

Pressekonferenz

Fünf Jahre für mehr Lebensqualität am Bauernhof

Starke Nachfrage nach psychosozialer Beratung in der Landwirtschaft

Auf einem Bauernhof lassen sich Arbeit, Familie und Privatleben oft kaum voneinander trennen. Genau das macht das bäuerliche Leben besonders, kann in schwierigen Phasen aber auch zur Belastung werden. Wirtschaftlicher Druck, Wetterextreme, Konflikte in der Familie, Fragen rund um die Hofübergabe oder persönliche Sorgen wirken häufig gleichzeitig. Seit 2021 unterstützt die Beratungsstelle „Lebensqualität Bauernhof“ Bäuerinnen und Bauern bei persönlichen, familiären und betrieblichen Herausforderungen, allein bis Ende August 2026 in bereits 264 Beratungen.

Seit fünf Jahren bietet die Beratungsstelle „Lebensqualität Bauernhof“ deshalb Bäuerinnen und Bauern in Oberösterreich eine niederschwellige und fachlich fundierte Anlaufstelle für psychosoziale Beratung. Ziel ist es, frühzeitig zu unterstützen, Orientierung zu geben und gemeinsam neue Perspektiven zu entwickeln.

Allein 2026 wurden bis Ende August bereits 264 Beratungen durchgeführt. Die hohe Nachfrage zeigt, dass das Angebot in der bäuerlichen Bevölkerung angekommen ist.

„Auf einem Bauernhof greifen Arbeit und Familie meist direkt ineinander. Wenn dann wirtschaftlicher Druck, Konflikte oder persönliche Sorgen dazukommen, kann die Belastung schnell groß werden. Genau deshalb braucht es eine Anlaufstelle, die die bäuerliche Lebenswelt kennt und unkompliziert unterstützt. Mit ‚Lebensqualität Bauernhof‘ haben wir dieses Angebot bewusst bei der Landwirtschaftskammer angesiedelt, weil dort Vertrauen und Nähe zu den Betrieben bereits vorhanden sind. Das macht es leichter, sich Hilfe zu holen“, betont Agrar-Landesrätin Michaela Langer-Weninger.

Hofübergabe rückt stärker in den Mittelpunkt

Auch die Themen, mit denen sich Bäuerinnen und Bauern an die Beratungsstelle wenden, verändern sich. Erstmals stehen 2026 Fragen rund um die Hofübergabe an erster Stelle, gefolgt von Generationenkonflikten und Partnerschaftsthemen.

39 Prozent der Anfragen kommen von Männern, 61 Prozent von Frauen. Die Ratsuchenden sind zwischen 25 und 70 Jahre alt, die größte Gruppe ist zwischen 40 und 60 Jahre alt.

Gerade die Hofübergabe zeigt, wie eng persönliche und betriebliche Entscheidungen auf einem landwirtschaftlichen Betrieb miteinander verbunden sind. Unterschiedliche Erwartungen zwischen den Generationen, offene Fragen zur Zukunft des Hofes oder zur Rollenverteilung innerhalb der Familie können zu großen Belastungen führen. Umso wichtiger ist es, diese Themen frühzeitig anzusprechen.

Belastungen in der Landwirtschaft sind vielfältig

„Die Zahlen zeigen klar: Wenn die Belastung über längere Zeit zu groß wird, leidet auch die Gesundheit. Umso wichtiger ist es, dass Betroffene frühzeitig wissen, wo sie Unterstützung bekommen, und sich auch trauen, diese anzunehmen. Wir müssen Angebote wie ‚Lebensqualität Bauernhof‘ weiter stärken, bekannter machen und vor allem eines vermitteln: Sich Hilfe zu holen, ist kein Tabu, sondern ein verantwortungsvoller Schritt“, so Langer-Weninger.

Dass psychosoziale Unterstützung in der Landwirtschaft zunehmend an Bedeutung gewinnt, zeigen auch aktuelle Studien. Die Evaluierungsstudie des BMLUK aus dem Jahr 2025 zu den sozialen und psychischen Belastungen von Land- und Forstwirtinnen und -wirten zeigt: Rund ein Drittel der Befragten empfindet sie als hoch, als wichtigste Belastungsfaktoren werden Bürokratie, Preisentwicklungen, Wetterextreme, lange Arbeitszeiten und fehlende Erholung genannt. 46 Prozent berichten von zumindest einer psychischen Erkrankung oder Beschwerde im vergangenen Jahr, gegenüber 23 Prozent in der Gesamtbevölkerung. Besonders betroffen sind unter anderem alleinlebende Personen, Haupterwerbsbetriebe und Betriebe mit ungeklärter Hofübergabe. Umso wichtiger ist es, Unterstützungsangebote sichtbar zu machen und Hemmschwellen weiter abzubauen.

Familie, Freundschaften und die Arbeit mit der Natur geben Halt

Ein ähnliches Bild zeichnet das Studienprojekt der Universität für Weiterbildung Krems „Psychische Gesundheit im landwirtschaftlichen Beruf“ aus dem Jahr 2025. Demnach weisen Landwirtinnen und Landwirte im Vergleich zur Allgemeinbevölkerung ein erhöhtes Risiko für Depressionen, Angst, Schlafstörungen und ein höheres Stressniveau auf.

Gleichzeitig zeigt die Studie aber auch, welche Faktoren Halt geben können: Familie und Partnerschaft, Freundschaften, Hobbys sowie die als sinnstiftend empfundene Arbeit mit Tieren und in der Natur zählen zu den wichtigsten Schutz- und Entlastungsfaktoren.

Damit wird deutlich: Psychische Gesundheit am Bauernhof bedeutet nicht nur, in Krisen Unterstützung anzubieten. Es geht ebenso darum, Belastungen frühzeitig zu erkennen, darüber zu sprechen und Strukturen zu schaffen, die Bäuerinnen und Bauern im Alltag stärken.

Wenn Familie und Betrieb aufeinandertreffen

Auf vielen Höfen leben und arbeiten mehrere Generationen eng zusammen. Familie und Beruf lassen sich dabei kaum voneinander trennen. Rollen vermischen sich, Erwartungen treffen aufeinander und Konflikte können sich über Jahre entwickeln.

„Kommt zu viel zusammen, ist es schwierig, den Überblick zu behalten und allem gerecht zu werden. Das ist kein Zeichen von Schwäche oder Versagen, sondern eine natürliche Erscheinung, die jeden Menschen treffen kann. Sich externe Unterstützung zu holen, schafft Lösungsräume und eröffnet besonders in Krisensituationen neue Perspektiven für einen gelungenen gemeinsamen Alltag in der Familie und auf den bäuerlichen Betrieben“, betont Landwirtschaftskammer OÖ-Vizepräsidentin Rosemarie Ferstl.

Darüber reden, bevor Verhärtung entsteht

Neben der Krisenintervention gewinnt die Prävention zunehmend an Bedeutung. Überforderung belastet nicht nur den einzelnen Menschen. Wenn Konflikte, Erschöpfung oder Kommunikationsprobleme über längere Zeit bestehen bleiben, können daraus auch betriebliche und familiäre Schwierigkeiten entstehen.

Deshalb ist es wichtig, Unterstützung nicht erst dann zu suchen, wenn nichts mehr geht. „Das zeigt sich auch bei der Hofübergabe. Immer häufiger wenden sich Hofübernehmerinnen und Hofübernehmer bereits vor der Übernahme an die Beratungsstelle. Sie möchten klären, welche Erwartungen bestehen, welche Bedingungen für sie wichtig sind und wie das zukünftige Zusammenleben gestaltet werden kann. Eine frühzeitige Auseinandersetzung schafft Klarheit für alle Beteiligten und kann helfen, die Übergabe bewusster zu gestalten. Auch in Partnerschaften ist Kommunikation häufig ein zentrales Thema. Eine gemeinsame Aussprache mit einer unparteiischen Beraterin kann dabei eine neue Gesprächsbasis schaffen“, zeigt sich die Vizepräsidentin überzeugt.

Der erste Schritt in Richtung Veränderung

Ein vertrauliches und klärendes Gespräch mit einer externen, allparteilichen Beraterin kann neue Möglichkeiten eröffnen. Ängste und Bedürfnisse bekommen Raum, unterschiedliche Sichtweisen werden sichtbar und gemeinsam können nächste Schritte entwickelt werden. „Manchmal ist der Redefluss in einer Familie ins Stocken geraten. Durch die externe Begleitung ist es möglich, dass jede und jeder Betroffene Gehör findet und im besten Fall auch wieder verstanden wird. Besonders wichtig ist für viele Ratsuchende, mit Menschen zu sprechen, die das bäuerliche Umfeld kennen und verstehen“, erklärt Ferstl, warum es so wichtig ist, dass die Beratungsstelle in der Landwirtschaftskammer angesiedelt ist.

Beratung kann den Weg zu weiterer Hilfe öffnen

Lebensqualität Bauernhof versteht sich auch als Drehscheibe innerhalb eines bestehenden Unterstützungsnetzwerks. Je nach Anliegen wird an weitere, passende Partner vermittelt – etwa an die Mediation von Hofkonflikt.at, an BeziehungLeben für längerfristige Begleitung, an die soziale Betriebshilfe des Maschinenrings oder an die Perspektive Landwirtschaft, wenn eine außerfamiliäre Hofnachfolge gesucht wird.

„Nach fünf Jahren Beratungsarbeit zeigt sich damit deutlich: Lebensqualität am Bauernhof bedeutet nicht nur, Probleme zu lösen, wenn sie bereits groß geworden sind. Es geht darum, Menschen zu stärken, frühzeitig ins Gespräch zu kommen, Perspektiven zu eröffnen und gemeinsam Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln“, betont Ferstl.

Orientierung und Handlungsspielraum finden

Eine Beratung kann die schwierige Situation nicht abnehmen. Sie kann aber helfen, wieder Orientierung und Handlungsspielraum zu gewinnen. „Wenn sehr viel zusammenkommt, geraten Menschen leicht in eine Art Problemtrance. Dann wird es schwierig, allein den Überblick zu behalten und nächste Schritte zu setzen. In der Beratung helfen wir, zu strukturieren, Klarheit zu schaffen und Zusammenhänge zu verstehen. Das ist oft die Grundlage für den ersten Schritt“, hebt Barbara Plattner-Huss, Beraterin Lebensqualität Bauernhof, hervor.

Dieser erste Schritt kann unterschiedlich aussehen: ein Gespräch innerhalb der Familie, eine Entscheidung, eine konkrete Veränderung im Alltag oder die Inanspruchnahme weiterer Unterstützung.

Weg für weitere Hilfe ebnen

Manche Menschen kommen mit körperlichen Beschwerden, für die sich zunächst keine Ursache finden lässt, oder beschreiben ein ständiges „Hamsterrad im Kopf“. Im gemeinsamen Gespräch kann sich zeigen, dass eine weiterführende fachliche Abklärung sinnvoll ist. Die psychosoziale Beratung kann damit ein niederschwelliger erster Schritt sein, um überhaupt zu erkennen, dass Unterstützung notwendig ist – und den Weg zu weiterer Hilfe zu ermöglichen. „Nach Beratungen berichten Bäuerinnen und Bauern häufig, dass sie sich innerlich ruhiger fühlen, wieder klarer sehen und wissen, was ihr nächster Schritt sein kann. Klarheit bedeutet nicht immer, dass eine Situation einfach wird. Aber Klarheit schafft die Möglichkeit, anders damit umzugehen – und damit die Chance, etwas zum Besseren zu verändern“, erläutert die Beraterin.

Öffentlichkeitsarbeit macht Mut, Hilfe anzunehmen

Ein wichtiger Bestandteil der Arbeit der Beratungsstelle Lebensqualität Bauernhof ist die Öffentlichkeitsarbeit. Monatlich erscheinen Beiträge in „Der Bauer“, der Zeitung der Landwirtschaftskammer Oberösterreich. Seit 2025 wird das Angebot zusätzlich über Newsletter, Podcasts, Instagram und WhatsApp sichtbar gemacht.

Diese Informationen haben eine wichtige Funktion: Sie zeigen, dass Belastungen, Konflikte und Krisen auch in anderen Familien vorkommen. „Viele Bäuerinnen und Bauern erkennen sich in den Geschichten und Themen wieder – und fassen dadurch den Mut, selbst zum Telefon zu greifen oder eine Beratungsanfrage zu stellen. Zu erkennen, mit den eigenen Sorgen nicht allein zu sein, kann bereits der erste Schritt sein“, hebt die Beraterin hervor.

Den eigenen Blick weiten mit Bildungsangeboten

Neben der individuellen Beratung ist auch die Bildungsarbeit ein wesentlicher Bestandteil von Lebensqualität Bauernhof. Seminare, Webinare und weitere Bildungsangebote ermöglichen es, sich frühzeitig mit Herausforderungen auseinanderzusetzen, neue Sichtweisen kennenzulernen und konkrete Werkzeuge für den Alltag mitzunehmen.

Die Themen reichen von Hofübergabe, Trauer, Partnerschaft und Kommunikation bis zu anonymen Webinaren zu Alkohol und Gewalt. Auch Entspannungstechniken, systemische Aufstellungen und das Schreiben als Möglichkeit zur Entlastung werden angeboten.

„Manchmal braucht es nicht sofort eine große Lösung. Manchmal braucht es zuerst jemanden, der zuhört, Ordnung ins Gedankenchaos bringt und hilft, den nächsten Schritt zu sehen“, erläutert Barbara Plattner-Huss abschließend.



*Beraterinnen der
Beratungsstelle
Lebensqualität Bauernhof
(v.l. Maria Mühlböck,
Barbara Plattner-Huss,
Karoline Hinterreither),
Bildnachweis:
Landwirtschaftskammer
OÖ, Abdruck honorarfrei*



*"Lebensqualität Bauernhof" ist
die Beratungsstelle für ein
gutes Miteinander auf den
Bauernhöfen, sind sich (v.l.)
LK OÖ-Vizepräsidentin
Rosemarie Ferstl, Beraterin
Barbara Plattner-Huss und
Agrar-Landesrätin Michaela
Langer-Weninger einig.
Bildnachweis: LK OÖ,*

Kontakt bei Rückfragen: Heidemarie Deubl-Krenmayr
Tel +43 50 6902-1800, heidemarie.deubl-krenmayr@lk-ooe.at

Kontakt Öffentlichkeitsarbeit: Mag. Elisabeth Frei-Ollmann,
Tel +43 50 6902-1491, medien@lk-ooe.at