

Politik wirkt als Verstärker

Stand: 4. Februar 2026, 15:00 Uhr - Andrea Ludwig, Friederike Lupberger

Die BAG Familie und Betrieb lobt die Arbeit der Verbände.

Kurzfassung

Burnout und suizidale Krisen prägen immer mehr die Beratertätigkeit der Bundesarbeitsgemeinschaft Familie und Betrieb. Das hat deren Vorsitzender, Hartmut Schneider, im Gespräch mit AGRA Europe verdeutlicht. Nach seinen Worten können Burnout-Phänome Menschen in jeder Lebensphase und in jeder Betriebsform treffen. Als erfreulich wertet es Schneider, dass inzwischen das Thema der psychischen Belastung auf den landwirtschaftlichen Betrieben zunehmend offener angesprochen wird. Positiv hebt er hervor, dass die Sozialversicherung das Thema psychische Gesundheit offensiv aufgreift.

Der Vorsitzende der Bundesarbeitsgemeinschaft Familie und Betrieb, **Hartmut Schneider**, über das Thema Burnout und Suizid, dem Umgang in der Landwirtschaft damit und die Rolle von Bauernverband und Sozialversicherung

Herr Schneider, welchen Stellenwert haben die Themen Burnout und Suizid in Ihrer Beratungstätigkeit?

Burnout und suizidale Krisen prägen auch unsere Beratungstätigkeit immer deutlicher. Viele Menschen greifen das Wort „Burnout“ zunächst nur vorsichtig auf, doch die persönliche Erfahrung tiefer Müdigkeit, nächtlicher Unruhe und das Gefühl eines inneren Ausgebrannt-Seins werden häufig angesprochen. Suizidgedanken melden sich oft leise: in Form von Existenzängsten, schwindender Hoffnung, Rückzug oder Sätzen wie „So geht es nicht weiter.“ Genau hier setzen wir an: Wir schaffen eine vertrauensvolle Atmosphäre, in der belastende Erfahrungen und Gedanken zur Sprache kommen können und erste Schritte der Entlastung möglich werden.



Hartmut Schneider

© Christian Schauderna,
Medio.de

Gibt es innerhalb der Landwirtschaft bestimmte Gruppen, die besonders häufig unter Burnout leiden?

Burnout-Phänomene können Menschen in jeder Lebensphase und in jeder Betriebsform treffen. Gleichzeitig zeigen sich bestimmte Konstellationen mit erhöhter Anfälligkeit: Menschen im mittleren Lebensalter tragen häufig hohe Verantwortung für Tiere, Flächen, Familie und Altenteil – eine Last, die schnell zu schwer werden kann. Familienbetriebe sind häufig mit dauerhaft hohen Präsenzzeiten belastet. Investitions-, Dokumentations- und Anpassungsdruck verstärken das und führen zu einer zusätzlichen Belastung. Frauen leisten sehr oft neben der Mitarbeit im Betrieb Familien- und Pflegeaufgaben und übernehmen nicht selten auch die emotionale Stabilisierung des Systems. Junge Hofnachfolgerinnen und Hofnachfolger wiederum bewegen sich zwischen hohen Erwartungen und begrenzten Handlungsspielräumen – eine Mischung, die innere Anspannung begünstigt. Auch die abgebende Generation, die ihre bisherige Lebensaufgabe loslassen muss, ist besonders herausgefordert. Kommt dann noch der Anspruch hinzu, alles mit sich selbst ausmachen zu wollen, beschleunigt sich die Belastungsspirale weiter. Als zusätzliche Risikofaktoren können physische oder psychische Erkrankungen wirken, die zu spät oder gar nicht behandelt werden. Dabei ist oft nicht die Überlastung Ursache der Erkrankung, sondern umgekehrt entsteht die Überlastung aus einer bereits bestehenden gesundheitlichen Beeinträchtigung.

Welche spezifisch landwirtschaftlichen Gründe begünstigen ein Burnout?

Landwirtschaft verbindet Wohnort, Arbeitsplatz und Familientradition an einem Ort, ein Lebensraum an dem man immer verfügbar zu sein scheint. Gerät ein Bereich dieses Systems in Schieflage, spüren alle anderen Bereiche die Auswirkungen. Äußere Einflussfaktoren wie das Wetter, politische Vorgaben und Märkte können mitunter eine Eigendynamik entwickeln, die sich dem direkten Zugriff der Menschen entzieht. Selbstwirksamkeitserfahrungen – das Gefühl, sein Leben und Arbeiten selbst beeinflussen zu können – schwinden. Gleichzeitig bleibt die innere Verpflichtung, allem gerecht werden zu müssen: den Tieren, dem Hof, der Tradition, der Familie, den Vorfahren und der nächsten Generation. Viele beschreiben das Erleben eines „Weitermachen-Müssens“ – auch dann, wenn die Menschen bereits an der Grenze ihrer Kräfte oder längst darüber hinaus sind. Ein Alltag ohne Entspannung und Pausen hindert daran, die eigene Situation zu reflektieren und lässt keine Energie für Gedanken über eine mögliche Neuausrichtung zu, so dass sich das Hamsterrad immer schneller zu drehen scheint.

Spielen politische Entscheidungen im Beratungsgespräch eine Rolle als Auslöser?

Es sind weniger einzelne Regelungen als vielmehr das Gefühl, auf permanent verordnete Veränderungen reagieren zu müssen: steigende Anforderungen an die Betriebsleitung, zunehmende Bürokratie und sinkende Planbarkeit. Viele berichten zugleich von einer gefühlt abnehmenden gesellschaftlichen Anerkennung der Landwirtschaft und spüren durch die häufigen Kontrollen wenig Vertrauen in ihre Tätigkeit, sondern erleben eher das Gefühl unter Generalverdacht zu stehen. Politische Entscheidungen wirken in diesem Erleben wie ein Verstärker – sie erhöhen das ohnehin vorhandene Belastungsniveau und verdichten das Gefühl, ständig nachjustieren zu müssen, ohne an der Situation etwas verändern zu können.

Woran erkennen Sie im Gespräch ein mögliches Burnout?

Burnout-Phänomene zeigen sich etwa in tiefer Erschöpfung, in Schlafstörungen, in Geiztheit oder sozialem Rückzug. Manches verliert an Bedeutung, das früher Freude schenkte. Häufig fällt der Satz: „Ich funktioniere nur noch.“ Wachsam sollten alle in der Beratung Tätigen werden, wenn der Selbstwert als gering beschrieben wird, der Zukunftsblick äußerst pessimistisch ist oder körperliche Beschwerden auftreten. Im Austausch mit Angehörigen zeigt sich vielfach erst, wie es dem betroffenen Menschen tatsächlich geht. Nach außen wird oft bis zuletzt versucht, gefasst zu wirken und den Anschein von Normalität aufrechtzuerhalten.

Wie versuchen Sie dann zu helfen?

Zu Beginn steht das Zuhören – aufmerksam, zugewandt, offen, frei von Bewertungen und achtungsvoll wertschätzend. Viele erleben in diesem Moment spürbare Erleichterung, weil sie ihre Lage endlich in Worte fassen und jemandem anvertrauen können. Anschließend strukturieren wir behutsam gemeinsam: Was lässt sich gestalten? Wo helfen bereits kleine Justierungen möglicher Stellschrauben? Welche Ressourcen, also Kraftquellen, gibt es? Wie entdecke und stärke ich Selbstwirksamkeitserfahrungen? Ein professioneller Anspruch in der Prozessberatung besteht darin, bei erkennbaren psychischen Belastungen eine respektvolle Weitervermittlung an entsprechend qualifizierte therapeutische Fachkräfte zu ermöglichen und gegebenenfalls zu begleiten.

Sind Landwirte offen dafür, psychische Belastungen einzugestehen?

Das Bild vom starken, belastbaren Landwirt wirkt in vielen Biografien fort und prägt den Umgang mit innerem Druck, oft über Generationen hinweg – und das nicht nur in der Landwirtschaft. Erfreulich ist, dass inzwischen das Thema der psychischen Belastung auf den landwirtschaftlichen Betrieben zunehmend offener angesprochen wird. Auch gibt es mittlerweile eine ganze Reihe seriöser Reportagen und Dokumentationen, Podcasts und Blogs dazu. Sie bieten erste Unterstützung, bevor zum Telefon gegriffen wird. An dieser Stelle ist allen denjenigen zu danken, die die Bereitschaft zeigen und den Mut aufbringen, als Betroffene ihre eigenen Geschichten öffentlich zu machen und so zur Sensibilisierung und Enttabuisierung nachhaltig beizutragen. In einer Pressemeldung der AG Suizidprävention in der Grünen Branche am 10. September 2025, wird unter anderem Christoph Rothhaupt zitiert. Selbst Landwirt und von psychischer Belastung betroffen, teilte er seine persönliche Geschichte und betonte: „Sich Hilfe zu holen ist keine Schwäche – es ist eine Stärke.“ Frühzeitige Hilfe gelingt vor allem dort, wo Vertrauen wächst, wo Offenheit für die eigene Situation möglich ist und wo das Eingeständnis von Schwäche als Ausdruck von Ehrlichkeit und Selbstfürsorge geschätzt wird.

Wie bewerten Sie die Rolle von Bauernverband und Sozialversicherung?

Es tut gut zu sehen, dass die Sozialversicherung das Thema psychische Gesundheit offensiv aufgreift. Trainings, Hotlines und Präventionsangebote setzen dabei wichtige Impulse. Ihre volle Wirkung entfalten sie dort, wo auch strukturelle Rahmenbedingungen mitgedacht werden. Dabei ist zu berücksichtigen, dass Prävention an Tiefe gewinnt, wenn persönliche Stärkung und verbesserte äußere Bedingungen Hand in Hand gehen. Hier erleben wir bei den Verantwortlichen eine große Offenheit und Kooperationsbereitschaft – zum Wohle der Menschen.

Viele landwirtschaftliche Familien erleben ja hohe emotionale, organisatorische und wirtschaftliche Belastungen. Wenn die Verbände diese Dimensionen noch sichtbarer aufgreifen und offen ansprechen, ist das ein wichtiges Signal der Unterstützung – und trägt dazu bei, die Realität des Arbeitsalltags in der Landwirtschaft ganzheitlich abzubilden.

Beginnt Hilfe immer auf individueller Ebene – oder braucht es mehr?

Die wichtigste Ressource in herausfordernden Lebenslagen sind vertrauensvolle Beziehungen – zu sich selbst, zu Partnerinnen und Partnern, zu Familienangehörigen, Freundinnen und Freunden oder Nachbarn. Erst wenn dieses persönliche Umfeld nicht mehr alleine trägt, können Beratende ihre Unterstützung wirksam entfalten. Gemeinsame Gespräche, etwa über Rollen, Verantwortlichkeiten oder Übergabefragen im Familienbetrieb, können spürbar entlasten. Zugleich gibt es Menschen, denen Worte weniger helfen. Für sie kann schon allein die verlässliche Präsenz eines anderen Menschen eine große Stütze sein. Eine wertschätzende gesellschaftliche Haltung gegenüber der Landwirtschaft wirkt schützend – Anerkennung stärkt Resilienz. Wir setzen auf ein Zusammenspiel: Die Stärkung individueller Ressourcen, die Klärung in der Familie und Unterstützung bei der Umsetzung struktureller Veränderungen.

Die Prozessberatung der Landwirtschaftlichen Familienberatung als eine Form begleitender Unterstützung will Familien in ihrer Selbstorganisation stärken, ohne ihnen vorgefertigte Lösungen zu präsentieren. Sie gibt Raum für Kommunikation, begleitet Veränderungsprozesse, macht Beziehungsmuster sichtbar und fördert neue Perspektiven. Sie kommt insbesondere dann zum Tragen, wenn es um die Weiterentwicklung des Betriebes und die damit verbundenen Themen der Betriebsübergabe und Nachfolge geht. Dabei steht die einzelne Person im Mittelpunkt – nicht nur in der jeweiligen Rolle im Betrieb, zum Beispiel als Betriebsleitung, sondern als Teil komplexer sozialer Systeme. Dieser systemisch orientierte Beratungsansatz berücksichtigt die Wechselwirkungen zwischen Generationen, Geschlechtern, Rollenbildern, emotionalen Bindungen und betrieblichen Realitäten. Ziel ist es, Räume zu schaffen, in denen neue Perspektiven entstehen können – jenseits von Schuld, Pflicht und tradierten Erwartungen.

Ein Blick in die Zukunft: Wie wird sich das Thema entwickeln?

Vor dem Hintergrund globaler Krisen, dem anhaltenden wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Wandel steigt die Wahrscheinlichkeit weiterer psychischer Belastungen. Zugleich wächst aber auch das Bewusstsein, dass seelische Gesundheit zur Grundausstattung einer zukunftsfähigen Landwirtschaft und einem erfolgreichen Betrieb gehört. Niedrigschwellige Beratungsangebote, verlässliche Netzwerke und professionelle Kooperationsnetze bieten hier tragende Perspektiven. Auch neue Impulse in der landwirtschaftlichen Ausbildung, die das Thema bereits frühzeitig für junge Menschen greifbar machen, können als präventiver Ansatz gute Dienste leisten. Damit diese Strukturen jedoch nachhaltig wirken können, braucht es eine solide finanzielle Basis: Qualifizierung für Beratende wie auch die Beratung selbst kosten Geld – und sollten daher gesellschaftlich mitgetragen und entsprechend honoriert werden. Nur so können Kooperationsbereitschaft, Selbstwirksamkeitserfahrungen und eine gestärkte Resilienz sowohl auf individueller als auch auf gesellschaftlicher Ebene langfristig gesichert werden.

Gibt es einen Aspekt, der oft vergessen wird?

Nach unserer Erfahrung in der Beratung zeigen sich in landwirtschaftlichen Familienbetrieben immer wieder Belastungsmuster, die sich nicht allein aus aktuellen Konflikten erklären lassen. Vielmehr deuten viele dieser Dynamiken auf seelische Verletzungen hin, die über Generationen hinweg innerhalb der Familie weitergegeben wurden – häufig unbewusst. Das ist an sich nicht verwunderlich bei Familienbetrieben mit einer zum Teil jahrhundertlangen Geschichte. Besonders im Kontext von Hofübergaben, familiären Rollenbildern und unausgesprochenen Erwartungen wird deutlich, wie tief solche Prägungen wirken können. Sie äußern sich nicht selten in Form von chronischer Erschöpfung, depressiven Verstimmungen oder auch in familiären Zerwürfnissen, die sich über Jahrzehnte fortsetzen. Wenn wir in der Beratung solche Muster erkennen und achtsam benennen, entsteht oft erstmals Raum für Entlastung. Es geht darum, dass die Menschen ein Verständnis für die eigene Geschichte entwickeln – und damit auch für die der anderen Beteiligten. Prozessberatung im Sinne einer begleitenden Unterstützung kann hier helfen, alte Verletzungen zu würdigen, neue Perspektiven zu eröffnen und die Selbstwirksamkeit der Beteiligten zu stärken.

Vielen Dank! AgE

Zur Person

Hartmut Schneider ist Vorsitzender der Bundesarbeitsgemeinschaft (BAG) Familie und Betrieb. Hauptberuflich ist er Geschäftsführer und Berater in der Beratungsstelle Familie&Betrieb – Ländliche Familienberatung - LFBK in Rheinhessen, dessen Träger die Evangelische Kirche von Kurhessen-Waldeck und die Evangelische Kirche in Hessen und Nassau sind.

Die BAG Familie und Betrieb ist der Zusammenschluss der landwirtschaftlichen Familienberatungen und Sorgentelefone. Bundesweit gibt es insgesamt 27 Einrichtungen. Das Angebot ist konfessionsunabhängig. Der Vorstand arbeitet ehrenamtlich. Die BAG Familie und Betrieb finanziert sich durch Mitgliedsbeiträge, Spenden und Fördermittel.