

ERFOLGSGESCHICHTEN

Verantwortung teilen

Vojtěch Pýcha ist ein tschechischer Junglandwirt, der Miteigentümer eines 150 Hektar großen Ackerbaubetriebs ist, der als Gesellschaft mit beschränkter Haftung betrieben wird. Er kümmert sich um das Tagesgeschäft und baut Getreide, Zuckerrüben und Sojabohnen an. Gemeinsam mit seinem Vater stellt er während der Erntezeit Saisonarbeiter ein. Vojtěch hat jedoch mit psychischen Problemen zu kämpfen, da er ein hohes Arbeitspensum zu bewältigen hat und einen Spagat zwischen den Aufgaben im Betrieb, dem Studium und der Vertretung der Landwirte nach außen machen muss. Kürzlich erlitt der Betrieb aufgrund des Verfalls der Weizenpreise einen Verlust von 50.000 €, was zu Stress und Unsicherheit führte. Außerdem fiel es ihm schwer, seine Probleme mit anderen zu teilen, da andere seine besondere Situation nicht nachvollziehen können.



Mehr lesen ↓

Vojtěch Pýcha ist ein tschechischer Junglandwirt, der Miteigentümer eines 150 Hektar großen Ackerbaubetriebs ist, der als Gesellschaft mit beschränkter Haftung betrieben wird. Er kümmert sich um das Tagesgeschäft und baut Getreide, Zuckerrüben und Sojabohnen an. Gemeinsam mit seinem Vater stellt er während der Erntezeit Saisonarbeiter ein. Vojtěch hat jedoch mit psychischen Problemen zu kämpfen, da er ein hohes Arbeitspensum zu bewältigen hat und einen Spagat zwischen den Aufgaben im Betrieb, dem Studium und der Vertretung der Landwirte nach außen machen muss. Kürzlich erlitt der Betrieb aufgrund des Verfalls der Weizenpreise einen Verlust von 50.000 €, was zu Stress und Unsicherheit führte. Außerdem fiel es ihm schwer, seine Probleme mit anderen zu teilen, da andere seine besondere Situation nicht nachvollziehen können. Die Verlängerung seines Masterstudiums hat ihn noch mehr unter Druck gesetzt. Vojtěch findet Wege, um damit fertig zu werden, indem er sich mit Freunden trifft und Basketball spielt. Während er einen Teil seiner Arbeit auf dem Bauernhof delegieren kann, bietet sein Studium nicht die dringend benötigte Flexibilität.

Name des Befragten	Vojtěch Pýcha
Art der landwirtschaftlichen Tätigkeit	Ackerbaubetrieb auf 150 Hektar
Psychische Gesundheit und beeinflussende Faktoren	Ängste aufgrund der hohen Arbeitsbelastung und der Preisunsicherheit.

Was ist Ihre Geschichte?

Vojtěch Pýcha half während seines Studiums im Jahr 2021, den 150 Hektar großen Ackerbaubetrieb seiner Familie in eine GmbH umzuwandeln. Seitdem kümmert er sich um das Tagesgeschäft auf dem Hof. Der Schwerpunkt seiner landwirtschaftlichen Tätigkeit liegt auf dem Anbau von Getreide (Weizen, Gerste...), Zuckerrüben, Erbsen und Sojabohnen.

In Zusammenarbeit mit seinem Vater überwacht Vojtěch aktiv den Betrieb des Hofes. Während der Erntezeit stellen sie Saisonarbeiter ein, um die erhöhte Arbeitslast zu bewältigen. Vojtěch ist sehr daran interessiert, seinem Vater ein positives Arbeitsumfeld zu bieten und findet es wichtig, als Team zusammenzuarbeiten. Er erklärt, dass man viele Arbeiten auf dem Hof nicht delegieren kann.

In letzter Zeit leidet Vojtěch unter starken Angstzuständen, da es auf seinem Hof und in seinem Leben zahlreiche Herausforderungen gibt. Dies hat sich stark auf seine psychische Gesundheit ausgewirkt. Die große Arbeitsbelastung, die auf seinen Schultern lastet, die Bewältigung seiner Aufgaben in der Außenvertretung der Junglandwirte in der Tschechischen Republik, die Beaufsichtigung des Tagesgeschäfts auf dem Hof und das gleichzeitige Studium haben ihn stark belastet. Der ständige Druck, in verschiedenen Bereichen Höchstleistungen erbringen zu müssen, und die jüngste Unsicherheit auf den Märkten haben dazu beigetragen, dass er ein hohes Maß an Unruhe empfindet. Kürzlich musste das Unternehmen aufgrund des Verfalls der Weizenpreise einen erheblichen finanziellen Rückschlag hinnehmen, der zu einem Verlust von 50 000 € führte. Dieser unerwartete Schlag hat zusätzlichen Stress und Sorgen verursacht. Die Tatsache, dass er von einem Tag auf den anderen einen so großen Verlust hinnehmen musste, der in den Betrieb hätte investiert werden können, macht ihm zu schaffen.

Vojtěch findet es aufgrund der Einzigartigkeit seiner Arbeitssituation schwierig, seine Probleme mit anderen zu teilen. Die Anforderungen und der Druck, denen er als Landwirt bei der Bewältigung des Tagesgeschäfts und beim Studium ausgesetzt ist, schaffen ein Gefühl der Isolation. Das Fehlen gemeinsamer Erfahrungen macht es für Vojtěch schwierig, Verständnis und Unterstützung in seinem Umfeld zu finden. Vojtěch hat nach wie vor Probleme mit seiner psychischen Gesundheit, die sich durch die Verlängerung seines Masterstudiums noch zu verschärfen scheinen. Diese unerwartete Verlängerung verschlimmert die ohnehin schon schwierige Situation, während Vojtěch versucht, Bewältigungsmechanismen zu finden.

Umgang mit der Situation

Um mit der schwierigen Situation umzugehen, hat sich Vojtěch Pýcha verschiedene Bewältigungsmechanismen angeeignet, die ihm dabei helfen, mit seinen psychischen Problemen umzugehen. Ein solches Ventil ist für ihn das Basketballspielen. Als ehemaliger semiprofessioneller Basketballspieler kann er bei diesem Sport Trost finden und Stress abbauen. Die körperliche Betätigung und die Kameradschaft mit seinen Mannschaftskameraden bieten ihm eine dringend benötigte Erholung von dem Druck, dem er ausgesetzt ist. Vojtěch hat sich zwar noch nicht entschieden, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen, ist aber offen für diese Idee, falls sich seine Situation verschlechtern sollte.

Was die Übertragung von Aufgaben betrifft, so erwägt Vojtěch die Möglichkeit, seinen Vater stärker in den Betrieb einzubinden. Er zieht es jedoch vor, seinen Vater nicht zu sehr zu belasten, da er weiß, wie wichtig es ist, eine ausgewogene Aufgabenteilung beizubehalten. Was die Verwaltungsaufgaben und die rechtliche Vertretung angeht, so konnte Vojtěch einen Teil seiner Aufgaben an einen Anbieter von Rechtslösungen delegieren, wodurch sich die Last auf seinen Schultern erheblich verringert hat.

Auf die Frage nach der Flexibilität seines Studiums erklärt Vojtěch die bedauerliche Tatsache, dass seine Universität keine Rücksicht auf individuelle Fälle oder persönliche Situationen nimmt. Dieser Mangel an Flexibilität stellt für ihn eine Herausforderung dar, insbesondere bei dem Kurs, für den er sein Studium verlängern musste. Der strenge Ansatz des Kurses und die Richtlinien der Universität schränken seine Möglichkeiten ein, seine akademischen Aktivitäten an seine persönlichen Umstände anzupassen.

Fazit und Tipps

Aus seinen herausfordernden Erfahrungen hat Vojtěch Pýcha bedeutsame Schlussfolgerungen gezogen, die seine Sichtweise prägen und sein Handeln in Zukunft leiten werden:

Persönliche Stärke und Resilienz: Vojtěch hat erkannt, wie wichtig es ist, sich auf seine eigene innere Stärke und Widerstandsfähigkeit zu verlassen, wenn er mit Widrigkeiten konfrontiert wird. Sein Engagement im Basketball und die Unterstützung durch seine Mannschaftskameraden haben ihm die Kraft der persönlichen Bewältigungsmechanismen gezeigt. Er weiß, dass er in der Lage ist, Hindernisse zu überwinden und sein psychisches Wohlbefinden zu steuern. Er erklärt auch, dass er darauf achten wird, sich in Zukunft nicht so stark zu belasten und sich nicht mit zu vielen Verpflichtungen zu überfordern.

Erkennen des Bedarfs an Unterstützung: Obwohl er in seiner Situation noch keine professionelle Hilfe in Anspruch genommen hat, hat Vojtěch gelernt, dass es einen Punkt geben kann, an dem externe Unterstützung notwendig wird. Er weiß, wie wichtig es ist, zu erkennen, wann sich seine psychische Gesundheit verschlechtern könnte, und offen dafür zu sein, angemessene Unterstützung zu suchen.

Umgang mit institutionellen Beschränkungen: Vojtěch hat aus erster Hand erfahren, welche Einschränkungen ihm die unflexible Politik seiner Universität auferlegt. Er hat die Enttäuschung erlebt, dass persönliche Situationen nicht beachtet und individuelle Bedürfnisse nicht berücksichtigt werden. Vojtěch würde einen individuelleren Ansatz für Studierende in seiner Situation begrüßen.

Tipps für andere Landwirte

Für andere Landwirte hat Vojtěch einen einfachen, aber entscheidenden Rat:

„Vermeiden Sie es, sich selbst zu überfordern, indem Sie versuchen, zu viele Dinge auf einmal zu jonglieren. Es ist allzu leicht, sich in den nicht enden wollenden Anforderungen des landwirtschaftlichen Lebens zu verfangen und das eigene Wohlbefinden zu vernachlässigen.“

„Denken Sie daran, dass Ihr Leben und Ihre seelische Gesundheit genauso wichtig sind wie die Arbeit, die Sie tun. Wenn Sie feststellen, dass es Ihnen nicht gut geht und die Dinge einen hohen Tribut fordern, zögern Sie nicht, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Es ist keine Schande, sich an Experten zu wenden, die Sie beraten und unterstützen können. Setzen Sie Prioritäten bei der Selbstfürsorge, setzen Sie sich realistische Ziele und denken Sie daran, dass Ihre Selbstfürsorge letztlich Ihre Fähigkeit verbessert, Ihren Betrieb effektiv zu führen. Wenn Sie sich auf Ihr Wohlbefinden konzentrieren und bei Bedarf Hilfe in Anspruch nehmen, können Sie eine gesündere und nachhaltigere Landwirtschaft betreiben.“

Aus den Erfahrungen von Vojtěch können wir wertvolle Lehren ziehen. Erstens unterstreicht sie, wie wichtig es ist, die psychische Gesundheit in den Vordergrund zu stellen, selbst unter so schwierigen Bedingungen wie in der Landwirtschaft. Seine Botschaft an andere Landwirte ist klar, und die Schilderung seiner Situation ist ein Anstoß für andere, offen über die Probleme zu sprechen, die sie bei ihrer täglichen Arbeit haben. Zweitens kann die Suche nach Unterstützung durch andere in schwierigen Zeiten Verständnis und Ermutigung bringen. Vojtěch hatte zwar nicht viele Menschen, mit denen er seine Situation teilen konnte, aber ein Treffen mit Freunden zum Basketballspielen half ihm, seine Ängste zu überwinden, und zeigt, wie wichtig es ist, sich nicht zu isolieren, wenn man Probleme hat. Drittens ist es für das Wohlbefinden von entscheidender Bedeutung, ein Gleichgewicht der Verantwortlichkeiten zu finden. Vojtech hat darauf geachtet, Verantwortlichkeiten zu teilen und die Aufgaben zu delegieren, die er übernehmen konnte. Auch wenn die Situation, die seine Ängste auslöste, länger andauerte, hat er kontinuierlich Bewältigungsmechanismen entwickelt.

◀ VORHERIGE GESCHICHTE LESEN
Das Schweigen brechen: Agrisentinel-Netzwerk

NÄCHSTE GESCHICHTE LESEN ▶▶
Erholungsbeihilferegulung: sich eine Pause gönnen