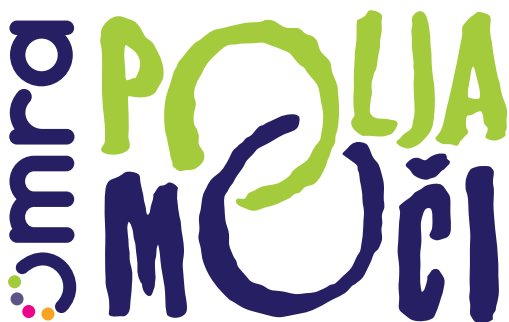


KMETOVATI IN DOBRO ŽIVETI: DELO, ODNOSI IN POLJA MOČI



pmrc **POLJA**
MOČI



KMETOVATI IN DOBRO ŽIVETI: DELO, ODNOSI IN POLJA MOČI

FARMING AND LIVING WELL:
WORK, RELATIONSHIPS, AND FIELDS
OF STRENGTH

Uredila: Nataša Dernovšček Hafner in Dino Manzoni



Založba ZRC

KMETOVATI IN DOBRO ŽIVETI: DELO, ODNOSI IN POLJA MOČI

Uredila: Nataša Dernovšček Hafner in Dino Manzoni

Recenzenta monografije: Mojca Zvezdana Dernovšek in Dan Podjed

Recenzentki in recenzenta prispevkov: Mojca Zvezdana Dernovšek, Dan Podjed,

Nataša Dernovšček Hafner, Dino Manzoni

Jezikovni pregled: Ana Glavina

Izdajatelj: ZRC SAZU, Družbenomedicinski inštitut

Zanju: Lilijana Šprah

Založila: Založba ZRC, ZRC SAZU

Zanjo: Oto Luthar

Glavni urednik založbe: Aleš Pogačnik

Avtor naslovnice: Danilo Lah

Avtorji fotografij: Nataša Dernovšček Hafner, Danilo Lah, Blaž Lenček, Boštjan Podlogar

Oblikovanje in prelom: Sara Munda

Tisk: Present, d. o. o.

Naklada: 300

Ljubljana, oktober 2026

Prva izdaja, prvi natis / Prva e-izdaja

Publikacija je v PDF-različici dostopna tudi na spletni strani:

<https://www.omra.si/poljamoci>



Delo je zaščiteno z mednarodno licenco Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License (priznanje avtorstva, deljenje pod istimi pogoji):

<https://doi.org/10.3986/9789610511793>

Kataložna zapisa o publikaciji (CIP) pripravili v Narodni in univerzitetni knjižnici v Ljubljani

Tiskana knjiga

COBISS.SI-ID 293022467

ISBN 978-961-05-1178-6

E-knjiga

COBISS.SI-ID 292896259

ISBN 978-961-05-1179-3 (PDF)

KAZALO

KNJIGI NA POT

DOBRO POČUTJE LJUDI, KI KMETUJEJO: DELO, ODNOSI IN MOŽNOSTI DELOVANJA

Dino Manzoni in Nataša Dernovšček Hafner

3

PREDGOVOR

MOČ NI V TEM, DA VSE NOSIMO SAMI: od projekta neMOČ podeželja do PoljMoči

Andreja Grobiša in Doris Letina

11

NEVIDNO BREME KMETOVANJA: OCENA PSIHOSOCIALNIH TVEGANJ IN NJIHOVEGA VPLIVA NA DOŽIVLJANJE PREKOMERNEGA STRESA S POMOČJO ORODJA OPSA / The invisible burden of farming: an OPSA-based assessment of psychosocial risks and their impact on excessive stress

Lilijana Šprah

17

POČUTJE V PRIMEŽU DELA IN DRUŽINE: VPOGLED V OKOLIŠČINE SLABEGA POČUTJA NA DRUŽINSKIH KMETIJAH V SLOVENIJI / Well-being caught between work and family: insight into the circumstances of ill-being on family farms in Slovenia

Majda Černič Istenič in Duška Knežević Hočevar

49

DUŠEVNO ZDRAVJE SLOVENSКИH KMETOV SKOZI PRIZMO IZGORELOSTI: KVALITATIVNA ANALIZA DEJAVNIKOV STISK IN VIROV POMOČI / The mental health of Slovenian farmers through the lens of burnout: a qualitative analysis of stressors and sources of support

Nataša Dernovšček Hafner

71

PROTISLOVJA DIGITALIZACIJE KMETIJSTVA: PLATFORMIZACIJA, STRUKTURNI TEHNOSTRES IN VPRAŠANJE AVTONOMIJE / Contradictions of agricultural digitalisation: platformisation, structural technostress, and the question of autonomy

Dino Manzoni

99

FARMING WOMEN AND THE RELATIONALITY OF DROUGHT AND DISTRESS

Lia Bryant

121

KMETICE IN POVEZANOST MED SUŠO IN STISKO

slovenski prevod / Slovenian translation

Lia Bryant

141

KMETIJSTVO, MIGRACIJE IN DUŠEVNO ZDRAVJE / Agriculture, migration, and mental health

Tisa Kučan Lah in Sanja Cukut Krilić

161

PISMENOST O DUŠEVNEM ZDRAVJU V SLOVENIJI: VLOGA SOCIODEMOGRAFSKIH ZNAČILNOSTI / Mental health literacy in Slovenia: the role of sociodemographic factors Adela Černigoj in Lilijana Šprah	183
ZGODNJE PREPOZNAVANJE OSAMLJENOSTI PRI LJUDEH, KI KMETUJEJO / Early recognition of loneliness among people who farm Barbara Vogrinec Švigelj in Dino Manzoni	199
DUŠEVNO ZDRAVJE LJUDI, KI KMETUJEJO: OVIRE PRI ISKANJU POMOČI IN VAROVALNI DEJAVNIKI / Mental health of people engaged in farming: barriers to help-seeking and protective factors Sanja Cukut Krilič in Tisa Kučan Lah	213
VLOGA OBČANSKE ZNANOSTI PRI VAROVANJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA KMEČKE POPULACIJE / The role of citizen science in protecting the mental health of the farming population Nuša Kovačević Tojnko, Maruša Gorišek, Tatjana Rožič	235
ZAKAJ SODELOVANJE IZGUBI SMISEL? MORALNA EKONOMIJA TRŽNEGA POVEZOVANJA MED PRIDELOVALCI SADJA / Why does cooperation lose its meaning? The moral economy of market cooperation among fruit growers Mateja Slovenc Grasselli	257
SINTEZA POTREB IN KONCEPTUALNI OKVIR ZA NAČRTOVANJE SOCIALNE INFRASTRUKTURE ZA OSEBE Z DEMENCO NA PODEŽELJU / A synthesis of needs and a conceptual framework for planning social infrastructure for people with dementia in rural areas Nuša Kovačević Tojnko, David Bogataj, Tatjana Rožič	277
PRIPOROČILA ZA ETNOGRAFSKO OBVEŠČENE JAVNOZDRAVSTVENE EVIDENCE LJUDI, KI KMETUJEJO / Recommendations for ethnographically informed public health records of people who farm Duška Knežević Hočevar, Majda Černič Istenič, Lilijana Šprah	301

NEVIDNO BREME KMETOVANJA: OCENA PSIHOSOCIALNIH TVEGANJ IN NJIHOVEGA VPLIVA NA DOŽIVLJANJE PREKOMERNEGA STRESA S POMOČJO ORODJA OPSA

The invisible burden of farming: an OPSA-based assessment of psychosocial risks and their impact on excessive stress

Lilijana Šprah

POVZETEK

Kmetovanje v sodobnem času prinaša številna psihosocialna tveganja, ki vplivajo na zdravje, blaginjo in dolgoročno vzdržnost kmetijskih gospodarstev. Namen raziskave je bil na vzorcu slovenskih kmetov in kmetic proučiti izvore psihosocialnih obremenitev, zdravstveno stanje in negativne pojave, povezane s stresom.

Raziskava je temeljila na vzorcu oseb, ki so aktivno kmetovale v letu 2021 (N = 251). Za oceno izvorov psihosocialnih tveganj smo uporabili prilagojeno samoocenjevalno orodje OPSA. Analizirali smo izpostavljenost psihosocialnim obremenitvam in tveganja za doživljanje prekomernega stresa, zdravstvenega absentizma, prezentizma in izpostavljenosti nasilju v delovnem okolju in namero o opustitvi kmetovanja.

Izsledki kažejo, da se večina proučevanih področij psihosocialnih obremenitev nahaja v območju povečanega tveganja za slabše duševno, telesno in socialno zdravje. Najbolj obremenjujoči dejavniki so bili urnik dela, vloga in odgovornost

Avtorica: Lilijana Šprah

Znanstveni in strokovni naziv: univerzitetno diplomirana psihologinja, doktorica medicinskih ved, znanstvena svetnica

Inštitucija/zaposlitev, naslov: Družbenomedicinski inštitut ZRC SAZU, Novi trg 2, 1000 Ljubljana

E-naslov: lilijana.sprah@zrc-sazu.si

ORCID iD: 0000-0002-5363-3309

https://doi.org/10.3986/9789610511793_01, CC BY-SA

na kmetiji, delovna obremenitev, hitrost poteka dela, delovno okolje in telesni napor. Ti se odražajo v pogostih mišično-skeletnih težavah, utrujenosti in zmanjšani zmožnosti dela. Kmetice so pogosteje poročale o obremenitvah, povezanih s psihofizičnim zdravjem in omejenimi možnostmi za skrb zase.

Rezultati potrjujejo, da psihofizično zdravje v kmetijstvu predstavlja pomemben javnozdravstveni in strukturni problem, ki zahteva celostne preventivne programe in dostopne podporne storitve, prilagojene posebnostim družinskega kmetovanja in podeželskega okolja.

Ključne besede: kmetovanje, psihosocialna tveganja, stres, zdravje, OPSA

ABSTRACT

Modern farming involves numerous psychosocial risks that affect the health, well-being, and long-term sustainability of agricultural holdings. This study aimed to examine the sources of psychosocial strain, health status, and stress-related negative phenomena among Slovenian farmers. The research was based on a sample of individuals actively engaged in farming in 2021 (N = 251). To assess the sources of psychosocial risks, a tailored OPSA self-assessment tool was used. We analysed exposure to psychosocial stressors and the risks of excessive stress, sickness absence, presenteeism, workplace violence, and intentions to leave farming.

The findings indicate that most of the examined domains fall within the increased risk zone for poorer mental, physical, and social health. The most burdensome factors were work schedules, roles and responsibilities on the farm, overall workload, work pace, the work environment, and physical demands. These manifest as frequent musculoskeletal disorders, fatigue, and reduced work capacity. Female farmers more often reported strains related to psychophysical health and limited opportunities for self-care.

The results confirm that psychophysical health in agriculture is a significant public health and structural issue. Addressing this requires comprehensive preventive programmes and accessible support services tailored to the specific characteristics of family farming and the rural environment.

Key words: farming, psychosocial risks, stress, health, OPSA

Kratka predstavitev avtorice

Lilijana Šprah je psihologinja, doktorica medicinskih ved in raziskovalka na Družbenomedicinskem inštitutu ZRC SAZU. Pri raziskovalnem delu se osredotoča na duševno zdravje, razvoj in evalvacijo programov pismenosti o duševnem zdravju, proučevanje poklicnega stresa in njegovih vplivov na posameznika in na kakovost življenja. Aktivno sodeluje pri domačih in mednarodnih raziskovalnih projektih.

1 UVOD

Psihosocialne obremenitve pri kmečkem delu, kot so dolgi delavniki, finančna negotovost, vremenske ujme, odgovornost za živali in kmetijo in stalna skrb za preživetje, lahko pomembno vplivajo na telesno in duševno zdravje kmečkega prebivalstva in njihovih družin. V nedavnem poročilu EU-OSHA (2024) so psihosocialna tveganja, duševno zdravje in stres prepoznani kot pomembni izzivi, s katerimi se sooča kmetijski sektor. Skoraj polovica kmetov in kmetijskih delavcev (45 %) dela po 10 ur na dan, kar presega 48-urni delovni teden in je izrazito nad povprečjem drugih poklicnih skupin v EU-27, ki znaša 25 %. Težave v duševnem zdravju so v populaciji kmetov zelo razširjene. Na Finskem je na primer raziskava med kmetijami pokazala, da je 55 % anketiranih pri kmetijskem delu doživljalo stres. V Angliji in Walesu je 31 % anketiranih kmetov in kmetijskih delavcev poročalo o težavah z anksioznostjo oziroma depresijo, na Irskem se je z izgorelostjo soočal vsak četrti kmet. Raziskava, ki jo je opravila Jones-Bitton s sodelavci (2020), je pokazala, da kanadski kmetje poročajo o visoki ravni stresa, anksioznosti in depresivnosti in nižji psihološki odpornosti, pri čemer so bile težave izrazitejšje pri ženskah. Prekomerni stres se pri kmetih pogosto kaže skozi utrujenost, glavobole, bolečine v telesu, prebavne težave, slabši spanec in večjo dovzetnost za bolezni. Poleg telesnih težav se lahko pojavijo tudi spremembe v vedenju in počutju. Človek lahko postane razdražljiv, brezvoljen, manj potrpežljiv ali se začne umikati od drugih ljudi. Pogosto se zmanjšata motivacija in veselje do dela, poveča pa se občutek nemoči in izčrpanosti. Zaradi preobremenjenosti lahko pride pri delu do več napak, poslabša se koncentracija in poveča se število nezgod pri delu s stroji ali živalmi (Lundqvist, 2023).

Dolgotrajne psihosocialne obremenitve lahko vodijo tudi v izgorelost, anksioznost ali depresijo. Posebej na kmetijah je težava, ker se delo in družinsko življenje pogosto prepletata, zato stres ne vpliva le na posameznika, ampak tudi na odnose v družini in kakovost življenja vseh članov gospodinjstva. Raziskave kažejo, da so kmetje zaradi izoliranosti, ekonomskih pritiskov in občutka odgovornosti dovzetnejši za težave v duševnem zdravju (Hay in sod., 2026; Fraser in sod., 2005) in so v primerjavi s splošno populacijo tudi do 3,5-krat bolj ogroženi zaradi samomorilnega vedenja (Purc-Stephenson in sod., 2023).

Posledice stresa pa se kažejo tudi na ravni kmetije. Zaradi slabšega počutja in utrujenosti se lahko zmanjša delovna učinkovitost, poveča tveganje za poškodbe, težje je sprejemati pomembne odločitve, slabša pa se lahko tudi dolgoročna uspešnost kmetovanja. Pomembno je torej, da kmetje pravočasno prepoznajo znake preobremenjenosti in težav v duševnem zdravju, si poiščejo

podporo in poskrbijo za ravnovesje med delom, počitkom in družinskim življenjem (Purc-Stephenson in sod., 2024).

1.1 Psihosocialna tveganja

Na evropski ravni lahko rečemo, da se je področju psihosocialnih tveganj večja in sistematična pozornost začela posvečati od leta 1989, ko je evropska okvirna direktiva o varnosti in zdravju pri delu določila obveznost delodajalcev, da varujejo zdravje delavcev pri vseh vidikih dela (EU-OSHA, 2012). Na tej podlagi so se kasneje razvili različni pristopi ocenjevanja in obvladovanja psihosocialnih tveganj v delovnem okolju. V Sloveniji je pomemben formalni mejnik leto 2011 s sprejetjem Zakona o varnosti in zdravju pri delu (ZVZD-1, 2011). ZVZD-1 zlasti v 24. členu določa, da mora delodajalec sprejeti ukrepe za preprečevanje, odpravljanje in obvladovanje nasilja, trpinčenja, nadlegovanja in drugih oblik psihosocialnih tveganj na delovnem mestu, ki lahko ogrozijo zdravje delavcev. S tem je ZVZD-1 psihosocialna tveganja formalno umestil med področja varnosti in zdravja pri delu in delodajalcem naložil odgovornost za njihovo sistematično obravnavo.

Psihosocialna tveganja pri delu se nanašajo na tiste psihološke, socialne in organizacijske vidike dela, delovnega okolja in načinov organiziranja in upravljanja dela, ki negativno vplivajo na zdravje, dobro počutje in delovno učinkovitost zaposlenih. V literaturi so opredeljena kot tisti psihološki in socialni dejavniki dela, delovnih mest, delovnega in širšega okolja, ki pri delavcih povečujejo verjetnost za zdravstvene zaplete, doživljanje prekomernega stresa, preobremenjenosti, izgorevanja, odsotnost z dela, vplivajo na zmanjšano učinkovitost in storilnost na delovnem mestu in povzročajo težave pri usklajevanju dela z družinskimi obveznostmi. Med najpogostejše izpostavljenimi dejavniki so prekomerne delovne zahteve, nizka stopnja nadzora nad delom, nejasnost vlog, negotovost zaposlitve, neustrezna organizacijska kultura, pomanjkanje socialne podpore, nasilje, nadlegovanje, diskriminacija in težave pri usklajevanju dela in zasebnega življenja (Leka in Jain, 2010; slika 1).

Socialne in organizacijske okoliščine dela

Značilnosti dela in upravljanja z njim



Slika 1: Povezava med psihosocialnimi obremenitvami, zdravjem in negativnimi posledicami stresa

Širše socialne in organizacijske okoliščine dela in ožje dejavnike, povezane z značilnostmi dela in njegovim upravljanjem, je mogoče razumeti kot pomembne vire obremenitev, ki lahko vplivajo na duševno, telesno in socialno zdravje zaposlenih. Pri tem se psihosocialne obremenitve ne pojavljajo ločeno od drugih vrst tveganj v delovnem okolju. Fizične, kemične in biološke obremenitve imajo lahko poleg neposrednih učinkov na zdravje tudi pomemben psihološki učinek, saj lahko pri zaposlenih sprožajo občutke ogroženosti, negotovosti, strahu, nelagodja in preobremenjenosti (slika 1). V tem smislu lahko tudi nevarni ali neustrezni fizični delovni pogoji prispevajo k psihosocialnim obremenitvam, kar potrjuje tudi opredelitev Svetovne zdravstvene organizacije, ki med tveganja za duševno zdravje pri delu vključuje tudi slabe oziroma nevarne fizične delovne pogoje (WHO, 2024).

Konceptualno je zato mogoče razlikovati med direktnimi in indirektnimi tveganji za zdravje zaposlenih. Fizične, kemične in biološke obremenitve praviloma predstavljajo direktna tveganja, saj lahko neposredno povzročijo poškodbe, zastrupitve ali druge zdravstvene zaplete. Psihosocialne obremenitve pa pogosteje delujejo indirektno, saj z doživljanjem in vzdrževanjem stresa posredno vplivajo na zdravje, dobro počutje in delovno zmožnost zaposlenih. Kadar zaposleni in organizacije nimajo ustreznih virov, znanj in mehanizmov za obvladovanje stresa, se lahko razvije dolgotrajni oziroma prekomerni stres, ki se odraža tako v poslabšanem zdravju zaposlenih kot tudi v slabšem delovanju

delovne organizacije (slika 1). Prepoznavanje, ocenjevanje in preprečevanje psihosocialnih tveganj zato predstavljajo pomemben sestavni del sodobnega upravljanja varnosti in zdravja pri delu (WHO, 2024; Eurofound in EU-OSHA, 2014).

Psihosocialna tveganja so pomembna tako z vidika zdravja posameznika kot tudi z vidika delovanja delovne organizacije. Povečujejo verjetnost za doživljanje prekomernega delovnega stresa, čustvene izčrpanosti, slabšega duševnega blagostanja, izgorevanja in drugih neugodnih zdravstvenih izidov (Darr in Johns, 2008; Schult in Edington, 2007; Maslach in sod., 2001). Hkrati se lahko posledice psihosocialnih obremenitev izražajo tudi na ravni organizacije, in sicer v obliki večje odsotnosti z dela, prezentizma, večje fluktuacije zaposlenih in večjega finančnega bremena, povezanega z zdravstvenimi in socialnimi posledicami slabega zdravja (Eurofound, 2023).

1.2 Kmetovanje in psihosocialna tveganja

Psihosocialna tveganja pri kmetovanju izhajajo iz značilnosti dela, organizacije kmetijske dejavnosti in širših razmer, v katerih kmetije delujejo. Med najpomembnejše dejavnike, ki vplivajo na duševno, telesno in socialno zdravje kmetov, sodijo dolgi in neenakomerni delovni urniki, sezonska intenzivnost dela, finančna negotovost, odvisnost od vremenskih razmer, nihanje cen kmetijskih pridelkov, administrativne obremenitve, negotovost glede prihodnosti kmetije in težave pri usklajevanju dela in družinskega življenja (Lundqvist in sod., 2023; Daghigh Yazd in sod., 2019; Fraser in sod., 2005).

Posebnost kmetovanja predstavlja tesna povezanost med delovnim mestom, domom in družinskim življenjem. Kmetija pogosto ni le vir dohodka, temveč tudi prostor bivanja, družinske identitete in medgeneracijskega prenosa, zato lahko poslovne težave ali ogroženost obstoja kmetije posameznik doživlja kot osebno in družinsko izgubo. Ta prepletenost lahko povečuje občutek odgovornosti, krivde, socialne izoliranosti in psihične obremenjenosti. Raziskave kažejo, da so kmetje zaradi kombinacije visokih delovnih zahtev, nepredvidljivih okoliščin, finančnih pritiskov in omejene dostopnosti podpornih storitev bolj dovzetni za doživljanje stresa, anksioznosti, depresivnosti, izgorelosti in pri njih se pojavlja povečano tveganje za samomorilno vedenje (Bossard in sod., 2016; Klingelschmidt in sod., 2018; Kolstrup in sod., 2013).

Psihosocialna tveganja pri kmetovanju vplivajo tako na posameznika kot na delovanje kmetije in zaradi doživljanja prekomernega stresa tudi na zdravje, zmanjšano sposobnost odločanja, večje tveganje za napake in poškodbe pri delu, slabšo kakovost družinskih in delovnih odnosov. Pri obravnavi varnosti in zdravja v kmetijstvu je zato poleg fizičnih, kemičnih in bioloških nevarnosti nujno sistematično prepoznavati tudi psihosocialne obremenitve in razvijati

dostopne, kulturno ustrezne in lokalno prilagojene oblike podpore za kmečko prebivalstvo (EU-OSHA, 2013).

1.3 Namen raziskave

Namen raziskave je bil proučiti zdravstveno stanje kmetov in kmetic, vključenih v raziskavo, in oceniti izvore psihosocialnih obremenitev v kmečkih gospodarstvih. Raziskava je bila usmerjena tudi v presojo tveganj za doživljanje prekomernega stresa, odsotnost z dela zaradi zdravstvenih težav, zmanjšano storilnost in učinkovitost pri delu, izpostavljenost nasilju na delovnem mestu in namero o opustitvi kmetovanja. Poseben poudarek na področju presoje psihosocialnih tveganj je bil namenjen tudi ugotavljanju razlik med spoloma.

2 METODA

2.1 Orodje za celovito podporo promociji zdravja na delovnem mestu (OPSA)

Za namene raziskave je bilo uporabljeno orodje OPSA (Orodje za celovito podporo promociji zdravja na delovnem mestu; Šprah in Zorjan, 2016). Orodje je bilo razvito že v sklopu predhodnih projektov, ki smo jih izvajali na področju varovanja zdravja v delovnem okolju s ciljem, da po novih smernicah obvladovanja psihosocialnih tveganj na delovnem mestu tudi v Sloveniji pridobimo zanesljivo orodje, ki bi tako delodajalcem kot delojemalcem omogočilo oceniti izvore obremenitev v delovnem okolju, njihove posledice in pripraviti ustrezne ukrepe za njihovo obvladovanje. Orodje OPSA je bilo uporabljeno tudi že v nekaterih drugih delovnih okoljih, kjer je izkazalo odlično zanesljivost (Cronbach $\alpha = 0,915$; Rus in Peršolja, 2022).

Orodje OPSA je prilagojeno posebnostim slovenskega družbeno-gospodarskega prostora, obenem pa vključuje tudi najnovejša spoznanja o novo nastajajočih psihosocialnih in drugih tveganjih v delovnih okoljih. S pomočjo tega orodja lahko opredelimo vrsto, intenziteto in škodljive posledice psihosocialnih tveganj, ki jih doživljajo ljudje pri delu zaradi izpostavljenosti različnim obremenitvam, povezanih tako z okoliščinami dela kakor zasebnim življenjem. Orodje OPSA na osnovi zdravstvenih in sociodemografskih podatkov in lestvice izvorov psihosocialnih obremenitev po vgrajenih algoritmih izdela oceno na 17 področjih psihosocialnih tveganj (t. i. profil OPSA), ki se povezujejo z okoliščinami dela in zasebnega življenja, in oceni stopnjo tveganja za razvoj težav na področju zdravja. Hkrati pa orodje tudi napoveduje raven tveganj za doživljanje prekomernega stresa, absentizma, prezentizma, fluktuacije in nasilja v delovnem okolju.

Orodje OPSA je samoocenjevalni vprašalnik, sestavljen iz treh delov. Prvi del vključuje vprašanja, ki zajemajo splošne sociodemografske in zdravstvene podatke in vprašanja, povezana z usklajenostjo poklicnega in zasebnega življenja in zadovoljstva s psihofizičnim zdravjem. Drugi del vprašalnika predstavlja 130 trditev, ki se nanašajo na značilnosti dela in delovnega okolja, v katerem udeleženec/-ka dela, na njegove/njene osebnostne značilnosti in posebnosti okolja, v katerem živi. S pomočjo petstopenjske lestvice (od 1 – Sploh se ne strinjam./Sploh ne velja zame. do 5 – Zelo se strinjam./Popolnoma velja zame.) udeleženec/-ka ocenjuje, v kolikšni meri so posamezne trditve in opisi veljali zanj/-o za obdobje zadnjih 12 mesecev. V tretjem delu vprašalnika je bil dodan sklop desetih vprašanj o značilnostih kmetije, vlogi udeležencev/-k raziskave na njej in gospodarskih kazalnikih kmetije, kjer so udeleženci/-ke raziskave kmetovali.

2.2 Postopek pridobivanja podatkov

Med majem in decembrom 2021 smo k izpolnjevanju anonimnega vprašalnika s pomočjo pristopa snežne kepe povabili potencialne udeležence/-ke raziskave. Anketiranje je potekalo tako spletno kakor na terenu. Obvestila smo razposlali tudi predstavnikom/-cam različnih interesnih skupin in jih zaprosili, da pozovejo svoje člane/-ice k sodelovanju v raziskavi. Obrnili smo se na Kmetijsko-gozdarsko zbornico Slovenije, Sindikat kmetov Slovenije, Zvezo kmetič Slovenije, Zvezo slovenske podeželske mladine in Zadružno zvezo Slovenije. Tiskane vprašalnike smo razdeljevali zainteresiranim obiskovalcem/-kam sejma AGRA, ki so nam jih v priloženi kuverti vrnili po pošti. Udeleženci in udeleženke raziskave so bili pred pristopom k raziskavi seznanjeni s potekom raziskave in njenim namenom, imeli so možnost odklonitve sodelovanja, prav tako je bila zagotovljena anonimnost podatkov.

2.3 Postopek analize podatkov

Podatke iz tiskanih in spletnih vprašalnikov smo prenesli v bazo podatkov, ki je vsebovala skupno 251 udeležencev in udeleženek, ki so imeli izpolnjena vsa tri poglavja vprašalnika. Rezultati so bili analizirani na deskriptivni ravni. Zanimali so nas zdravstveni in osnovni sociodemografski podatki, izvori psihosocialnih obremenitev in z njimi povezana tveganja za negativne pojave (prekomerni stres, zdravstveni absentizem, prezentizem, izpostavljenost nasilju na delovnem mestu), značilnosti kmečkih gospodarstev in razlike med spoloma.

3 REZULTATI

3.1 Sociodemografske značilnosti vzorca

V raziskavi je sodelovalo 251 udeležencev in udeleženk (66 % moških in 34 % žensk). Glede na starostni razrez vzorca je prevladovala skupina starih med 51 in 65 let (35 %), sledili sta skupini med 31 in 40 let (24 %) in med 41 in 50 let (22 %). Starih med 18 in 30 let je bilo 15 % in starejših od 65 let 3 %.

Pri izobrazbeni sestavi udeležencev in udeleženk sta prevladovali zaključena srednja šola (28 %) in fakulteta oziroma visoka šola (26 %). Sledili sta višja (18 %) in poklicna šola (17 %). 3 % jih ima končano osnovno šolo ali manj, specializacijo ali magisterij oziroma so zaključili nižje poklicno izobraževanje. 2 % jih ima doktorat znanosti.

3.2 Značilnosti kmečkih gospodarstev

Glede na regijo bivanja je vzorec sestavljalo največ udeležencev/-k iz savinjske (25,9 %), pomurske (13,9 %), jugovzhodne Slovenije (13,5 %) in podravske regije (11,6 %). Sledile so spodnjeposavska (7,7 %), osrednjeslovenska (7,7 %), gorenjska (6,2 %), koroška (5,4 %) in goriška regija (5,4 %). Najmanjši delež vzorca je izhajal iz obalno-kraške (1,5 %), notranjsko-kraške (0,8 %) in zasavske regije (0,4 %). Glede na lokacijo kmetije je prevladovalo hribovsko oziroma gorsko območje (38,8 %), sledili sta vmesno (32,1 %) in ravninsko (29 %).

Dejavnosti, s katerimi so se udeleženci/-ke ukvarjali na kmetijah v zadnjih 12 mesecih, so se nanašale na živinorejo (34,4 %), poljedelstvo (23 %), gozdarstvo (17,8 %), sadjarstvo (9,3 %), vrtnarstvo (8,5 %), vinogradništvo (7,1 %). Poleg tega jih je pod kategorijo drugo pet navedlo čebelarstvo, trije turizem, dva dopolnilne dejavnosti, perutninarstvo, po en pa drevesničarstvo, ekološko kmetovanje, hmeljarstvo, jagodičevje, obnovo dodatnih kmetijskih objektov, urejanje mej, oljkarstvo, ovčerejo, perutninarstvo, piščančjerejo, prašičerejo, predelavo mleka v mlečne izdelke, predelavo sadja in zelenjave, prodajo drv, razrez lesa, sirarstvo, usluge s kmetijsko mehanizacijo, vzgojo iglavcev in zelenjadarstvo.

Na vprašanje, v kakšni vlogi so udeleženci/-ke raziskave v zadnjih 12 mesecih nastopali na kmetiji, jih je največ odgovorilo kot gospodar/-ica oziroma lastnik/-ica kmetije (66,7 %). Sledila sta partner/-ica gospodarja/-ice oziroma lastnika/-ice kmetije (14,7 %) in pomagajoči/-a član/-ica kmetije (18,6 %). V povprečju je na kmetijah v zadnjih 12 mesecih delalo 3,3 ljudi (minimalno 1 oseba; maksimalno 20 oseb).

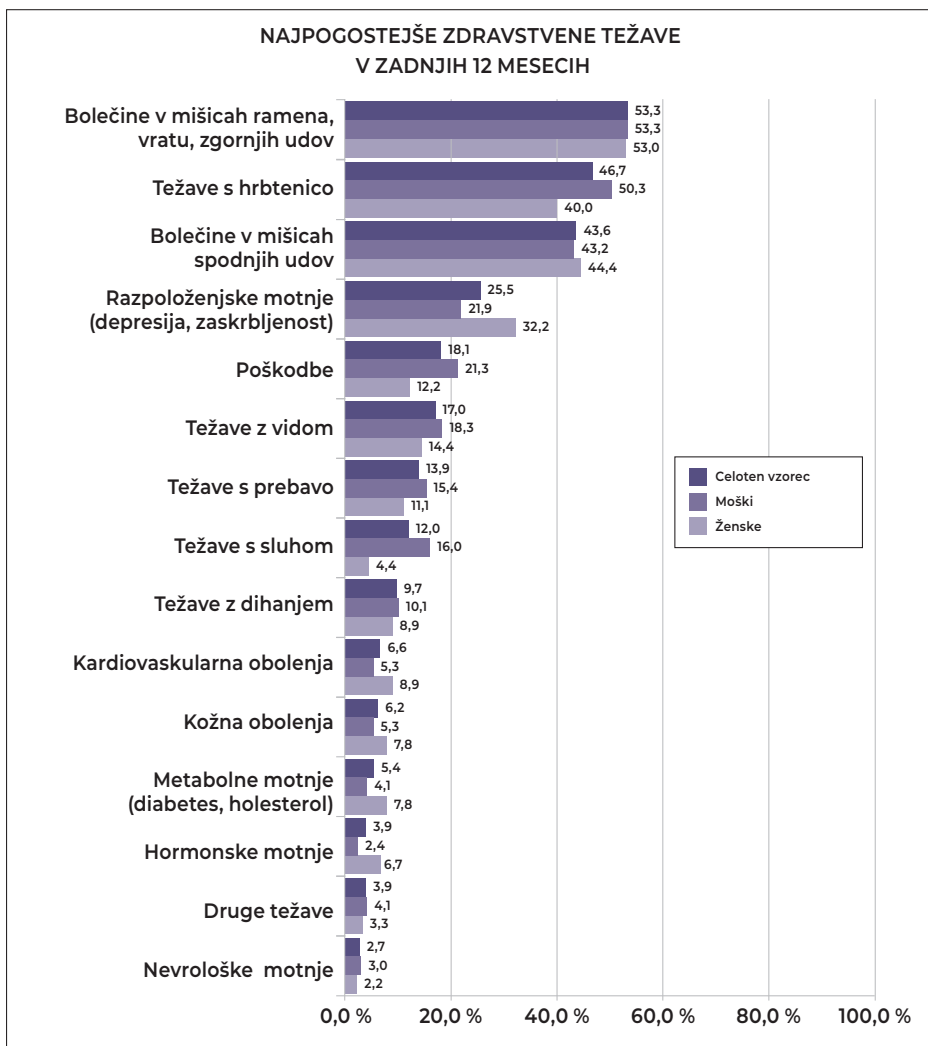
Glede na delovni status so med udeleženci/-kami raziskave prevladovali zaposleni oziroma samozaposleni, ki so delali izključno na kmetiji (45 %), sledili so zaposleni oziroma samozaposleni izven kmetije, ki so delali (pomagali) na kmetiji (31,8 %), upokojeni, ki so pomagali na kmetiji (10,5 %), nezaposleni, ki so delali (pomagali) na kmetiji (6,6 %), in študenti/-ke, ki so pomagali/-e na kmetiji (3,5 %). Pod kategorijo drugo so udeleženci in udeleženke navedli: sem samozaposlen/-a na kmetiji in delam tudi drugo; sem samozaposlen/-a in delam na kmetiji; član/-ica družine; bodoči/-a prevzemnik/-ica; dijak/-inja.

3.3 Zdravstvene težave udeležencev/-k raziskave

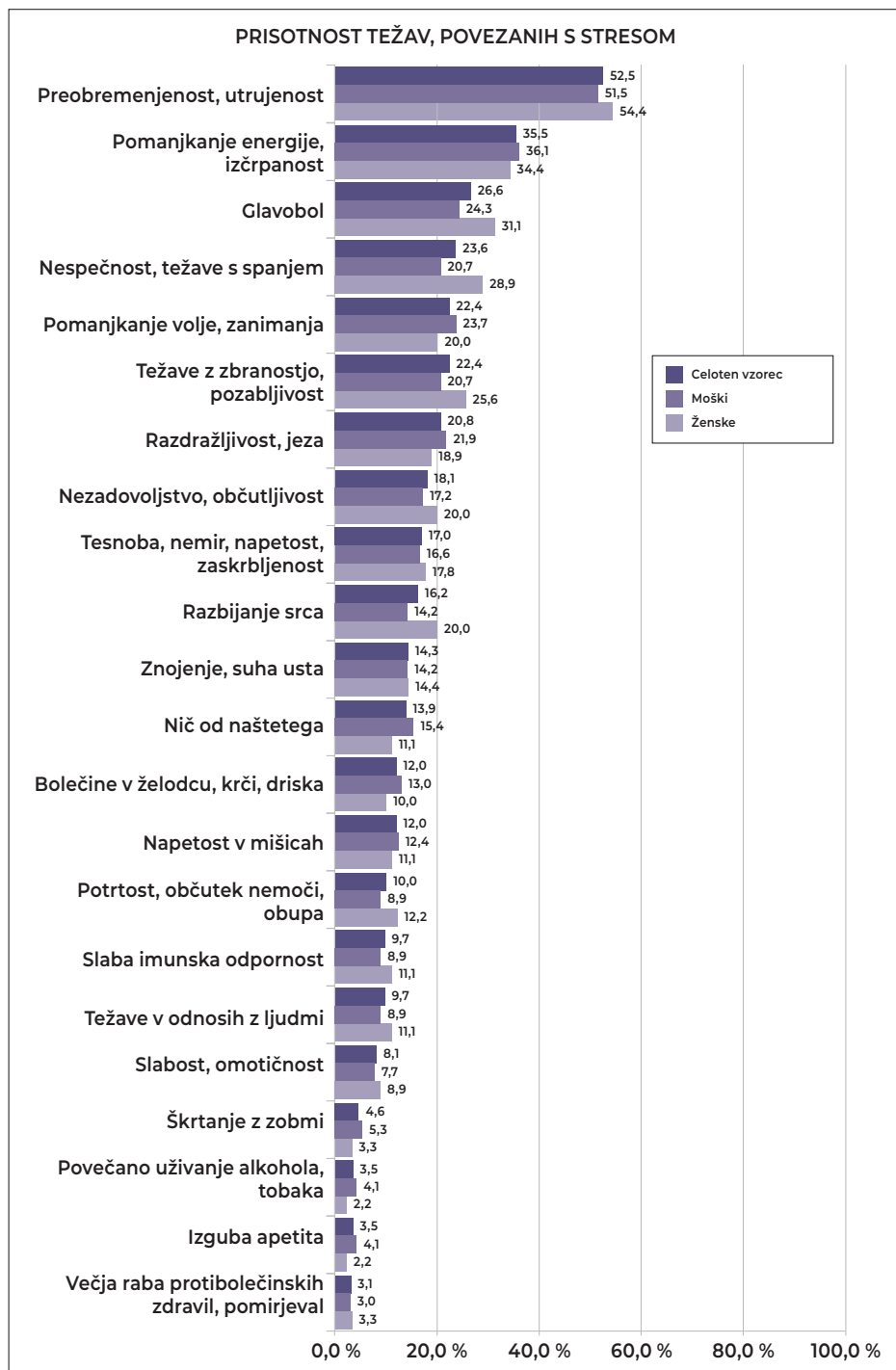
Udeleženci/-ke raziskave so navedli, katere od naštetih zdravstvenih težav so imeli v zadnjih 12 mesecih. Več kot 53 % jih je trpelo zaradi bolečin v mišicah ramena, vratu, zgornjih udov, 46,7 % je imelo težave s hrbtenico, 43,6 % bolečine v mišicah spodnjih udov, 25,5 % razpoloženske motnje in 18,1 % poškodbe. Primerjava zdravstvenih težav med moškimi in ženskami je pokazala, da udeleženke v primerjavi z moškimi pogosteje poročajo o bolečinah v mišicah ramena, vratu, zgornjih in spodnjih udov in razpoloženskih motnjah. Moški pa so pogosteje navedli težave s hrbtenico, poškodbe in težave s sluhom (slika 2). 14 % vzorca ni poročalo o nobeni zdravstveni težavi.

16,6 % vzorca je poročalo, da je zaradi zdravstvenih težav odšlo v zadnjem letu na bolniški stalež, in sicer 20 % žensk in 14,8 % moških. Pri tem je pri moških prevladovala odsotnost z dela med 15 do 30 dni in nad 30 dni, pri ženskah pa odsotnost z dela od 1 do 6 dni in nad 30 dni.

Glede na nekatere psihične, fizične in socialne vidike zdravja in simptome posledic izpostavljenosti prekomernemu stresu so v vzorcu prevladovali: preobremenjenost, utrujenost (52,5 %); pomanjkanje energije, izčrpanost (35,5 %); glavobol (26,6 %); nespečnost, težave s spanjem (23,6 %); pomanjkanje volje, zanimanja (22,4 %); težave z zbranostjo, pozabljivost (20,8 %); razdražljivost, jeza (20,8 %). Primerjava težav, povezanih s stresom, med moškimi in ženskami je pokazala, da so ženske v primerjavi z moškimi v večji meri poročale o doživljanju psihičnih, fizičnih in socialnih težav kot posledic prekomernega stresa. Nobenega od naštetih znakov in simptomov pri sebi pa ni zaznalo 13,9 % vzorca oziroma 15,4 % moških in 11,1 % žensk (slika 3).



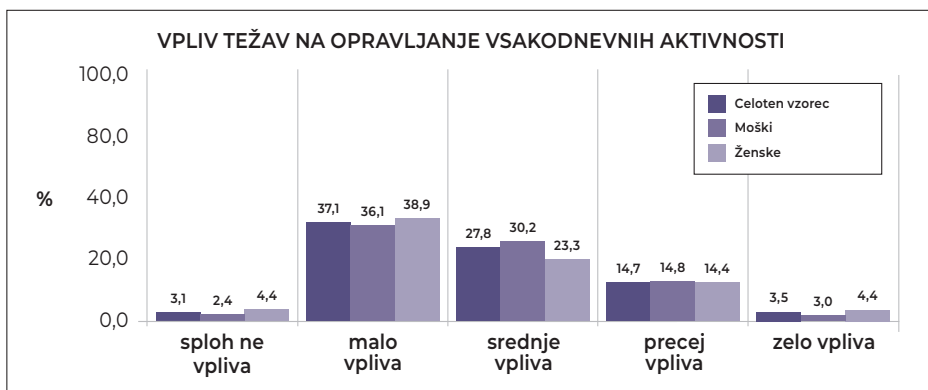
Slika 2: Najpogostejše zdravstvene težave udeležencev/-k raziskave (N = 251)



Slika 3: Težave, povezane z doživljanjem prekomernega stresa (N = 251)

Več kot polovica vzorca raziskave je svoje zadovoljstvo z zdravstvenim stanjem ocenila z zadovoljen/-na (53,7 %) in zelo zadovoljen/-na (3,9 %), le 3,5 % pa z zelo nezadovoljen/-na. Primerjava med udeleženci in udeleženkami je pokazala, da so moški nekoliko manj zadovoljni s svojim zdravstvenim stanjem v primerjavi z ženskami (izkazan je torej bil manjši delež zelo zadovoljnih in večji delež nezadovoljnih oziroma zelo nezadovoljnih s svojim zdravstvenim stanjem).

37,1 % vzorca je menilo, da so zdravstvene težave le malo oziroma srednje (27,8 %) vplivale na opravljanje njihovih vsakodnevni aktivnosti, in okrog 18 %, da so vplivale precej oziroma zelo. Moški so v primerjavi z ženskami izrazili večjo zdravstveno obremenjenost pri opravljanju vsakodnevni aktivnosti (slika 4).



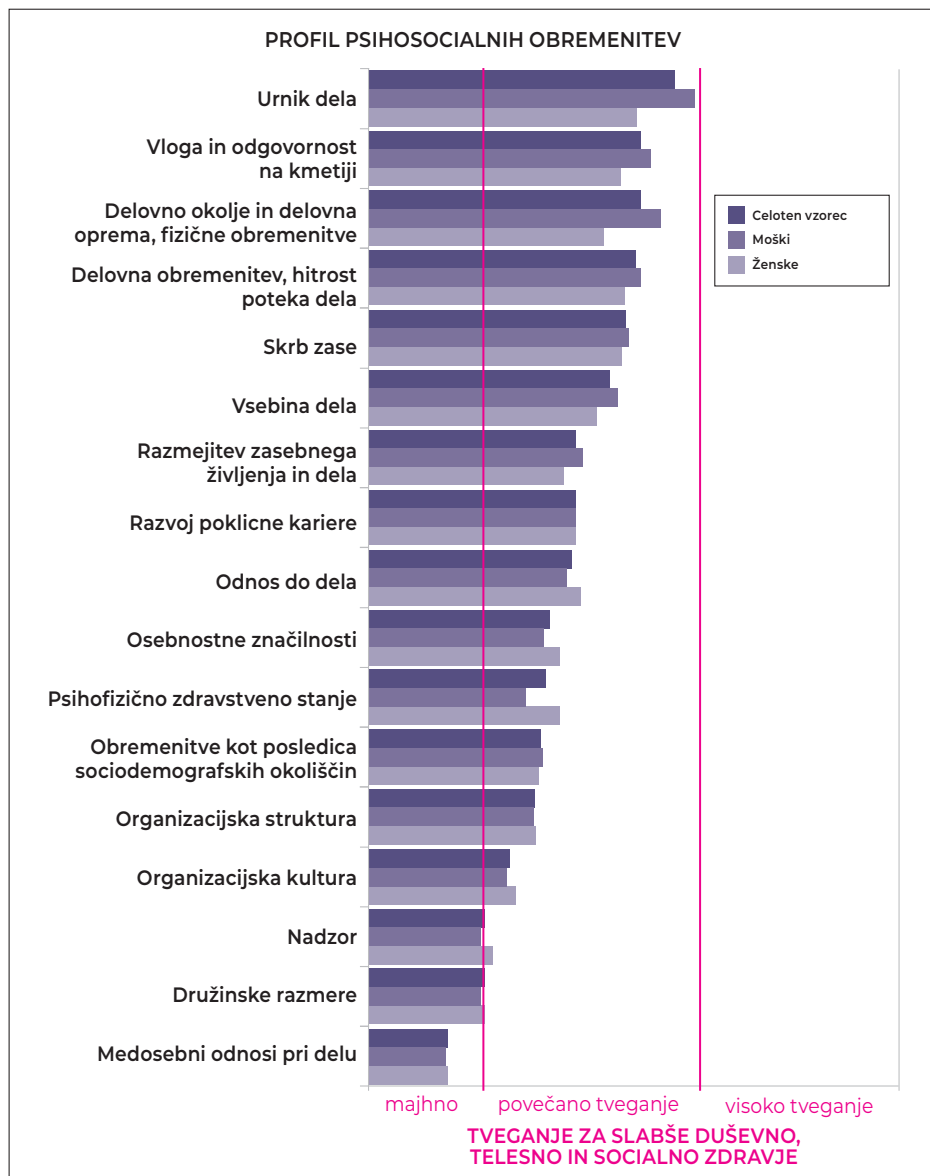
Slika 4: Vpliv zdravstvenih težav na opravljanje vsakodnevni aktivnosti (N = 251)

Na vprašanje *V kolikšni meri ocenjujete, da je v zadnjih 12 mesecih oviranost pri delu zaradi morebitnega slabega zdravja, poškodb, delovnih nesreč vas in/ali vaših članov/-ic kmetije vplivala na zmožnost dela in posledično na učinkovitost in produktivnost kmetije?* je 34,1 % vzorca ocenilo, da gre za manj kot 5-odstotni upad, 19,8 % je navedlo od 5- do 10-odstotni upad, 13,6 % meni, da se je pojavil od 10- do 20-odstotni upad, 12,4 % je zaznalo od 20- do 30-odstotni upad, medtem ko je 2,7 % vprašanih ocenilo, da je upad znašal od 80 do 90 %.

3.4 Izpostavljenost udeležencev/-k raziskave psihosocialnim tveganjem

Iz profila OPSA je razvidno, da se večina področij psihosocialnih obremenitev vzorca nahaja v polju povečanega tveganja za pojav težav, ki jih povezujemo s slabšim duševnim, telesnim in socialnim zdravjem (polje med rožnatima navpičnima razmejitevvenima črtama, ki ponazarjata povečano tveganje; slika 5). Pri tem še posebej izstopajo naslednja področja, ki se približujejo mejnim

vrednostim za visoko tveganje: urnik dela; vloga in odgovornost na kmetiji; delovno okolje in delovna oprema; fizične obremenitve; delovna obremenitev poteka dela; hitrost poteka dela; skrb zase. Doživljanje večjih psihosocialnih obremenitev na teh področjih izkazujejo moški v primerjavi z ženskami. Ženske pa doživljajo večje obremenitve v primerjavi z moškimi na naslednjih področjih: odnos do dela; osebnostne značilnosti; psihofizično zdravstveno stanje (slika 5).



Slika 5: Profil OPSA 17 področij psihosocialnih obremenitev pri udeležencih/-kah raziskave (N = 251)

LEGENDA:

Vsako področje obremenitev v sklopu profila OPSA je sestavljeno iz več dejavnikov obremenitev. Podrobnejši opis posameznih področij psihosocialnih obremenitev:

Delovna obremenitev/hitrost poteka dela: premajhen ali prevelik obseg dela, več nalog hkrati, zelo zahtevno delo, veliko časovnih rokov, odvisnost od dela drugih, nerealna pričakovanja o opravljenem delu, nalaganje dodatnega dela

Delovno okolje in delovna oprema, fizične obremenitve: škodljivi okoljski vplivi, prisiljena telesna drža, zgodovina delovnih nesreč in velika verjetnost za ponovni nastanek nesreče ali poškodbe pri delu, slabo vzdrževana oprema, veliko ljudi v delovnem prostoru, dvigovanje težkih bremen, ponavljajoči se gibi pri delu, delo na terenu, nevarni postopki dela

Družinske razmere zaposlenega: čustvene ali vedenjske težave otrok, težave v partnerskem odnosu, resna bolezen v družini, večje spremembe v družini, nasilje doma

Medosebni odnosi pri delu: malo komunikacije in zaupanja med vodstvom in zaposlenimi, napet in konflikten odnos s sodelavci in nadrejenimi, veliko tekmovalnosti med sodelavci, malo stikov z drugimi ljudmi na delovnem mestu, zloraba moči nadrejenih v delovni organizaciji, nasilje, nadlegovanje na delovnem mestu

Nadzor: pretiran nadzor nadrejenega, majhen vpliv na odločitve, omejene možnosti reševanja problemov, slab nadzor nad vsebino, razporejanjem in hitrostjo izvajanja nalog

Obremenitve kot posledica sociodemografskih okoliščin: prenizek osebni dohodek, slabo premoženjsko stanje, slabe bivalne razmere, slabe prometne povezave, oddaljenost zdravstvene službe, zadolženost, splošna negotovost v družbi, oddaljenost vrtca, obremenjenost regije

Odnos do dela: pomembnost rezultatov, ciljev dela, težnja po dokazovanju pri delu, nasprotovanje med osebnimi vrednotami in naravo dela, delo kot najpomembnejša vrednota v življenju, pesimizem v zvezi z rezultati dela, pomanjkanje jasne karijerne usmeritve, pomanjkanje veselja do dela, rušenje idealne predstave o delu

Organizacijska kultura: slabo obveščanje o delu, nizka raven podpore pri reševanju težav in osebnem razvoju, premalo ukrepov glede zdravja zaposlenih in zmanjševanja poklicnega stresa, kršitve pravil vedenja, odsotnost nagrade za dobro opravljeno delo, zloraba moči nadrejenih, neučinkovito reševanje delovnih sporov, neenaka obravnava zaposlenih, pomanjkljivo izvajanje zakonodaje

Organizacijska struktura: pomanjkljiva usposobljenost vodstvenih delavcev za vodenje kmetije, spremembe na kmetiji, zadolženost delovne organizacije, nejasno določene pristojnosti in odgovornosti, nepoštena konkurenca drugih organizacij, začasno odpuščanje in ponovno zaposlovanje, pomanjkanje kadra

Osebnostne značilnosti: izogibanje reševanju problemov, dojemanje problemov kot grožnje, neorganiziranost doma, slaba prilagodljivost spremembam glede delovnih nalog (vsebine, postopkov, obsega dela), precenjevanje sposobnosti, popustljivost, slabe delovne navade, strah pred napako pri delu, perfekcionizem, težave z organizacijo časa na delovnem mestu

Psihofizično zdravstveno stanje: tesnoba, zaskrbljenost, razdražljivost, kronične bolečine, telesna bolezen, težave z duševnim zdravjem, slaba imunska odpornost

Razmejitev zasebnega življenja in dela: malo možnosti otroškega varstva na delovnem mestu, dodatna dela izven delovnega mesta, majhna podpora družine v zvezi z delom, malo možnosti koriščenja očetovskega dopusta, majhna podpora na delu glede družinskih obveznosti, malo možnosti skrajšanega delovnega časa zaradi starševstva,

dodatno izobraževanje ob delu, pogosto načrtovanje in opravljanje zasebnih zadev med delom

Razvoj poklicne kariere: malo spodbud za napredovanje in hitrejšo napredovanje drugje, prenizek osebni dohodek glede na vložen trud, nejasno ocenjevanje delovne uspešnosti, nepravičen sistem nagrajevanja, napredovanja, ovirano napredovanje, pomanjkanje podpore za osebni razvoj, grožnja z odpustitvijo, nezadostna usposobljenost, pomanjkanje delovnih izkušenj za delovno mesto, lažje delovno mesto drugje

Skrb zase: nekorisčenje rednega dopusta, premalo časa za sebe, za prostočasne dejavnosti in za druženje s prijatelji in sorodniki, neurejen življenjski slog, nekorisčenje bolniškega staleža ob bolezni, koriščenje bolniškega staleža za spoprijemanje s stresom, slabo poznavanje tehnik za spoprijemanje s stresom, čezmerno kajenje in uživanje alkohola

Urnik dela: izmensko delo, nepredvidljiv delovni čas, delovni čas daljši od 8 ur, nočno delo, premalo odmorov med delom, malo dovoljenih izhodov z dela

Vloga in odgovornost: velika odgovornost za ljudi pri delu, čustveno obremenjujoči pogovori s strankami kot del delovnih nalog, hude posledice napak na delovnem mestu, veliko opravka z ljudmi pri delu, pretresljivi, neprijetni prizori v delovnem okolju, občutek osebne odgovornosti za uspeh kmetije, izogibanje prevzemanju odgovornosti pri delu, od rezultatov dela odvisen uspeh kmetije

Vsebina dela: nezahtevno delo, spreminjanje postopkov dela, monotono delo, nepredvideni problemi, hitro menjavanje nalog, pridobivanje finančnih sredstev

V nadaljevanju smo analizirali, kateri psihosocialni dejavniki so najbolj obremenjujoči za udeležence in udeleženke raziskave. To so tisti dejavniki, ki so jih v največji meri označili, da veljajo za njih, za njihove življenjske okoliščine in značilnost dela. Ti dejavniki so opredeljeni v obliki skora $\geq 3,50$ (razpon vrednosti skora: minimalna vrednost – 1; maksimalna vrednost – 5).

V tabelah 1 in 2 lahko vidimo, da so nekateri najbolj obremenjujoči psihosocialni dejavniki pri ženskah in moških enaki. To so: velik občutek osebne odgovornosti za uspeh kmetije, dolg delovnik (daljši od 8 ur), nepredvidljiv delovni čas, nizek dohodek glede na vložen trud, primoranost pridobiti finančna sredstva, velik angažma za doseganje rezultatov dela, opravljanje več nalog hkrati, velik obseg dela, ki je zahtevno in tudi izmensko, pogosto dvigovanje težkih bremen, dolgotrajna prisilna drža telesa in uporaba ponavljajočih se gibov, premalo časa zase in za prostočasne dejavnosti, dojemanje dela kot najpomembnejše vrednote v življenju in nagnjenost k popolnosti pri opravljanju dela (perfekcionizem). Opazimo lahko, da so nekateri dejavniki bolj obremenjujoči za moške v primerjavi z ženskami (z višjim skorom, kar pomeni, da so v večji meri prisotni pri njihovem delu; tabela 2). Poleg tega se med najbolj obremenjujoče dejavnike uvrščajo tudi nekatere okoliščine dela, ki jih ženske niso ocenile kot zelo obremenjujoče. To so: močan pritisk, da je od rezultatov dela odvisen uspeh kmetije, pogosta izpostavljenost nevarnim postopkom dela in škodljivim okoljskim vplivom, velika

verjetnost za nastanek nesreče, poškodbe pri delu, velik pritisk glede napak pri delu, ki imajo lahko hude posledice, velika odgovornost za ljudi pri delu, nekoriščenje bolniškega staleža in dopusta, pogoste ovire pri razvoju kmetije.

Tabela 1: Najbolj obremenjujoči psihosocialni dejavniki (v obliki trditev), ki so jih opredelile ženske, ki so sodelovale v raziskavi (N = 85).

SKOR	TRDITEV
4,19	Moj zaslužek je prenizek glede na vloženi napor pri delu.
4,19	Delo, ki ga opravljam, mi veliko pomeni in počutim se odgovorna za uspeh kmetije.
4,16	Rezultati in cilji dela so mi zelo pomembni.
4,09	Opravljam več različnih delovnih nalog hkrati.
3,94	Moj delovni čas je daljši od 8 ur.
3,87	Zaslužek, ustvarjen iz kmetijske dejavnosti, je prenizek za zadovoljevanje osnovnih potreb.
3,76	Ne vzamem si dovolj časa zase.
3,68	Obseg mojih delovnih nalog je velik.
3,67	Moje delo je zelo zahtevno.
3,66	Delo mi predstavlja najpomembnejšo vrednoto v življenju.
3,62	Imam neenakomerno razporeditev delovnega časa.
3,59	Tudi sama moram sodelovati pri pridobivanju finančnih sredstev, da se ohranita kmetija in naš zaslužek.
3,58	Moje delo vključuje ponavljajoče se gibe.
3,58	Nagnjena sem k temu, da hočem svoje delo opraviti popolno.
3,57	Pri delu dvigujem težka bremena.
3,51	Moj delovni čas je nepredvidljiv.
3,49	Pri delu je drža mojega telesa dalj časa prisiljena (sedenje, stanje).

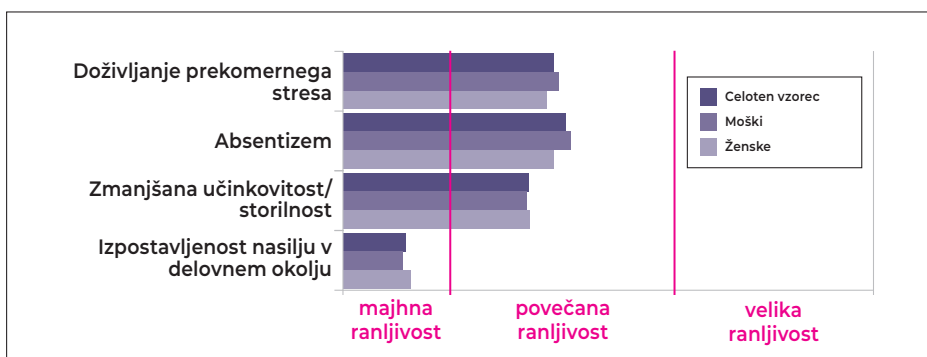
Tabela 2: Najbolj obremenjujoči psihosocialni dejavniki (v obliki trditev), ki so jih opredelili moški, ki so sodelovali v raziskavi (N = 166).

SKOR	TRDITEV
4,47	Delo, ki ga opravljam, mi veliko pomeni in počutim se odgovoren/-na za uspeh kmetije.
4,37	Moj delovni čas je daljši od 8 ur.
4,25	Moj zaslužek je prenizek glede na vloženi napor pri delu.
4,23	Rezultati in cilji dela so mi zelo pomembni.
4,2	Opravljam več različnih delovnih nalog hkrati.
4,16	Pri delu nosim veliko odgovornost, saj je od rezultatov mojega dela v veliki meri odvisen uspeh kmetije ali uspešnost dela drugih članov kmetije.
4,08	Obseg mojih delovnih nalog je velik.
4,05	Moje delo je zelo zahtevno.
4	Zaslužek, ustvarjen iz kmetijske dejavnosti, je prenizek za zadovoljevanje osnovnih potreb.
3,98	Imam neenakomerno razporeditev delovnega časa.
3,92	Pri delu dvigujem težka bremena.
3,89	Moj delovni čas je nepredvidljiv.
3,83	Tudi sam moram sodelovati pri pridobivanju finančnih sredstev, da se ohranita kmetija in naš zaslužek.
3,82	Moje delo poteka tudi na terenu.
3,79	Pri delu je drža mojega telesa dalj časa prisiljena (sedenje, stanje).
3,79	Postopki mojega dela so nevarni (npr. uporaba fitofarmacevtskih sredstev, delo z živalmi, delo s stroji ipd.).
3,78	Izpostavljen sem škodljivim okoljskim vplivom (hrup, vročina, mraz, plini, hlapi, prah, vibracije, bleščanje).
3,75	Moje delo vključuje ponavljajoče se gibe.
3,74	Pri mojem delu je velika verjetnost za nastanek nesreče, poškodbe pri delu (delo na višini, delo s stroji, opravila v gozdu, hlevu, rokovanje s fitofarmacevtskimi sredstvi).
3,73	Ne vzamem si dovolj časa zase.
3,65	Ko zbolim, običajno ne koristim bolniškega staleža.
3,64	Delo mi predstavlja najpomembnejšo vrednoto v življenju.
3,60	Če naredim napako pri delu na kmetiji, ima to lahko hude posledice (materialna ali druga težko popravljiva škoda).
3,58	Za moj poklic oziroma moje delo je značilna velika odgovornost za ljudi (stranke, potrošnike).

3,57	Pri razvoju kmetije se srečujem z ovirami.
3,57	Nagnjen sem k temu, da hočem svoje delo opraviti popolno.
3,52	V zadnjem letu sem imel le nekaj dni dopusta.
3,51	Primanjkuje mi časa za prostočasne dejavnosti.

3.5 Ocena ranljivosti udeležencev/-k raziskave za doživljanje prekomernega stresa, absentizma, prezentizma in nasilja v delovnem okolju

Ocena ranljivosti (dovzetnosti) se izdelava v sklopu orodja OPSA s pomočjo algoritma, ki vključuje obseg in intenziteto izbranih psihosocialnih obremenitev udeležencev/-k raziskave in prikaže njihovo potencialno ranljivost za doživljanje prekomernega stresa, absentizma, prezentizma in izpostavljenosti nasilju v delovnem okolju. Rezultati kažejo, da se vzorec nahaja v območju povečane dovzetnosti za doživljanje omenjenih negativnih pojavov. Moški so v primerjavi z ženskami nekoliko bolj dovzetni za doživljanje prekomernega stresa in absentizma, medtem ko za pojav prezentizma izkazujeta oba spola podobno stopnjo ranljivosti (slika 6). Zelo majhna ranljivost se je v vzorcu izkazala za izpostavljenost nasilju v delovnem okolju.



Slika 6: Ranljivost za doživljanje prekomernega stresa, absentizma, prezentizma in nasilja v delovnem okolju pri udeležencih/-kah raziskave (N = 251)

LEGENDA:

Podrobnejši opis posameznih področij ranljivosti:

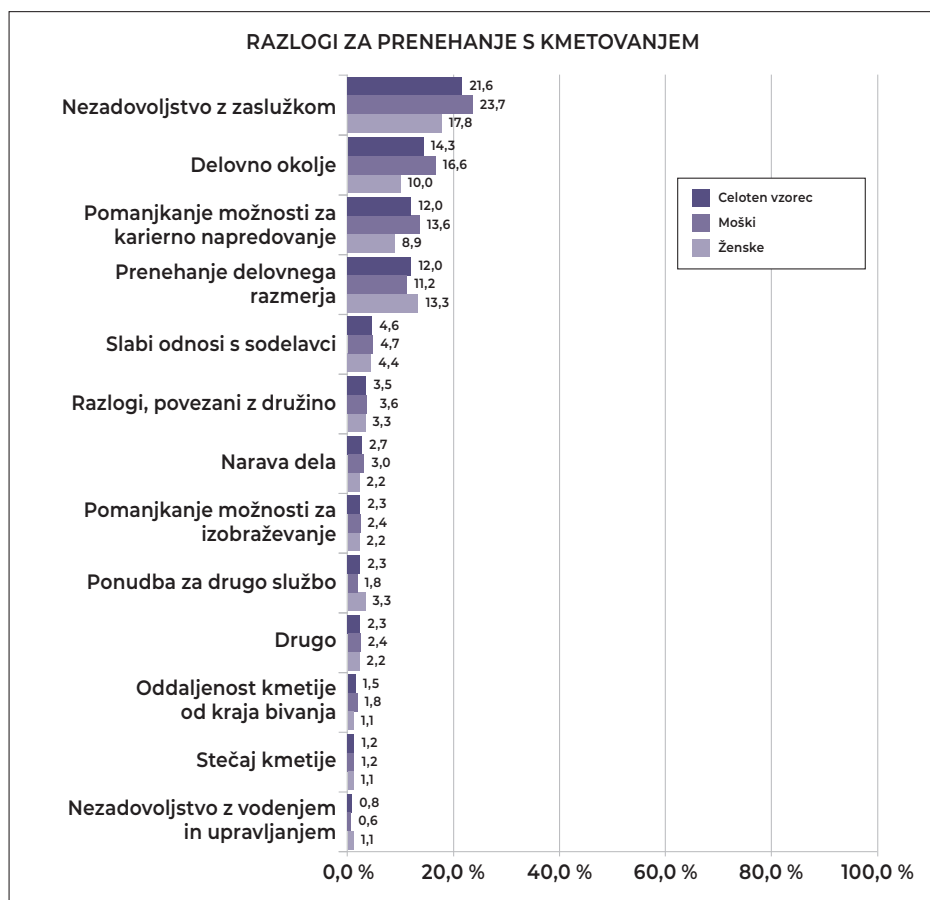
Ranljivost za doživljanje prekomernega stresa: odraža neravnovesje, ko zahteve delovnega okolja presegajo zmožnosti delavca za njihovo obvladovanje.

Absentizem: odsotnost z dela zaradi slabega zdravja in počutja (bolniški stalež)

Zmanjšana učinkovitost/storilnost (prezentizem): zmanjšana delovna učinkovitost delavcev zaradi zdravstvenih težav

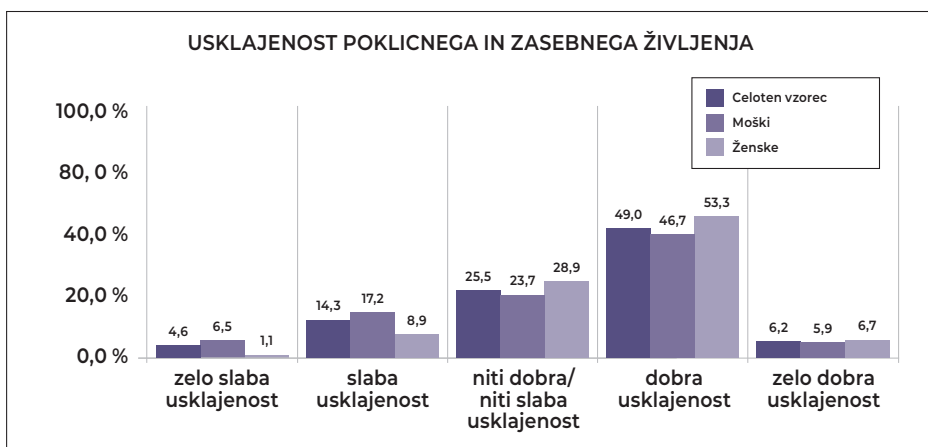
Izpostavljenost nasilju na delovnem mestu: prisotnost nasilja ali nadlegovanja v delovnem okolju, doživljanje konfliktnih odnosov, pojavljanje kršitev pravil vedenja, pojavljanje zlorabe moči nadrejenih, izogibanje reševanju problemov

Fluktuacija je lahko prav tako eden od kazalnikov negativnih pojavov, ki jih povezujemo z doživljanjem prekomernega stresa v delovnem okolju. Rezultati kažejo, da je o opustitvi kmetovanja in iskanju možnosti za zaposlitev v drugi dejavnosti v zadnjem letu razmišljalo 29 % vzorca raziskave (27,8 % moških in 31,1 % žensk). Najpogostejši razlogi so bili: nezadovoljstvo z zaslužkom, delovno okolje, pomanjkanje možnosti za karierno napredovanje in prenehanje delovnega razmerja (slika 7). Pri tem pri moških prednjačijo nezadovoljstvo z zaslužkom in delovnim okoljem in pomanjkanje možnosti za karierno napredovanje, pri ženskah pa prenehanje delovnega razmerja in ponudba za drugo službo.



Slika 7: Razlogi za opustitev kmetovanja pri udeležencih/-kah raziskave (N = 251)

Slaba usklajenost zasebnega in poklicnega življenja velikokrat sovпада z izpostavljenostjo stresnim okoliščinam v delovnem okolju. Največkrat negativno vpliva na duševno zdravje delavcev, na slabšo delovno produktivnost in večjo fluktuacijo. Rezultati pričujoče raziskave so pokazali, da več kot 55 % vzorca ocenjuje svojo usklajenost družinskega in poklicnega življenja kot dobro oziroma zelo dobro (moški: 52,3 %; ženske: 60 %). Le v manjšem deležu udeleženci/-ke raziskave ocenjujejo usklajenost svojega zasebnega in poklicnega življenja kot slabo oziroma zelo slabo (slika 8).



Slika 8: Usklajenost družinskega in poklicnega življenja pri udeležencih/-kah raziskave (N = 251)

4 RAZPRAVA

V predstavljeni raziskavi smo na vzorcu ljudi, ki so med majem in decembrom 2021 kmetovali (N = 251), proučili njihovo izpostavljenost psihosocialnim obremenitvam in zdravstveno stanje. Raziskava je bila usmerjena tudi v presojo tveganj za doživljanje prekomernega stresa, odsotnost z dela zaradi zdravstvenih težav, zmanjšano storilnost in učinkovitost pri delu, izpostavljenost nasilju na delovnem mestu in namero o opustitvi kmetovanja. Poseben poudarek je bil namenjen tudi ugotavljanju razlik med spoloma.

Sociodemografska struktura vzorca kaže, da so v raziskavi prevladovali moški, kar je lahko odraz tradicionalne spolne strukture nosilcev oziroma aktivnih članov kmetijskih gospodarstev. Delež žensk je bil razmeroma visok (34 %), kar omogoča tudi vpogled v razlike med spoloma pri proučevanju zdravstvenih in psihosocialnih kazalnikov. Starostna sestava vzorca kaže na prevlado srednje in starejše aktivne populacije, saj je bila najštevilčnejša skupina starih med 51

in 65 let, medtem ko je bil delež mlajših od 30 let (15 %) in starejših od 65 let bistveno manjši (3 %). Takšna starostna struktura deloma odraža demografske značilnosti slovenskega kmetijstva v času izvajanja raziskave, kjer so bili nosilci in aktivni člani kmetij pogosto starejši (Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano, 2020). Podatki iz leta 2020 namreč kažejo, da so bili gospodarji oziroma upravitelji družinskih kmetij v povprečju stari 58 let. 61 % vseh gospodarjev je bilo starejših od 55 let. Mlajših od 35 let je bilo le 5 % (oziroma 16 % mlajših od 45 let). Med vsemi gospodarji kmetij je bilo 23 % žensk, ki so bile v povprečju še nekoliko starejše od moških kolegov.

Izobrazbena sestava udeležencev/-k raziskave kaže na razmeroma heterogen vzorec, pri čemer sta prevladovali srednješolska in višje- oziroma visokošolska izobrazba. Relativno visok delež udeležencev/-k z višjo, visokošolsko ali podiplomsko izobrazbo lahko kaže tudi na večjo pripravljenost izobraženih posameznikov, morda tudi zaradi višje digitalne pismenosti, za sodelovanje v raziskavi, zato je pri posploševanju ugotovitev na celotno kmečko populacijo potrebna določena previdnost (Bethlehem, 2010).

4.1 Zdravstvene težave

Rezultati raziskave kažejo, da so zdravstvene težave med udeleženci/-kami raziskave razmeroma pogoste in raznolike, pri čemer izrazito izstopajo mišično-skeletne težave. Več kot polovica vzorca je poročala o bolečinah v mišicah ramen, vratu in zgornjih udov, skoraj polovica o težavah s hrbtenico, več kot dve petini pa o bolečinah v mišicah spodnjih udov. Takšen vzorec zdravstvenih težav je pričakovan glede na naravo dela na kmetiji, ki pogosto vključuje ponavljajoče se gibe, dvigovanje in prenašanje bremen, prisilno telesne držo, delo s stroji, delo z živalmi in dolgotrajne fizične obremenitve. Rezultati se skladajo s primerljivimi raziskavami, ki kažejo, da so mišično-skeletne težave med najpogostejšimi zdravstvenimi obremenitvami v kmetijstvu, pri čemer so tveganja povezana predvsem s fizično zahtevnim delom, ergonomskimi obremenitvami, ponavljajočimi se opravili in uporabo kmetijske mehanizacije (Akbar in sod., 2023; Kumaraveloo in Kolstrup, 2018).

Delež udeležencev/-k, ki so poročali o razpoloženjskih motnjah, se je nanašal na približno četrtno vzorca, kar kaže, da duševno zdravje predstavlja pomembno, vendar pogosto manj vidno področje zdravja kmečkega prebivalstva. Ta ugotovitev je primerljiva z raziskavami, ki razkrivajo, da so kmetje in kmetice izpostavljeni številnim dejavnikom tveganja za slabše duševno zdravje, med drugim finančni negotovosti, vremenskim in podnebnim tveganjem, delovni preobremenjenosti, socialni izolaciji, negotovosti glede prihodnosti kmetije in

omejeni dostopnosti do podpornih storitev (Rudolphi in sod., 2020; Daghigh Yazd in sod., 2019; Klingelschmidt in sod., 2018). Pri interpretaciji rezultatov pa je pomembno upoštevati tudi, da so psihične težave v kmečkem okolju pogosto podcenjene in podporočane zaradi stigme, normalizacije težav v duševnem zdravju, kulture samozadostnosti in prepričanja, da je stres sestavni del kmečkega dela, ki ga je treba obvladati brez zunanje pomoči (Cole in Bondy, 2020; Hagen in sod., 2022).

Rezultati, povezani s simptomi prekomernega stresa, dodatno potrjujejo velike psihosocialne obremenitve v proučevanem vzorcu. Najpogostejše navedeni simptomi so bili preobremenjenost in utrujenost, pomanjkanje energije oziroma izčrpanost, glavobol, nespečnost, pomanjkanje volje, težave z zbranostjo in razdražljivost. Gre za simptome, ki so skladni z značilnimi odzivi na dolgotrajne delovne in psihosocialne obremenitve. Podobno kažejo tudi druge raziskave, ki izpostavljajo, da so v populaciji kmetov prisotna številna psihosocialna tveganja, kot so dolgi delovniki, nepredvidljivost dohodka, finančni pritiski, osamljenost, omejena dostopnost pomoči in stigma pri iskanju strokovne pomoči, ki vplivajo na slabše zdravje in počutje kmetovalcev (Henning-Smith in sod., 2022; Daghigh Yazd in sod., 2019). To je pomembno tudi pri razlagi spolnih razlik, saj lahko ženske na kmetijah poleg kmetijskih opravil prevzemajo tudi skrb za gospodinjstvo, družinske člane in administrativna opravila, kar povečuje psihosocialne obremenitve in prispeva k pogostejšemu poročanju o slabšem duševnem, telesnem in socialnem zdravju (Wheeler in Lobley, 2023). Kljub razmeroma pogostim zdravstvenim težavam je več kot polovica udeležencev/-k pričuječe raziskave svoje zadovoljstvo z zdravstvenim stanjem ocenila kot zadovoljivo ali zelo zadovoljivo. Takšen rezultat je mogoče razumeti tudi kot izraz prilagoditve na kronične telesne in psihosocialne obremenitve in kot odraz normalizacije bolečin, utrujenosti in stresa kot običajnega dela kmečkega življenja (Mora-Guerrero in sod., 2025).

Odsotnost z dela zaradi zdravstvenih težav v zadnjem letu je navedlo 16,6 % vzorca raziskave, pri čemer je bil delež absentizma nekoliko višji med ženskami (20 %). Ta podatek verjetno odraža poseben kontekst kmetovanja, kjer bolniška odsotnost pogosto ne pomeni popolne prekinitve dela, saj so delovne naloge vezane na sezono, živali, vremenske razmere in vsakodnevno zagotavljanje delovanja kmetije, zato je možno, da formalna ali samoocenjena odsotnost z dela podcenjuje dejansko zdravstveno obremenjenost, medtem ko je prezentizem, torej opravljanje dela kljub zdravstvenim težavam, v kmetijstvu verjetno pomemben, vendar pogosto premalo prepoznan pojav (Siqueira in sod., 2023). Študije o vplivu slabega zdravja na zmožnost dela in produktivnost kmetije potrjujejo, da zdravstvene težave v kmetijstvu niso le problem posameznika,

temveč lahko vplivajo tudi na delovanje kmetijskega gospodarstva in ekonomsko stabilnost kmetije. Raziskovalci poudarjajo, da so duševne in telesne zdravstvene težave v kmetijstvu tesno povezane z delovno zmožnostjo, varnostjo pri delu, odločitvami na kmetiji in zmožnostjo dolgoročnega vzdrževanja kmetijske dejavnosti (Jones in sod., 2024).

4.2 Psihosocialna tveganja

Za namene presoje psihosocialnih tveganj, ki so jim bili v zadnjih 12 mesecih izpostavljeni udeleženci in udeleženke raziskave, smo uporabili samoocenjevalno orodje OPSA (Šprah in Zorjan, 2016), ki smo ga na nekaterih postavkah prilagodili delu in življenju na kmetiji. Orodje OPSA omogoča sistematično prepoznavanje in ocenjevanje različnih izvorov psihosocialnih obremenitev, ki izhajajo iz značilnosti dela, organizacije delovnega procesa, medosebnih odnosov, vodenja, delovnih zahtev in širšega delovnega okolja. Njegova prednost je v celostnem pristopu, saj psihosocialnih tveganj ne obravnava zgolj kot individualnega doživljanja stresa, temveč kot rezultat prepleta organizacijskih, socialnih in delovnih dejavnikov. V okviru raziskave smo nekatere postavke prilagodili posebnostim kmetovanja, kjer se delovno okolje pogosto prepleta z družinskim življenjem, delovni čas ni jasno razmejen, obremenitve pa so povezane tudi s sezonsko pogojenostjo dela, vremensko negotovostjo, skrbjo za živali, finančnimi pritiski in odgovornostjo za dolgoročni obstoj kmetije. Takšna prilagoditev nam je omogočila ustrežnejšo presojo psihosocialnih tveganj v specifičnem kontekstu kmečkih gospodarstev.

Rezultati raziskave kažejo, da so udeleženci in udeleženke izpostavljeni velikim psihosocialnim obremenitvam, saj se večina tveganj v profilu OPSA nahaja v območju povečanega tveganja za težave, povezane s slabšim duševnim, telesnim in socialnim zdravjem (slika 5). Kot najbolj kritična področja, ki se nevarno približujejo meji visokega tveganja za slabo duševno, telesno in socialno zdravje, izstopajo urnik dela, vloga in odgovornost na kmetiji, delovno okolje in delovna oprema (fizične obremenitve), delovna obremenitev in hitrost poteka dela. Ugotovitve naše raziskave se ujemajo z raziskavami, ki poudarjajo, da psihosocialne obremenitve v kmetijstvu izhajajo iz prepleta delovne intenzivnosti, finančne negotovosti, odgovornosti za kmetijo, socialne izolacije in težavne dostopnosti pomoči (Lundqvist in sod., 2023; Lunner Kolstrup in sod., 2013). Pri obeh spolih najbolj obremenjujoči izvori psihosocialnih tveganj kažejo, da so tesno povezani z dolgim in nepredvidljivim delovnim časom, velikim obsegom in zahtevnostjo dela, opravljanjem več nalog hkrati, finančno negotovostjo in močnim občutkom osebne odgovornosti za uspeh kmetije (tabeli 1 in 2). Podobno je Daghigh s sodelavci (2019) v sistematičnem pregledu literature povzela, da med ključne dejavnike tveganja za duševno zdravje kmetov

sodijo finančne težave, podnebna in vremenska negotovost, preobremenjenost, časovni pritiski, izolacija, dolгови in slabo telesno zdravje oziroma pretekle poškodbe. Ugotovitve naše raziskave so primerljive z evropskimi poročili, ki opozarjajo, da so psihosocialna tveganja, stres in duševno zdravje pomembni izzivi v kmetijskem sektorju. EU-OSHA (2024) izpostavlja, da kmetijsko delo pogosto vključuje dolge delovnike, fizično zahtevnost, delo v neugodnih okoljskih pogojih in visoko stopnjo odgovornosti, kar povečuje tveganje za stres in poslabšanje zdravja. Wheeler in Lobley (2022) v raziskavi med kmeti in kmetijskimi delavci v Angliji in Walesu poročata o razširjenih težavah z anksioznostjo in depresivnostjo, kar potrjuje, da psihične stiske v kmetijstvu niso obrobni pojav, temveč tudi pomemben javnozdravstveni problem.

Posebej izstopa rezultat raziskave, kjer oba spola velik pomen pripisujeta delu in občutku odgovornosti za uspeh kmetije, kar nakazuje, da kmetovanje za udeležence/-ke ni zgolj poklicna dejavnost, temveč tudi osebna, družinska in preživitvena odgovornost. V tem pogledu so rezultati primerljivi z raziskavami, ki opozarjajo, da se kmetje pogosto močno identificirajo s svojim delom in kmetijo, kar lahko krepi vztrajnost in predanost, hkrati pa povečuje tveganje za prekomerno obremenjenost, zanemarjanje lastnega zdravja in odlašanje z iskanjem pomoči. Vsakodnevni pritiski, povezani z rezultati dela, odgovornostjo, perfekcionizmom in dojemanjem dela kot najpomembnejše vrednote zato kažejo na pomembno psihosocialno tveganje, kjer se delovne obremenitve lahko odražajo v prekomernem stresu (Vayro in sod., 2020; Roy in sod., 2017).

Moški so v naši raziskavi v večji meri poročali o obremenitvah, povezanih z urnikom dela, odgovornostjo za uspeh kmetije, fizičnimi obremenitvami, nevarnimi postopki dela, škodljivimi okoljskimi vplivi, tveganjem za poškodbe in nekoristčenjem bolniškega staleža in dopusta (tabela 2). To lahko kaže na njihovo večjo vključenost v fizično zahtevnejša in varnostno bolj tvegana opravila, kot so delo s stroji in živalmi, delo na terenu, rokovanje s fitofarmaceutskimi sredstvi in opravila, pri katerih lahko imajo napake resne zdravstvene posledice. Pri ženskah pa so bile relativno izrazitejšje obremenitve, povezane z odnosom do dela, osebnostnimi značilnostmi in psihofizičnim zdravstvenim stanjem (tabela 1). Rezultat odraža večplastnost vlog žensk na kmetijah, kjer se kmetijsko delo pogosto prepleta z gospodinjskimi, skrbstvenimi, administrativnimi in družinskimi odgovornostmi. Primerljive ugotovitve navajajo tudi Ammann in sodelavci (2025), ki so pri kmeticah ugotovili manj ugodne izide na področju stresa, anksioznosti in depresivnosti v primerjavi z moškimi.

Rezultati pričujoče raziskave dodatno opozarjajo na problem nezadostne skrbi zase. Pri obeh spolih se med pomembnimi obremenitvami pojavljata pomanjkanje časa zase in za prostočasne dejavnosti, pri moških pa tudi

nekoriščenje bolniškega staleža in dopusta. Ta ugotovitev se sklada z raziskavami, ki kažejo, da kmetje pogosto odlašajo z iskanjem strokovne podpore predvsem zaradi kulture samozadostnosti, stigme, pomanjkanja časa, občutka odgovornosti do kmetije in omejene dostopnosti storitev, prilagojenih ruralnemu in kmečkemu okolju (Cole in Bondy, 2020; Hagen in sod., 2022). Vayro in sodelavci (2020) so v kvalitativni raziskavi med avstralskimi kmeti pokazali, da kmetovanje ni razumljeno le kot poklic, temveč kot življenjski slog, kar pomembno vpliva na zaznavanje duševnih stisk in na pripravljenost iskanja pomoči. Pri kmetih raziskovalci izpostavljajo pomen samostojnosti in tradicionalne delovne kulture s prevladujočimi moškimi normami, v kateri se stres pogosto obvladuje z vztrajanjem, delom in zanašanjem na samega sebe, ne pa z iskanjem strokovne pomoči (Roy in sod., 2017). V kontekstu kmetovanja je to še posebej problematično, saj delo pogosto poteka tudi ob bolezni, utrujenosti ali poškodbah, kar lahko povečuje tveganje za dodatne zdravstvene zaplete, napake pri delu in poškodbe (Černič Istenič in sod., 2022; EU-OSHA, 2024).

Z orodjem OPSA je iz presoje izpostavljenosti psihosocialnim tveganjem mogoče izdelati oceno ranljivosti za doživljanje prekomernega stresa, absentizma, prezentizma in nasilja na delovnem mestu (slika 6). Rezultati raziskave kažejo, da se udeleženci/-ke nahajajo v območju povečane dovzetnosti za negativne pojave, povezane z izpostavljenostjo psihosocialnim tveganjem, predvsem za doživljanje prekomernega stresa, absentizma in prezentizma. Na kmetijah je odsotnost z dela pogosto težko izvedljiva, saj so številna opravila časovno vezana na sezonsko pogojene delovne roke, vreme, živali in vsakodnevno delovanje kmetije. Zdravstvene težave lahko zato vodijo tako v zmanjšano učinkovitost pri delu kot v dejansko odsotnost z dela. To je skladno z ugotovitvami raziskav o delovni zmožnosti v kmetijstvu, ki poudarjajo, da se lahko zdravstvene težave kmetov neposredno odražajo v zmanjšani produktivnosti, večjem tveganju za napake in nižji varnosti pri delu (FARMRes, 2023; Siqueira in sod., 2023).

Dovzetnost za izpostavljenost nasilju v delovnem okolju je bila v vzorcu raziskave nizka, kar lahko nakazuje, da nasilje in nadlegovanje nista osrednja vira obremenitev v proučevanem vzorcu ali da se konfliktni odnosi v kmečkih gospodarstvih zaradi prepletanja družinskih in delovnih razmerij ne prepoznajo nujno kot nasilje. To je posebej relevantno za družinske kmetije, kjer se delovne, družinske, lastniške in medgeneracijske vloge pogosto prekrivajo, zato se napetosti lahko razumejo kot »družinski« ali »organizacijski« nesporazumi, ne pa kot oblike nasilja v družini, nadlegovanja ali zlorabe moči (Mora-Guerrero in sod., 2025; Nye in sod., 2025; Holton in sod., 2024). Temu pritrjuje tudi rezultat naše raziskave, ki kaže, da več kot polovica vzorca svojo usklajenost družinskega in poklicnega življenja ocenjuje kot dobro ali zelo dobro (slika 8). Ta rezultat

deloma odstopa od pričakovanj, saj literatura pogosto poudarja zabrisane meje med delom, domom in družino v kmetijstvu (Mora-Guerrero in sod., 2025). Možna razlaga je, da udeleženci/-ke takšno prepletenost doživljajo kot običajen in sprejet del kmečkega načina življenja, ne pa nujno kot motnjo usklajevanja med delom in družino.

Še posebej izstopa podatek, da je skoraj tretjina udeležencev/-k raziskave v zadnjem letu razmišljala o prenehanju kmetovanja oziroma iskanju zaposlitve v drugi dejavnosti, pri čemer so bili najpogostejši razlogi nezadovoljstvo z zaslužkom, delovno okolje in pomanjkanje možnosti za karierno napredovanje (slika 7). Ti rezultati kažejo, da psihosocialna tveganja pri kmetovanju niso povezana zgolj s posameznikovim zdravjem, temveč tudi z dolgoročno vzdržnostjo kmetije kot delovnega in življenjskega sistema (Hansen, 2022). Rezultat pa je treba razumeti tudi v širšem kontekstu sprememb v kmetijstvu. Finančni pritiski, negotovost prihodnosti kmetije, pomanjkanje razvojnih možnosti in zahtevno delovno okolje lahko prispevajo k občutku ujetosti, izčrpanosti in zmanjšani motivaciji za nadaljevanje kmetijske dejavnosti (Peel in sod., 2016).

5 ZAKLJUČEK IN OMEJITVE RAZISKAVE

Predstavljena raziskava ponuja celosten in empirično podprt vpogled v kompleksno prepletenost psihosocialnih obremenitev in zdravstvenega stanja slovenskih kmetovalcev in kmetovalk. Rezultati kažejo, da zdravstvene težave v kmetijskem sektorju niso zgolj obrobni ali izolirani pojavi, temveč predstavljajo sistemski javnozdravstveni in ekonomski izziv. Izrazito izstopajoča mišično-skeletna obolenja, o katerih poroča več kot polovica udeležencev in udeleženk raziskave, neposredno odraža ergonomsko zahtevnost, fizično preobremenjenost in prisilno držo, ki so neločljivo povezane z vsakodnevnim delom na kmetiji. Pomemben prispevek raziskave je osvetlitev manj vidne, a kritične sfere duševnega zdravja. Četrtna vzorca, ki poroča o razpoloženjskih motnjah in kroničnih simptomih prekomernega stresa (izčrpanost, nespečnost, motnje zbranosti), potrjuje, da kmetovanje v sodobnem času prinaša velika psihosocialna tveganja. Tesno povezana so s finančno negotovostjo, podnebnimi spremembami in administrativnimi pritiski. Raziskava je razkrila tudi pomembne razlike med spoloma. Kmetice so poročale o višji stopnji absentizma (20 %) in nekaterih specifičnih psihosocialnih tveganjih, kar je mogoče pripisati njihovi dvojni oziroma trojni vlogi, kjer poleg kmetijskih opravil prevzemajo še breme gospodinjstva, neplačane oskrbe družinskih članov in administrativnega vodenja kmetije. Paradoks, da je kljub visokemu deležu težav več kot polovica

udeležencev/-k raziskave svoje zdravje ocenila kot zadovoljivo, verjetno nakazuje na globoko zakoreninjeno kulturo samozadostnosti in normalizacije bolečine v tej populaciji. V kmečkem okolju se telesne in psihične stiske pogosto dojemajo kot samoumeven del življenjskega sloga, kar vodi v nevarne prakse, kot je opravljanje dela kljub bolezni, poškodbi ali slabemu počutju. Ker je delovanje kmetije neposredno odvisno od vpetosti družinskih članov, vsakršni resnejši zdravstveni zaplet posameznika ne ogroža le njegovega blagostanja, temveč neposredno ruši ekonomsko stabilnost celotnega kmetijskega gospodarstva in povečuje tveganje za namero o opustitvi kmetovanja.

Na podlagi ugotovitev raziskave je mogoče zaključiti, da morajo ukrepi za varovanje zdravja kmečkega prebivalstva presegati klasično obravnavo varnosti pri delu. Poleg preprečevanja poškodb, ergonomskih prilagoditev in zmanjševanja fizičnih obremenitev je treba sistematično razvijati tudi ukrepe za zgodnje prepoznavanje stresa, krepitev duševnega zdravja, spodbujanje počitka in bolniške odsotnosti in izboljšanje dostopnosti podpornih storitev. Ključnega pomena je razvoj programov pomoči in finančne, organizacijske, socialne in psihološke podpore, ki so kulturno in organizacijsko prilagojeni posebnostim družinskega kmetovanja, kmečkega načina življenja in lokalnega okolja. Takšne dostopne oblike pomoči so nujne za premagovanje stigme, nezaupanja in občutka nerazumljenosti zunanjih strokovnjakov.

Pri interpretaciji in posploševanju ugotovitev pričujoče raziskave je treba upoštevati tudi nekaj njenih ključnih metodoloških omejitev. Podatki temeljijo na samooceni udeležencev in udeleženk raziskave, zato so lahko pod vplivom subjektivne zaznave, spomina in pripravljenosti za poročanje o svojih zdravstvenih težavah. Vzorec vsebuje nadpovprečno visok delež višje in visoko izobraženih posameznikov v primerjavi s splošno demografsko sliko slovenskega podeželja. Bolj izobraženi so verjetno zaradi višje digitalne pismenosti izrazili večjo pripravljenost za izpolnjevanje vprašalnika, kar pomeni, da so lahko stališča manj izobraženih ali starejših kmetov v raziskavi nezadostno zastopana. Poleg tega je obdobje zbiranja podatkov sovpadalo s širšimi družbenimi in ekonomskimi pretresi (na primer posledice pandemije COVID-19), kar bi lahko dodatno vplivalo na specifično zaznavo stresa, izolacije in namere o opustitvi kmetovanja v tistem času. Podatki o zdravstvenem stanju, okoliščinah opravljanja dela na kmetiji in prisotnosti nasilja na delovnem mestu temeljijo na subjektivnih ocenah udeležencev/-k. Zaradi močno prisotne družbene stigme in kulture normalizacije težav v ruralnih okoljih obstaja precejšnja verjetnost, da so bili določeni podatki podcenjeni ali zamolčani. Čeprav raziskava ni potekala na reprezentativnem vzorcu, njeni izsledki jasno opozarjajo, da psihosocialna tveganja v kmetijstvu niso obrobno vprašanje, temveč pomemben dejavnik

zdravja, zmožnosti dela in dolgoročne vzdržnosti kmetovanja. Raziskava zato predstavlja pomemben prispevek tudi k razumevanju skritih obremenitev kmečkega dela in potrjuje potrebo po celostni, sistemski in spolno občutljivi obravnavi zdravja kmečkega prebivalstva.

Zahvala

Prispevek je nastal v okviru nacionalnega raziskovalnega programa Raziskave o duševnih stiskah in dobrem počutju (P5-0439), ki ga sofinancira Javna agencija za znanstvenoraziskovalno in inovacijsko dejavnost RS (ARIS), in projekta PoljaMoči, ki ga sofinancira Ministrstvo za zdravje RS.

Literatura

- Akbar KA, Try P, Viwattanakulvanid P, Kallawicha K. Work-Related Musculoskeletal Disorders Among Farmers in the Southeast Asia Region: A Systematic Review. *Saf Health Work*. 2023; 14(3): 243–249.
- Ammann P, Jeong A, Lovison G, Doetzer J, Fuhrimann S, Imboden M et al. Depression and anxiety symptoms in male and female farmers: association with farm characteristics and mental health protection strategies in the FarmCoSwiss cohort. *BMC Public Health*. 2025; 26(1): 101.
- Bethlehem J. Selection bias in web surveys. *Int Stat Rev*. 2010; 78(2): 161–188.
- Bossard C, Santin G, Guseva Canu I. Suicide among farmers in France: occupational factors and recent trends. *J Agromedicine*. 2016; 21(4): 310–315.
- Cole DC, Bondy MC. Meeting Farmers Where They Are – Rural Clinicians' Views on Farmers' Mental Health. *J Agromedicine*. 2020; 25(1): 126–134.
- Črnič Istenič M, Šprah L, Knežević Hočevar D, Cukut Krilić S. Odzivanje kmečkih družin na posledice delovnih nesreč in poklicnih bolezni: Končno poročilo v okviru CRP V5-2028. 2022. Dostopno na: <https://dmi.zrc-sazu.si/sites/default/files/Porocilo%20CRP%20%28V5-2028%29%20MCI.pdf> (citirano: 8. 6. 2026).
- Daghagh Yazd S, Wheeler SA, Zuo A. Key Risk Factors Affecting Farmers' Mental Health: A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2019; 16(23): 4849.
- Darr W, Johns G. Work strain, health, and absenteeism: A meta-analysis. *J of Occup Health Psychol*. 2008; 13(4): 293–318.
- EU-OSHA. Mental health in agriculture: preventing and managing psychosocial risks for farmers and farm workers. Report. Luxembourg: Publications Office of the European Union; 2024. Dostopno na: https://osha.europa.eu/sites/default/files/documents/Mental-health-agriculture_EN.pdf (citirano: 8. 6. 2026).
- EU-OSHA. Policy, law and guidance for psychosocial issues in the workplace: an EU perspective. 2012. Dostopno na: <https://oshwiki.osha.europa.eu/en/themes/policy-law-and-guidance-psychosocial-issues-workplace-eu-perspective> (citirano: 8. 6. 2026).
- EU-OSHA. Psychosocial issues in the agriculture sector. 2013. Dostopno na: <https://oshwiki.osha.europa.eu/en/themes/psychosocial-issues-agriculture-sector> (citirano: 8. 6. 2026).

- Eurofound, EU-OSHA. Psychosocial risks in Europe: Prevalence and strategies for prevention. Publications Office of the European Union; 2014. Dostopno na: <https://www.eurofound.europa.eu/en/publications/all/psychosocial-risks-europe-prevalence-and-strategies-prevention> (citirano: 8. 6. 2026).
- Eurofound. Psychosocial risks to workers' well-being: Lessons from the COVID-19 pandemic. Publications Office of the European Union; 2023. Dostopno na: <https://www.eurofound.europa.eu/en/publications/all/psychosocial-risks-workers-well-being-lessons-covid-19-pandemic> (citirano: 8. 6. 2026).
- FARMRes. FARMRes summary report. 2023. Dostopno na: https://farmres.eu/wp-content/uploads/2023/10/FARMRes_Summary-Report_EN.pdf (citirano: 8. 6. 2026).
- Fraser CE, Smith KB, Judd F, Humphreys JS, Fragar LJ, Henderson A. Farming and mental health problems and mental illness. *Int J Soc Psychiatry*. 2005; 51(4): 340–349.
- Hagen BNM, Sawatzky A, Harper SL, O'Sullivan TL, Jones-Bitton A. Farmers Aren't into the Emotions and Things, Right? A Qualitative Exploration of Motivations and Barriers for Mental Health Help-Seeking among Canadian Farmers *J Agromedicine*. 2022; 27(2): 113–123.
- Hansen BG. Stay in dairy? Exploring the relationship between farmer wellbeing and farm exit intentions. *J Rural Stud*. 2022; 92: 306–315.
- Hay A, Knook J, Stanley-Clarke N, Winder L. Young Farmers and Mental Health: A Systematic Scoping Review. *J Agromedicine*. 2026; 31(2): 358–368.
- Henning-Smith C, Alberth A, Bjornestad A, Becot F, Inwood S. Farmer Mental Health in the US Midwest: Key Informant Perspectives. *J Agromedicine*. 2022; 27(1): 15–24.
- Holton M, Lobley M, Wheeler R. Mental health, well-being and resilience in agricultural areas: The intersections of intergenerationality and succession. *J Rur Stud*. 2024; 107: 103214.
- Jones AQ, Sawatzky A, Thompson R, Hagen BNM. Poor mental health negatively impacts farmers personally, interpersonally, cognitively, and professionally. *FACETS*. 2024; 9(1): 1–16.
- Jones-Bitton A, Best C, MacTavish J, Fleming S, Hoy S. Stress, anxiety, depression, and resilience in Canadian farmers. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*. 2020; 55(2): 229–236.
- Klingelschmidt J, Milner A, Khireddine-Medouni I, Witt K, Alexopoulos EC, Toivanen S et al. Suicide among agricultural, forestry, and fishery workers: a systematic literature review and meta-analysis. *Scand J Work Environ Health*. 2018; 44(1): 3–15.
- Kumaraveloo KS, Kolstrup CL. Agriculture and musculoskeletal disorders in low and middle-income countries. *Journal of Agromedicine*. 2018; 23(3): 227–248.
- Leka S, Jain A. Health impact of psychosocial hazards at work: An overview. Geneva: World Health Organization (2010).
- Lundqvist P, Håkansson C, Hakelius K. Farmers' psychosocial work environment and mental health. Systematic literature review. Swedish Agency for Work Environment Expertise; 2023. Dostopno na: <https://www.av.se/globalassets/filer/publikationer/kunskapssammanstallningar/engelska-kunskapssammanstallningar/farmers-psychosocial-work-environment-and-mental-health-digital-literature-review-2022-8.pdf> (citirano: 8. 6. 2026).

- Lunner Kolstrup C, Kallioniemi M, Lundqvist P, Kymäläinen HR, Stallones L, Brumby S. International perspectives on psychosocial working conditions, mental health, and stress of dairy farm operators. *J Agromedicine*. 2013; 18(3): 244–255.
- Maslach C, Schaufeli WB, Leiter MP. Job burnout. *Ann Rev Psychol*. 2001; 52: 397–422.
- Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano. Strateški načrt skupne kmetijske politike 2021–2027. Splošne značilnosti Slovenije in slovenskega kmetijstva: analiza stanja. 2020. Dostopno na: https://skp.si/wp-content/uploads/2019/09/0_SN_SKP_21-27_Splosne_znacilnosti_Kmetijski_sektorji_Analiza.pdf (citirano: 8. 6. 2026).
- Mora-Guerrero G, Herrera-González F, Alveal-Álamos C, Constanzo-Belmar J, Marileo L, Macadoo A et al. How Stressors and Facilitators of Work–Family Dynamics Interrelate and Affect Psychological Outcomes in Farming Women: A Mixed-Methods Approach in Chile. *Healthcare*. 2025; 13(14): 1760.
- Nye C, Wheeler R, Rose D, Becot F, Holton M, Knežević Hočevar D et al. Mental health, well-being and resilience in agricultural areas: A research agenda for the Global North. *Journal of Rural Studies*. 2025; 114: 103506.
- Nye C, Winter M, Lobley M. The role of the livestock auction mart in promoting help-seeking behavior change among farmers in the UK. *BMC Public Health*. 2022; 22(1): 1581.
- Peel D, Berry HL, Schirmer J. Farm exit intention and wellbeing: A study of Australian farmers. *J Rur Stud*. 2016; 47(A): 41–51.
- Purc-Stephenson R, Doctor J, Keehn JE. Understanding the factors contributing to farmer suicide: a meta-synthesis of qualitative research. *Rural Remote Health*. 2023; 23(3): 8189.
- Purc-Stephenson R, Roy N, Chimaobi A, Hood D. An Evidence-Based Guide for Delivering Mental Healthcare Services in Farming Communities: A Qualitative Study of Providers' Perspectives. *Int J Environ Res Public Health*. 2024; 21(6): 791.
- Purc-Stephenson RJ, Dedrick S, Hood D. A multidimensional tool to measure farm stressors: development and initial validation of the farmer stress assessment tool (FSAT). *BMC Psychol*. 2024; 12(1): 435.
- Roy P, Tremblay G, Robertson S, Houle J. Do it All by Myself. A Salutogenic Approach of Masculine Health Practice Among Farming Men Coping With Stress. *Am J Mens Health*. 2017; 11(5): 1536–1546.
- Rudolph JM, Berg RL, Parsaik A. Depression, anxiety and stress among young farmers and ranchers: A pilot study. *Community Mental Health Journal*. 2020; 56: 126–134.
- Rus T, Peršolja M. Direct psychosocial health risk factors in hospital employees: A descriptive study. *Obzornik zdravstvene nege*. 2022; 56(4): 264–279.
- Schult AB, Edington DW. Employee health and presenteeism: A systematic review. *J Occup Rehabil*. 2007; 17: 547–579.
- Siqueira VB, Rocha ASL, Schwingel PA, Carvalho FM. Prevalence of Presenteeism in Agricultural Workers: Systematic Review. *Workplace Health Saf*. 2023; 71(7): 318–324.
- Šprah L, Zorjan S. Priročnik za obvladovanje psihosocialnih tveganj in absentizma s pomočjo orodja e-OPSA (splošna različica za vse dejavnosti). Ljubljana: Založba ZRC; 2016. Dostopno na: https://dmi.zrc-sazu.si/sites/default/files/eopsa_splosna_razlicica_prirocnik.pdf (citirano: 8. 6. 2026).

Vayro C, Brownlow C, Ireland M, March S. Farming is not just an occupation [but] a whole lifestyle. A qualitative examination of lifestyle and cultural factors affecting mental health help-seeking in Australian farmers. *Sociologia Ruralis*. 2020; 60(1): 151–173.

Wheeler R, Lobley M. Anxiety and Associated Stressors Among Farm Women in England and Wales. *J Agromedicine*. 2023; 28(4): 769–783.

Wheeler R, Lobley M. Health-related quality of life within agriculture in England and Wales: results from a EQ-5D-3L self-report questionnaire. *BMC Public Health*. 2022; 22(1): 1395.

WHO. Mental health at work. World Health Organization. 2024. Dostopno na: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work> (citirano: 8. 6. 2026).

Zakon o varnosti in zdravju pri delu (ZVZD-1). Uradni list RS št. 43/2011.



Foto: Danilo Lah

pro
mno
POLIA
MOŇI

omra
POLIJA
MOČI



ZRC SAZU



ZSPM
zveža slovenske
podeželske mladine

**ZAVOD
ZRNO**

