebnisse keinen Platz im Ergebnisteil fanden.

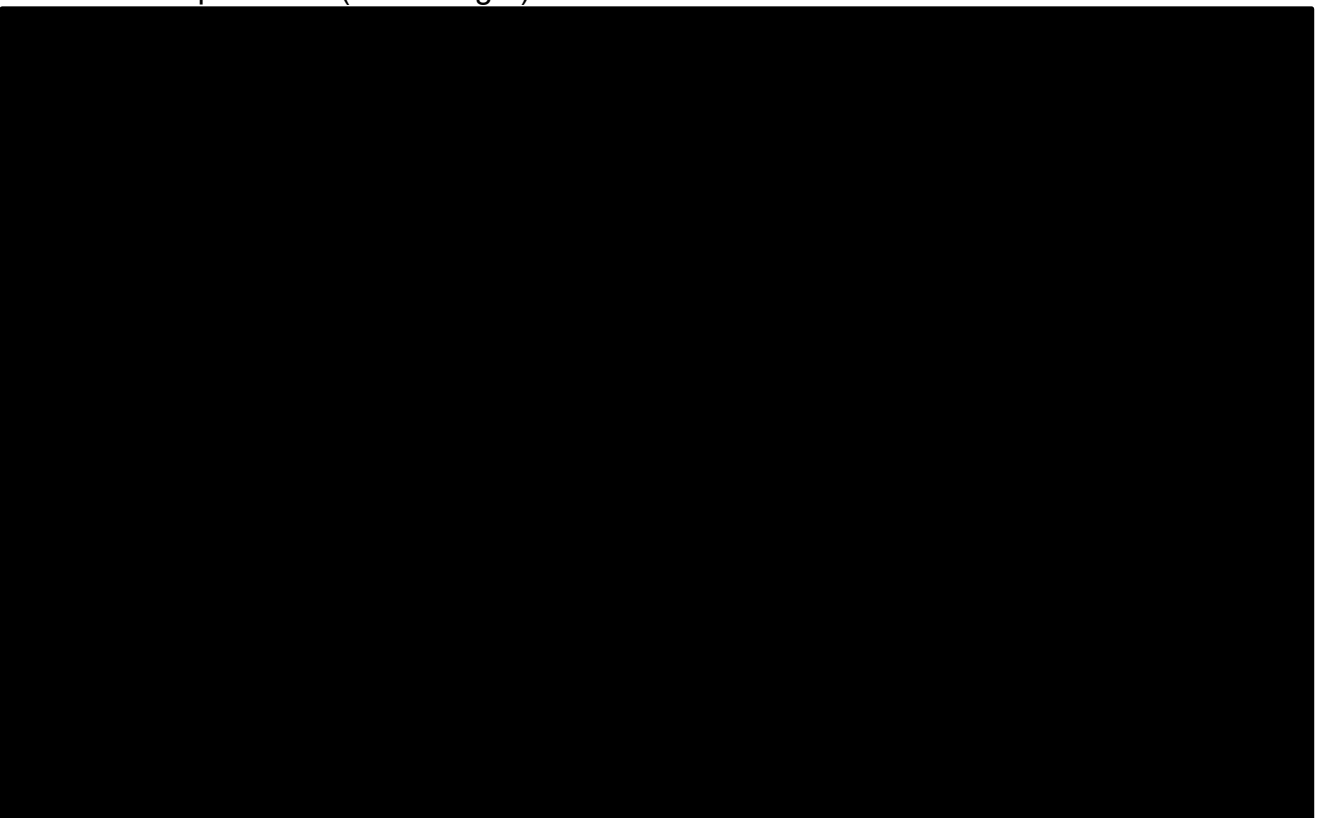


## 4 Ergebnisse

Im Folgenden werden die Ergebnisse aus der quantitativen Befragung sowie aus den zwei Fokusgruppen aufgezeigt und beschrieben. Da sich die Fragestellung auf die Dialoggruppe bezieht, wurde für beide Fokusgruppen dasselbe Codesystem verwendet. Weil die beiden Gruppen in denselben zwei von drei Massnahmen viel Potenzial sahen und diese deduktiv als Hauptkategorien definiert wurden, ergab sich von Grund auf eine überschneidende Struktur.

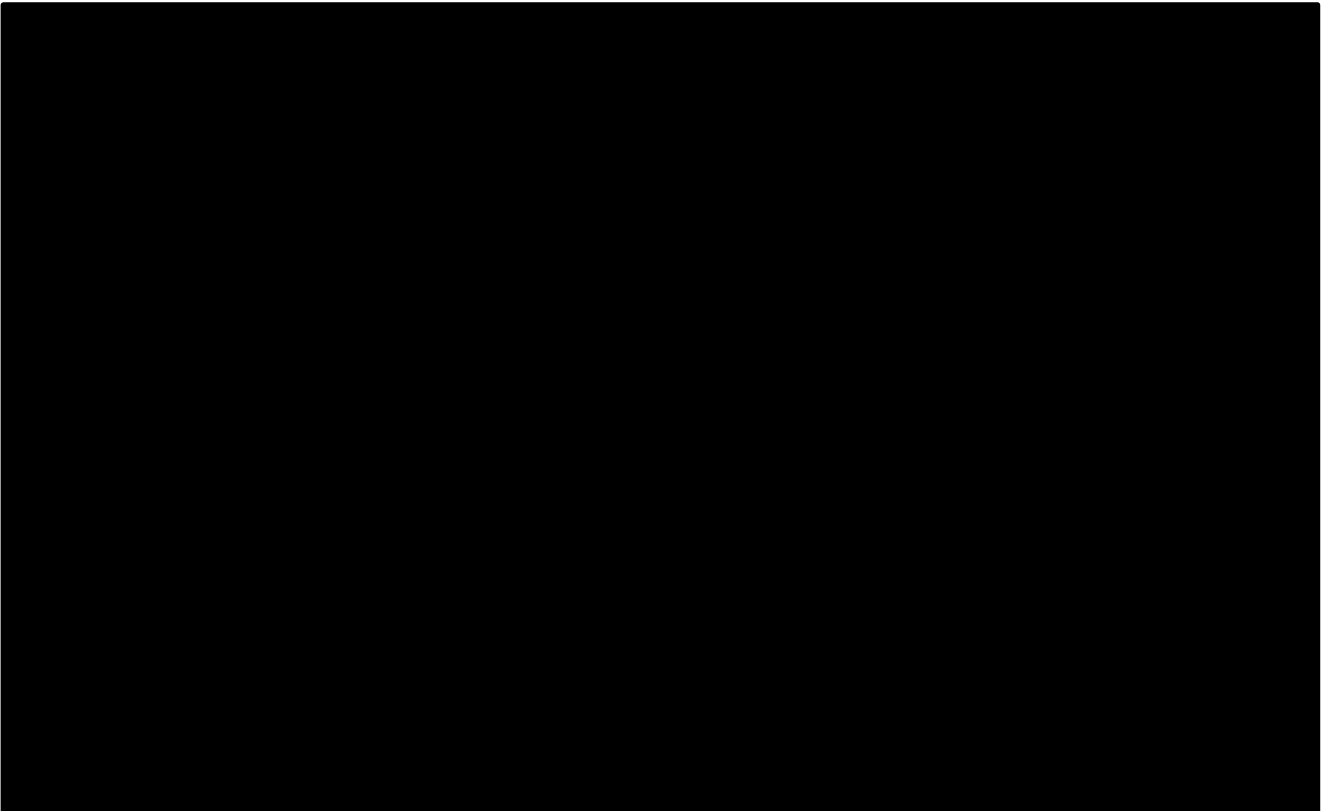
### 4.1 Quantitative Befragung

In der vorgängigen quantitativen Befragung zeigten sich zwischen den beiden Fokusgruppen zwei übereinstimmende Massnahmen, in denen besonders viel Potenzial gesehen wird (Anhang E). Dabei handelt es sich einerseits um die Idee zur «Thematisierung der psychischen Gesundheit in landwirtschaftlichen Weiterbildungen» und andererseits um den Ansatz «Burnout als Türöffner verwenden, um über das Tabuthema psychische Gesundheit zu sprechen» (Abbildung 5).



### **Bewertung der Teilnehmenden aus der Fokusgruppe A**

Am meisten Potenzial sehen die Teilnehmenden der Fokusgruppe A in der Thematisierung der psychischen Gesundheit in der landwirtschaftlichen Weiterbildung (Abbildung 6). Das Projekt Sentinelles aus der Westschweiz in der Deutschschweiz zu multiplizieren, schneidet am zweitbesten ab. Am drittbesten wird die Idee bewertet, Burnout als Türöffner zu verwenden, um vermehrt über die psychische Gesundheit zu sprechen.



### **Bewertung der Teilnehmenden aus der Fokusgruppe B**

Alle Teilnehmenden der Fokusgruppe B haben die Massnahme zur Thematisierung der psychischen Gesundheit in der landwirtschaftlichen Weiterbildung mit der maximalen Punktzahl bewertet (Abbildung 7). In der Massnahme, dass Burnout als Türöffner verwendet wird, um über die psychische Gesundheit zu sprechen, wird am zweitmeisten Potenzial gesehen. Die automatische Hilfestellung bei schweren Ereignissen als auch die Evaluation und Optimierung des Betriebshelferdienstes wurden exakt gleich bewertet, wodurch sich diese den dritten Platz teilen.

## 4.2 Fokusgruppen

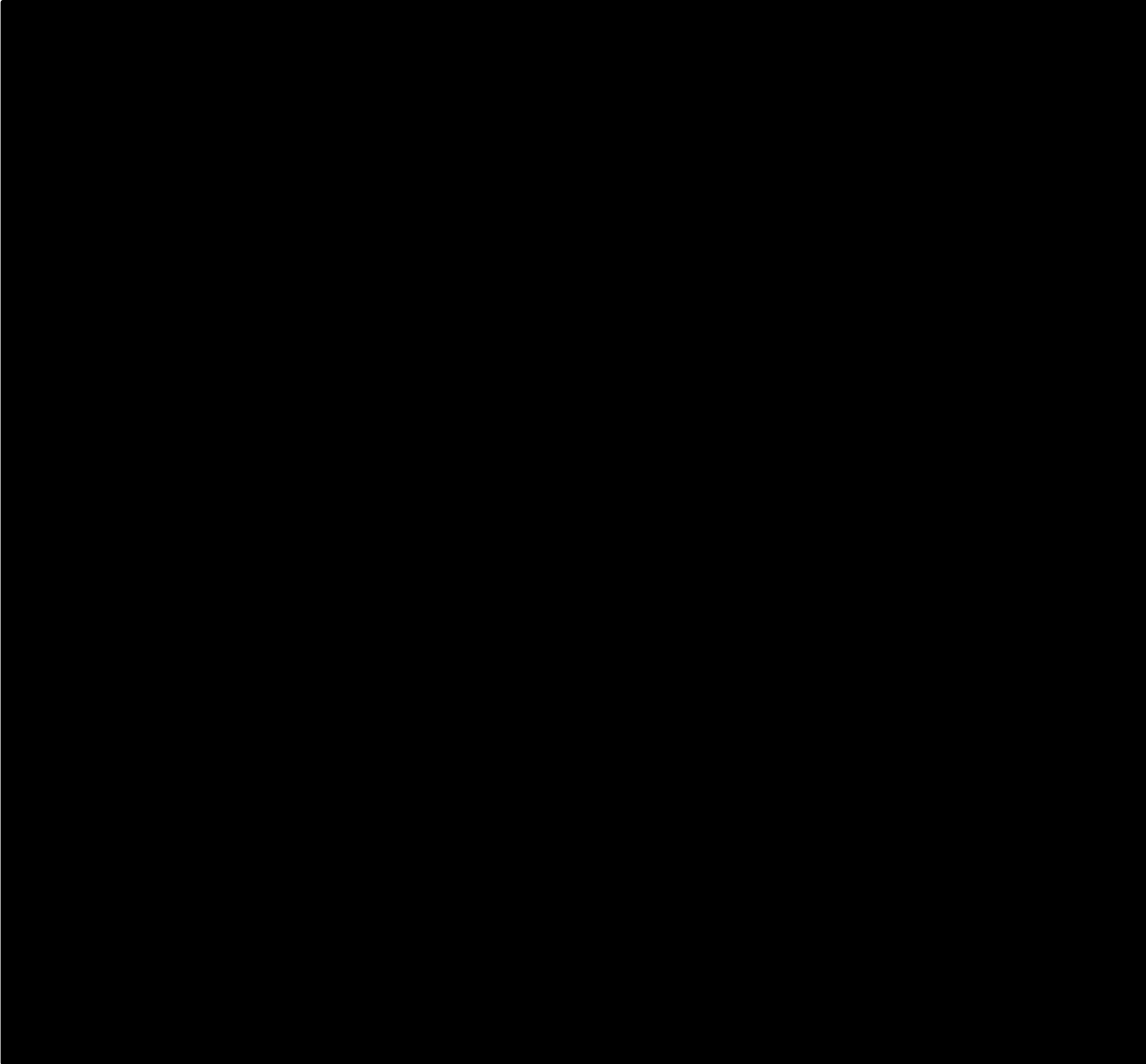
Zur Visualisierung der Ergebnisse wurde pro Fokusgruppen eine übersichtliche Code-Matrix generiert. Die Grösse des Quadrats in den Spalten der Teilnehmenden entspricht der Häufigkeit ihrer Aussagen zu den jeweiligen Codes. In der rechten wie auch in der untersten Spalte ist die entsprechende Summe der Häufigkeiten zu sehen. Das integrierte Codesystem verfügt noch über weitere Subkategorien, welche im Anhang I ersichtlich sind. Zu Gunsten des Verständnisses werden die weiteren Subkategorien an dieser Stelle nicht visuell dargestellt, jedoch im Ergebnistext integriert.

Basierend auf dem kategorisierten Inhalt der Code-Matrix werden im Ergebnistext die **Hauptkategorien** als Überschrift verwendet, unterstrichene Subkategorien zusammenfassend präsentiert und mit aussagekräftigen **Zitaten** ergänzt.

Die Hauptkategorie Ausgangslage wurde induktiv gebildet, um Aussagen zu bündeln, die sich im Verlauf der Fokusgruppe auf das Kapitel 1.1 Ausgangslage beziehen und somit Bestätigungen oder Ergänzungen aus der Praxis zur Evidenz darstellen. Sie wird zur Vollständigkeit visualisiert, jedoch nicht analysiert, da sie nicht zur Beantwortung der Fragestellung beiträgt.

Die Titel von zwei Hauptkategorien sind aufgrund der Software MAXQDA nicht vollständig lesbar, beziehen sich jedoch auf die bestbewerteten Ideen (Abbildung 5) und bleiben somit verständlich.

#### 4.2.1 Fokusgruppe A



In der Code-Matrix (Abbildung 8) ist der relevante Ausschnitt des Codesystems für die Fokusgruppe A und die entsprechenden Häufigkeiten von Aussagen der Teilnehmenden zu sehen.

#### **Thematisierung psychischer Gesundheit in der Betriebsleiterschule**

In der Thematisierung der psychischen Gesundheit in der landwirtschaftlichen Weiterbildung wurden mehrere Gründe gesehen. Der zentralste ist:



[REDACTED]

[REDACTED]

In der Diskussion hat sich als zentraler Aspekt herausgestellt, dass die eigene Eignung für die Tätigkeit als Unternehmer\*in in der Betriebsleiterschule kritisch hinterfragt werden muss. Wenn dies nicht getan wird und ein Unternehmen geführt wird, ohne die notwendigen Anforderungen an diese herausfordernde Tätigkeit zu erfüllen, kann die psychische Gesundheit mit den Jahren erheblichen Schaden nehmen. Daher: [REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

Diskutiert wurde, ob es sich bereits in der Grundbildung zum Eidgenössischen Fähigkeitszeugnis (EFZ) anbieten würde, die psychische Gesundheit anzusprechen. Diesbezüglich ergab sich eine Ambivalenz zwischen dem Standpunkt das Thema möglichst früh anzusprechen und der Meinung, dass die Auszubildenden vielleicht noch zu jung dafür sind. Mit einer frühen Sensibilisierung würde sich die Möglichkeit bieten, sie als Früherkennungspersonen zu gewinnen. Andererseits ist das Thema in diesem Alter noch wenig präsent und könnte allenfalls belächelt werden. A2 erzählt: [REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

Zweifel wurden geäußert bezüglich der Aufnahme der Thematik bei der Zielgruppe. Dazu sagte A3, dass es stark von der Person abhängig ist, ob sie das Thema akzeptiert. (Zeile 84-85). A1 sagt: [REDACTED]

[REDACTED]

Zu beachten gilt es, die Auszubildenden bei den alltäglichen Herausforderungen abzuholen, damit sie daran anknüpfen können (A3, Zeile 114-115). Entscheidend dafür sind Lehrkräfte, die sich mit Bauernbetrieben auskennen und diese Thematik vermitteln können (A3, Zeile 100-103).

Angemerkt wurde auch, dass nur ungefähr ein Drittel der Landwirt\*innen EFZ die Betriebsleiterschule macht, weshalb nicht die ganze Zielgruppe der Landwirt\*innen erreicht werden kann. Trotzdem wird geschlussfolgert: [REDACTED]

[REDACTED]

## Das Projekt «Sentinelles» multiplizieren

Auf die Frage nach den Gründen für die positive Bewertung folgte diese Antwort: [REDACTED]

[REDACTED]. Dieser Aussage wird von der Arbeits- und Organisationspsychologin zugestimmt. In allen möglichen Bereichen sei es bei psychischen Erkrankungen, gesundheitsgefährdendem Verhalten oder bei Burnout spreche das Umfeld die Problematik an. Die Betroffenen erkennen das Ausmass bei sich selbst weniger (A2, Zeile 258-264). Diesbezüglich wird auch erwähnt, dass man als betroffene Person manchmal im eigenen Alltag gefangen ist. [REDACTED]

Die Dringlichkeit zur Früherkennung ist dem teilnehmenden Landwirt bewusst: [REDACTED]

Bezüglich der Multiplikation des Projekts gilt es zu beachten, dass die Betriebe in der Westschweiz durchschnittlich grösser sind als in der Deutschschweiz (A3, Zeile 302-304). Landwirt\*innen haben immer weniger beruflichen Kontakt, beispielsweise weil es keine Käserei mehr gibt und die Milch direkt vom Hof abgeholt wird. Am meisten Kontakt besteht laut dem Ingenieur-Agronom und Coach noch mit Tierärzt\*innen, Besamer\*innen, Verkäufer\*innen von Futtermittel und Kontrolleur\*innen (A3, Zeile 304-308). Deshalb müssen diese Berufsgruppen im Rahmen des Projekts mit Bedacht ausgewählt und angesprochen werden. Zweifel wurden hinsichtlich der Begrifflichkeit Wachposten geäussert. Als Verbesserung schlägt er die Abgabe von Kärtchen mit Telefonnummern der Anlaufstellen vor, weil ohne diese [REDACTED]

Darauf folgte folgende Kritik des Landwirts: [REDACTED]

## Erste-Hilfe-Kurs bei psychischen Problemen

Aufgrund der oben genannten Kritik wurde von der Moderatorin eine weitere Massnahme angesprochen und gefragt, weshalb die Massnahme, welche bei den Landwirt\*innen und dem Umfeld ansetzt, schlechter bewertet wurde. Daraufhin wurde folgendes Hindernis genannt: [REDACTED]

[REDACTED] Der Coach fragt skeptisch: [REDACTED] Auch die Arbeits- und Organisationspsychologin äussert sich negativ. Der Erste-Hilfe-Kurs sei auch für sie [REDACTED], weil [REDACTED]

## Weitere Ideen

Die Arbeits- und Organisationspsychologin spricht gegen Ende der Fokusgruppe noch einmal das Bewusstsein der Bevölkerung für die Herausforderungen der Landwirt\*innen an:

A2 und A3 vertreten beide die Meinung, dass über die Erwartungshaltung bezüglich der Hofnachfolge gesprochen werden sollte und sprechen damit eine neue Idee an. [REDACTED]

Dem Coach ist aufgefallen: [REDACTED] Daher plädiert er für die neue Idee, Coaching zu verbreiten und Coaching auch als Prozessbegleitung auf dem Weg zum Unternehmen einzusetzen [REDACTED].

## Generell wichtig

Der Coach, der in Vorträgen zu Burnout bei Landwirt\*innen jahrelange Erfahrung hat, betont, dass das Thema Burnout stets positiv formuliert werden soll, beispielsweise: [REDACTED]. Dabei bezieht er sich bewusst auf das Spannungsfeld der Arbeitsfreude bis zum Burnout. Ausserdem hebt er in Vorträgen die Energie-Balance und die Lebensqualität hervor [REDACTED].

Der Landwirt ergänzt diese Themen mit dem spürbaren Druck sich beweisen zu müssen. Es gehe oft darum [REDACTED]

Gleichzeitig sei ein [REDACTED] festzustellen [REDACTED]. Er schildert ausführlich, wie sich Landwirt\*innen von der Leistungsgesellschaft unter Druck gesetzt fühlen und man sich kaum erlaubt, einen Tag frei zu nehmen. Er findet solche Auszeiten wichtig.

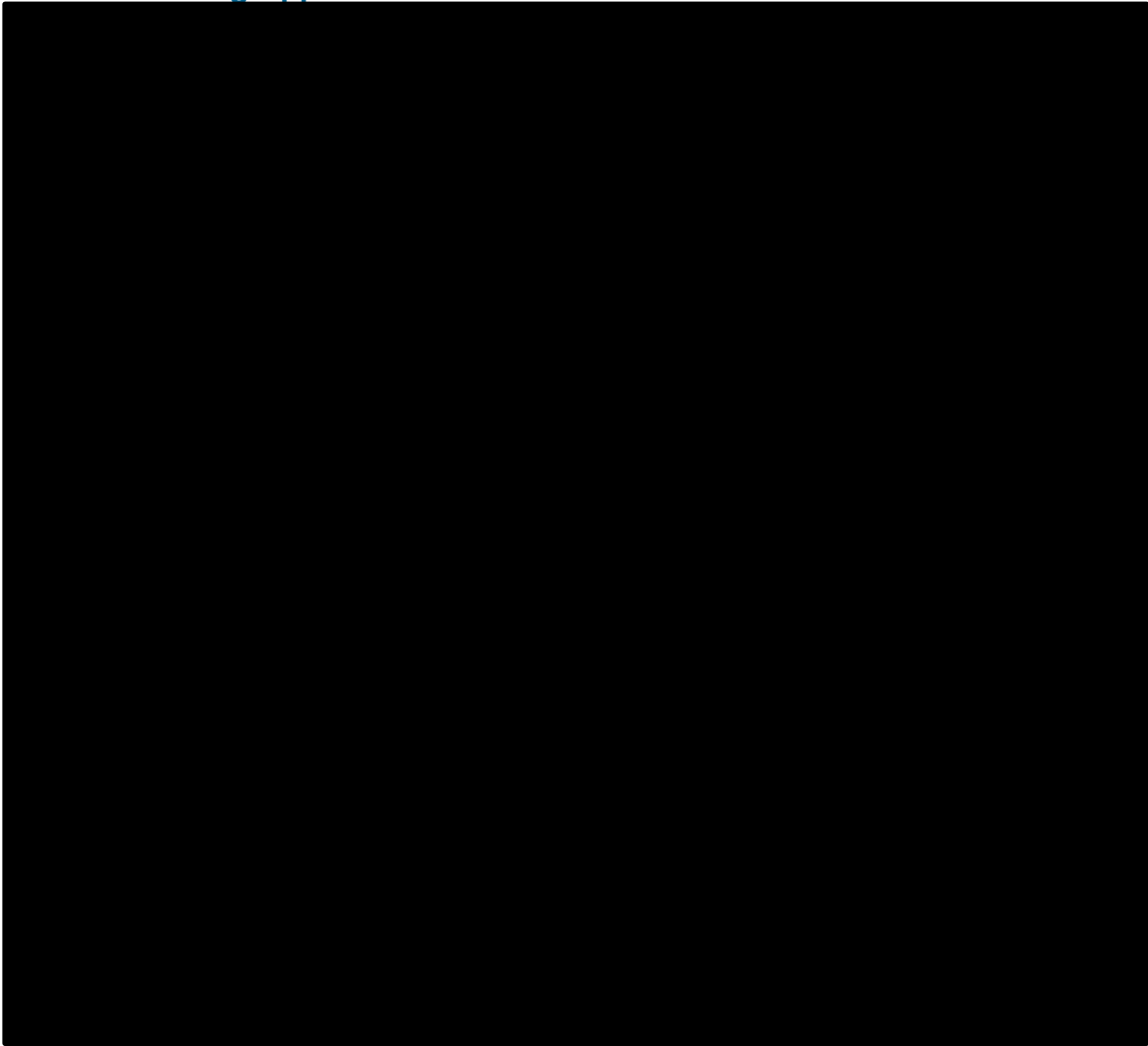
Um Landwirt\*innen in ihrer psychischen Gesundheit zu beraten, ist ein landwirtschaftlicher Hintergrund erforderlich. [REDACTED]

Darauf antwortet A2: [REDACTED]

[REDACTED] A3 erzählt, dass ein Projekt bei der Hochschule für Agrar- Forst und Lebensmittelwissenschaften läuft, welches die systemische Beratungskompetenz stärken will, um Bauernfamilien zu unterstützen [REDACTED]



## 4.2.2 Fokusgruppe B



In der Code-Matrix (Abbildung 9) ist der relevante Ausschnitt des Codesystems für die Fokusgruppe B und die entsprechenden Häufigkeiten von Aussagen der Teilnehmenden zu sehen.

### **Thematisierung psychischer Gesundheit in der Betriebsleiterschule**

Grund für die maximale Punktzahl der Teilnehmenden ist, dass Potenzial gesehen wird, weil man heutzutage bereits besser darüber sprechen kann als früher (B3, Zeile 431-433). Die Landwirtin und Agronomin spricht die frühzeitige Thematisierung in der Grundbildung an: [REDACTED]

[REDACTED] Auch der Pfarrer und Mediator begrüsst die Idee und fügt an, dass auch Resilienz Thema werden sollte: [REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

## **Burnout als Türöffner verwenden, um über das Tabuthema psychische Gesundheit zu sprechen**

Die Aktualität und häufige Thematisierung von Burnout wird als Grund für Potenzial angesehen. Dabei wird bemerkt, dass es des Öfteren auch in einem falschen Kontext verwendet wird und dementsprechend zur Modeerscheinung tendiert (B2, Zeile 468-473). Dies wird als Risiko wie auch als Chance gesehen. Die Chance soll genutzt werden, indem man Burnout als Türöffner nutzt, um die psychische Gesundheit zu erschliessen und dabei auch aufzuklären, dass Burnout keine Krankheit, sondern ein Faktor ist, der zu psychischen Krankheiten führen kann (B2, Zeile 475-477). B3 stimmt der Aktualität zu: [REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

## **Betriebshelferdienst evaluieren und optimieren**

[REDACTED] Dieser komme oft erst dann zum Einsatz, wenn dringend schnelle Hilfe auf dem Hof benötigt wird (B3, Zeile 603-604). Dabei nimmt B3 die Sicht der Betriebshelfenden ein und erzählt, dass diese mit den Situationen, die sie antreffen, oftmals überfordert sind. [REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED] Darin sieht er Potenzial: [REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED] Die Agronomin fügt an, dass der Betriebshelferdienst für die Jungen eine gute Möglichkeit sei, noch flexibel zu bleiben, um beispielsweise noch reisen gehen zu können. Da gute Leute im Betriebshelferdienst gesucht seien, müsse man aufpassen, dass diese nicht kaputt gehen, wenn sie zu viel sehen und mitbekommen. Hier wäre Unterstützung sinnvoll [REDACTED].

## **Weitere Ideen**

Die Landwirtin erklärt, dass viele Landwirt\*innen über ihre Leistungen urteilen und sich definieren, indem sie sich mit den Porträts in den berufsspezifischen Medien vergleichen. Es

gäbe Realitätsberichte, aber mehrheitlich werden dabei falsche Ansätze gewählt: [REDACTED]

[REDACTED], wie beispielsweise in der Landfrauenküche im Fernsehen. Das findet sie unglaublich schade (B1, Zeile 510) und wünscht sich als neue Idee, dass kommuniziert wird, dass nicht alles immer perfekt sein muss und als Bauernfrau und Bauer auch einmal eine Pause eingelegt werden darf. Da ergänzt B3: [REDACTED]

Er stellt auch fest, dass manchmal eine Missgunst herrscht zwischen den Landwirt\*innen [REDACTED]

Bezüglich bestehender Interventionen erwähnt der Pfarrer und Mediator, dass er dabei ist, das Projekt Sentinelles zu multiplizieren. Dabei verfolgt er den Ansatz, dass die beruflichen Kontaktpersonen alarmierende Situationen nicht nur wahrnehmen, sondern [REDACTED]

[REDACTED] Die Berufsgruppen der Agro-Treuhänder\*innen und Kontrolleur\*innen dafür zu gewinnen, findet er besonders vielversprechend, weil diese mit ihrer Kommunikation viel beeinflussen können. [REDACTED]

### **Generell wichtig**

Die Frage der Definition von psychischer Gesundheit kam auf: [REDACTED]

[REDACTED] B2 knüpft an: [REDACTED]

In Bezug auf das Bäuerliche Sorgentelefon ist generell wichtig zu wissen: [REDACTED]

B3 bemerkt, dass ein Berufskollege in der Westschweiz das Projekt Sentinelles aufgebaut hat, [REDACTED]

### 4.3 Synthese der Ergebnisse

Die Ergebnisse der quantitativen Befragung und der beiden Fokusgruppen lassen sich zu folgenden Erkenntnissen verknüpfen und zusammenfassen:

- Alle Ideen für Massnahmen wurden im Gesamtdurchschnitt beider Fokusgruppen positiv bewertet.
- In der Idee zur Thematisierung der psychischen Gesundheit in der Betriebsleiter-schule wurde in beiden Fokusgruppen am meisten Potenzial gesehen. In beiden Fokusgruppen wurde ein früherer Ansatz, nämlich in der Grundausbildung, angesprochen und ambivalent diskutiert.
- Die Dialoggruppe ist sich einig, dass Burnout als Türöffner verwendet werden kann, um vermehrt über die psychische Gesundheit der Landwirt\*innen zu sprechen und sieht darin Potenzial.
- Dem sozialen Umfeld wird in der Früherkennung von Burnout eine wichtige Rolle zugeschrieben, weshalb die Dialoggruppe dort einen geeigneten Ansatzpunkt für eine Intervention sieht. In beiden Fokusgruppen fällt die Aussage, dass das Umfeld psychische Probleme schneller erkennen und reagieren kann als die betroffene Person selbst.
- Beide Vertretenden der Landwirt\*innen haben die Thematik des hohen Leistungsdrucks in die Diskussion eingebracht.
- In beiden Fokusgruppen wurde von Deutschschweizer Versionen des Projekts «Sentinelles» gesprochen, die bereits umgesetzt wurden oder im Aufbau sind.
- Ein landwirtschaftlicher Hintergrund muss bei Beratenden vorhanden sein. In beiden Fokusgruppen hat jeweils eine Person gesagt, dass ein gewisser Stallgeruch bei der beratenden Person notwendig ist.
- Aktuell läuft die Umsetzung eines Projektes, welches sich auf die systemische Beratungs-kompetenz zu Gunsten der Bauernfamilien fokussiert. Damit Betroffene Beratungsangebote in Anspruch nehmen, braucht es jedoch viel.

- Burnout soll im Dialog mit Landwirt\*innen positiv formuliert werden, indem beispielsweise das Spannungsfeld zur Arbeitsfreude aufgezeigt wird.
- Psychische Gesundheit muss bei der Thematisierung definiert werden und dabei berücksichtigen, dass jede Person ein subjektives Verständnis hat.
- Folgende Stichworte ergeben sich in Bezug auf weitere Ideen: Rolle der Medien, Coaching verbreiten, Erwartungshaltung ansprechen, Bewusstsein in der Bevölkerung erreichen

## 5 Diskussion

Dieses Kapitel dient der kritischen Diskussion der Ergebnisse und dem Vergleich der gewonnenen Erkenntnisse mit dem theoretischen Hintergrund. Dabei werden verschiedene Interpretationsmöglichkeiten der Ergebnisse aufgezeigt. Die Fragestellung wird prägnant beantwortet, die Handlungsempfehlungen formuliert und die Limitationen der Arbeit werden transparent genannt. Schliesslich werden Implikationen für das Berufsfeld der Gesundheitsförderung und Prävention geäussert.

### 5.1 Diskussion der Ergebnisse

#### **Thematisierung der psychischen Gesundheit in der Betriebsleiterschule**

Diese Idee fand am meisten Anklang. Entstanden ist die Idee aufgrund des Tagungsberichts «Suizidprävention in der Landwirtschaft», welcher die Sensibilisierung der Landwirtschaftslehrkräfte auf Suizidalität vorschlug (Grossenbacher, 2018).

#### **Sentinelles**

Das Projekt Sentinelles aus der Westschweiz war mindestens zwei Teilnehmenden bekannt und bereits hinsichtlich des Transfers in die Deutschschweiz durchdacht worden. Die Anmerkung, dass die Betriebe in der Westschweiz meist grösser sind als in der übrigen Schweiz, ist bezüglich der Multiplikation des Projekts ein wichtiger Hinweis. Beim Transfer von Projekten müssen solche Kontextfaktoren bekannt sein (Broesskamp-Stone et al., 2010).

Es stellt sich die Frage, ob die beiden Personen, die von angepassten Sentinelles-Projekten gesprochen haben, gegenseitige Kenntnis der Projekte haben. Ob sie vom selben Projekt gesprochen haben, ist unklar, wirkt aufgrund der unterschiedlichen Schilderungen jedoch unwahrscheinlich.

Eine Möglichkeit wäre, dass auch die Akteure aus der Landwirtschaft ihre Projekte zur Gesundheitsförderung und Prävention auf der schweizweiten und öffentlichen Projektdatenbank [good-practice.ch](http://good-practice.ch) teilen. Auf diese Weise könnte frühzeitig Kenntnis über ähnliche Projekte gewonnen werden.

Im Kontext des Projektes Sentinelles wurde vom Präsidenten des Bäuerlichen Sorgentelefon angeregt, auch Agro-Treuhänder\*innen einzubeziehen. Imoberdorf et al. (2017) haben diesbezüglich geforscht und zur Reflexion des Berufsauftrags aufgerufen. Zudem empfehlen sie unter anderem Fallbesprechungen, die im institutionellen Rahmen ermöglicht werden sollen.

## **Rolle des sozialen Umfelds**

Drei von sechs Teilnehmenden der Fokusgruppen äusserten, dass das Umfeld psychische Probleme eher erkennt und reagiert als die betroffene Person. Burisch bestätigt diese Eindrücke und erwähnt als konkrete Merkmale «die gestiegene Reizbarkeit, die innere Unruhe, das Nichtmehr-anwesend-Sein» (2015, S. 119). Er fügt hinzu, dass Burnout-Betroffene manchmal sogar wissen, was ihnen fehlt, aber trotzdem nicht reagieren, bis ihnen der Zusammenbruch die Entscheidung abnimmt. Dies spricht dafür, dass nicht nur Hilfsangebote geschaffen werden, sondern auch vorbeugend und frühzeitig interveniert wird.

## **Hofnachfolge in Bauernfamilien thematisieren**

Diese neue Idee wurde von der Arbeits- und Organisationspsychologin eingebracht. Buhne (2019) stellte in problemzentrierten Interviews mit Landwirten fest, dass das Pflichtgefühl der Tradition und der Familie gegenüber dazu führte, dass die Berufswahl nicht als frei gewählt empfunden wurde. Bezüglich der Hofnachfolge wurde in einem dreijährigen Projekt umfassende Unterstützung in Form einer Webseite und eines Spiels geschaffen, welche in der ersten Phase namens «Wunsch und Standortbestimmung» die Erwartungshaltung und die intrinsische Motivation zur Hofnachfolge thematisiert (Hochschule für Agrar-, Forst- und Lebensmittelwissenschaften, o. J.).

## **Image verbessern ist kein Thema**

Die aktuellen politischen Diskurse als auch aktuelle Studien haben vermuten lassen, dass die geringe Wertschätzung der Konsumierenden gegenüber den Landwirt\*innen eine grosse Belastung für die Landwirt\*innen darstellt (*Bauern unter Druck*, 2021; Hubschmid, 2020; Jurt et al., 2018; Kallioniemi et al., 2016). Dies konnte in der vorliegenden Arbeit nicht bestätigt werden. Einzig die Arbeits- und Organisationspsychologin kam auf diese Thematik zurück (A2, Zeile 376-380). Grund dafür kann sein, dass in der Idee, welche die Wertschätzung angesprochen hätte (#Stadt.Land.Du), kein Potenzial gesehen wurde und daher die anderen Ideen im Fokus standen. Ein weiterer Grund könnte sein, dass der höhere Absatz in Hofläden während der Covid-19-Pandemie einen positiven Einfluss auf die erlebte Wertschätzung hat (B3, Zeile 537-539). Dagegen spricht jedoch, dass das Image der Landwirtschaft in der Gesellschaft gemäss Sorgenbarometer der BauernZeitung vom April 2021 die grösste Sorge der Landwirt\*innen darstellt (Giger, 2021).

## **Leistungsgesellschaft**

Auffallend ist, dass die Landwirtin und der Landwirt unabhängig voneinander und unabhängig vom Thema die hohen Leistungsansprüche an sich selbst als Berufsperson

angesprochen haben. Ob dies damit zusammenhängt, dass ihre Berufsgruppe die Zielgruppe darstellt und dies auch bei anderen Berufsgruppen aufgrund der aktuellen Leistungsgesellschaft aufgekommen wäre, oder ob Landwirt\*innen einen besonders hohen Leistungsdruck empfinden, kann nicht beurteilt werden. In einer schweizweiten Befragung stellte sich heraus, dass sich Schweizer\*innen aufgrund häufiger Überlastung und Stress eine Diskussion über die Leistungsgesellschaft wünschen, um gemeinsam die Erwartungen der Gesellschaft zu überdenken (Bühler et al., 2018). Da die Leistungsgesellschaft bewirkt, dass Burnout aufgrund des hohen Leistungsanspruchs sozial akzeptierter ist, kann Burnout in der Zwischenzeit als Einstieg in die allgemeine Thematisierung der psychischen Gesundheit und Krankheit genutzt werden.

## 5.2 Beantwortung der Fragestellung

Die Beantwortung der Fragestellung basiert auf den erhobenen quantitativen und qualitativen Daten der Dialoggruppe.

«In welchen verhältnisorientierten Massnahmen zur Prävention oder Früherkennung von Burnout bei Landwirt\*innen sieht die Dialoggruppe am meisten Potenzial (...)?»

1. In der Thematisierung der psychischen Gesundheit in der Betriebsleiterschule wurde in beiden Fokusgruppen am meisten Potenzial gesehen (9,33/10 Punkte).
2. In der Idee, Burnout als Türöffner zu nutzen, um über das Tabuthema der psychischen Gesundheit zu sprechen, wurde viel Potenzial gesehen (8,33/10 Punkte).
3. Das Potenzial hinsichtlich der Multiplikation des Projektes Sentinelles wurde unter allen Ideen am drittbesten bewertet (7,83/10 Punkte). Der Transfer des Projektes Sentinelles aus der Westschweiz in die Deutschschweiz ist bereits im Gange (A3, Zeile 298-331; B3, Zeile 546-586).
4. Zudem wurden weitere verhältnisorientierte und verhaltensorientierte Massnahmen vorgeschlagen.

«(...) und warum?»

1. Weil die psychische Gesundheit als einer der zentralen Erfolgsfaktoren für die erfolgreiche Führung eines Betriebs gesehen wird (A3, Zeile 87-91).
2. Weil Burnout aktuell immer wieder Thema ist und als Chance genutzt werden kann (B3, Zeile 541-542; B2, Zeile 473-475).



3. Da das Umfeld psychische Probleme oft vor der betroffenen Person wahrnimmt, wird den beruflichen Kontaktpersonen einen grossen Einfluss in der Früherkennung zugeschrieben (A1, Zeile 201; A2, Zeile 258-264; B3, Zeile 612-614).
4. Auf die Hintergründe der weiteren Ideen wird an dieser Stelle aufgrund des begrenzten Rahmens nicht eingegangen.

### 5.3 Handlungsempfehlungen

Die bestbewerteten Massnahmen wurden mit den qualitativen Daten aus der Fokusgruppe zu Handlungsempfehlungen aufbereitet, welche den Leitsätzen der Gesundheitsförderung und Prävention entsprechen. Da an der Erhebung nur sechs Teilnehmende beteiligt waren, können die erhobenen Daten nicht als allgemeingültig angesehen werden. Die Empfehlungen beantworten, welche nächsten Schritte getätigt werden können.

- Die Aktualität von Burnout kann als Türöffner für das Tabuthema der psychischen Krankheit und Gesundheit genutzt werden.
- Die psychische Gesundheit sollte in der Betriebsleiterschule obligatorisch thematisiert werden, weil die eigene psychische Gesundheit einer der zentralen Faktoren für die erfolgreiche Führung eines Unternehmens ist. Die Lehrkräfte müssen befähigt werden, dies zu unterrichten und zwingend einen landwirtschaftlichen Hintergrund mitbringen, damit sie die Landwirt\*innen gebührend abholen können.
- Eine partizipative Qualitätsentwicklung bietet sich in dieser Intervention besonders an, um die Effektivität und Akzeptanz zu begünstigen. Gesundheitsfördernde können für die Intervention engagiert werden, denn sie wirken als Bindeglieder in der interprofessionellen Zusammenarbeit.
- Die Entwicklung der Intervention in der Betriebsleiterschule kann anhand des Best-Practice-Handlungsrahmens erfolgen. Das bedeutet, dass die Intervention nebst der Dimension des Wissens, auch die Dimensionen Kontexte und Werte einbeziehen soll. Experten- und Erfahrungswissen sind dabei ausdrücklich erwünscht (Kolip et al., 2019). Um die Wirkung der Intervention messen zu können, muss die Evaluation bereits in der Entwicklung der Intervention mitgedacht und geplant werden.
- Zusätzlich zu den verhältnisorientierten Handlungsempfehlungen zur Prävention und Früherkennung sollten auch Massnahmen zur Verhaltensprävention ergriffen werden, da die Kombination dieser beiden Ebenen gemeinsam am wirksamsten ist (Richter & Rosenbrock, 2018).

## 5.4 Limitationen

An dieser Stelle werden die methodischen und inhaltlichen Grenzen der Arbeit aufgezeigt.

### **Keine Sättigung in der selektiven Literaturrecherche**

Gemäss Haas et al. (2013) zeichnet das Ende der selektiven Literaturrecherche die Erreichung der theoretischen Sättigung aus. Diese wurde nicht erreicht. Weil die Dialoggruppe mit der Menge an Ideen nicht überwältigt werden wollte, wurde die Anzahl auf fünfzehn begrenzt und nicht weiter recherchiert. Zudem bestand zu keiner Zeit der Anspruch auf Vollständigkeit.

### **Erweiterung der Recherche**

Die lesende Person muss berücksichtigen, dass die Literaturrecherche lediglich Interventionen bei der Berufsgruppe der Landwirt\*innen in den Blickwinkel nahm. Sicherlich bestehen evidenzbasierte und wirksame Interventionen zur Verhältnisprävention und Früherkennung von Burnout bei anderen Berufsgruppen, die in das sozialräumliche System von Landwirt\*innen transferiert werden könnten. Zudem hätte aktiv vermehrt nach inhaltlich verwandten Begriffen wie Stressprävention gesucht werden können. Um im Rahmen dieser Arbeit leicht anpassungsfähige Interventionen zu finden, wurde diesen Erweiterungen nicht nachgegangen, weil der Transfer von Interventionen komplex ist und in Bezug auf das neue sozialräumliche System im Detail geplant werden muss (Kolip et al., 2019).

### **Evidenzbasierung**

Viele Interventionen aus der selektiven Literaturrecherche wurden nicht evidenzbasiert entwickelt. Evaluierte Interventionen waren kaum zu finden. Diese Ausgangslage stellt eine Herausforderung dar, da nur geringe Daten zur Wirksamkeit von Interventionen vorliegen. Dennoch wurde erste Evidenz ausfindig gemacht, zu welcher bei einer Projektkonzeption weiter recherchiert werden kann.

### **Qualitative Daten zu schlechter bewerteten Massnahmen**

Der Ursprungsgedanke der Fragestellung dieser Arbeit war herauszufinden, warum die Dialoggruppe bestimmte Ideen begrüsst. Im Nachhinein kann gesagt werden, dass auch die Gründe hinter schlechten Bewertungen möglicherweise aufschlussreiche Erkenntnisgewinne zur Folge gehabt hätten. Dadurch wären die Dimensionen Werte und Kontext möglicherweise noch umfangreicher geworden, was dem Best-Practice-Handlungsrahmen zuträglich gewesen wäre (Broesskamp-Stone et al., 2010).

## **Rolle der Moderatorin**

Es stellt sich die Frage, ob die Fokusgruppen zu ähnlichen Ergebnissen geführt hätten, wenn sie von einer anderen Person moderiert worden wären. Da die Fragen in der Fokusgruppe offen gestellt wurden und die leitende Person ausschliesslich die Rolle der Moderatorin eingenommen hat, lässt sich diese Frage positiv beantworten. Trotzdem übte die Moderatorin ihre Rolle nicht fehlerfrei aus, weil sie zuvor noch nie eine Fokusgruppe geleitet hatte. Beispielsweise wurde das Rederecht teilweise ergriffen, bevor das Gespräch zum Erliegen kam (Przyborski & Riegler, 2020). Dies war einerseits den Fertigkeiten der Moderatorin und andererseits der zur Verfügung stehenden kurzen Diskussionszeit geschuldet.

## **Feingliedrigkeit des Codesystems**

Betont wird in der Literatur, dass Codesysteme nicht zu feingliedrig sein sollten und die Kategorien in Hinsicht auf den Ergebnisbericht als Strukturierungspunkte dienen sollen (Kuckartz, 2018). Die Kategoriensysteme der beiden Fokusgruppen haben sich im Verhältnis von Häufigkeit der Aussagen zu den Kategorien als tendenziell feingliedrig entwickelt. Da das Ziel der Auswertung ist, zu den jeweiligen Hauptkategorien verschiedene Perspektiven aufzuzeigen und möglichst breit und tief davon zu berichten, wurden die Kategorien mit den tiefen Häufigkeiten trotzdem so stehen gelassen, wenn sie nach einer erneuten Überprüfung immer noch als sinnvoll erachtet wurden. Das Abstraktionsniveau erleichterte dadurch die Erarbeitung des Ergebnisberichts, weil er anhand der Subkategorien zusammenfassend aufgebaut werden konnte. Ein zusätzlicher Grund war, dass Aussagen zu denselben Themen in den Fokusgruppen von anderen Teilnehmenden nicht in eigenen Worten wiederholt wurden, sondern immer wieder ergänzende Sichtpunkte genannt wurden, die weitere Subkategorien entstehen liessen. Dadurch konnten von Grund auf kaum häufige Nennungen innerhalb der Subkategorien entstehen.

## **5.5 Implikationen für die Gesundheitsförderung und Prävention**

Für das Berufsfeld der Gesundheitsförderung und Prävention gibt es diverse Rückschlüsse.

### **Definition von psychischer Gesundheit**

In der Fokusgruppe B kam die Frage auf, wie psychische Gesundheit überhaupt definiert wird und dass diese von jedem Menschen anders verstanden wird. Die Begriffe subjektive Gesundheit, Lebensqualität, Wohlbefinden als auch der Zusammenhang mit der physischen und sozialen Gesundheit wurden genannt. Diesbezüglich bestehen unterschiedliche

Wissensstände und Auffassungen, welche von Gesundheitsfördernden wahrgenommen und behandelt werden müssen, damit ein Diskurs auf Augenhöhe entsteht. Auf diese Weise können Gesundheitsfördernde verstehen, wie Landwirt\*innen ihren wichtigsten Lebensbereich, die Gesundheit, definieren (Bundesamt für Landwirtschaft, 2017).

### **Handlungsprinzip Partizipation**

Die vorliegende Arbeit zeigt, welche wichtigen Erkenntnisgewinne der Einbezug von der Zielgruppe und Expert\*innen hat. Obwohl das Handlungsprinzip der Partizipation in der Praxis der Gesundheitsförderung und Prävention immer mehr berücksichtigt wird, werden immer noch Projekte entwickelt, ohne die konkreten Bedürfnisse der Zielgruppe einzuholen. Der Einbezug von Zielgruppen kann das Berufsbild der Gesundheitsfördernden stärken, indem die Zielgruppen auf Augenhöhe an der Projektentwicklung teilhaben können und dank ihrer Perspektiven eine bessere Erreichbarkeit gewährleistet werden kann, wodurch eine grössere Wirkung erzielt wird (Wright, 2014). Zudem können Gesundheitsfördernde ihre Stärke als Brückenbauende in interprofessionellen und interdisziplinären Projekten ausleben. Reissig et al. (2019) kommen auch zum Schluss, dass interprofessionell zusammengearbeitet werden muss, um die Häufigkeit von Burnouts bei Landwirt\*innen zu senken.

### **Missverständliche Formulierung des Erste-Hilfe-Kurses bei psychischen Problemen**

Obwohl die Dialoggruppe sagt, dass das Umfeld eine wichtige Rolle bezüglich der Früherkennung von Burnout einnimmt, wurde die Massnahme des Erste-Hilfe-Kurses bei psychischen Problemen nicht besonders gut bewertet. Diese Diskrepanz wurde von der Moderatorin in der Fokusgruppe A angesprochen. Aufgrund der Antworten wird vermutet, dass die Massnahme in der Befragung missverständlich vermittelt wurde. Obwohl auch ein Erste-Hilfe-Kurs für körperliche Gesundheit nicht akut, sondern im Vorfeld absolviert wird, um in zukünftigen Situationen Mitmenschen helfen zu können, wurde der Erste-Hilfe-Kurs für psychische Probleme fälschlicherweise als akute Hilfestellung aufgefasst. Da diese Massnahme bereits als Intervention namens ensa existiert und einzig auf die spezifische Berufsgruppe transferiert werden müsste, wäre wichtig zu überprüfen, ob der ensa Erste-Hilfe-Kurs von Aussenstehenden allenfalls auch missverstanden wird.

## 6 Schlussfolgerungen

Dank dem Erfahrungswissen der Dialoggruppe konnten erhebliche Erkenntnisgewinne bezüglich des Kontexts und der Werte in der Lebenswelt von Landwirt\*innen erlangt werden, die für eine evidenzbasierte Konzeption eines Projekts gewinnbringend sind. Sie ermöglichen, passgenauere oder sogar massgeschneiderte Interventionen zu entwickeln (Broesskamp-Stone et al., 2010).

In Bezug auf die Fragestellung konnte einstimmig die Erkenntnis gewonnen werden, dass die psychische Gesundheit in der Betriebsleiterschule thematisiert werden sollte und dass diese Massnahme sehr grosses Potenzial hat. Fest steht auch, dass die Chance der Aktualität von Burnout für die vermehrte Sensibilisierung zur psychischen Gesundheit und Krankheit als Chance genutzt werden sollte. Die Dialoggruppe schreibt den beruflichen Kontaktpersonen eine wichtige Rolle in der Früherkennung zu. Da Burnout aus chronischem Arbeitsstress entsteht und Arbeitsstress in der Landwirtschaft unter anderem durch herausfordernde Arbeitsbedingungen entsteht, können mit den verhältnisorientierten Handlungsempfehlungen erste Schritte in der Prävention umgesetzt werden. Bereits in der Entwicklung gilt es Landwirt\*innen angemessen einzubeziehen, indem das Handlungsprinzip der Partizipation, bestenfalls im Best-Practice-Handlungsrahmen, umgesetzt wird. Da die Dialoggruppe nur aus sechs Personen bestand, gibt es noch eine Vielzahl an weiteren Perspektiven und Ideen, die in interprofessioneller Zusammenarbeit abgeholt werden können, um eine bestmögliche Intervention zu konzipieren. Hier können Gesundheitsfördernde eine katalysatorische, vermittelnde und befähigende Rolle in der Prävention dieses Gesundheitsproblems einnehmen (Schmidt, 2014). Sie sind dafür ausgebildet Interventionen evidenzbasiert zu planen, durchzuführen und zu evaluieren.

### 6.1 Weitere Empfehlungen für Praxis und Forschung

Für die Praxis und Forschung lassen sich Empfehlungen ableiten.

#### **Forschung zu berufsspezifischen Schutzfaktoren / Ressourcen**

Ganz im Sinne der Ursprungsfrage von Antonovsky stellt sich die Frage, warum viele Landwirt\*innen in den herausfordernden Lebensverhältnissen gesund bleiben (1997). Es wurde noch nicht ausreichend erforscht, welche arbeitsbezogenen Ressourcen bei Landwirt\*innen im Vordergrund stehen, die Belastungen ausbalancieren und somit vor Burnout schützen können. Erhoben wurden bereits Lebensqualität-Kriterien aus Sicht der Bauernfamilien (Contzen et al., 2020). Doch wie Kolip et al. (2019, S. 128) darstellen: «Je besser Entstehungsbedingungen von Gesundheit und Krankheit verstanden werden, desto

gezielter lassen sich daraus Ansatzpunkte für Interventionen ableiten.» Die Risikofaktoren für die Entstehung von Burnout sind bekannt. Die Forschung ist gefragt, Schutzfaktoren und Ansätze aus der salutogenetischen Perspektive ausfindig zu machen, um evidenzbasierte und wirksame Gesundheitsförderungsprojekte für diese Berufsgruppe entwickeln zu können (Haas et al., 2013; Jurt et al., 2018). Ein genereller Transfer allgemeiner arbeitsbezogener Ressourcen auf die Berufsgruppe der Landwirt\*innen wäre hilfreich. Beispielsweise konnte nicht ausfindig gemacht werden, inwiefern die Wertschätzung von Führungspersonen mit der Wertschätzung von Konsumierenden verglichen werden kann.

## 7 Literaturverzeichnis

- Abel, T., & Kolip, P. (2018). Grundlagen von Gesundheitsförderung und Prävention. In *Public Health Kompakt* (S. 161–230). De Gruyter.  
<https://doi.org/10.1515/9783110466867-008>
- Angermeyer, M. C., & Dietrich, S. (2006). Public beliefs about and attitudes towards people with mental illness: A review of population studies. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 113(3), 163–179. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.2005.00699.x>
- Antonovsky, A. (1997). *Salutogenese zur Entmystifizierung der Gesundheit* (A. Franke, Übers.; Deutsche erw. Hrsg. / Alexa Franke). Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie.
- Bäuerinnen Österreich. (2019, Oktober 15). *Und wo bleibt die Lebensqualität?*  
<https://www.youtube.com/watch?v=V4iJkr4aCNc>
- Bauern unter Druck*. (2021, April 13). [Club]. Schweizer Radio und Fernsehen.  
<https://www.srf.ch/play/tv/club/video/bauern-unter-druck?urn=urn:srf:video:81f1abba-401a-4638-9f79-cb4b1b2d5519>
- Bödeker, W., & Dragano, N. (2005). *Das IGA-Barometer 2005: Einschätzungen der Erwerbsbevölkerung zum Stellenwert der Arbeit, zu beruflichen Handlungsspielräumen und zu Gratifikationskrisen* (IGA-Report 7; S. 101). Bundesverband und Hauptverband der gewerblichen Berufsgenossenschaften. <https://e-pflicht.ub.uni-duesseldorf.de/content/titleinfo/95702>
- Brandstetter, J., Jurt, C., Kuchen, S., Prosdocimo, L., Straub, U., & Thoma, M. (2015). *Synergien zwischen land-, hauswirtschaftlicher und sozialer Beratung nutzen*.  
[https://www.ifsa.ch/wp-content/uploads/Schlussbericht\\_31\\_05\\_15.pdf](https://www.ifsa.ch/wp-content/uploads/Schlussbericht_31_05_15.pdf)
- Broesskamp-Stone, U., Ackermann, G., Ruckstuhl, B., & Steinmann, R. (2010). *Best Practice: Ein normativer Handlungsrahmen für optimale Gesundheitsförderung und Krankheitsprävention* (S. 48). Gesundheitsförderung Schweiz.

<https://gesundheitsfoerderung.ch/assets/public/documents/de/5-grundlagen/wirkungsmanagement/best-practice/Best-Practice-Konzept.pdf>

Bühler, G., Hermann, M., Krähenbühl, D., & Würigler, E. (2018). «*Wie geht's dir?*»: Ein psychisches Stimmungsbild der Schweiz (S. 40). Forschungsstelle sotomo.

<https://sotomo.ch/site/wp-content/uploads/2020/12/wie-gehts-dir-pro-mente-sana-sotomo.pdf>

Buhne, A. (2019). Burnout in der Landwirtschaft. *Soziale Sicherheit in der Landwirtschaft*, 1/2, 29–52.

Bundesamt für Landwirtschaft. (2017). *Agrarbericht 2017* (S. 460). <https://agrarbericht.ch/de/service/archiv/agrarbericht-2017>

Bundesamt für Landwirtschaft. (2020). *Agrarbericht 2020* (S. 464). Bundesamt für Landwirtschaft. <https://agrarbericht.ch/de/service/dokumentation/publikationen>

Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft. (2020, Januar 21). *Nationales Dialogforum Landwirtschaft #StadtLandDu: Begrüßung Bundesministerin Julia Klöckner*. <https://www.youtube.com/watch?v=KiSo3gzcoYg>

Burisch, M. (2015). Stressbedingte Krankheiten und deren psychische Auswirkungen – Früherkennung von Burnout. In P. Becker (Hrsg.), *Executive Health—Gesundheit als Führungsaufgabe: Arbeitsfreude und Unternehmenserfolg fördern Mit vielen Erfahrungsbereichten Mit einem Vorwort von Anselm Grün* (S. 115–122). Springer Fachmedien. [https://doi.org/10.1007/978-3-658-06072-5\\_9](https://doi.org/10.1007/978-3-658-06072-5_9)

Contzen, S., Häberli, I., Bühler, M., & Straub, U. (2020). *Lebensqualität in der Milchproduktion: Eine qualitative bottom-up Studie* (S. 47). Hochschule für Agrar-, Forst und Lebensmittelwissenschaften.

De Bock, F., Geene, R., Hoffmann, W., & Stang, A. (2017). *Vorrang für Verhältnisprävention* (S. 3) [Handreichung]. Geschäftsstelle Zukunftsforum Public Health.



<https://zukunftsforum-public-health.de/wp-content/uploads/2018/08/Vorrang-fuer-Verhaeltnispraevention.pdf>

Deter, A. (2017, November 13). *Immer mehr Landwirte leiden unter Burn-out*. top agrar.

<https://www.topagrar.com/management-und-politik/news/immer-mehr-landwirte-leiden-unter-burn-out-9586381.html>

Deutsche Presse-Agentur. (2020, Januar 6). *Klößner: Landwirte haben mehr Wertschätzung verdient*. Nau.

<https://www.nau.ch/news/europa/kloekner-landwirte-haben-mehr-wertschätzung-verdient-65638861>

Dudenredaktion. (o. J.). Wörterbuch: Syndrom. In *Duden*. Abgerufen 26. April 2021, von

<https://www.duden.de/rechtschreibung/Syndrom>

Ertl-Schmuck, R. (2015). *Wissenschaftliches Arbeiten in Gesundheit und Pflege*. UVK Verlagsgesellschaft mbH.

Flick, U. (2019). Gütekriterien qualitativer Sozialforschung. In N. Baur & J. Blasius (Hrsg.),

*Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung* (S. 473–488). Springer

Fachmedien. [https://doi.org/10.1007/978-3-658-21308-4\\_33](https://doi.org/10.1007/978-3-658-21308-4_33)

Fluder, R., Neukomm, S., Contzen, S., & Genoni, M. (2009). *Bauernhaushalte unter dem*

*Existenzminimum* (S. 144) [Schlussbericht Konzeptstudie]. Berner Fachhochschule.

Flynn, R., Albrecht, L., & Scott, S. D. (2018). Two Approaches to Focus Group Data Collection for Qualitative Health Research: Maximizing Resources and Data Quality. *International Journal of Qualitative Methods*, 17(1), 160940691775078.

<https://doi.org/10.1177/1609406917750781>

<https://doi.org/10.1177/1609406917750781>

Forrestal, S. G., D'Angelo, A. V., & Vogel, L. K. (2015). Considerations for and Lessons

Learned from Online, Synchronous Focus Groups. *Survey Practice*, 8(3), 1–8.

<https://doi.org/10.29115/SP-2015-0015>

- Füllemann, D., Inauen, A., Jenny, G., Moser, P., & Bauer, G. (2017). *Betriebliches Gesundheitsmanagement in Schweizer Betrieben: Monitoring-Ergebnisse 2016* (Arbeitspapier Nr. 40). Gesundheitsförderung Schweiz. [https://gesundheitsfoerderung.ch/assets/public/documents/de/5-grundlagen/publikationen/bgm/arbeitspa-piere/Arbeitspapier\\_040\\_GFCH\\_2017-05\\_-\\_BGM\\_in\\_Schweizer\\_Betrieben.pdf](https://gesundheitsfoerderung.ch/assets/public/documents/de/5-grundlagen/publikationen/bgm/arbeitspa-piere/Arbeitspapier_040_GFCH_2017-05_-_BGM_in_Schweizer_Betrieben.pdf)
- Galliker, S., Igic, I., Elfering, A., Semmer, N., Brunner, B., Dosch, S., & Wieser, S. (2020). *Job-Stress-Index 2020* (Faktenblatt Nr. 48). Gesundheitsförderung Schweiz. [https://gesundheitsfoerderung.ch/assets/public/documents/de/5-grundlagen/publika-tionen/bgm/faktenblaetter/Faktenblatt\\_048\\_GFCH\\_2020-09\\_-\\_Job-Stress-In-dex\\_2020.pdf](https://gesundheitsfoerderung.ch/assets/public/documents/de/5-grundlagen/publika-tionen/bgm/faktenblaetter/Faktenblatt_048_GFCH_2020-09_-_Job-Stress-In-dex_2020.pdf)
- Gesundheitsförderung Schweiz. (2021, Februar 17). *Glossar*. quint-essenz. <https://www.quint-essenz.ch/de/concepts>
- Gesundheitsförderung Uri. (o. J.). *Was ist Gesundheit?* Gesundheitsförderung Uri. Abge-rufen 26. April 2021, von <https://www.gesundheitsfoerderung-uri.ch/ueber-uns/was-ist-gesundheit/>
- Giger, F. (2021, März 12). Sorgenbarometer: Das Image bedrückt, der Papierkrieg wächst. *BauernZeitung*. <https://www.bauernzeitung.ch/artikel/der-sorgenbarometer-der-bau-ernzeitung-die-grosse-auswertung>
- Grossenbacher, E. (2018). *Tagungsbericht*. 3.
- Haas, S., Breyer, E., Knaller, C., & Weigl, M. (2013). *Aufbereitung von Evidenz zu Ge-sundheitsförderung* (Handbuch Nr. 10). Fonds Gesundes Österreich.
- Hetzel, C., Koch, E., & Holzer, M. (2016). Gesundheitsangebote für kleine und mittlere Be-triebe im ländlichen Raum: Ansätze der SVLFG. In M. A. Pfannstiel & H. Mehlich (Hrsg.), *Betriebliches Gesundheitsmanagement: Konzepte, Maßnahmen, Evalua-tion* (S. 33–48). Springer Fachmedien. [https://doi.org/10.1007/978-3-658-11581-4\\_3](https://doi.org/10.1007/978-3-658-11581-4_3)

- Hilpert, J., Benighaus, L., & Scheel, O. (2012). Auswertung von Fokusgruppen mit MAXQDA am Beispiel des Projektes „Wahrnehmung der Fusionsenergie bei ausgewählten Bevölkerungsteilen“. In M. Schulz, B. Mack, & O. Renn (Hrsg.), *Fokusgruppen in der empirischen Sozialwissenschaft* (S. 170–194). VS Verlag für Sozialwissenschaften. [https://doi.org/10.1007/978-3-531-19397-7\\_9](https://doi.org/10.1007/978-3-531-19397-7_9)
- Hochschule für Agrar-, Forst- und Lebensmittelwissenschaften. (o. J.). *Weitere Details zu den einzelnen Phasen*. Hofnachfolge-Parcours. Abgerufen 27. April 2021, von <https://www.hofnachfolge-parcours.ch>
- Hochstrasser, B. (o. J.). *Aktuelles: Burnout & WHO*. SEB Schweizer Expertennetzwerk für Burnout. Abgerufen 18. April 2021, von <https://www.burnoutexperts.ch/deu/aktuelles/>
- Hochstrasser, B., Brühlmann, T., Cattapan, K., Hättenschwiler, J., Holsboer-Trachsler, E., Kawohl, W., Schulze, B., Seifritz, E., Schaufeli, W., Zemp, A., & Keck, M. E. (2016). Burnout-Behandlung Teil 2: Praktische Empfehlungen. *Swiss Medical Forum – Schweizerisches Medizin-Forum*, 16(2627). <https://doi.org/10.4414/smf.2016.02698>
- Hubschmid, E. (2020). *Seeking commonalities and differences in perspectives on what matters for high work satisfaction in Swiss agriculture* [Unveröffentlichte Masterarbeit]. Universität Bern.
- ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics*. (2020, September). ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics. <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2fid%2fentity%2f129180281>
- Igic, I., Keller, A., Luder, L., Elfering, A., Semmer, N. K., Brunner, B., & Wieser, S. (2015). *Job-Stress-Index 2015: Kennzahlen zu psychischer Gesundheit und Stress bei Erwerbstätigen in der Schweiz* (S. 76) [Application/pdf]. Gesundheitsförderung Schweiz. <https://boris.unibe.ch/86235/>

- Imoberdorf, S. (2014). *Wie die Hilfe zum Bauer kommt* [Master-Thesis].
- Imoberdorf, S., Contzen, S., & Luchsinger, L. (2017). *Überlastung in der Landwirtschaft* (S. 49). Berner Fachhochschule.
- Jefferson, G. (1984). *Transcription Notation*. In J. Atkinson & J. Heritage (Hrsg.), *Structures of Social Interaction*. New York: Cambridge University Press.
- Jurt, C., Häberli, I., Bühler, M., & Zbinden Gysin, K. (2018). *Suizid in der Landwirtschaft: Eine wissenschaftliche Literaturanalyse und Expertengespräche* (S. 70). Hochschule für Agrar- Forst und Lebensmittelwissenschaften.  
<https://www.bfh.ch/dam/jcr:99bf13b4-71b3-4fa3-8c03-b4109ccd78f7/suizid-in-der-landwirtschaft-hafl.pdf>
- Kallioniemi, M. K., Simola, A., Kaseva, J., & Kymäläinen, H.-R. (2016). Stress and Burnout Among Finnish Dairy Farmers. *Journal of Agromedicine*, 21(3), 259–268.  
<https://doi.org/10.1080/1059924X.2016.1178611>
- Kolip, P., Ackermann, G., Ruckstuhl, B., & Studer, H. (2019). *Gesundheitsförderung mit System: Qualitätsentwicklung in Projekten und Programmen der Gesundheitsförderung und Prävention* (2. Aufl.). Hogrefe.
- Kuckartz, U. (2018). *Qualitative Inhaltsanalyse. Methoden, Praxis, Computerunterstützung*. <https://content-select.com/de/portal/media/view/5aa7b788-bfd0-4912-a0df-6955b0dd2d03?forceauth=1>
- Martino, H., Rabenschlag, F., Koch, U., Attinger-Andreoli, Y., Michel, K., Gassmann, J., Berger, S., Bowley, M., & Rudolf, G. (2012). *Arbeitspapier Entstigmatisierung: Grundlagen für eine nationale Kampagne zur Entstigmatisierung von psychischen Krankheiten und von Menschen mit Störungen der psychischen Gesundheit* (S. 30). Public Health Schweiz.

- Meier, B., & Flury, C. (2018). *Definition Landwirtschaft, Organisations- und Zusammenarbeitsformen sowie erleichterter Einstieg von Dritten* (S. 100) [Studie].  
[https://www.econcept.ch/media/projects/downloads/2018/12/1973\\_Schlussbericht\\_DOQ-LW\\_2018\\_09\\_13.pdf](https://www.econcept.ch/media/projects/downloads/2018/12/1973_Schlussbericht_DOQ-LW_2018_09_13.pdf)
- Mey, G., & Mruck, K. (2014). Qualitative Forschung: Analysen und Diskussionen. In G. Mey & K. Mruck (Hrsg.), *Qualitative Forschung: Analysen und Diskussionen—10 Jahre Berliner Methodentreffen* (S. 9–32). Springer Fachmedien.  
[https://doi.org/10.1007/978-3-658-05538-7\\_1](https://doi.org/10.1007/978-3-658-05538-7_1)
- OdA AgriAliForm. (o. J.). *Berufsfeld*. agri-job.ch. Abgerufen 26. April 2021, von  
<https://www.agri-job.ch/de/grundbildung/berufsfeld.html>
- Pekruhl, U., & Vogel, C. (2017). *Selbständigerwerbende in der Schweiz: Auswertung der Europäischen Erhebungen über die Arbeitsbedingungen 2005 und 2015*. Staatssekretariat für Wirtschaft; Auftragnehmerin: Fachhochschule Nordwestschweiz.
- Perkhofer, S., Gebhart, V., Tucek, G., Wertz, F. J., Weigl, R., Ritschl, V., Ritschl, H., Höhsl, B., Prinz-Buchberger, B., Stamm, T., Mewes, J. S., Maasz, M., Chapparo, C., Tatzer, V. C., Plunger, P., Reitinger, E., & Heimerl, K. (2016). Qualitative Forschung. In V. Ritschl, R. Weigl, & T. Stamm (Hrsg.), *Wissenschaftliches Arbeiten und Schreiben* (S. 67–135). Springer Berlin Heidelberg. [https://doi.org/10.1007/978-3-662-49908-5\\_6](https://doi.org/10.1007/978-3-662-49908-5_6)
- Pfister-Sieber, M. (2018). Burnout in der Landwirtschaft – Beratungsdienste, Akteure der Früherkennung und Prävention. *Agrarforschung Schweiz*, 3.
- Przyborski, A., & Riegler, J. (2020). Gruppendiskussion und Fokusgruppe. In G. Mey & K. Mruck (Hrsg.), *Handbuch Qualitative Forschung in der Psychologie* (S. 1–17). Springer Fachmedien. [https://doi.org/10.1007/978-3-658-18387-5\\_34-2](https://doi.org/10.1007/978-3-658-18387-5_34-2)

- Rädiker, S., & Kuckartz, U. (2019). *Analyse qualitativer Daten mit MAXQDA: Text, Audio und Video*. Springer Fachmedien Wiesbaden. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-22095-2>
- Reissig, L. (2017). Häufigkeit von Burnouts in der Schweizer Landwirtschaft. *Agrarforschung Schweiz*, 8.
- Reissig, L., Cramer, A., & von Wyl, A. (2019). Prevalence and predictors of burnout in Swiss farmers – Burnout in the context of interrelation of work and household. *Mental Health & Prevention*, 14, 200157. <https://doi.org/10.1016/j.mph.2019.200157>
- rheingold salon. (2015). *Öffentliche Meinung in der Krise: Eine tiefenpsychologische Studie*. Heinz Lohmann Stiftung; Auftragnehmer: rheingold salon. <https://www.phw-gruppe.de/site/assets/files/1329/studie-der-neue-wankelmut-in-der-oeffentlichen-meinung-phw-de-5fd9c64ef339874e5da21902be1233ef.pdf>
- Richter, M., & Hurrelmann, K. (2015). *Determinanten von Gesundheit*. Leitbegriffe der Gesundheitsförderung und Prävention: Glossar zu Konzepten; BZGA - Federal Centre for Health Education. <https://www.leitbegriffe.bzga.de/systematisches-verzeichnis/wissenschaftliche-perspektiven-bezugsdisziplinen-theorien-und-methoden/determinanten-von-gesundheit>
- Richter, M., & Rosenbrock, R. (2018). Sinnvolle Kombination von Verhaltens- und Verhältnisprävention. In *Public Health Kompakt* (S. 175–176). De Gruyter. <https://doi.org/10.1515/9783110466867-008>
- Saillant, S., Michaud, L., Besson, J., & Dorogi, Y. (2020). Programme sentinelle: Exemple de prévention du suicide auprès d'une population agricole en Suisse. *L'Encéphale*, 46(4), 258–263. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2019.10.008>
- Schmid-Mehic, Z. (2020). Vom Blick auf die eigenen Ressourcen profitieren. *B&B Agrar*, 3, 20–22.

- Schmidt, B. (Hrsg.). (2014). *Akzeptierende Gesundheitsförderung: Unterstützung zwischen Einmischung und Vernachlässigung*. Beltz Juventa.
- Schreier, M. (2014). Varianten qualitativer Inhaltsanalyse: Ein Wegweiser im Dickicht der Begrifflichkeiten. *Forum Qualitative Sozialforschung*, 15(1), 27.
- Schweizer Bauernverband. (2021). *Brauchen Sie Hilfe?* Schweizer Bauernverband.  
<https://www.sbv-usp.ch/de/services/brauchen-sie-hilfe/>
- Schweizerischer Bauernverband. (2014). *Dossier zum Internationalen Jahr der bäuerlichen Familienbetriebe 2014* (S. 23). [https://www.familyfarming.ch/images/dossier/IYFF\\_Dossier\\_D\\_2013-08-23.pdf](https://www.familyfarming.ch/images/dossier/IYFF_Dossier_D_2013-08-23.pdf)
- Siegrist, J. (1996). Adverse health effects of high-effort/low-reward conditions. *Journal of Occupational Health Psychology*, 1(1), 27–41. <https://doi.org/10.1037//1076-8998.1.1.27>
- Siegrist, J. (2012, März 7). *Gratifikationskrisen am Arbeitsplatz und ihre Folgen* [DGPPN-Hauptstadtsymposium]. <https://www.dgsf.org/ueber-uns/gruppen/fachgruppen/fachgruppe-humane-arbeit-und-burnout-praevention/Burnout%20-%20Der%20Preis%20fuer%20die%20Leistungsgesellschaft%20-%20Prof.%20Siegrist.pdf>
- Siegrist, J. (2013). Burn-out und Arbeitswelt. *Psychotherapeut*, 58(2), 110–116.  
<https://doi.org/10.1007/s00278-013-0963-y>
- Siegrist, J., & Dragano, N. (2008). Psychosoziale Belastungen und Erkrankungsrisiken im Erwerbsleben: Befunde aus internationalen Studien zum Anforderungs-Kontroll-Modell und zum Modell beruflicher Gratifikationskrisen. *Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz*, 51(3), 305–312.  
<https://doi.org/10.1007/s00103-008-0461-5>

- Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau. (2021). *Seminar Stressmanagement*. Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau.  
<http://www.svlfg.de/stressmanagement>
- Stegmann, R., & Schröder, U. B. (2018). Psychische Gesundheit im Betrieb/Unternehmen. In R. Stegmann & U. B. Schröder (Hrsg.), *Anders Gesund – Psychische Krisen in der Arbeitswelt: Prävention, Return-to-Work und Eingliederungsmanagement* (S. 13–25). Springer Fachmedien. [https://doi.org/10.1007/978-3-658-17882-6\\_2](https://doi.org/10.1007/978-3-658-17882-6_2)
- Swiss Geoportal. (o. J.). [geo.admin.ch](https://www.geo.admin.ch). Abgerufen 18. März 2021, von <https://map.geo.admin.ch>
- Thalhammer, M., & Paulitsch, K. (2014). Burnout: Eine sinnvolle Diagnose? Kritische Überlegungen zu einem populären Begriff. *neuropsychiatrie*, 28(3), 151–159.  
<https://doi.org/10.1007/s40211-014-0106-x>
- VERBI (Hrsg.). (2020). *MAXQDA 2020 Manual*. <https://www.maxqda.de/download/manuals/MAX2020-Online-Manual-Complete-DE.pdf>
- Wagner-Schelewsky, P., & Hering, L. (2019). Online-Befragung. In N. Baur & J. Blasius (Hrsg.), *Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung* (S. 787–800). Springer Fachmedien. [https://doi.org/10.1007/978-3-658-21308-4\\_54](https://doi.org/10.1007/978-3-658-21308-4_54)
- Weichbold, M. (2019). Pretest. In N. Baur & J. Blasius (Hrsg.), *Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung* (S. 349–356). Springer Fachmedien.  
[https://doi.org/10.1007/978-3-658-21308-4\\_23](https://doi.org/10.1007/978-3-658-21308-4_23)
- Weissbrodt, R. (2018). *Wirkung des Vollzugsschwerpunkts der Arbeitsinspektion zu psychosozialen Risiken am Arbeitsplatz* (S. 81). Staatssekretariat für Wirtschaft.
- Weltgesundheitsorganisation. (1986). *Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung*.  
[https://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0006/129534/Ottawa\\_Charter\\_G.pdf](https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0006/129534/Ottawa_Charter_G.pdf)



- World Health Organization. (2021). *Social determinants of health*. World Health Organization. <https://www.who.int/westernpacific/health-topics/social-determinants-of-health>
- Wright, M. (2010). *Partizipative Qualitätsentwicklung in der Gesundheitsförderung und Prävention* (1. Aufl., Bd. 71). Hans Huber. <http://www.thieme-connect.de/DOI/DOI?10.1055/s-0029-1239075>
- Wright, M. (2014). Akzeptierende Gesundheitsförderung durch Partizipation in Praxis und Forschung. In *Akzeptierende Gesundheitsförderung: Unterstützung zwischen Einmischung und Vernachlässigung*. Beltz Juventa.
- Wright, M. (2020, Oktober 26). *Partizipation: Mitentscheidung der Bürgerinnen und Bürger*. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. <https://www.leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/partizipation-mitentscheidung-der-buergerinnen-und-buerger/>
- Yazd, S. D., Wheeler, S. A., & Zuo, A. (2019). Key Risk Factors Affecting Farmers' Mental Health: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(23), 4849. <https://doi.org/10.3390/ijerph16234849>

## 8 Weitere Verzeichnisse

### 8.1 Tabellen

[Redacted content]

### 8.2 Abbildungen

[Redacted content]

[Redacted content]

[Redacted content]

[Redacted content]

[Redacted content]

[Redacted content]

[Redacted content]

[Redacted content]

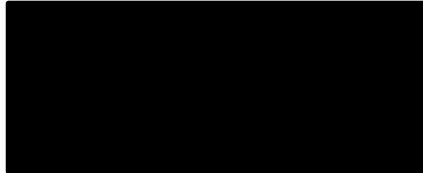
[Redacted content]

[Redacted content]

## 9 Eigenständigkeitserklärung und Wortzahl

«Ich erkläre hiermit, dass ich die vorliegende Arbeit selbständig, ohne Mithilfe Dritter und unter Benutzung der angegebenen Quellen verfasst habe.»

07.05.2021



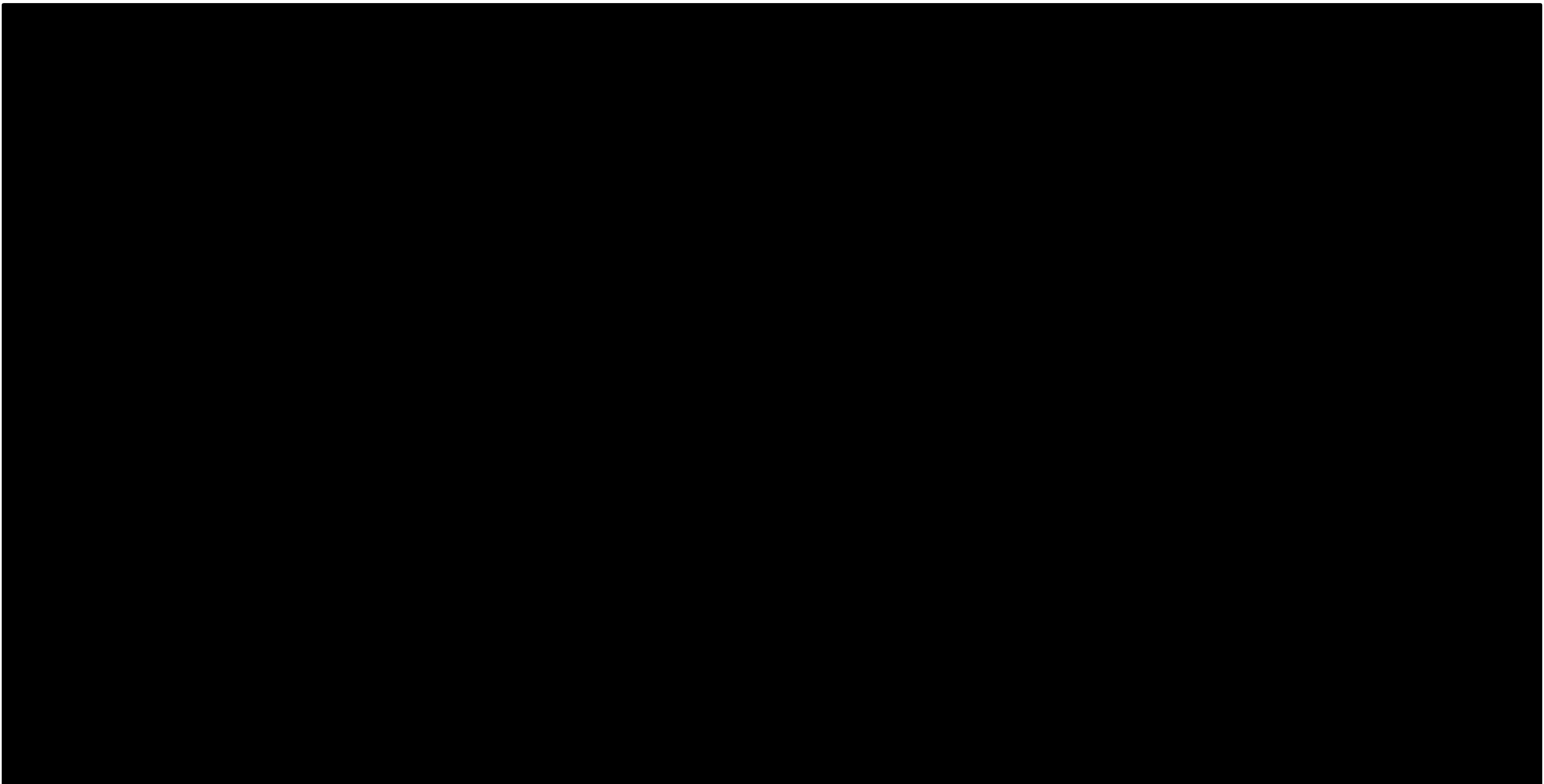
Wortzahl

- des Abstracts: 216 Wörter
- der Arbeit: 9'987 Wörter (exklusive Titelblatt, Abstract, Tabellen, Abbildungen, Literaturverzeichnis, Danksagung, Eigenständigkeitserklärung und Anhänge)



## **B: Settinganalyse**

Zu Beginn der Arbeit wurde eine Settinganalyse gemäss Kolip et al. (2019) in Form eines Mindmaps erstellt. Als Setting wurde die gesamte Lebenswelt der Landwirt\*innen definiert, da die Handlungsempfehlungen auf der ganzen Bandbreite der Verhältnisebene ansetzen können. Das Mindmap diente lediglich der Übersicht diverser Ansatzmöglichkeiten und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.





### C: Selektive Literaturrecherche

Die selektive Literaturrecherche hatte zum Ziel, internationale und nationale Interventionen zur Prävention und Früherkennung von Burn-out bei Landwirt\*innen zu finden.

#### Rechercheprotokoll inklusiv Datenextraktion

Um überhaupt Treffer zu erzielen und keine zu verpassen, wurde die Keyword-Suche in dieser selektiven Literaturrecherche offen und oberflächlich gewählt. Interventionen, die sich an der Verhaltensprävention orientieren, wurden eingeschlossen, um einen Überblick über die bestehenden Interventionen zu bekommen. Diese wurden anschliessend nicht weiterverwendet, was an der rechten Spalte „Weiterverwendung“ zu erkennen ist. Von gesamthaft 73 eingeschlossenen Interventionen wurden 30 für die Ideen zu verhältnisorientierten Massnahmen weiterverwendet.

Viele Interventionen konnten durch die Strategie der Schneeballsuche ausfindig gemacht werden. Welche Treffer zu einer Schneeballsuche geführt haben, ist jeweils an dem Pfeil -> und der Nummerierung zu erkennen. Die Strategie des Berry-Picking wurde auch eingesetzt, da in den ursprünglichen Treffern teilweise neue Hinweise für Suchbegriffe auftauchten. Zudem wurde viele graue Literatur einbezogen, da auf Webseiten viele Informationen zu Interventionen in der Gesundheitsförderung gefunden werden können (Haas et al., 2013).

█	█	█	█	█	█	█	█
█	█	█	█	█	█	█	█

[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]						[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]						[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]						[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]						[REDACTED]





	[REDACTED]	
	[REDACTED]	
	[REDACTED]	



	<p>[Redacted]</p>	
	<p>[Redacted]</p>	
	<p>[Redacted]</p>	
	<p>[Redacted]</p>	







	[REDACTED]					
	[REDACTED]					
	[REDACTED]					
	[REDACTED]					
	[REDACTED]					
	[REDACTED]					
	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	





	<p>[Redacted]</p>	
	<p>[Redacted]</p>	
	<p>[Redacted]</p>	
	<p>[Redacted]</p>	



[REDACTED]	[REDACTED]		[REDACTED]					
	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]



	[REDACTED]	
	[REDACTED]	[REDACTED]
	[REDACTED]	[REDACTED]
	[REDACTED]	[REDACTED]

[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]

[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]





	[REDACTED]						
	[REDACTED]						
	[REDACTED]						
	[REDACTED]						
	[REDACTED]						
	[REDACTED]						
	[REDACTED]						
	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]

## Ein- und Ausschlusskriterien

Folgende Ein- und Ausschlusskriterien wurden in der selektiven Literaturrecherche befolgt.

Kriterium	Einschluss	Ausschluss
Ort	International und national	
Zielgruppe	Landwirt*innen	Alle anderen Berufsgruppen inklusive Saisonarbeiter*innen
Ansatz	Gesundheitsförderung, Verhaltensprävention und Verhältnisprävention, Früherkennung	Therapie, Wiedereingliederung
Evidenzbasierung	evidenzbasiert (alle Studiendesigns) und nicht-evidenzbasiert	
Intervention	Interventionen (Projekte, Massnahmen, Angebote, etc.) sowie Literatur mit Interventionsansätzen & Empfehlungen	Ausschliesslich Prävalenz thematisiert, kein Bezug zu Interventionen
Untersuchungsthema	Primär Burnout, sekundär Stress, psychische Gesundheit und Suizid	Andere psychische Erkrankungen wie Depression
Setting	Alle Settings	
Sprache	Deutsch, englisch, französisch	Alle anderen Sprachen
Jahr	2008-2021	< 2008

## Literaturverzeichnis der selektiven Literaturrecherche

Agrarsoziale Gesellschaft. (2018). Startseite. Landwirtschaftliche Sorgentelefone und Familienberatungen in Niedersachsen. <https://www.sorgentelefon-landwirtschaft.de/startseite.html>

AGRIDEA für die Entwicklung der Landwirtschaft und des ländlichen Raums. (o. J.). AGRIDEA. Abgerufen 6. Mai 2021, von <https://www.agridea.ch/de/agridea/>

AgriResources. (2018). RSE. <https://ruralsolidarity.eu/de/index.php/agriresources/>

Agrisano. (2021a). Gewinner 2015: Bäuerliches Sorgentelefon ausgezeichnet. Agrisano. <https://www.agrisano.ch/de/prix-agrisano/gewinner-2015/>

- Agrisano. (2021b). Gewinner 2017: Uneigennütziges Engagement für Bauern in Not ausgezeichnet. Agrisano. <https://www.agrisano.ch/de/prix-agrisano/gewinner-2017/>
- Agrisano. (2021c). Gewinner 2019: Für Zeit und Mut zur Nächstenliebe geehrt. Agrisano. <https://www.agrisano.ch/de/prix-agrisano/gewinner-2019/>
- Aselmaier, M. (o. J.). Meine Herz- und Hauptthemen: Hofübergabe und Überlastung. Überblick und Bodenhaftung. Abgerufen 6. Mai 2021, von <https://ueberblickundbodenhaftung.jimdofree.com/worum-es-geht/>
- Baden-Württembergischer Genossenschaftsverband. (2020, November 27). VR-Agrartag: Landwirte wagen virtuell einen Blick in die Glaskugel und die eigene Zukunft. Wir leben Genossenschaft. <https://www.wir-leben-genossenschaft.de/de/VR-Agrartag-Landwirte-wagen-virtuell-einen-Blick-in-die-Glaskugel-und-die-eigene-Zukunft-9194.htm>
- Bauerliches Sorgentelefon. (o. J.). Bäuerliches Sorgentelefon. Bauerliches Sorgentelefon. Abgerufen 6. Mai 2021, von <https://bauerliches-sorgentelefon.ch/de/page>
- Bäuerinnen Österreich. (2019, Oktober 15). Und wo bleibt die Lebensqualität? <https://www.youtube.com/watch?v=V4iJkr4aCNc>
- Berghorn, C., & Berghorn, H.-H. (2013). Neue Wege in der Agrarkommunikation (S. 82) [Studie]. Stiftung Westfälische Landschaft; Auftragnehmende: Westfälisch-Lippischen Landwirtschaftsverbandes und sensemaker.
- Brandstetter, J., Jurt, C., Kuchen, S., Prosdocimo, L., Straub, U., & Thoma, M. (2015). Synergien zwischen land-, hauswirtschaftlicher und sozialer Beratung nutzen. [https://www.ifsa.ch/wp-content/uploads/Schlussbericht\\_31\\_05\\_15.pdf](https://www.ifsa.ch/wp-content/uploads/Schlussbericht_31_05_15.pdf)
- Buhne, A. (2019). Burnout in der Landwirtschaft. Soziale Sicherheit in der Landwirtschaft, 1/2, 29–52.

- Bundesamt für Gesundheit. (2018, September 10). Suche Praxisbeispiele der Suizidprävention. Bundesamt für Gesundheit. <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/strategie-und-politik/politische-auftraege-und-aktionsplaene/aktionsplan-suizidpraevention/praxisbeispiele-suche.html>
- Bundesamt für Landwirtschaft. (2021, Januar 6). Administrative Vereinfachung in der Land- und Ernährungswirtschaft. Bundesamt für Landwirtschaft. <https://www.blw.admin.ch/blw/de/home/politik/agrarpolitik/fruehere-reformetappen/administrative-vereinfachung.html>
- Bundesamt für Landwirtschaft BLW. (2019, Dezember 12). Landwirtschaftliche Beratung. Bundesamt für Landwirtschaft. <https://www.blw.admin.ch/blw/de/home/das-blw/forschung-und-beratung/landwirtschaftliche-beratung.html>
- Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft. (2020a, Januar 21). Nationales Dialogforum Landwirtschaft #StadtLandDu: Begrüßung Bundesministerin Julia Klöckner. <https://www.youtube.com/watch?v=KiSo3gzcoYg>
- Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft. (2020b, Januar 21). Nationales Dialogforum Landwirtschaft #StadtLandDu: Dr. Inken-Christoph-Schulz. <https://www.youtube.com/watch?v=JLN7ChZAYE8>
- Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft. (2020c, Januar 21). Nationales Dialogforum Landwirtschaft #StadtLandDu: Julia Nissen. <https://www.youtube.com/watch?v=AMCO3qHensg>
- Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft. (2020d, Januar 21). Nationales Dialogforum Landwirtschaft #StadtLandDu: Prof. Mathias Kussin. <https://www.youtube.com/watch?v=pjjGiS8PauY>

- Christoph-Schulz, I., & Simons, J. (2018). SocialLab: Nutztierhaltung im Spiegel der Gesellschaft. *Journal of Consumer Protection and Food Safety*, 13(2), 145–236.  
<https://doi.org/10.1007/s00003-017-1144-7>
- Cole, D., & Bondy, M. (2020). Meeting Farmers Where They Are: Rural Clinicians' Views on Farmers' Mental Health. *Journal of Agromedicine*, 25(1), 126–134.  
<https://doi.org/10.1080/1059924X.2019.1659201>
- Cuthbertson, C., Brennan, A., Shutske, J., Zierl, L., Bjornestad, A., Macy, K., Schallhorn, P., Shelle, G., Dellifield, J., Leatherman, J., Lin, E., & Skidmore, M. (2020). Developing and Implementing Farm Stress Training to Address Agricultural Producer Mental Health. *Health Promotion Practice*, 1524839920931849.  
<https://doi.org/10.1177/1524839920931849>
- Das Schweizer Parlament. (2019, Juni 21). 19.3195 Interpellation: Massnahmen gegen Burnout und Suizide bei Landwirten. Das Schweizer Parlament. <https://www.parlament.ch/de/ratsbetrieb/suche-curia-vista/geschaeft?AffairId=20193195>
- Deter, A. (2017, November 13). Immer mehr Landwirte leiden unter Burn-out. top agrar. <https://www.topagrar.com/management-und-politik/news/immer-mehr-landwirte-leiden-unter-burn-out-9586381.html>
- Deutsche Presse-Agentur. (2020, Januar 6). Klöckner: Landwirte haben mehr Wertschätzung verdient. *Nau*. <https://www.nau.ch/news/europa/klockner-landwirte-haben-mehr-wertschätzung-verdient-65638861>
- ensa. (2021). Erste-Hilfe-Kurse für psychische Gesundheit. *ensa*. <https://ensa.swiss/de/>
- Food and Agriculture Organization of the United Nations. (2019). United Nations Decade of Family Farming 2019-2028: Global Action Plan (S. 78) [Global Action Plan]. <http://www.fao.org/3/ca4672en/ca4672en.pdf>

- Freund, J., Titzler, I., Thielecke, J., Braun, L., Baumeister, H., Berking, M., & Ebert, D. D. (2020). Implementing internet- and tele-based interventions to prevent mental health disorders in farmers, foresters and gardeners (ImplementIT): Study protocol for the multi-level evaluation of a nationwide project. *BMC Psychiatry*, 20(1), 424. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02800-z>
- Grossenbacher, E. (2018). Nationale Tagung «Suizidprävention in der Landwirtschaft» – Tagungsbericht. 3.
- Grossenbacher, E. (2018). Tagungsbericht. 3.
- Hagen, B., Albright, A., Sargeant, J., Winder, C. B., Harper, S. L., O'Sullivan, T. L., & Jones-Bitton, A. (2019). Research trends in farmers' mental health: A scoping review of mental health outcomes and interventions among farming populations worldwide. *PloS One*, 14(12). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0225661>
- Hagen, B., Harper, S. L., O'Sullivan, T. L., & Jones-Bitton, A. (2020). Tailored Mental Health Literacy Training Improves Mental Health Knowledge and Confidence among Canadian Farmers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11). <https://doi.org/10.3390/ijerph17113807>
- Hilfsangebote für Landwirte: Flyer des Ministeriums, Sozioökonomische Beratung: Landwirtschaftskammer Niedersachsen. (2021). Hilfsangebote für Landwirte: Flyer des Ministeriums. <https://www.lwk-niedersachsen.de/index.cfm/portal/6/nav/352/article/30327.html>
- Hoffmann, V. (2020). Burnout: Wer kann helfen? *B&B Agrar*, 3/2020, 3.
- Hofkonflikt. (o. J.). Willkommen beim Netzwerk Mediation im ländlichen Raum. Hofkonflikt. Abgerufen 23. Januar 2021, von <https://www.hofkonflikt.ch/wp/>
- Hossain, D., Gorman, D., & Eley, R. (2009). Enhancing the knowledge and skills of Advisory and Extension Agents in mental health issues of farmers. *Australasian*

Psychiatry: Bulletin of Royal Australian and New Zealand College of Psychiatrists, 17, 116–120. <https://doi.org/10.1080/10398560902948365>

Hossain, D., Gorman, D., Eley, R., & Coutts, J. (2010). Value of mental health first aid training of advisory and extension agents in supporting farmers in rural Queensland. *Rural and Remote Health*, 10(4), 1593.

Hull, M. J., Fennell, K. M., Vallury, K., Jones, M., & Dollman, J. (2017). A comparison of barriers to mental health support-seeking among farming and non-farming adults in rural South Australia. *The Australian Journal of Rural Health*, 25(6), 347–353. <https://doi.org/10.1111/ajr.12352>

Imoberdorf, S. (2014). *Wie die Hilfe zum Bauer kommt* [Master-Thesis].

INFORAMA. (2021). *Mut-Café: Gestärkt in den Alltag* [Text/html]. INFORAMA; Inforama.ch. <https://www.inforama.ch/beratung/betriebsfuehrung-und-familie/zusammenleben/mut-cafe>

Kantonaler Bäuerinnenverband St.Gallen. (o. J.). *Offni Tür*. Kantonaler Bäuerinnenverband St. Gallen. Abgerufen 16. März 2021, von <https://www.baeuerinnen.ch/offnietuer/>

Lebensqualität Bauernhof. (o. J.). *Jetzt bin ich wieder am richtigen Weg*. Lebensqualität Bauernhof. Abgerufen 6. Mai 2021, von <https://www.lebensqualitaet-bauernhof.at/>

Marcello. (2020, November 9). *Depression bei Landwirten nimmt weiter zu*. inCLOUsiv. <https://inclousiv.ch/wp/depression-bei-landwirten-nimmt-weiter-zu/>

Mein Bauer.Meine Bäuerin. (2013). <https://www.familyfarming.ch/de/mein-bauer-meine-baeuerin.html>

Netzwerk Sense. (o. J.). *Netzwerk Sense*. Netzwerk Sense. Abgerufen 6. Mai 2021, von <http://www.netzwerksense.ch/>



- NHS Health Scotland. (2016). National guide on suicide prevention in rural areas. <http://www.healthscotland.com/uploads/documents/21002-National%20Guide%20to%20Suicide%20Prevention%20in%20Rural%20Areas%20Part%202.pdf>
- Nissen, J. (o. J.). App aufs Land! App Aufs Land! Abgerufen 1. Mai 2021, von <https://app-aufsland.de>
- Nissen, J. (2021). #StadtLandWichteln [Blog]. Deichdeern. <https://deichdeern.com/category/stadtlandwichteln/>
- Ostermayer. (2018, März 5). Helma Ostermayer: Vortrag VR Agrartag 2017. <https://www.youtube.com/watch?v=B2NOyLYvpsE>
- Paulus Akademie. (2020, November 24). Wie die Psychiatrie zum Bauer kommt: Psychiatrische Versorgung im alpinen und ländlichen Raum. [https://www.youtube.com/watch?v=v\\_uy01GDy4U&t=768s](https://www.youtube.com/watch?v=v_uy01GDy4U&t=768s)
- Pfister-Sieber, M. (2018). Burnout in der Landwirtschaft – Beratungsdienste, Akteure der Früherkennung und Prävention. *Agrarforschung Schweiz*, 3.
- Reden kann retten. (2021). Reden kann retten. <https://www.reden-kann-retten.ch/>
- Reformierte Kirchen Bern-Jura-Solothurn. (o. J.). Bäuerliches Sorgentelefon. Reformierte Kirchen Bern-Jura-Solothurn. Abgerufen 6. Mai 2021, von <http://www.refbejuso.ch/beratung/baeuerliches-sorgentelefon/>
- Roy, P., & Tremblay, G. (2015). L'intervention psychosociale auprès des agriculteurs: Promouvoir l'accès et l'acceptabilité des services. *Quintessence*, 7(1), 1–2.
- Rudolphi, J. M., Berg, R., & Marlenga, B. (2019). Who and How: Exploring the Preferred Senders and Channels of Mental Health Information for Wisconsin Farmers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(20), 3836. <https://doi.org/10.3390/ijerph16203836>

- Saillant, S., Michaud, L., Besson, J., & Dorogi, Y. (2020). Programme sentinelle: Exemple de prévention du suicide auprès d'une population agricole en Suisse. *L'Encéphale*, 46(4), 258–263. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2019.10.008>
- Schmid-Mehic, Z. (2020). Vom Blick auf die eigenen Ressourcen profitieren. *B&B Agrar*, 3, 20–22.
- Schweizer Bauernverband. (o. J.). Schweizer Bauern: Von hier, von Herzen. Landwirtschaft. Abgerufen 6. Mai 2021, von <https://www.landwirtschaft.ch/>
- Schweizer Bauernverband. (2021). Brauchen Sie Hilfe? Schweizer Bauernverband. <https://www.sbv-usp.ch/de/services/brauchen-sie-hilfe/>
- Schweizer Radio und Fernsehen. (2018, April 11). True Talk Bauer: «Ich hasse Veganer nicht, nur wie sie uns behandeln». <https://www.srf.ch/play/tv/true-talk/video/bauer-ich-hasse-veganer-nicht-nur-wie-sie-uns-behandeln?urn=urn:srf:video:053cb1d4-bcd7-4978-8926-b1ecb69295c5>
- Schweizerischer Bäuerinnen- und Landfrauenverband. (2021). SBLV-Vermittlung von Hilfe und Unterstützung: Hier finden Sie Fachpersonen! Schweizerischer Bäuerinnen- und Landfrauenverband. <https://www.landfrauen.ch/frau-mann/hilfe-unterstuetzung/fachpersonen/>
- Schweizerischer Bauernverband. (2014). Dossier zum Internationalen Jahr der bäuerlichen Familienbetriebe 2014 (S. 23). [https://www.familyfarming.ch/images/dossier/IYFF\\_Dossier\\_D\\_2013-08-23.pdf](https://www.familyfarming.ch/images/dossier/IYFF_Dossier_D_2013-08-23.pdf)
- Shorthouse, M., & Stone, L. (2018). Inequity amplified: Climate change, the Australian farmer, and mental health. *The Medical Journal of Australia*, 209(4), 156–157. <https://doi.org/10.5694/mja18.00624>
- Sorgechratte. (o. J.). Der Bäuerliche Sorgechratte. Sorgechratte. Abgerufen 6. Mai 2021, von <http://www.sorgechratte.ch/>

Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau. (2021). Mit uns im Gleichgewicht. Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau.

<http://www.svlfg.de/gleichgewicht>

Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau. (2021a). Seminar Stressmanagement. Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau.

<http://www.svlfg.de/stressmanagement>

Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau. (2021b). Wie können wir Ihnen helfen? Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau.

<https://www.svlfg.de/svlfg>

Stier-Jarmer, M., Oberhauser, C., Frisch, D., Berberich, G., Loew, T., Schels-Klemens, C., Braun, B., & Schuh, A. (2020). A Multimodal Stress-Prevention Program Supplemented by Telephone-Coaching Sessions to Reduce Perceived Stress among German Farmers: Results from a Randomized Controlled Trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24).

<https://doi.org/10.3390/ijerph17249227>

Universität Bern. (2021). 4. Internationale deutschsprachige Tagung. Geographisches Institut. [https://www.geography.unibe.ch/forschung/sozial\\_und\\_kulturgeographie/forschung/frauen\\_in\\_der\\_landwirtschaft/index\\_ger.html](https://www.geography.unibe.ch/forschung/sozial_und_kulturgeographie/forschung/frauen_in_der_landwirtschaft/index_ger.html)

Weissbrodt, R. (2018). Wirkung des Vollzugsschwerpunkts der Arbeitsinspektion zu psychosozialen Risiken am Arbeitsplatz (S. 81). Staatssekretariat für Wirtschaft.

## D: Quantitative Befragung

Die quantitative Befragung wurde im Vorfeld der Fokusgruppen zur quantitativen Bewertung der fünfzehn Ideen verwendet, damit die Diskussionszeit für die drei bestbewerteten Massnahmen verwendet werden konnten. Die Befragung wurde über Microsoft Forms erstellt. Der Anspruch war, die Ideen einfach verständlich zu formulieren. Daher wurden die einzelnen Ideen nicht mit den Quellen aus der selektiven Literaturrecherche versehen, welche die Basis der Ideen bildeten. Damit die Ideenentwicklung jedoch nachvollzogen werden kann, werden die zu Grunde liegenden Quellen aus der selektiven Literaturrecherche in grün verordnet. Das Literaturverzeichnis ist im Anhang C zu finden.

## Ideen für Massnahmen zur Prävention oder Früherkennung von Burnout bei Landwirt\*innen

Etwa 12% der Landwirt\*innen sind von Burnout betroffen (Reissig, 2017). Diese Prozentzahl ist doppelt so hoch wie in der Allgemeinbevölkerung. Wenn man die Belastungen der Landwirt\*innen anschaut, ist das nicht äusserst erstaunlich. Landwirt\*innen arbeiten durchschnittlich 55 Stunden pro Woche (BLW, 2020), die Arbeit lässt sich nicht vom Privatleben trennen, ständig muss mit Unvorhergesehenem gerechnet werden, die Regulierungen durch den Staat nehmen zu, Ferien sind bei vielen eine Seltenheit und auch bei Krankheit muss die Arbeit erledigt werden. Die grösste Sorge ist aber aktuell das Bild der Landwirtschaft in der Gesellschaft (BauernZeitung, 2020).

Bei diesen Belastungen reicht es kaum, nur das eigene Verhalten zu ändern. Es stellt sich die Frage, wie die Strukturen und Lebensbedingungen (Verhältnis) zum Besseren verändert werden können.

Dafür wurden 15 Ideen für verhältnisorientierte Massnahmen gesammelt, die auf Ihre Bewertung warten. Bewerten Sie bitte, wie gross Sie das Potenzial dieser Massnahme einschätzen. Sie können die Massnahmen von 1-10 bewerten. Eine Bewertung von 1 bis 4 ist negativ und eine Bewertung von 6 bis 10 ist positiv. Die Bewertung 5 ist neutral.

1 = gar kein Potenzial

5 = neutral

10 = sehr grosses Potenzial

Viel Spass und vielen Dank!

## **1. Erste-Hilfe-Kurs zu psychischen Problemen von Landwirt\*innen für sie und ihr soziales Umfeld**

Es gibt bereits Erste-Hilfe-Kurse zu psychischen Problemen, die jede interessierte Person kostenpflichtig besuchen kann, um anschliessend in ihrem persönlichen Umfeld Erste Hilfe leisten zu können. Nun könnte ein Kurs spezifisch für diese Berufsgruppe entwickelt werden, in dem Interessierte während zwei Tagen dafür ausgebildet werden, psychische Probleme bei Landwirt\*innen zu erkennen, anzusprechen und angemessen handeln zu können. (Ziel: Früherkennung im sozialen Umfeld)

(Cuthbertson et al., 2020; ensa, 2021; Hagen et al., 2020; Hossain et al., 2009, 2010; Imoberdorf, 2014; Rudolphi et al., 2019)

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

## **2. Erweiterung der Kampagne "Schweizer Bauern - Von hier, von Herzen"**

"Wir werden ständig als Umweltverschmutzer, Tierquäler und Verkehrsbehinderer hingestellt." Um in der Gesellschaft das Bild der Landwirt\*innen wertschätzender zu gestalten, könnte die Kampagne von Kommunikationsexpert\*innen um ein Projekt erweitert werden, das für mehr Wertschätzung gegenüber den Landwirt\*innen sorgt. International gibt es dafür gute Praxisbeispiele. Ausserdem müssen die Vorwürfe, die im Raum stehen, aufgegriffen werden. (Ziel: Burnoutprävention durch mehr Wertschätzung von der Gesellschaft für die Menschen, die diesen Beruf mit viel Herzblut ausüben)

(Aselmaier, o. J.; Berghorn & Berghorn, 2013; Hubschmid, 2020; Mein Bauer.Meine Bäuerin., 2013; rheingold salon, 2015; Schweizer Bauernverband, o. J.)

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

## **3. AgriResources - ein freiwilliger Workshop, bezahlt von der Agrisano**

Im Europäischen Netzwerk für ländliche Solidarität wurde das Projekt "AgriResources" entwickelt. Ziel dieses Projekts ist, Landwirt\*innen dabei zu unterstützen, einen Zugang zu ihren Ressourcen (die Tätigkeiten, die ihnen gut tun und Energie geben) zu finden und diese zu aktivieren, um sich so den Herausforderungen ihrer Lebenswelt gestärkt stellen zu können. Dafür wurde ein Handbuch für Workshops sowie eine anschauliche Infografik erarbeitet, die international kostenlos genutzt werden können. Zusätzlich kann der Workshop um Informationen und Übungen zu Beratungsmethoden für Mitarbeitende in der Bildungs- und Beratungsarbeit erweitert werden. Der Workshop wird von erfahrenen

Trainerinnen und Trainern durchgeführt. Man könnte die Agrisano anfragen, ob sie die Kosten für die Durchführung übernimmt, denn so wird es in Deutschland bereits gehandhabt. (Ziel: Gesundheitsförderung)

(„AgriRessources“, 2018; Buhne, 2019; Roy & Tremblay, 2015; Schmid-Mehic, 2020; Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau, 2021)

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

#### **4. Nationale Tagung "Burnoutprävention in der Landwirtschaft"**

In Anlehnung an die Nationale Tagung "Suizidprävention in der Landwirtschaft" von 2018 werden alle Akteure zum Thema Burnoutprävention in der Landwirtschaft eingeladen. Kontakte können geknüpft werden, Erfolgsfaktoren geteilt und gemeinsam konkrete Massnahmen für die Verbesserung der Strukturen und Lebensbedingungen erarbeitet werden, damit alle am selben Strang ziehen. So entsteht, zusätzlich zum Flickenteppich der unüberschaubaren Angebote in der Schweiz, eine einheitliche, gemeinsam erreichbare Vision. (Ziel: Verhältnisbezogene Burnoutprävention, unterstützt durch die ganze Akteurslandschaft)

(Brandstetter et al., 2015; Grossenbacher, 2018)

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

#### **5. Das Projekt "Sentinelles" von der Westschweiz in die Deutschschweiz bringen**

Im Kanton Waadt und Neuenburg wurden über 150 Personen, die in beruflichem Kontakt mit Bauernfamilien stehen (Tierärzte, Kontrolleure, Treuhänder, Lehrpersonen, Verkäufer etc.) als Sentinelles (Wachposten) ausgebildet. Sie wurden geschult, Warnsignale von Krisen zu erkennen, wie diese anzusprechen sind und wo professionelle Unterstützung zu finden ist. Bereits an der Tagung "Suizidprävention in der Landwirtschaft" wurde vorgeschlagen, dieses Projekt auch in der Deutschschweiz umzusetzen. Es könnte pro Kanton oder Region ein Netzwerk mit Freiwilligen geben. (Ziel: Früherkennung durch berufliche Kontaktpersonen)

(Brandstetter et al., 2015; Saillant et al., 2020)

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

## **6. Burnout als Türöffner verwenden, um über das Tabuthema psychische Gesundheit zu sprechen**

Burnout ist in der heutigen Leistungsgesellschaft akzeptierter als beispielsweise Depression und kann darum als Türöffner verwendet werden. International wurde belegt, dass bestimmte Massnahmen dazu führen, dass ein Tabuthema vermehrt angesprochen wird. Damit soll sich auseinandergesetzt werden und ein konkretes Projekt, angepasst an die Lebenswelt der Landwirt\*innen, entwickelt werden, welches bei den Landwirt\*innen gut ankommt. (Ziel: Burnoutprävention und Früherkennung, indem generell über psychische Gesundheit offen gesprochen werden kann)

(Grossenbacher, 2018)

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

## **7. Automatische Hilfestellung: Begleitung bei schweren Ereignissen**

Betriebliche Abläufe müssen auch bei familiären Schicksalsschlägen wie Todesfällen oder Unwetterereignissen gesichert werden. Die Arbeit kann nicht eingestellt werden, sich krankzuschreiben zu lassen ist keine Lösung. Eine Idee wäre die Bildung mobiler Beratungsteams, die nach Schicksalsschlägen direkt auf den Höfen begleiten können. Die Personen in den Beratungsteams haben unterschiedliche Berufe (Betriebsberater, Notfallpsychologe etc.) und kennen das landwirtschaftliche Leben. (Ziel: Prävention von Burnout als Langzeitfolge durch akute Krise)

(Imoberdorf, 2014)

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

## **8. Thematisierung der psychischen Gesundheit in landwirtschaftlichen Weiterbildungen**

Sehr viele der Landwirt\*innen EFZ übernehmen einmal einen Hof und werden selbständig. Dafür absolvieren sie die Betriebsleiterschule. In der Betriebsleiterschule befassen sie sich unter anderem intensiv mit der Betriebswirtschaft. Da ihre eigene Gesundheit unentbehrlich für die Wirtschaft des eigenen Betriebs ist, soll zukünftig auch das Thema psychische Gesundheit und somit beispielsweise die eigene Energie-Bilanz thematisiert werden. (Ziel: Burnoutprävention und Früherkennung durch Wissen und Sensibilisierung)

(Brandstetter et al., 2015; Grossenbacher, 2018)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

## 9. Mut-Höck

In Anlehnung an das Mut-Café vom Inforama für Bäuerinnen und Frauen vom Land soll für Landwirte ein Rahmen für den lockeren Austausch über kleine oder grosse psychische Herausforderungen entstehen. Dafür wird einmal monatlich ein Raum reserviert, zu dem kommen kann, wer will. Es braucht keine Anmeldung, nur Mut. Ein erfahrener Coach ist vor Ort und sorgt für einen angenehmen, sicheren Rahmen und fachliche Unterstützung bei Bedarf. (Ziel: Burnoutprävention durch soziale Unterstützung von Gleichgesinnten und gleichzeitig Früherkennung durch den Coach)

(INFORAMA, 2021)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

## 10. Dialog mit Meinungsbildenden in den sozialen Medien

Im Internet werden Meinungen gebildet. Studien haben gezeigt, dass soziale Medien bestehende Einstellungen noch verstärken. Da die Meinungen, beispielsweise zur Tierhaltung, folglich oft verhärtet sind, kann kein Dialog mehr entstehen und es fliegen nur noch Vorwürfe durch den digitalen Raum. Aus diesem Grund sollen Landwirt\*innen, zum Beispiel im Rahmen der Kampagne "Schweizer Bauern", mit meinungsbildenden Personen in einem ansprechenden Format öffentlich den Dialog suchen. So kann beispielsweise mit dem Instagram-Kanal von der Veganen Gesellschaft Schweiz eine wertschätzende Diskussion stattfinden und die Schweizer Bauern kommen so zu einer neuen Reichweite und verschaffen sich Gehör. (Ziel: Burnoutprävention durch Wertschätzung in der Gesellschaft)

Wenn Sie möchten, können Sie ein Beispiel anschauen, das in diese Richtung geht: <https://www.srf.ch/play/tv/true-talk/video/bauer-ich-hasse-veganer-nicht-nur-wie-sie-uns-behandeln?urn=urn:srf:video:053cb1d4-bcd7-4978-8926-b1ecb69295c5>

(Langosch et al., 2015; Schweizer Radio und Fernsehen, 2018)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

## 11. Administrative Vereinfachung

Um Wege zu finden, die das bestehende agrarpolitische System vereinfachen, ohne die Ziele oder die Zielerreichung zu verändern, hat das Bundesamt für Landwirtschaft im Jahr 2015 ein Projekt "Administrative Vereinfachung" durchgeführt. Landwirt\*innen konnten sich dank einer "Ideenbörse" in den Prozess einbringen. Für die besten drei Einträge in



der Ideenbörse hat das Bundesamt für Landwirtschaft einen Preis vergeben. Dies könnte regelmässig, beispielsweise alle drei Jahre, organisiert werden. (Ziel: Burnoutprävention durch Reduktion des administrativen Aufwands)

(Buhne, 2019; Bundesamt für Landwirtschaft, 2021)

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

## 12. Betriebshelferdienst evaluieren und optimieren

Das Vorhandensein eines Betriebshelferdienstes stellt hinsichtlich eines Burnouts eine wichtige Rahmenbedingung dar, die den betroffenen Landwirt\*innen Sicherheit vermitteln kann. Da bei den Landwirt\*innen teilweise Skepsis besteht und sich schlechte Erfahrungen herumsprechen, ist es an der Zeit diesen Dienst zu evaluieren, Optimierungspotenzial zu identifizieren und diese Optimierungen umzusetzen. (Ziel: Burnoutprävention durch Inanspruchnahme eines stabilen Auffangnetzes hinsichtlich der anstehenden Arbeiten auf dem Hof)

(Imoberdorf, 2014)

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

## 13. Einbezug der Landwirt\*innen in der Verwaltung etablieren

Mögliche Wege zur Burnoutprävention sind Schaffung von Transparenz, den Handlungsspielraum der Person vergrössern und Mitspracherecht. Im aktuellen Sorgenbarometer fielen folgende Aussagen: «Leute ohne landwirtschaftliche Kenntnisse wollen den Landwirten vorschreiben, was sie zu tun und lassen haben» und «Von Planungssicherheit kann nicht die Rede sein.». Gewisse neue Vorschriften müssen hingenommen und akzeptiert werden. Jedoch könnte eine Möglichkeit erschaffen werden, dass sich Landwirt\*innen in Arbeitsgruppen in der Verwaltung bei Entscheidungsfindungsprozessen und Forschungsprojekten auf unkomplizierte Weise einbringen können. Durch diese Beteiligung erhalten sie Mitspracherecht, vertreten ihre Berufsgruppe und es entsteht eine grössere Transparenz. Im gleichen Zug können für Probleme auch Lösungen in einem Bottom-up-Prozess, das heisst mit Einbezug der Landwirt\*innen entwickelt werden. (Ziel: Burnoutprävention durch Mitspracherecht/Partizipation)

(Bundesamt für Landwirtschaft, 2021; Imoberdorf, 2014)

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

#### 14. Begutachtung der Arbeitsbedingungen

In Finnland wird jeder landwirtschaftliche Betrieb alle vier Jahre von einem Team mit landwirtschaftlichem und medizinischem Hintergrund besucht. Diese begutachten die Arbeitsbedingungen. Dabei werden auch Faktoren zum psychischen Wohlbefinden aufgenommen und ausgewertet. Eine Schweizer Studie hat gezeigt, dass Inspektionsbesuche eindeutig zu Veränderungen im Unternehmen führen. Deshalb sind solche Arbeitsinspektionen nützlich für die Förderung der Burnoutprävention. Dies könnte auch in der Schweiz eingeführt werden. (Ziel: Burnoutprävention und Früherkennung durch Begutachtung und Vorschriften/Empfehlungen zu den psychosozialen Arbeitsbedingungen)

(Schmid-Mehic, 2020; Weissbrodt, 2018)

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

#### 15. #StadtLandDu - Dialogforum des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft - über Wertewandel und Wertschätzung in der Landwirtschaft (Deutschland)

"Wir wollen in diesem Jahr darüber reden, wie wir uns gegenseitig sehen und wie wir uns wertschätzen." Die Bundesministerin Julia Klöckner spricht die Spannungsfelder zwischen Produzierenden und Konsumierenden an. Sie spricht den Ärger an, den Landwirt\*innen bezüglich ihrem Bild in der Gesellschaft haben und hört ihnen zu. Landesweit waren viele Veranstaltungen im Jahr 2020 geplant, die aufgrund von Covid-19 auf unbestimmte Zeit pausiert werden mussten. Sobald das Dialogforum weitergeführt werden konnte und Erfahrungen gesammelt wurden, kann sich die Schweizer Landwirtschaft mit dem Nachbarland austauschen und je nach erzielter Wirkung etwas Ähnliches planen. (Ziel: Burnoutprävention durch Wertschätzung und Verständnis in der Gesellschaft)

(Berghorn & Berghorn, 2013; Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft, 2020; Christoph-Schulz & Simons, 2018; Hoffmann, 2020; Hubschmid, 2020)

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

#### 16. Wenn Sie möchten, dürfen Sie hier weitere Ideen eintragen.



## F: Leitfaden

Rahmenbedingungen: Im Rahmen der Arbeit werden zwei Fokusgruppen mit je drei teilnehmenden Personen durchgeführt. Die beiden Fokusgruppen sind so zusammengestellt, dass sich die Teilnehmenden in ihrer Profession und ihren Charakteristika wie Alter und Geschlecht unterscheiden, sodass verschiedene Sichtweisen zur Sprache kommen und folglich eine breite Menge an Daten entsteht. Da die Teilnehmenden eine heterogene Gruppe bilden und das Ziel ist, mit ihnen in den Dialog zu treten, werden die Teilnehmenden der beiden Fokusgruppen in der Arbeit als Dialoggruppe bezeichnet.

Zeit & Ort: 50 Minuten, Microsoft Teams

Fragestellung: In welchen verhältnisorientierten Massnahmen zur Prävention oder Früherkennung von Burnout bei Landwirt\*innen sieht die Dialoggruppe am meisten Potenzial und warum?

Quelle: Der Leitfaden wurde in Anlehnung an Perkhofer et al. (2016) strukturiert.

[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]		[REDACTED]	[REDACTED]

[REDACTED]		[REDACTED] [REDACTED]	[REDACTED] [REDACTED]
[REDACTED] [REDACTED] [REDACTED] [REDACTED]		[REDACTED] [REDACTED]	[REDACTED] [REDACTED] [REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED] [REDACTED]	[REDACTED] [REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED] [REDACTED]	[REDACTED] [REDACTED] [REDACTED] [REDACTED] [REDACTED]	[REDACTED] [REDACTED]	[REDACTED] [REDACTED] [REDACTED] [REDACTED] [REDACTED] [REDACTED] [REDACTED] [REDACTED] [REDACTED]



[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]

[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]



## **G: Einverständniserklärung**

Sämtlichen Teilnehmenden wurde im Vorfeld eine schriftliche Einverständniserklärung bezüglich der Teilnahme an der Fokusgruppe zugesendet und um schriftliche Zustimmung gebeten. Damit diese Zustimmung für die Teilnehmenden, welche alle freiwillig und unentgeltlich mitmachten, möglichst unkompliziert möglich war, wurde auf eine Unterschrift verzichtet und stattdessen um den zustimmenden Satz «Ich habe die Einverständniserklärung gelesen und bin damit einverstanden.» als Antwort per Mail gebeten. Dieser Weg wurde von der Studiengangsleitung gutgeheissen (Karin Nordström, persönliche Mail, 15.03.2021). Alle Teilnehmenden stimmten der Einverständniserklärung im Vorfeld auf diese Weise zu, wobei der Präsident des Bäuerlichen Sorgentelefon entgegen der aufgesetzten Einverständniserklärung der namentlichen Nennung mit seiner Unterschrift zustimmte (siehe separates Einverständnis). Auch am Tag der Durchführung waren alle mit der Aufzeichnung einverstanden.

### **Einverständniserklärung**

Ich erkläre mich damit einverstanden, an einer Diskussion für die Bachelorarbeit „Landwirtinnen und Landwirte am Limit - Handlungsempfehlungen zur Prävention und Früherkennung von Burnout auf der Verhältnisebene“ teilzunehmen. Ich nehme freiwillig an dem Austausch teil und kann jederzeit und ohne Angabe von Gründen meine Zustimmung zur Teilnahme widerrufen.

Alle von mir gemachten Aussagen und Angaben werden nur in anonymisierter Form verwendet. Alle persönlichen Daten werden vertraulich behandelt, sind ausschliesslich zweckgebunden an diese Bachelorarbeit und werden nicht an Dritte weitergegeben.

Ich bin damit einverstanden, dass das Gespräch digital aufgezeichnet wird (Video- und Tonaufnahme). Die Aufzeichnung wird ausschliesslich zur Verarbeitung der Antworten verwendet und dient als Protokollierungshilfe. Die Aufnahmen werden nach der Verschriftlichung gelöscht.

### **Einverständnis zur namentlichen Nennung von Herrn Andri Kober**

#### Einverständniserklärung

Ich erkläre mich damit einverstanden, an einer Diskussion für die Bachelorarbeit „Landwirtinnen und Landwirte am Limit - Handlungsempfehlungen zur Prävention und Früherkennung von Burnout auf der Verhältnisebene“ teilzunehmen. Ich nehme freiwillig an dem

Austausch teil und kann jederzeit und ohne Angabe von Gründen meine Zustimmung zur Teilnahme widerrufen.

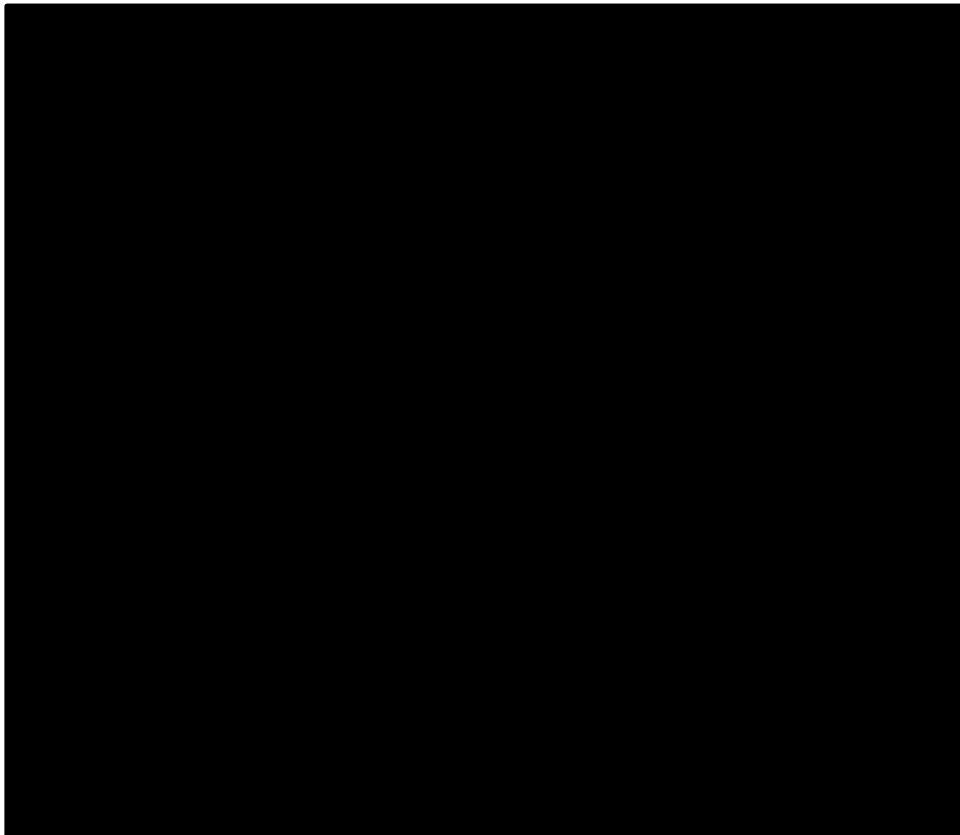
***Einverstanden!***

Alle von mir gemachten Aussagen und Angaben werden nur in anonymisierter Form verwendet. Alle persönlichen Daten werden vertraulich behandelt, sind ausschliesslich zweckgebunden an diese Bachelorarbeit und werden nicht an Dritte weitergegeben.

***Ich bestätige*** im Gegensatz dazu: Alle meine Aussagen und Angaben als Präsident des bäuerl. Sorgentelefone können ***so namentlich erwähnt werden!***

Ich bin damit einverstanden, dass das Gespräch digital aufgezeichnet wird (Video- und Tonaufnahme). Die Aufzeichnung wird ausschliesslich zur Verarbeitung der Antworten verwendet und dient als Protokollierungshilfe. Die Aufnahmen werden nach der Verschriftlichung gelöscht.

***Einverstanden!***







[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text line]

[Redacted text line]

[Redacted text line]

[Redacted text block]

[Redacted text line]

[Redacted text line]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]



[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]













[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]



[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]



[Redacted text block containing multiple lines of obscured content]





[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]







[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]



[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]



[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]







[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted text block containing multiple lines of obscured content]











[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted text]

[Redacted text]

[Redacted text]

[Redacted text]

[Redacted text]

[Redacted text]

[Redacted text]

[Redacted text]

[Redacted text]

[Redacted text]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]



[Redacted text block containing multiple lines of obscured content]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]







[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]





[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]













[REDACTED]











██████████	█
██	█
██████████████████	█

## Code Memos

### 1 Ausgangslage

Dieser Hauptkategorie werden Aussagen in Subkategorien zugeordnet, wenn sich die Teilnehmenden der Fokusgruppen zur Lebenswelt der Landwirt\*innen oder zu wichtigen Einflussfaktoren äussern, die das Kapitel der Ausgangslage in der Bachelorarbeit unterstützen oder ergänzen. Folglich können diese Aussagen ergänzend zur Theorie als Beispiel aus der Praxis dienen. Sie werden im Ergebnisteil der Arbeit nicht präsentiert, weil sie die Fragestellung nicht beantworten.

Ankerbeispiel: Beim Bauern, in der Landwirtschaft, fehlt uns die Möglichkeit Facharbeiter zu bleiben. (A3, Z72-73)

#### 1.1 Beruf Landwirt\*in

Sofern berufsspezifische Aspekte zum Beruf Landwirt\*in genannt werden, fallen sie in diese Kategorie.

Ankerbeispiel: Längenberger Landwirte, die ziemlich mürrisch sind (B1 grinst) in diesem Sinn ((*lacht*)) also es ist sehr eh eindrücklich, es ist so, fast schizoid, auf der einen Seite sind sie sehr innovativ und auf der anderen Seite unglaublich auf sich fixiert und mögen einander manchmal das Atmen nicht vergönnen, also so klassisch in diesem Sinne. (B3, Z50-54)

##### 1.1.1 Bio

Dieser Code umfasst Aussagen, die sich auf eine biologische Landwirtschaft beziehen.

Ankerbeispiel: Das Bio hat uns extrem ehm unterstützt in dieser Zeit, das macht einfach Spass der Zusammenhalt und ehm auch die Weiterbildung und auch das Zusammenkommen mit Bio-Bauern, da hat es so einen- so einen Drive gegeben. (B1, Z183-185)

### **1.1.2 Generationenkonflikt**

Wenn von Konflikten oder Herausforderungen mit Eltern oder Schwiegereltern oder Kinder erzählt wird, ist dieser Code angezeigt.

Ankerbeispiel: Meine Eltern haben eh eigentlich wären sie wahrscheinlich bis sie nicht mehr geatmet hätten- am liebsten gebauert↑. (B1, Z200-202)

### **1.1.3 Berührungspunkte mit Suizid**

Sobald Suizid von Landwirt\*innen angesprochen wird, tritt dieser Code in Kraft.

Ankerbeispiel: Er hat eh vor eineinhalb Jahren hat er sich dann das Leben genommen, weil er einfach eh- mit der Mama zusammen, weil die Mama einfach pflegebedürftig geworden ist und sie nicht mehr zusammen sein konnte, alles andere ist ihr einfach zu viel geworden. (B1, Z229-232)

### **1.1.4 Kontrolle**

Dieser Code umfasst Zitate, die sich auf die regelmässige Kontrolle der gesetzlichen Vorschriften im Berufsalltag der Landwirt\*innen bezieht.

Ankerbeispiel: Und was halt einfach wirklich stark ist, sind zwei Themen, das hatte ich jetzt auch in der Bauern Zeitung wieder gesagt, ehm das eine ist alles um die Kontrolle herum, das einfach sehr viel Stress auslöst. Und wir kennen das ja alle, Prüfungsangst, Kontrollangst, das ist einfach etwas, das begleitet, und es hängt so stark davon ab, wie dass die Kontrolleurinnen und Kontrolleure auf den Hof gehen, mit was für einer Haltung. Ob sie einfach- sagen das ist 1,2 Zentimeter zu wenig oder zu weit. (B3, Z145-152)

### **1.1.5 Liebesbeziehung**

Sofern Erzählungen oder Haltungen bezüglich der Liebesbeziehungen zwischen Landwirt\*innen und deren Partner\*innen erfolgen, wird dieser Code verwendet.

Ankerbeispiel: Und das andere ist ehm der- der äh Druck auf die Bäuerinnen, die jungen Bäuerinnen lassen sich nicht mehr alles bieten und sagen dann irgendwann «Jetzt ist genug, ich gehe.». (B3, Z158-161)

### **1.1.6 Unternehmertum**

Wenn Themen angesprochen werden, die sich darauf beziehen, dass Landwirt\*innen ein Unternehmen führen, wird dieser Code verwendet.

Ankerbeispiel: Weil unser Lehrer hat immer gesagt, wir sind nicht ein Beruf wie jeder andere, du musst das Bauern als Unternehmen sehen. (A1, Z361-362)

### **1.1.6.1 Überforderung**

Aussagen, die die Thematik der Überforderung von Landwirt\*innen mit der eigenen Arbeit benennen, werden in diese Kategorie codiert.

Ankerbeispiel: Das ist ein ganz ein wichtiger Aspekt, der mir immer wieder begegnet im Coaching (.) eh fast wöchentlich (.) dass eben junge Bauern Betriebe führen und sie sind letztlich überfordert (.) im Führen des Unternehmens und das ist dann einfach- das führt dann früher oder später zum Burnout. (A3, Z79-82)

#### **1.1.6.1.1 Eingestehen**

Damit werden Aussagen codiert, die sich darauf beziehen, dass nicht jede und jeder Landwirt\*in geeignet ist ein eigenes Unternehmen zu führen und sie sich in diesem Fall diese Tatsache selbst eingestehen müssen.

Ankerbeispiel: Erwartung ist da, dass man den Hof übernimmt, (.) ehmm aber dann wirklich auch eingestehen «ich habe da gewisse Eignungen nicht, das liegt mir nicht, das kann ich nicht und habe ich da eben Angebote, die mich da unterstützen. (A3, Z146-149)

#### **1.1.6.1.1.1 Anforderungsprofil**

Wenn Aussagen getätigt werden, die sich auf die Analyse der eigenen Stärken und Schwächen hinsichtlich der Betriebsleitung und des Unternehmertums beziehen, ist dieser Code angezeigt.

Ankerbeispiel: «Was ist jetzt mein Portfolio?» oder, wo sind meine Stärken und Schwächen und das miteinander vergleichen. Das ist ein Prozess. Da habe ich eben den Eindruck, dass man das in einer Betriebsleiterschule so grob ansprechen kann. (A3, Z157-160)

#### **1.1.6.1.1.2 Lösungen suchen**

Damit werden Aussagen codiert, die Lösungen bezüglich der Überforderung aufzeigen.

Ankerbeispiel: Zum Beispiel die Buchhaltung extern geben können. (A3, Z149-150)

### **1.1.7 Sozialer Druck**

Wenn die Sprache von sozialem Druck im Beruf der Landwirt\*innen ist, wird dieser Code verwendet.

Ankerbeispiel: Wenn es nicht verbal gesagt wird, aber der Druck, dass einer den Betrieb übernehmen soll. (A3, Z138-139)

#### **1.1.7.1 Fallbeispiel**

Wenn bezüglich dem erlebten sozialen Druck als Landwirt\*in von einem spezifischen Fallbeispiel die Rede ist, wird dieser Code verwendet.

Ankerbeispiel: Die Rolle vom er muss den Betrieb übernehmen, ist er ein bisschen reinge-drängt worden. Er hätte eigentlich nie gross bauern wollen und darum hat er dann lange selber versucht und dann hat er mit Lehrlingen versucht und ja nachdem ich dort weg war, hat er dann (unv.) gesagt jetzt ist fertig und den Betrieb verkauft. (A1, 205-209)

### **1.1.8 Einzelkämpfende**

Dieser Code umfasst Zitate, die aussagen, dass die Landwirt\*innen Einzelkämpfende sind.

Ankerbeispiel: Bei vielen Bauernbetrieben sind die Bauern Einzelkämpfer heutzutage. (A3, Z303-304)

### **1.1.9 Neid**

Sofern der Neid oder die gegenseitige Missgunst unter der Berufsgruppe der Landwirt\*innen thematisiert wird, setzt dieser Code in Kraft.

Ankerbeispiel: Bei vielen Bauern ist es das Neider-Denken «Ja der hat jetzt diesen Traktor oder das bauen können» ((A2 *nickt*)) dass man eben wie dort eben auch die Bauern an und für sich untereinander auch ein bisschen sensibilisiert und ihnen einmal klar macht, dass wir ja alle im selben Boot sitzen. (A1, Z343-347)

### **1.1.10 Lücke**

Dieser Code dient zur Kategorisierung von Mängeln, die sich im Beruf der Landwirt\*innen aufweisen und dementsprechend Lücken darstellen.

Ankerbeispiel: Beim Bauern, in der Landwirtschaft, fehlt uns die Möglichkeit Facharbeiter zu bleiben. (A3, Z72-73)

### 1.1.11 Life Domain Balance

Wenn sich Aussagen auf die allgemeine Life Domain Balance von Landwirt\*innen beziehen, wird dieser Code verwendet.

Ankerbeispiel: Arbeit auf dem Hof etcetera und Ferien, hat man denn überhaupt einmal Ferien (.) über Ostern oder, kann man da einmal abschalten (B3: Kann man es sich leisten ist die Frage.). Genau. Und- und ich selber bin jetzt gerade im Wallis gewesen über die Tage oder, aber kann das jetzt ein Landwirt kurz ein Wochenende (B3 nickt). (B2, Z632-639)

## 1.2 Gesellschaft

Dieser Code dient der Bündelung jeglicher Subcodes, die sich auf gesellschaftliche Fragen und gesellschaftliche Herausforderungen in der Lebenswelt der Landwirt\*innen beziehen.

Ankerbeispiel: Und im Moment läuft halt immer noch alles auf das Designen des Individuums raus und da ist die Gesellschaft gefordert, sich langsam zu verändern. (B3, Z534-536)

### 1.2.1 Leistungsgesellschaft

Bezüge auf die aktuelle Leistungsgesellschaft im Sinne von "immer höher, schneller, weiter" werden damit codiert.

Ankerbeispiel: Eine Wahl haben also nur das Gefühl haben einfach «Ich muss, ich muss, ich kann nicht weg» ehm das ist sicher ein (.) steigert den ganzen Belastungsaspekt sehr. (A2, Z448-450)

### 1.2.2 Stadt-Land

Wenn sich auf die Unterschiede zwischen Stadt und Land bezogen wird, ist dieser Code angezeigt.

Ankerbeispiel: Für mich ist es spannend der Graben- der Graben, es ist wirklich ein Graben Stadt Land ehm helfen etwas überwinden zu können. (B3, Z84-85)

#### 1.2.2.1 Politik

Wenn politische Diskurse im Zusammenhang mit dem Graben zwischen Stadt und Land angesprochen werden, tritt dieser Code in Kraft.

Ankerbeispiel: Das Ganze kommt jetzt ganz virulent auf mit der Trinkwasserinitiative und ehm den Pestiziden oder, man könnte das annehmen und dann haben wir einfach x Exporte und Importe mehr von Fleisch und Gemüse, wo wir erst recht nicht im Griff haben, wie das produziert worden ist, also das ist das ist kontradiktionär und auf der anderen Seite gefährden wir hier Existenzen. (B3, Z98-103)

### **1.2.3 Covid-19**

Dieser Code umfasst Aussagen, die sich auf die Einflüsse der Corona Pandemie beziehen.

Ankerbeispiel: Auf der anderen Seite auch die guten Auswirkungen, dass nun eben Nachhaltigkeit und die Bauernläden und so eh wirklich viel eine grössere Wertschätzung bekommen, das finde ich sehr schön. (B3, Z537-539)

### **1.2.4 Stigmatisierung**

Dieser Code wird verwendet, wenn erwähnt wird, dass psychische Krankheit/Gesundheit stigmatisiert ist.

Ankerbeispiel: Also ich denke gerade das Thema psychische Gesundheit ist halt ein Thema das sehr stark auch stigmatisiert ist oder, und von dem her eh meistens, denke ich, warten Betroffene viel zu lange, um sich Hilfe zu holen oder, weil sie sich nicht nur von aussen stigmatisiert fühlen, sondern sich auch selber stigmatisieren, oder. Und wenn man Fieber hat oder ein Bein gebrochen hat, dann geht man zum Doktor oder (.) äh aber ja, wenn es irgendwie mit der Psyche nicht mehr stimmt, dann- dann wissen viele nicht wohin, oder dann wissen viele nicht, dass man damit auch zum Hausarzt kann oder. Und ich denke dort über den eigenen Schatten zu steigen, denke, das ist einfach auch wichtig. (B2, Z364-372)

#### **1.2.4.1 Nimmt ab**

Wenn erwähnt wird, dass die Stigmatisierung im historischen Verlauf bis heute abnimmt, wird dieser Code verwendet.

Ankerbeispiel: Ja und ich denke ja besonders bei den Bauern vor allem vielleicht noch so ein bisschen in der älteren Generation, die älter sind als zum Beispiel wir, ich habe das Gefühl so in unserem Alter plus jünger beginnen bereits eher ein bisschen damit auch über solche Sachen zu sprechen, ich denke es auch wenn man untereinander in der

Berufsgattung- also ja unter den Bauernfamilien sprechen, hat man ab und zu auch noch- dann spricht man das an wie es einem geht wegen zu viel oder dieses und jenes, aber bei den Älteren ist das sehr schwierig. (B1, Z376-382)

### 1.3 Nichts ändern wollen

Dieser Code umfasst Aussagen, die beschreiben, dass Menschen in gewissen Situationen trotz Handlungsbedarf nichts ändern wollen.

Ankerbeispiel: Der Krug läuft zum Brunnen bis er bricht, sagt man. Und das habe ich x-fach erlebt, da kann man sprechen und sagen «Du musst jetzt» oder «Es wäre doch gut, wenn du ändern würdest so», «Nein nichts ändern», es geht genau gleich weiter mit der Gesundheit «Nein ich gehe nicht zum Arzt» «Nein, meine Hüfte geht noch» (.hhh) und dann weiss- wissen alle haargenau jetzt muss man warten bis etwas passiert↑. Vorher geht nichts, ändert sich nichts, weil sich im Kopf nichts ändern kann (.hhh) und nachher passiert es und dann kommt der Betriebshelfer, dann zu diesem Zeitpunkt müssen sie reagieren, weil die Kühe müssen ja gemolken sein und so weiter. (B3, Z596-604)

### 1.4 Hilfesuchverhalten

Bei der Thematisierung des Hilfesuchverhaltens von Landwirt\*innen wird dieser Code verwendet.

Ankerbeispiel: Es braucht viel bis sie anrufen. (B3, Z139)

## 2 Thematisierung der psychischen Gesundheit in der Betriebsleiterschule

Wenn sich die Aussagen auf die Idee zur Thematisierung der psychischen Gesundheit in der landwirtschaftlichen Weiterbildung beziehen, wird diese Hauptkategorie codiert. Dieser Code wurde **deduktiv**, basierend auf der selektiven Literaturrecherche und der positiven Bewertung in der vorgängigen quantitativen Befragung, erzeugt.

Ankerbeispiel: Aber ich denke wichtig ist, dass es- dass es thematisiert wird in der Ausbildung. (B3, Z420-421)

### 2.1 Zu beachten

Wenn ergänzende Anregungen genannt werden, die im Hinblick auf diese Massnahme/Intervention beachtet werden müssen, wird dieser Code verwendet.

Ankerbeispiel: Das ist entscheidend, dass wir- dass die Lehrkräfte dann wirklich auch eeh fähig werden, das zu bringen. Und zwar müssen das Leute sein, die das Thema behandeln, die auch mit dem Bauernbetrieb an und für sich vertraut sind. (A3, Z100-103)

## 2.2 In Grundbildung weniger effektiv

Bei Äusserungen zur Thematisierung der psychischen Gesundheit in der Grundbildung der Landwirt\*innen wird damit codiert.

Ankerbeispiel: In der Lehre glaube ich sind die Teilnehmer vermutlich wie zu jung. (A2, Z13-14)

### 2.2.1 Trotzdem früh sensibilisieren

Wenn die Meinung vertreten wird, dass die Thematisierung trotzdem bereits in der Grundbildung ansetzen soll, wird dieser Code angewendet.

Ankerbeispiel: Und darum, so früh wie möglich, vielleicht sogar noch in der Grundausbildung auch ein bisschen diese Thematik reinbringen, nicht nur in der Weiterbildung. (.) Einfach (.) so viel wie möglich eh das reinfliessen lassen, weil eben das gehört zum Leben. (B1, 398-401)

### 2.2.2 Fühlen sich nicht angesprochen

Wenn die Meinung vertreten wird, dass sich Lernende in der Grundbildung mit dieser Thematik nicht angesprochen fühlen, wird hiermit codiert.

Ankerbeispiel: Aber ich würde jetzt auch nicht stark darauf eingehen, weil wie sie gesagt hat bei den Rekruten, es ist mehr so «ja das wird mir sowieso nie passieren» oder «gibt es bei mir nicht». (A1, Z30-32)

## 2.3 Gründe für Potenzial

Dieser Code umfasst Aussagen, die dafür sprechen, dass die psychische Gesundheit in der landwirtschaftlichen Weiterbildung thematisiert wird.

Ankerbeispiel: Ich denke eh es ist derart wichtig, also die psychische Gesundheit ist letztlich einer der zentralen Erfolgsfaktoren bei einem Betrieb, den dreissig Jahre führen zu können und darum müssen wir Massnahmen ergreifen in der landwirtschaftlichen Weiterbildung, dass es wirklich realistisch ist. (A3, Z87-91)



### 2.3.1 Akzeptiert

Damit werden Aussagen codiert, die sich auf die Akzeptanz der Massnahme in der Zielgruppe beziehen. Dieser Code wurde teilweise **deduktiv** erzeugt, weil dieser Begriff als Leitbegriff für die Diskussion vorgeschlagen wurde.

Ankerbeispiel: Ja ich habe einmal in der Rekrutenschule psychische Gesundheit gegeben und eh es ist schon- es ist schon ein bisschen ein Lachthema gewesen, aber das heisst nicht, dass nichts hängen geblieben ist. (A2, Z25-27)

### 2.3.2 Wirksam

Mit diesem Code wird die Beurteilung der Wirksamkeit der Massnahme eingeschlossen. Dieser Code wurde teilweise **deduktiv** erzeugt, weil dieser Begriff als Leitbegriff für die Diskussion vorgeschlagen wurde.

Ankerbeispiel: Es wird nicht bei allen eine Wirkung hinterlassen, aber wir haben dort möglichst viele Leute schon vor uns und darum kommen wir nicht darum herum das dort zu machen. (A3, Z83-85)

### 2.3.3 Realistisch

Wenn beurteilt wird, ob die Massnahme als realistisch und umsetzbar erscheint, wird dieser Code verwendet. Dieser Code wurde teilweise **deduktiv** erzeugt, weil dieser Begriff als Leitbegriff für die Diskussion vorgeschlagen wurde.

Ankerbeispiel: Also ich kann gerne gerade etwas sagen, also zu dieser Massnahme ehm Sensibilisierung und Prävention als- als Fach in der Ausbildung eh einzubauen finde ich- finde ich sehr eh eine realistische Sache also sicher realistisch. (A2, Z1-3)

### 2.3.4 Immerhin ein Versuch

Dieser Code wird verwendet, wenn an der Effektivität der Massnahme gezweifelt wird, aber trotzdem die Meinung besteht, dass man dort ansetzen sollte.

Ankerbeispiel: Es gibt viele, die den Weitblick nicht haben und mehr so- einfach man kennt es so und man macht es nicht anders, weil man es so kennt und da finde ich dann ein bisschen ja, eben man kann es sicher anschneiden, aber ob es dann wirksam ist. (A1, Z45-48)

### 2.3.5 Erreichbarkeit

Wenn Aspekte zur Erreichbarkeit dieser Zielgruppe im Hinblick auf die vorliegende Massnahme genannt werden, wird damit codiert.

Ankerbeispiel: Wir haben dort möglichst viele Leute schon vor uns und darum kommen wir nicht darum herum das dort zu machen. (A3, Z84-85)

### 2.4 Zweifel/Hindernisse

Wenn Zweifel an der Massnahme oder Herausforderungen und Hindernisse angesprochen werden, tritt dieser Code in Kraft.

Ankerbeispiel: Ob du dann etwas mitnimmst oder anwendest, ist dann die andere Frage. (A1, Z35-36)

## 3 Burnout als Türöffner

In diese Hauptkategorie fallen Aussagen, die sich auf die Idee Burnout als Türöffner zu verwenden, um über die psychische Gesundheit zu sprechen, beziehen. Dieser Code wurde **deduktiv**, basierend auf der selektiven Literaturrecherche und der positiven Bewertung in der vorgängigen quantitativen Befragung, erzeugt.

Ankerbeispiel: Und dort einfach auch Sachen genau auch zu klären oder klären ehm Burnout ist ja noch nicht eine Krankheit, aber ein Faktor, der zu einer Depression oder anderen psychischen Störungen führen kann. (B2, Z475-477)

### 3.1 Gründe für Potenzial

Wenn Argumente fallen, die für diese Idee sprechen, wird dieser Code verwendet.

Ankerbeispiel: Es wird zum Teil auch vielfach falsch verwendet oder dass Leute einfach sagen «Oh letzte Woche habe ich ein Burnout gehabt» (.hhh) habe ich auch bereits gehört solche Bemerkungen oder es ist irgendwie auch fast ein bisschen ja eine Modeerscheinung, dass man mehr darüber spricht und das ist auf der einen Seite eine Chance und auf der anderen Seite ein Risiko. (B2, Z468-473)

#### 3.1.1 Aktualität

Wenn erwähnt wird, dass Burnout ein aktuelles Thema ist, wird hiermit codiert.

Ankerbeispiel: Eh wie- wo ist der Aufhänger und genau Burnout ist halt ein Thema, das ein Wort, das sehr häufig verwendet wird. (B2, Z467-468)

### 3.1.1.1 Chance nutzen

Wenn thematisiert wird, dass die Aktualität der Thematik Burnout als Chance genutzt werden soll, tritt dieser Code in Kraft.

Ankerbeispiel: Die Chance eben nutzen, dass man es wirklich als Türöffner benutzt und darum um das Thema psychische Gesundheit eh ja zu erschliessen oder. Und eben darüber sprechen zu können. (B2, Z473-475)

### 3.2 Modeerscheinung

Dieser Code umfasst Aussagen, die Burnout als Modeerscheinung bezeichnen.

Ankerbeispiel: Es wird zum Teil auch vielfach falsch verwendet oder dass Leute einfach sagen «Oh letzte Woche habe ich ein Burnout gehabt» (.hhh) habe ich auch bereits gehört solche Bemerkungen oder es ist irgendwie auch fast ein bisschen ja eine Modeerscheinung, dass man mehr darüber spricht und das ist auf der einen Seite eine Chance und auf der anderen Seite ein Risiko. (B2, Z468-473)

## 4 Sentinelles

Dieser Code wird vergeben, wenn sich Aussagen auf die Idee zur Massnahme des Projekts "Sentinelles" handelt. Dieser Code wurde **deduktiv**, basierend auf der selektiven Literaturrecherche und der positiven Bewertung in der vorgängigen quantitativen Befragung, erzeugt.

Ankerbeispiel: Es ist fast immer eh das direkte Umfeld, das es zuerst sieht, das es anspricht. Aber die Betroffenen eher weniger eh, die es selber bei sich erkennen. Darum finde ich das Sentinelles finde ich einen super Ansatz. (A2, Z262-265)

### 4.1 Gründe für Potenzial

Dieser Code umfasst Aussagen, die für das Multiplizieren des Projekts Sentinelles sprechen.

Ankerbeispiel: In ein Sozialgefüge eines Bauernhofes sieht man hinein, man sieht die Spannungen, man sieht Konflikte, weil das ist vom Schiff her ja viel einfacher zu sehen als wenn man drin ist. (B3, Z612-614)

#### 4.1.1 Wirksam

Hiermit werden Aussagen codiert, die das Projekt Sentinelles als wirksam bezeichnen. Dieser Code wurde teilweise **deduktiv** erzeugt, weil dieser Begriff als Leitbegriff für die Diskussion vorgeschlagen wurde.

Ankerbeispiel: Auch das Umfeld reinziehen. Wenn du das hast, du bist nicht alleine, du stehst nicht alleine damit da, wir sind da für dich und ich denke das ist sicher ein grosser Punkt oder auch ein grosser Punkt, der helfen würde ja. (A1, Z242-245)

#### 4.1.2 Verantwortung der Gesellschaft

Dieser Code umfasst Aussagen, die die Verantwortung der Gesellschaft in das Bild rücken, indem soziale Unterstützung bei psychischen Problemen erfolgt.

Ankerbeispiel: Das ist die Verantwortung der Gesellschaft, wo wir uns einbringen können und das braucht einfach Zeit bis das wächst. (.hhh) Aber wenn man immer wieder darüber spricht, dann sensibilisiert man die Leute dazu. (B3, 559-562)

#### 4.1.3 Das Umfeld empowern

Dieser Code wird vergeben, wenn als Grund für das Potenzial das Empowerment des Umfelds genannt wird.

Ankerbeispiel: Ja, ich glaube dann bringt man einfach nicht mehr Leute zwei Tage in einen Kurs rein. Darum eh gefällt mir das viel mehr, ehm Leute, das Umfeld empowern, das Umfeld sensibilisieren. (A2, Z372-374)

#### 4.1.4 Früherkennung

Dieser Code wird vergeben, wenn als Argument die frühzeitige Erkennung der Probleme genannt wird.

Ankerbeispiel: Es sind eben viele, die nicht so sensibel sind oder denken «das geht dann schon». Es geht eben dann nicht und dann nehmen sie das Gewehr oder so und gehen sich erschiessen. Dass man eben ja frühzeitig Leute darauf ansetzt. (A1, Z247-250)

#### 4.1.5 Soziale Unterstützung

Sobald sich Aussagen auf den Vorteil der sozialen Unterstützung beziehen, wird hiermit codiert.

Ankerbeispiel: Nicht nur die Jungen sensibilisieren auf das Zeug sondern eben dann auch das Umfeld reinziehen. Wenn du das hast, du bist nicht alleine, du stehst nicht alleine damit da, wir sind da für dich und ich denke das ist sicher ein grosser Punkt oder auch ein grosser Punkt, der helfen würde ja. Wenn mal einer sagt «Komm, was ist nicht gut? Erzähl». Dann schon nur einmal darüber sprechen, löst manchmal schon viel. (A1, Z241-246)

#### **4.1.5.1 Das Umfeld sieht es eher**

Wenn ausgesagt wird, dass das Umfeld psychische Probleme eher erkennt als die Person selber, wird dieser Code vergeben.

Ankerbeispiel: Ja weil das Umfeld es eher sieht, wenn es einem nicht gut geht. (A1, Z201)

#### **4.1.5.2 Fallbeispiel**

Wenn von einem spezifischen Fallbeispiel die Rede ist, worin die soziale Unterstützung eine Rolle spielt, wird hiermit codiert.

Ankerbeispiel: Ich glaube dort hat auch die Familie sehr einen grossen Einfluss gehabt und gesagt «He hör zu, wenn du nicht kannst» ja da hängt eigentlich niemand am Bauern, von ihnen, und dann hat er eben dann den Betrieb verkauft und jetzt ist er einer der glücklichsten ((A2 *lächelt*))- oder ja jetzt ist er mehr als nur zufrieden. (A1, Z220-224)

### **4.2 Zweifel/Hindernisse**

Dieser Code wird verwendet, wenn die sprechende Person an der Massnahme Zweifel äussert oder mögliche Hindernisse bezüglich der Umsetzung anspricht.

Ankerbeispiel: Ich glaube eigentlich, dass es Sentinelles, eben wirklich Wachposten gibt, wie der Begriff sagt, oder, dort habe ich auch ein bisschen Bedenken. (A3, Z300-302)

#### **4.2.1 Zu wenig breit**

Damit wird codiert, wenn die Meinung besteht, dass das Projekt Sentinelles die Problematik zu wenig breit abdeckt.

Ankerbeispiel: Ich finde, das ist wenig breit abgedeckt, ich finde man sollte wie Nachbarn oder so man sollte eben Bauern untereinander auch dafür sensibilisieren. (A1, Z342-244)

## 4.2.2 Einzelkämpfende

Wenn als Hindernis genannt wird, dass Landwirt\*innen zunehmend Einzelkämpfende sind und immer weniger beruflichen sozialen Kontakt haben, wird dieser Code vergeben.

Ankerbeispiel: Oder im Waadtland sind mehrheitlich Grossbetriebe eh die sind grösser als der Durchschnitt in der Schweiz, aber bei vielen Bauernbetrieben sind die Bauern Einzelkämpfer heutzutage. (A3, Z302-304)

## 4.2.3 Wachposten

Mit diesem Code werden Aussagen versehen, die die Bezeichnung der Wachposten kritisieren.

Ankerbeispiel: Ich habe den Eindruck, wenn wir eine Wirkung, wirksam im Kopf, dann ist der Kunde, der Bauer, häufig auch gerade ein bisschen überfordert, wenn das der Tierarzt einfach so anspricht. (A3, Z325-327)

## 4.3 Zu beachten

Wenn ergänzende Anregungen genannt werden, die im Hinblick auf das Multiplizieren des Projekts Sentinelles beachtet werden müssen, wird dieser Code verwendet.

Ankerbeispiel: Oder im Waadtland sind mehrheitlich Grossbetriebe eh die sind grösser als der Durchschnitt in der Schweiz. (A3, Z302-303)

### 4.3.1 Unterschied Westschweiz

Damit wird codiert, wenn sich zum örtlichen Kontext des Projekts Sentinelles geäussert wird.

Ankerbeispiel: Oder im Waadtland sind mehrheitlich Grossbetriebe eh die sind grösser als der Durchschnitt in der Schweiz. (A3, Z302-303)

### 4.3.2 Nicht allzu direkt

Wenn erwähnt wird, dass psychische Probleme nicht allzu direkt angesprochen werden sollten, wird hiermit codiert.

Ankerbeispiel: Vielleicht nicht gerade allzu direkt, aber sicher einfach so hintendurch und einfach merkt, wenn es dem anderen nicht gut geht. (A1, Z250-252)

### 4.3.3 Häufigkeit aufzeigen

Bei Anregungen, dass die Häufigkeit dieser Problematik aufgezeigt werden sollte, wird dieser Code vergeben.

Ankerbeispiel: Dass man einfach auch sagt, dass es in der Landwirtschaft eben mehr vorkommt als man denkt, dass das dort passieren kann. (A2, Z236-237)

## 5 Erste-Hilfe-Kurs bei psychischen Problemen

Dieser Code wird vergeben, wenn sich Aussagen auf die Idee zur Massnahme eines Erste-Hilfe-Kurses bei psychischen Problemen für Landwirt\*innen und deren Umfeld handelt. Dieser Code wurde **deduktiv** erzeugt, indem die Moderatorin diesen angesprochen hat, weil die Diskussion in Richtung dieser Intervention ging.

Ankerbeispiel: Der Erste-Hilfe-Kurs, der ist für mich eh auch etwas abgefallen, weil er wie bereits- es brennt bereits oder, es ist bereits fünf vor zwölf (.) eeh und (.) ja, ich glaube dann bringt man einfach nicht mehr Leute zwei Tage in einen Kurs rein. (A2, Z371-374)

### 5.1 Zweifel/Hindernisse

Dieser Code wird verwendet, wenn die sprechende Person Zweifel äussert oder mögliche Hindernisse bezüglich der Umsetzung anspricht.

Ankerbeispiel: Das sind mehrere Tage, wäre so ein Erste-Hilfe-Kurs und dort habe ich einfach das Gefühl, das Hilfsangebot das wir meinen, dass das tatsächlich zu den Leuten kommt, wo Bedarf wäre, ich denke das ist nicht realistisch. (A3, Z291-293)

## 6 Betriebshelferdienst evaluieren und optimieren

Sobald sich die Diskussion um die Idee dreht den Betriebshelferdienst zu evaluieren und optimieren, fallen Aussagen in Subkategorien in diese Hauptkategorie. Dieser Code wurde **deduktiv**, basierend auf der selektiven Literaturrecherche und der positiven Bewertung in der vorgängigen quantitativen Befragung, erzeugt.

Ankerbeispiel: Betriebshelferdienst das ist etwas sehr Wertvolles. (B3, Z595)

### 6.1 Sicht der Betriebshelfenden

Wenn sich die Evaluation und Optimierung des Betriebshelferdienst auf das Erleben der Betriebshelfenden bezieht, wird hiermit codiert.

Ankerbeispiel: Aber dort das ist auch wieder so eine eh- das ist auch wieder eine Gruppe, die einen tiefen Einblick hat, die wir kö- wenn wir sie dafür gewinnen können, dass sie das auch mitteilen, was sie erleben und erfahren und auch alarmieren können und sagen «Da müsste man mal ein bisschen hinschauen». (B3, Z619-623)

## 6.2 Gründe für Potenzial

Wenn Argumente genannt werden, die das Potenzial der Idee aufzeigen, wird dieser Code vergeben.

Ankerbeispiel: Weil es wäre ja wichtig, ich glaube die sind schon gesucht und auch gute Leute zu bekommen für diesen Betriebshelferdienst. (B1, Z651-653)

## 7 Weitere Ideen

Wenn Ideen zu weiteren Interventionen eingebracht werden, ist dieser Code angebracht.

Ankerbeispiel: Finde ich ganz eine wichtige Schiene, dass man eben auch die gesamte Bevölkerung darauf aufmerksam macht «Den Bauern geht es nicht gut.». Und ehm die leiden mit der ganzen Presse und das Image und all' das, das ist ja in der neusten Umfrage ist es ja der grösste, der Hauptstressor gewesen. Ehm finde ich wirklich wichtig, dass da Sensibilisierungskampagnen stattfinden. (A2, Z376-380)

### 7.1 Bestehende Interventionen

Mit diesem Code werden Aussagen codiert, die bereits bestehende Interventionen ansprechen, welche in der selektiven Literaturrecherche noch nicht ausfindig gemacht werden konnten und für die Verhältnisprävention und Früherkennung von Burnout bei Landwirt\*innen relevant sind. Diese bestehenden Interventionen werden in Subkategorien codiert. Für diese Subkategorien werden hingegen keine Codedefinitionen und Ankerbeispiele erstellt, da die Definition der Codes in der Intervention selbst liegt, die recherchiert werden kann.

Ankerbeispiel: Das HAFL, in Zollikofen, Hochschule für Agrar- und Lebensmittelwissenschaften, die hat ja- ist ja auch in diesen Themen und dort läuft gegenwärtig ein Projekt, wo es genau um dasselbe Thema geht. (.hhh) Eh wie kann Beratung gestärkt werden, eben um eh Bauernfamilien im psychosozialen Bereich zu unterstützen, eben für Burnout. (A3, Z183-187)



## **7.1.1 Sentinelles als Vorbild**

### **7.1.1.1 Weitere Version Sentinelles**

#### **7.1.1.1.1 Agro Treuhand**

##### **7.1.1.1.1.1 Kommunikation**

##### **7.1.1.1.2 Kontrolleur\*innen**

###### **7.1.1.1.2.1 Kommunikation**

### **7.1.1.2 Berner Version Sentinelles**

#### **7.1.1.2.1 Kärtchen**

## **7.1.2 Projekt Beratung HAFL**

## **7.1.3 Entstigmatisierungskampagnen in Allgemeinbevölkerung**

## **7.2 Neue Ideen**

Dieser Code wird vergeben, wenn neue Ideen genannt werden, welche in weiteren Subkategorien aufgeteilt werden. Da diese weiteren Subkategorien in-vivo codiert werden, wird keine Code-Definition erstellt. Zudem wird auch kein Ankerbeispiel präsentiert, da es sich bei der Subkategorie meist um eine einzige codierte Aussage handelt, die direkt das Ankerbeispiel darstellt.

Ankerbeispiel: höre ich häufig «Ja ich habe mir das gar nie überlegt, ob ich den Betrieb übernehmen will, es ist einfach immer selbstverständlich gewesen in der Familie» oder. (A2: Ja) Und die Punkte anzusprechen, finde ich sehr wichtig. (A3, Z140-143)

### **7.2.1 Life Domain Balance**

### **7.2.2 Rolle der Fachmedien**

### **7.2.3 Boreout/Burnout Screening für Unternehmen**

### **7.2.4 Bewusstsein in der Bevölkerung**

### **7.2.5 Coaching verbreiten**

## 7.2.6 Offensive

## 7.2.7 Erwartungshaltung ansprechen

### 8 Generell wichtig

Damit werden Anregungen codiert, die übergreifend über alle Massnahmen wichtig sind.

Ankerbeispiel: Das hat ein Pfarrkollege, der Ueli Tobler aus dem Seeland aufgebaut, weil er gemerkt hat, dass eh die Dargebotene Hand eigentlich für die ganze Bevölkerung gut ist ausser für die Bauernbevölkerung, weil die Landwirtschaft hat einfach noch einen gewissen- ich sage dem jetzt Stallgeruch, wo irgendein eh eh Psycholog oder irgendjemand aus der Stadt nicht nachvollziehen kann, wenn er das nicht gelebt hat. (B3, Z106-111)

### 8.1 Immer wieder darüber sprechen

Wenn die Sensibilisierung durch immer wiederkehrendes Ansprechen erwähnt wird, trifft dieser Code zu.

Ankerbeispiel: Aber das Wichtigste ist das Gespräch führen, das Gespräch führen und das Gespräch führen. (B3, Z539-540)

#### 8.1.1 Historische Entwicklung

Dieser Code wird angewendet, wenn die Entwicklung mit der Zeit in Bezug auf das darüber Sprechen erwähnt wird.

Ankerbeispiel: Man hat gar keine Sprache gehabt dafür, früher (alle nicken). (B3, Z414)

### 8.2 Definition

Wenn die Definition von psychischer Gesundheit angesprochen wird, wird dieser Code vergeben.

Ankerbeispiel: Die Frage ist ja was heisst psychische Gesundheit, das muss man ja einmal definieren respektiv einmal darüber sprechen. (B3, Z402-403)

### 8.3 Psychische Erkrankung als Chance

Dieser Code wird vergeben, wenn eingebracht wird, dass eine psychische Erkrankung nicht nur schlimm ist, sondern auch schöne Seiten hat und eine grosse Chance ist.

Ankerbeispiel: Also ich habe selber eine eigene Burnout-Erfahrung, Major Depression erlebt und äh PTBS also Angststörung solche Sachen erleben dürfen und eh von dem her,

ich sage einmal es ist- ja es ist- viele denken «Ups, schlimm» oder, klar es hat nicht schöne Seiten aber es hat auch ganz schöne Seiten, so so so Geschichten oder. Und ich denke das hilft einem auch sehr, um die eigene Persönlichkeit weiterzuentwickeln, oder und dort ein bisschen weiterkommen im Denken und vielleicht auch die Werte ein bisschen zu verändern oder, einmal das Leben von einer anderen Seite anzuschauen. (B2, Z258-265)

#### **8.4 Niederschwelligkeit**

Dieser Code wird vergeben, wenn die Niederschwelligkeit von Interventionen als wichtiges Kriterium angesprochen wird.

Ankerbeispiel: Meine Überlegung ist immer diese, man muss denen, denen es schlecht geht, versuchen so niederschwellig wie möglich die Möglichkeit zu geben, sich einem Ort zu melden. (A3, Z309-311)

#### **8.5 Landwirtschaftl. Hintergrund**

Damit wird codiert, wenn gesagt wird, dass ein landwirtschaftlicher Hintergrund von Personen, die Landwirt\*innen beraten, zwingend vorhanden sein muss.

Ankerbeispiel: Also A3 ich eh gehe da mit dir einig, da muss man ein bisschen eh den Stallgeruch haben, im wortwörtlichen Sinn ((*lacht*)) ((A1 *grinst*)). Hilft glaube ich, ja. (A2, Z180-182)

#### **8.6 Positive Formulierung**

Wenn angesprochen wird, dass die Formulierung der Thematik Burnout bewusst positiv ausgerichtet werden muss, ist dieser Code angezeigt.

Ankerbeispiel: Das ist ja eh die letzten- es soll nicht als plagieren rüberkommen, aber ich habe hunderte von Vorträgen gehabt zu diesem Thema (M: Ja) und (.) eben, immer beim Positiven beginnen. (A3, Z394-396)

##### **8.6.1 Resilienz**

Wenn die salutogenetische Perspektive eingebracht wird, indem das Thema Resilienz fällt, ist dieser Code zutreffend.

Ankerbeispiel: Dass man vor allem eben auch sagt was kann man machen und was stärkt die Resilienz also das (.) mit schwierigen Situationen umgehen, das erspart das Leben

niemandem, Schicksal, schwierige Situationen und Arbeiten, die extrem mühsam sind.  
(B3, Z421-424)

### **8.6.2 Was heisst für mich Lebensqualität?**

Als konkretes Beispiel wird in der Fokusgruppe der Begriff der Lebensqualität besprochen und definiert, welcher mit diesem Code versehen wird.

Ankerbeispiel: Ich habe vorhin noch gerade ein Telefon gehabt eeh wo eine Frau mit drei kleinen Kindern sagt «Jetzt laufe ich davon» oder, und dort haben eben die Bauern, die auf einem Betrieb aufgewachsen sind und nie etwas anderes gesehen haben und die jungen Frauen, die häufig einen anderen Beruf haben, die haben heute unterschiedliche Vorstellungen von Lebensqualität. Und darum würde ich den Begriff Lebensqualität dort auch noch ein(unv.). (A3, Z405-411)

### **8.6.3 Energie-Balance**

Dieser Code wird vergeben, wenn als konkretes Beispiel einer positiven Formulierung die Energie-Balance angesprochen wird.

Ankerbeispiel: Energie-Balance, die Energie-Balance ist für mich etwas sehr sehr Wichtiges, was ich anspreche. (A3, Z403-404)