

Code rood op het boerenerf

Tekst: Rob van Ginneken

Beeld: Twan Wiermans

Er zijn veel zorgen over de mentale gezondheid van boeren.

FOCUS

Zorghulpverleners die op het boeren erf komen signaleren een zorgwekkende trend rondom de mentale gezondheid van varkenshouders. De verschillende onduidelijkheden rondom markt, perspectief en acceptatie laten hun sporen na bij de ondernemers. Er over praten ligt niet in de volksaard, al komt daar wat verandering in. Mentale problemen zijn in de hele gemeenschap aanwezig, waarom zou de varkenshouderij daar een uitzondering op moeten zijn? Het is geen zwakte om over je problemen te praten en er iets mee te doen, stellen professionals.

De boer, hij ploegde voort. Een zegswijze die de onverstoorbaarheid van de veehouder benadrukt. Het boerenwerk kan niet wachten, dus we gaan vooruit. Een geuzentitel kan je het noemen, maar het kan ook een last zijn. De druk op het boeren erf is groot. Onzekerheid over wet- en regelgeving, onzekerheid over de maatschappelijke acceptatie en onzekerheid over de continuïteit van het bedrijf als gevolg van de moeilijke marktomstandigheden. Het is een giftige cocktail voor de mentale gesteldheid van veel veehouders.

Of een collega kampt met psychosociale problemen ligt niet altijd aan de oppervlakte, maar dat de problemen er zijn is overduidelijk. Tot aan het hoogste bestuurlijke niveau in Nederland en België worden de zorgen uitgesproken. Hoewel er al langer een vermoeden was dat het aantal zelfdodingen in de landbouw hoger dan gemiddeld ligt, is dat in 2016 in een onderzoek gevat. In Nederland ligt het landelijk gemiddelde van zelfdodingen op 10,6 per 100.000 inwoners. In de landbouw ligt dat aantal zelfdodingen op 17,4 per 100.000 inwoners. In Vlaanderen zijn er geen cijfers over het aantal zelfdodingen in de landbouw bekend, maar gevoelsmatig is dat aantal ook hoger dan het landelijk gemiddelde. Daarmee is het topje van de ijsberg zichtbaar; tegenover elke zelfdoding staat een groter deel aan mensen dat met psychosociale problemen kampt.

Groeiende groep met mensen

Dat er een steeds groter wordende groep veehouders kampt met psychosociale problemen, blijkt ook uit het aantal hulpvragen dat via de verschil-

lende kanalen binnenkomt. Vooral in de varkenshouderij heeft agrarisch coach Paulien Hogenkamp gemerkt dat de mentale druk hoog ligt. Hogenkamp agrarische coaching is de vertrouwenspersoon van de POV, een speciaal nummer waar varkenshouders hun verhaal kunnen doen. Maar ook buiten de vertrouwenslijn om ziet Hogenkamp dat het aantal hulpvragen toeneemt. “Sinds februari 2021 merken we een duidelijke toename in hulpvragen van varkenshouders. Grote en kleine bedrijven door het hele land nemen contact op in die mate dat het opvalt. Het aantal aanmeldingen zit in 2021 op 150 procent van het aantal aanmelding van 2020.”

Een echte reden kan Hogenkamp niet benoemen. “Het is vaak een optelsom. De marktomstandigheden zijn niet per se de trigger.” Dat ervaart ook Els Verté, coördinator van VZW Boeren op een Kruispunt. “Wanneer er correcte prijzen betaald worden, dan is de boer wel weerbaarder, maar dat wil niet zeggen dat dan meteen alle problemen opgelost zijn. Afgezien van de marktomstandigheden hebben varkenshouders het niet makkelijk. Steeds veranderende wet- en regelgeving. De vraag of ze maatschappelijk wel gewenst zijn en daarbovenop nog de slechte marktomstandigheden. Het lijkt er op dat in de afgelopen weken/maanden steeds meer problemen naar boven komen. Dat merken we in het aantal hulpvragen. Het aantal bezoeken aan professionele psychologen vanuit onze organisatie is in het afgelopen jaar verdubbeld.”

Oorspronkelijk kwamen bij Boeren op een Kruispunt in Vlaanderen meer aanmeldingen binnen van bedrijven die een andere richting op willen, maar inmiddels begeleidt Boeren op een Kruispunt ook veehouders met psychosociale problemen. “Dat is gaandeweg zo gegroeid. De pool met professionele hulpverleners is in het afgelopen jaar gegroeid van 8 naar 11 psychologen.” De crisis waar de Belgische varkenssector momenteel doorheen gaat heeft volgens Verté geleid tot een bepaalde gelatenheid, en daar maakt ze zich zorgen over. “Er moet wel zicht blijven op een oplossing.”

Taboe

De boer, hij ploegde voort. Die onverstoorbaarheid maakt het aanpakken van psychosociale problemen niet eenvoudiger. Wim Verbeek is vrijwilliger bij Zorg om Boer en Tuinder en komt regelmatig op het erf bij mensen waar psychosociale problemen zijn. Professionele hulp komt nooit te vroeg, is zijn ervaring. Verbeek benadrukt dat de vrijwilligers geen zorgprofessionals zijn, maar de drempel verlagen voor landbouwers om hun problemen bespreekbaar te maken. “Probeer het niet zelf op te lossen”, geeft hij de hulpvragers mee. Het taboe dat er heerst op het bespreekbaar maken van mentale problemen kan Verbeek wel verklaren. “Boeren is geen vak. Het is



Het zijn niet de sterkste van een soort die overleven en ook niet de intelligentste. Het zijn degene die zich het best op veranderingen aanpassen.

Bart Vergote, vakgroep varkenshouderij ABS “Er is geen perspectief”

De Belgische varkenssector gaat door een diepe crisis en dat merkt ABS-woordvoerder en varkenshouder Bart Vergote onder zijn collega's. Hij wil een versnelde uitrol van een actieplan om de mentale gezondheid te verbeteren en op termijn een reconversie van de varkenssector. “We hollen van crisis naar crisis.”

Grote zorgen maakt de belangenbehartiging zich over de mentale gesteldheid van zijn collega's, nu de Belgische varkenssector door een diepe crisis gaat. Dagelijks krijgt vakgroepvoorzitter Bart Vergote of voorzitter Hendrik Vandamme mailtjes of berichtjes van varkenshouders die het niet meer zien zitten. “Het duurt allemaal zo lang,” verzucht Vergote. De varkenshouder doelt daarbij op het actieplan mentale gezondheid dat door Vlaams landbouwminister Hilde Crevits is afgekondigd. Dit actieplan is een gevolg van een enquête uitgevoerd door het ILVO in juni 2020, waaruit bleek dat 4 op de 10 landbouwers niet lekker in hun vel zitten.

Volgens Vergote is dat aantal inmiddels voor de varkenssector niet meer representatief. “Sinds juni 2020 is de situatie in de varkenshouderij verder verslechterd. De voerkosten zijn gestegen en de marktprijzen zijn gedaald. De wet- en regelgeving is daarnaast nog eens versterkt met de onduidelijkheden rondom stikstof in Vlaanderen. Marktomstandigheden en wet- en regelgeving waren de twee grootste pijnpunten in de enquête waaruit een actieplan moest vloeien. Op het eerste heeft de overheid niet direct invloed, maar het tweede is in handen van de politiek.”

Doorverwijzen

Ook Vergote kijkt met angst naar de komende periode. De ABS-voorman draait er niet omheen. “We hebben weet van familiedrama's en suicide. Zonder perspectief vrees ik daarvoor, afgaande op de berichten die wij ontvangen van onze leden. Bedrijven van meer dan 1.000 zeugen melden ons verliezen van 40.000 euro per week. En er is geen perspectief. De voerkosten zullen hoog blijven en de marktprijzen zijn te laag. We hebben ook geen buffers kunnen opbouwen in de periode dat de wereldmarkt voor varkens wél goed was. Toen zaten we met de beperking vanwege AVP in België.”

Dat Vergote het eerste aanspreekpunt is voor collega's in mentale nood, verbaast hem niet. “Wij zijn geen professionals, maar de drempel om te bellen is wel heel laag. Veel collega's zien het niet meer zitten. We horen ze aan en verwijzen ze door naar bijvoorbeeld Boeren op een Kruispunt.”

een manier van leven. De druk van familie dat je de 8^e generatie boer bent geeft veel mensen het gevoel dat ze het bedrijf tot een succes moeten maken. Maar dat heb je niet altijd in de hand. Dat je een andere keuze moet maken is geen schande.” De gesloten landbouwcultuur wordt daarnaast in sommige regio's nog versterkt door het geloof. Waar de ene kracht en hulp put uit het geloof, kan het door een ander als beklemmend ervaren worden.

In de dagelijkse praktijk ziet Verbeek dat er vaak een zetje nodig is om de veehouder te laten praten. “Het is niet zelden dat een vrouw of een familielid van de veehouder contact met ons legt. De meeste hulpvragen die bij ons terechtkomen, komen via derden. Ook niet altijd uit de familiale hoek. Ook erfbetreders die signaleren dat het ergens niet lekker gaat,



Herstructurering

Volgens Vergote is het tijd om de Vlaamse varkenssector grondig te herstructureren. “We gaan van crisis naar crisis. Dat loopt door in de keten, want leveranciers worden als bank gebruikt. Daar is op enig moment de rek er ook uit.” Vergote pleit naast een uitvoering van een actieplan om de veehouders mentaal te ondersteunen – onder meer met meer middelen voor Boeren op een Kruispunt – ook voor een structuurverbetering van de Belgische varkenssector. “Ons imago is niet slecht, maar maatschappelijk ligt het wel gevoelig als er telkens noodhulp wordt verstrekt.” Vergote kijkt dan ook geïnteresseerd naar de Noorderburen, waar al verschillende saneringsregelingen zijn uitgevoerd om de sector robuuster te maken. “Met een kleinere sector zijn we weerbaarder, daar ben ik van overtuigd.”

Voor zijn eigen bedrijf heeft Vergote ook keuzes moeten maken. De laatste zeugen gaan in de komende periode werpen, waarna hij afscheid neemt van de bigproductie op zijn bedrijf. Vergote stoot de 280 zeugen af en blijft 2.800 vleesvarkens houden op integratie. “Dat was geen leuke beslissing, maar wel de beste in onze situatie. We hebben nu de zekerheid van inkomen. Ik krijg er weer energie van om nieuwe dingen te gaan doen.”



melden zich bij ons.” Volgens Verbeek is het precair om enkel en alleen op de signalen van derden het gesprek aan te gaan met een veehouder. “We vragen diegene die het contact legt of dat hij ons aan wil dragen, maar in uitzonderlijke gevallen gaan we ook zelf achterom bij de veehouder. Omdat onze vrijwilligers ook uit de sector komen en zelf een eigen bedrijf gehad hebben, spreken we dezelfde taal. Dat wekt vertrouwen. Vervolgens lopen we langs de boer zolang het nodig is.”

Ook Verté ziet dat er vaak een helpend handje nodig is om de veehouder de beweging te laten maken. “Onze adviseurs zijn in eerste instantie ook mensen van de praktijk. Uit eigen beweging de stap maken naar een professionele hulpverlener is een te hoge drempel, merken we hier. Dat houdt ook verband met de kosten. Gelukkig hebben we in het afgelopen jaar zelf

budget kunnen vinden om alle hulpvragers door te verwijzen. We hebben niemand af hoeven wijzen.”

Hoewel de drempel vooralsnog hoog ligt om te praten over problemen, ziet Hogenkamp wel een kentering. Toen Hogenkamp 8 jaar geleden begon als agrarisch coach werd ze vooral gevonden via Google en waren het regelmatig derden die haar belden. Vandaag zijn er toch steeds meer veehouders die zelf een telefoontje plegen. “En vaak noemen ze dan een naam van een collega die hen naar ons heeft doorverwezen. Dat is toch een signaal dat met naasten hun problemen besproken worden. Herstel begint met het herkennen en erkennen van problemen.”

Een gedeelte van de kentering ligt volgens Hogenkamp in de generatiewisselingen, dat jeugd zich ook makkelijker uitspreekt over hun problemen en daar hulp voor gaat zoeken. Want ook de twijfels zijn er bij de jongeren die in de agrarische sector verder willen. “Ik zit vrij regelmatig aan tafel bij jonge stellen die even niet meer weten hoe ze verder moeten gaan”, vertelt Wim Verbeek. Verté pleit voor meer bewustwording over het mentale aspect in de landbouwopleiding. “Hoewel het al beter is dan met oudere generaties, praat ook de jeugd niet graag over hun gevoelens.” Verté juicht het toe dat landbouworganisaties voor jongeren mee naar scholen willen gaan om het mentale welzijnsaspect onder de aandacht te brengen bij de jeugd. “Het is geen teken van zwakte om over je problemen te praten.” In Nederland ziet Hogenkamp dat die aanpak zijn vruchten afwerpt. “Wij geven trainingen aan docenten Veehouderij en stagebegeleiders van Zone.college en geven gastlessen op Aeres Dronten over het thema persoonlijke ontwikkeling en horen van zowel studenten als docenten dat hier best veel aandacht voor is. In ieder geval veel meer als in de tijd van de ouders van deze studenten.”

Signalen en oplossingen

Welzijnsproblemen op het mentale vlak worden vaak door derden opgemerkt. Via de Agrozorgwijzer (www.agrozorgwijzer.nl) – een initiatief van LTO Nederland met ketenpartijen – is een verwijsschema opgesteld die erfbetreders kunnen gebruiken om de hulpvraag op de juiste plek weg te leggen. Er zijn verschillende signalen die kunnen duiden op psychosociale problemen. Die liggen op verzorgingsvlak van dier en mens, maar ook in de omgangsvormen. Telefoontjes niet meer beantwoorden of een kort lontje zijn veelgenoemde signalen. Ook kunnen hulpvragers in een sociaal isolement verkeren, maar ook met een groot sociaal netwerk kan er eenzaamheid ontstaan omdat de gesprekken oppervlakkig blijven. In die



zin heeft Covid-19 niet bijgedragen aan een verbeterde mentaal welzijn. In de hele samenleving is er een toename gemerkt van psychosociale problemen. De varkenshouderij is daar geen uitzondering op. Minder bijeenkomsten en minder bezoeken van erfbetreders maken dat verschillende veehouders – zeker degenen zonder personeel – met een bepaalde vorm van eenzaamheid te maken kregen.

Het herkennen van die signalen is vaak niet het probleem, maar het onderwerp bespreekbaar maken wel, ervaart Hogenkamp. “Wanneer een erfbetreder ons benadert met zijn/haar zorgen, dan geven we tips om het onderwerp bespreekbaar te maken. Dat kan al op een heel simpele manier, aldus Hogenkamp. “Door gewoon te vragen hoe het gaat, komt er vaak al een gesprek op gang.” Hogenkamp herhaalt dat een gesprek over problemen al een stap is in het herstelproces. “Er zijn altijd oplossingen, maar soms kan een ander helpen om het stof eraf te blazen.”

De oplossingen die er zijn draaien om het in handen nemen van de regie over het leven en je geluk. Verbeek: “De veehouder moet het wel zelf doen. Wij kunnen hem ondersteunen en de vraagbaak zijn, maar hij of zij bepaalt het tempo en de stappen die erbij horen.” Dat is ook de mening van Paulien Hogenkamp. “Mensen moeten er zelf aan toe zijn, maar het is wel fijn dat er een netwerk om hem of haar heen vormt dat betrokkenheid toont.”

En de kans van slagen is volgens Paulien Hogenkamp behoorlijk groot. “90 procent van de mensen die binnen komen krijgen weer regie over hun leven. Hun gedachten zijn weer gerangschikt en dat levert energie op. Aan het einde bepaalt de boer de omstandigheden en dus zijn welzijn, terwijl dat eerder de omstandigheden het welzijn van de boer bepaalden.” ←

