

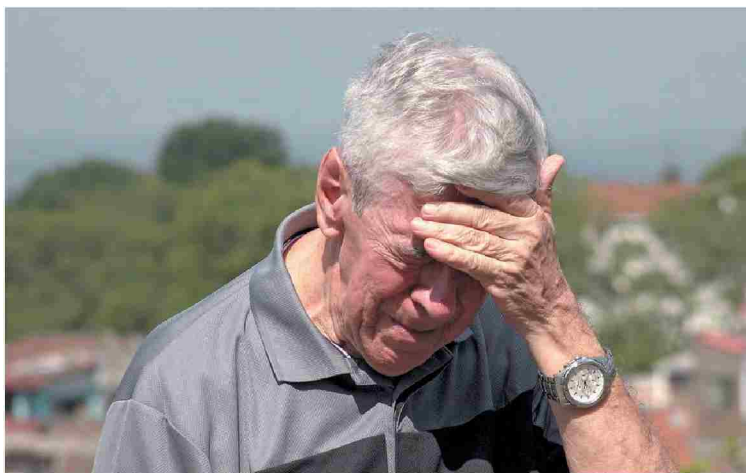
Nevidne stiske podeželja

Ko kmet ne zmore več

Pomurje ima visoko stopnjo samomorilnosti in slabše druge kazalnike duševnega zdravja, kmete pa dodatno obremenjujejo negotovi prihodki, pomanjkanje delovne sile in občutek, da morajo vse težave rešiti sami

Duševno zdravje kmetov v Sloveniji je tema, na katero se vedno bolj opozarja, a je natančnih podatkov razmeroma malo. Nacionalni inštitut za javno zdravje namreč ne objavlja rednih statističnih analiz, ki bi duševne stiske, zdravljenje ali samomorilnost spremljale posebej med kmeti, še manj pa med pomurskimi kmeti. Kljub temu razpoložljivi podatki kažejo, da se prav v Pomurju prepleta več dejavnikov, zaradi katerih bi morala biti problematika deležna večje pozornosti.

Pomurska regija je imela leta 2024 med vsemi slovenskimi regijami najvišji starostno standardizirani delež prebivalcev, ki so prejeli psihotropna zdravila. Vsaj eno takšno zdravilo je prejelo 15 oseb na sto prebivalcev, medtem ko je slovensko povprečje znašalo 13,7. Izrazita je bila tudi razlika med spoloma, saj je zdravila prejelo 18,6 odstotka žensk in 11,1 odstotka moških. Podatka sicer ni mogoče enačiti z razširjenostjo posameznih duševnih motenj, saj nanj vplivajo tudi starost prebivalstva, dostopnost zdravstvenih storitev, pre-



Že mednarodne študije opozarjajo na to, da je poklic v kmetijstvu eden bolj ogroženih, kar se tiče smrti pri delu, delovnih poškodb in slabega duševnega zdravja, ključni indikator tega pa je predvsem samomor. FOTO BOBO

Tako dolge odsotnosti lahko kažejo na težje ali poznejše prepoznavne stiske, zahtevnejše zdravljenje in težave pri vrnitvi na delo.

uspeh ni odvisen od kmetov samih. »Tudi če si priden, trdo delaš vse, tako kot je treba, lahko propadeš.«

Kar petina poročala o motnjah razpoloženja

Raziskovalke Znanstvenoraziskovalnega centra Slovenske akademije znanosti in umetnosti Majda Černič Istenič, Lilijana Sprah, Duška Knežević Hočvar in Sanja Cukut Krilić so v ciljnem projektu, ki sta ga naročila ministrstvo za kmetijstvo in javna agencija za raziskovalno dejavnost, preučevale, kako se kmečke družine spoprijemajo z delovnimi nesrečami, poklicnimi boleznimi ter njihovimi zdravstvenimi, socialnimi in ekonomskimi posledicami. Namen je bil zapolniti vrzel v poznavanju razmer na družinskih kmetijah in preveriti možnosti uvedbe socialno-delovne pomoči, ki bi ob boleznih ali poškodbah pri delu. Več kot 80 odstotkov jih je zaznalo najmanj eno težavo, povezano s čezmernim stresom, denimo preobremenjenost, utrujenost, izčrpanost, nespečnost, razdražljivost ali težave z zbranostjo. Med glavnimi obremenitvami so bili velika odgovornost za uspeh kmetije, dolgi in nepredvidljivi delovniki, nizek dohodek glede na trud, pomanjkanje denarja za naložbe, fizično zahtevno delo in premalo počitka. Kljub pogostim zdravstvenim težavam je kratkotrajno bolniško odsotnost koristilo le 16 odstotkov sodelujočih. Pomanjkanje delovne sile kmete pogosto sili, da delajo bolni ali poškodovani in prezgodaj prekinjejo okrevanje. Iz Pomurja je prihajalo 13,9 odstotka udeležencev popolnega vzorca, kar je bil drugi največji delež za savinjsko regijo.

Antropologinja opozarja, da je problem kmetijstva tudi v tem, da uspeh ni odvisen od kmetov samih. »Tudi če si priden, trdo delaš vse, tako kot je treba, lahko propadeš.«

poznavanje težav in način predpisovanja zdravil. Vseeno kaže na veliko potrebo po zdravljenju in podpori.

Pomurje izstopa tudi po trajanju bolniških odsotnosti zaradi duševnih in vedenjskih motenj. Teh odsotnosti sicer ni bilo več kot v državnem povprečju, vendar je posamezna odsotnost v regiji v povprečju trajala več kot 92 dni, v Sloveniji pa dobrih 52 dni. Tako dolge odsotnosti lahko kažejo na težje ali poznejše prepoznavne stiske, zahtevnejše zdravljenje in težave pri vrnitvi na delo. Pri kmetih pa uradni podatki pogosto ne pokažejo celotne slike, saj številni zaradi skrbi za živali, pridelke in gospodarstvo niti v času bolezni ne morejo preprosto prenehati delati.

Posebej skrb vzbujajo tudi podatki o samomorilnosti. Leta 2024 je imelo Pomurje z 22,9 smrti zaradi samomora na 100.000 prebivalcev najvišji količnik med slovenskimi statističnimi regijami in je občutno preseglo državno povprečje. Pri moških je bil količnik še bistveno višji.

Okoliščine, na katere kmetje ne morejo vplivati

O razlogih, zakaj je ravno kmetijska panoga tako obremenjena s težavami duševnega zdravja, so za Vestnik spregovorile antropologinje Duška Knežević Hočvar, Mateja Slovenc Grasselli in Prekmurka Tisa Kučan Lah, ki se s to temo posebej ukvarjajo.

Knežević Hočvarjeva je poudarila, da že mednarodne študije opozarjajo na to, da je poklic v kmetijstvu eden bolj ogroženih, kar se tiče smrti pri delu, delovnih poškodb in slabega duševnega zdravja, ključni indikator tega pa je predvsem samomor.

»Če poklic kmeta primerjamo z drugimi poklici, ugotovimo, da se pri kmetih smrti zaradi samomora ne navezujejo na neka obolenja, kot je denimo depresija. Po navadi gre za dogodke, ki kmeta spravijo na kolena v ekonomskem smislu. Ogromno je okoliščin, na katere kmetje ne morejo vplivati, denimo globalni trg, nihanje cen, ekonomska negotovost, pa seveda vreme, krediti in vse drugo.«

Kmetijstvo po mnenju strokovnjakinje izgublja tudi tisto vrline, ki so jo kmetje imeli najraje: da si sam svoj šef. Poudarja, da kmetje več niso samostojni in neodvisni. »Veliko je omejitev, ukrepov in birokratskih bremen. Če bi običajni ljudje imeli toliko, včasih celo nerazumnih zahtev pri svojem poklicu, bi nas pobralo.«

Tu so še nenehni nadzori in inspekcije, ki po mnenju Knežević Hočvarjeve prispevajo k temu, da se kmetje ne morejo otresti občutka, da jim nekdo drug narekuje, kako morajo opravljati svoje delo. »Ključna pa je tudi ta nenehni občutek kmetov, da

Ce poklic kmeta primerjamo z drugimi poklici, ugotovimo, da se pri kmetih smrti zaradi samomora ne navezujejo na neka obolenja, kot je denimo depresija. Po navadi gre za dogodke, ki kmeta spravijo na kolena v ekonomskem smislu.



Duška Knežević Hočvar je prepričana, da kmetje večkrat ne morejo vplivati na lasten uspeh. FOTO ZRC SAZU



Mateja Slovenc Grasselli je pol leta preživela na prekmurskih kmetijah. FOTO ZRC SAZU

njihovo trdo delo ni finančno vrednoteno,« dodaja. Vsi ti dejavniki povzročajo kroničen stres, ta pa po besedah antropologinje vodi do posameznih obolenj.

Preprosta rešitev, ki to ni

Na prvi pogled bi lahko stanje rešili s preprosto. Če kmetovanje izgublja vrline, kot je denimo samostojnost, delo pa ni finančno primerno ovrednoteno, deluje sprememba ka-

riere kot očitna in neizogibna rešitev. Knežević Hočvarjeva poudarja, da tak korak še zdaleč ni preprost. »Pri kmetijstvu gre po navadi za tako rekoč družinska podjetja. V veliko primerih se kmetija podeduje, pri čemer gre potem za neko moralno zavezo, da kmet nadaljuje delo prejšnjih generacij. Vsakega je posledično strah, da to tradicijo prekinje. Gre za zavezo družini,« pojasnjuje.

Antropologinja se opozarja, da je problem kmetijstva tudi v tem, da

Bivali sta pri pomurskih kmetih

Tako Knežević Hočvarjeva kot Slovenc Grassellijeva sta med opravljanjem svojih raziskav delali tudi v Pomurju. Opozorili sta predvsem na slabe kazalnike glede samomoril-

nosti v naši regiji. »Večina raziskav ta problem pripisuje neiskanju pomoči. Če ima nekdo visok krvni tlak, pomoč poišče, za duševne stiske pač ne. V Pomurju, pa tudi drugod po državi, pomoč pri duševnih stiskah nosi določeno stigmato. Prej poiščemo pomoč za telesne kot za duševne težave. Posledično ljudje tudi ne prepoznajo simptomov. Kar se tiče duševnih težav, večina ljudi misli, da se bodo rešile same od sebe,« opozarjata.

Med svojim raziskovanjem in bivanjem v Pomurju je Knežević Hočevarjeva v pogovorih s pomurskimi kmeti ugotovila, da so težave zelo podobne tistim, ki so jih že problematizirale mednarodne raziskave. »Specifična Pomurja je morda v delovni sili. Pomurje ima namreč v bližini tako Avstrijo kot tudi Madžarsko in Hrvaško. Poročilo se je vprašanje, zakaj ljudje raje hodijo delat denimo v živilskopredelovalno industrijo v Avstrijo ali celo na kmetije v Avstrijo, čeprav morda plačilo tega ne odtehta. Pomanjkanje delovne sile ni zgolj zato, ker bi ga 'vzela' Avstrija, ampak razlog za ponovno vrednotenje kmečkega poklica gre iskati pred letom 1991. Ljudje so mi v zgodbah govorili, da so šli v tovarne (Mura, Pomurka, op. a.), nato pa je, kot vemo, prišlo do propada teh podjetij, ki so bila specifična za regijo. Delavci v teh tovarnah so pretežno prihajali s podeželja. Kot poklicna skupina so bili boljše ovrednoteni od kmetov. Po letu 1991 so kmetje ekonomsko odskočili, ljudje, ki pa so delali v prej omenjenih podjetjih, zaradi ponosa (njihovo delo je bilo v prete-

Pomanjkanje delovne sile kmete pogosto sili, da delajo bolni ali poškodovani in prezgodaj prekinejo okrevanje.

klosti boljše ovrednoteno, op. a.) niso hoteli delati na kmetijah, pri tistih, ki so prej bili poklicno tako rekoč manj vredni od njih.«

Patriarhalna družba pogubna predvsem za moške

Samomorilnost je v Sloveniji izrazito povezana s spolom. Leta 2024 je samomor naredilo 363 ljudi, 275 moških in 88 žensk, kar pomeni, da so moški predstavljali približno tri četrtine vseh umrlih. Samomorilni količnik je pri moških znašal 25,74 smrti na 100.000 prebivalcev, pri ženskah pa 8,34, zato so moški zaradi samomora umirali približno trikrat pogosteje. Razlika je posebej izrazita med starejšimi, čeprav je zaradi manjšega števila primerov enoletne podatke po starostnih skupinah treba razlagati previdno. NIJZ ob tem opozarja, da se je dolgoročno zmanjševanje stopnje samomorilnosti v zadnjih letih upočasnilo.

»Ta razlika je lahko plod različnih predstav o moškosti in ženskosti. To je lahko tudi izraz tega, da smo še vedno izrazito patriarhalna družba. Po neki ameriški raziskavi, ki poudarja ravno statistike samomorilnosti, celo izluščimo, da so lahko moški



Duševnih stisk kmetov ni mogoče pojasniti zgolj z njihovo osebnostjo, odpornostjo ali pripravljenostjo poiskati strokovno pomoč. FOTO DREAMSTIME

večje žrtve tega sistema kot ženske. Mislim, da sta oba spola žrtvi tega sistema. Moški denimo zaradi tega, ker se od njih zlasti v kmečkem poklicu pričakuje, da so neomajni, ne iščejo pomoči in vse rešijo sami. Kmečko okolje je še vedno zelo patriarhalno organizirano. Pri ženskah pa je po drugi strani ogromno nevidnega, neplačanega dela,« opozarja Knežević Hočevarjeva.

Dostop do pomoči obstaja

Mateja Slovenc Grasselli je na podlagi intervjujev med polletnim bivanjem v Pomurju ugotovila, da imajo pomurski kmetje verjetno ravno zaradi pomanjkanja delovne sile spletne mreže z vsaj dvema ali tremi drugimi kmeti, s katerimi si medsebojno pomagajo pri opravih, to pa je namenjeno tudi socializaciji. Glede duševnega zdravja na podeželju je še poudarila, da je država načrtno centre duševnega zdravja postavila v ruralna okolja. »Dostop do neke pomoči načeloma obstaja,« je poudarila. Vendar je zaradi stigme vprašanje, koliko se ti centri dejansko uporabljajo.

»V Prekmurju sem obiskala več kmetij. Velike težave so med mojim raziskovanjem med letoma 2018 in 2023 imeli sadjarji, ko je Poljska za-

V preteklih podobnih projektih se je izkazalo, da ljudje zaradi stigme na take delavnice hodijo v druge kraje, ne v svojem okolju.

radi embarga Rusije evropski trg začela preplavljati s sadjem. S tem so se nizale cene domačih pridelkov, pa če dodamo še zaporedne pozebe pred letom 2019 in propad sadjarske zadruge, kmetje preprosto niso imeli več moči pogajanja. Bili so prepušeni sami sebi, posledično pa je vsako gibanje cen bilo težje preživeti. Prihajalo je celo do tega, da pridelka niso mogli prodati in jim je gnil, ali pa so se spuščali v neka izkoriščevalska razmerja z nizkimi cenami, ki niso pokrili nič stroškov pridelave,« je povedala.

Projekt PoljaMoči

»Zaradi vseh teh dejavnikov so bili kmetje prepoznani kot ranljiva skupina,« pa je dejala Prekmurka Tisa Kučan Lah. Zato je pod okriljem ministrstva za zdravje nastal projekt

Pri kmetijstvu gre po navadi za tako rekoč družinska podjetja. V veliko primerih se kmetija podeduje, pri čemer gre potem za neko moralno zavezo, da kmet nadaljuje delo prejšnjih generacij.

»Med kmeti je še vedno veliko strigme in neznanja o duševnih stiskah. Namen projekta je predvsem spodbuditi pogovor in na neki način povečati to pismenost v duševnem zdravju. Gre za zelo aplikativen projekt, katerega rezultat bodo tudi izobraževalna gradiva za kmete, denimo o izgorelosti, obenem pa smo pripravili tudi delavnice na terenu in webinar na spletni strani. Projekt ne more odpraviti sistemskih težav, lahko pa ljudem da orodje, s katerim bodo lahko prepoznali lastne stiske in stiske drugih. Pri tem projektu sodelujemo z Zvezo slovenske podeželske mladine, oni so kot partnerji odgovorni za to, da na te delavnice pripeljejo ljudi. To gotovo olajša neki začetni odpor do takšnih delavnic, saj kmete vključijo prek nekarerih mrež, ki jih že poznajo. V preteklih podobnih projektih se je namreč izkazalo, da ljudje zaradi stigme na take delavnice hodijo v druge kraje, ne v svojem okolju,« je dejala. Dodala je še, da so mlade kmete želeli vključiti ravno zato, ker prav oni vedo, kakšno je življenje in kakšne so težave te poklicne skupine.

Duševnih stisk kmetov ni mogoče pojasniti zgolj z njihovo osebnostjo, odpornostjo ali pripravljenostjo poiskati strokovno pomoč. Čeprav so prepoznavanje simptomov, pogovor in pravočasna obravnava izjemno pomembni, se številne težave začnejo zunaj posameznika. Nastajajo v okolju, v katerem je rezultat večmesečnega dela odvisen od vremena, gibanja cen na svetovnih trgih, odločitev trgovcev, spreminjajočih se predpisov in ukrepov, na katere kmet nima skoraj nobenega vpliva.

Niko Hari

PoljaMoči – Počurje na kmetiji: krepitev virov in znanj, ki ga vodi Lili-jana Šprah z Druženomedicinskega inštituta ZRC SAZU. Namenjen je izboljšanju duševnega zdravja kmečkega prebivalstva in poteka do konca novembra 2026.