

HISTORIAS DE ÉXITO

La formación como herramienta de salud mental para jóvenes agricultores

Nuestro promotor es un nuevo agricultor que tiene que tomar las riendas del negocio familiar debido a la enfermedad de su padre. El hecho de no tener experiencia previa en la gestión de una explotación le provoca frustración y confusión, lo que le lleva a una situación de estrés continuo y falta de autoestima, teniendo que ceder muchas decisiones a sus trabajadores. El afán de superación le lleva a matricularse en un programa de formación profesional en el que adquiere los conocimientos y habilidades que finalmente le llevan a hacerse cargo de la explotación de forma satisfactoria.



Seguir leyendo ↓

Nuestro promotor es un nuevo agricultor que tiene que tomar las riendas del negocio familiar debido a la enfermedad de su padre. El hecho de no tener experiencia previa en la gestión de una explotación le provoca frustración y confusión, lo que le lleva a una situación de estrés continuo y falta de autoestima, teniendo que ceder muchas decisiones a sus trabajadores. El afán de superación le lleva a matricularse en un programa de formación profesional en el que adquiere los conocimientos y habilidades que finalmente le llevan a hacerse cargo de la explotación de forma satisfactoria.

Este caso práctico demuestra la importancia de la formación en el ámbito técnico y de gestión, cuanto más preparados estemos como agricultores, más herramientas tendremos para prevenir situaciones de incertidumbre, lo que debería traducirse en un menor número de situaciones difíciles de gestionar desde el punto de vista emocional o de la salud mental.

Nombre del entrevistado	Anónimo
Tipo de actividad agraria	Olivar y cereales.
Problema de salud mental y factores que lo afectan	<p>Problema de salud mental: Ansiedad, frustración, confusión, falta de autoestima.</p> <p>Los factores que más afectaron a este caso son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aislamiento de la actividad. • Ciclos largos de autoaprendizaje. • Incertidumbre de la actividad. • Falta de conocimientos técnicos.

¿Cuál es su historia?

Nuestro promotor es un profesional con formación en economía, que pertenece a una familia con larga experiencia en la agricultura, propietaria de una explotación media de olivos y cereales. Mientras trabaja en Madrid en una empresa multinacional, su padre, de avanzada edad, cae enfermo, situación que le dificulta seguir dedicándose a la agricultura. Por este motivo, nuestro promotor decide dejar su trabajo para hacerse cargo del negocio familiar.

Desde el principio, nuestro promotor se encontró solo, con la única ayuda de su capataz. El proceso de adaptación fue complicado, estando acostumbrado a planificar y trabajar en equipos muy profesionales, se encuentra sobre el terreno con unas condiciones inciertas y teniendo que adaptarse continuamente a nuevas situaciones.

Desde el principio muestra una total falta de conocimientos técnicos, no sabe cuándo hay que realizar las tareas, desconoce las características de la explotación, la importancia de los riegos y cómo planificarlos, desconoce los productos nutricionales y fitosanitarios, así como los procesos de comercialización y negociación con proveedores.

En estas primeras etapas se encuentra perdido, frustrado, y tiene que delegar muchas de las decisiones en los trabajadores, que le ayudan basándose en cómo se han hecho siempre las cosas. Nuestro promotor intenta aprender, pero la necesidad de adaptarse hace que no entienda del todo las rutinas y los procesos. Nuestro promotor percibe que cada año es diferente, que los proveedores le proporcionan información contradictoria, y acaba por no entender qué criterios debe aplicar en su toma de decisiones. Todo ello acaba frustrándole, provocándole estrés y confusión permanente.

Un día, hablando con otro joven agricultor, le cuenta que asistió durante dos años a la escuela de Formación Profesional de Marmolejo, obteniendo el título de Técnico Superior Agrícola. Nuestro promotor ve a este compañero como una persona preparada y con las ideas claras, y desde entonces no ha dejado de pensar si la formación podría ayudarle a resolver su desconcierto. Piensa que dedicar dos años y compaginar trabajo y formación va a ser complejo. Sin embargo, prefiere asumir este trabajo extra antes que continuar con la situación en la que se encuentra. Así que decide matricularse en Marmolejo al año siguiente e iniciar un proceso de formación que debe proporcionarle los conocimientos, habilidades y destrezas para gestionar la explotación según su propio criterio.

Manejar la situación

Nuestro promotor se matricula en un curso de formación profesional de dos años en el que tiene que estudiar y examinarse de diversas materias técnicas y administrativas agrícolas. Desde conocimientos sobre cultivos, riego, control de plagas, nutrición, ganadería, administración de explotaciones, gestión de mano de obra, maquinaria, mecánica, multiplicación de plantas, fitotecnia, botánica, etc.

Habla con los profesores para informarles de su situación, y el profesorado, muy comprensivo, le permite faltar a algunas clases, pero con la condición de que se presente a los exámenes como el resto de sus compañeros. Durante dos años, aprovecha el tiempo al máximo, ya que puede aplicar todo lo aprendido en los módulos en su día a día, por lo que asiste a todas las clases que puede y estudia con gran entusiasmo y motivación, ya que todo lo que estudia le parece muy práctico.

Después de dos años se siente plenamente formado, siente que el gran esfuerzo realizado ha merecido la pena, ahora tiene criterios claros sobre agronomía y gestión de empresas agrarias y se siente seguro y motivado para tomar las riendas de su vida profesional, con conocimientos sólidos para la toma de decisiones.

La formación es una herramienta fundamental para los jóvenes agricultores, que son un colectivo más proclive a sufrir las dificultades de la agricultura, ya que tienen menos experiencia y no disponen de herramientas suficientes para afrontar las incertidumbres y la gestión de una explotación, si no cuentan con el suficiente apoyo y tutorización.

La posibilidad de asistir a esta formación también le permitió conocer a otros colegas, intercambiar opiniones, relacionarse con profesores bien preparados que le apoyaron durante los dos años. Esta experiencia fue muy motivadora y le ha ayudado a mantener una actitud positiva hacia el trabajo que tiene que hacer, hasta el punto de que sigue dirigiendo la granja familiar pero también ha empezado a dirigir su propia granja.

Conclusión y consejos

El deseo de superación y de sentirse dueño de sus decisiones llevó a nuestro promotor a formarse profesionalmente en una actividad que desconocía. El deseo de superar frustraciones y vencer el estrés y la confusión le llevó a realizar un ejercicio de superación personal que requirió un gran esfuerzo. La necesidad nos empuja a menudo a buscar soluciones; si creemos en ellas, siempre encontraremos recompensas.

Consejos a otros agricultores

«Los jóvenes agricultores necesitamos construir nuestros conocimientos de forma sólida, y para ello, además de obtener información de nuestro entorno, siempre es bueno tener una formación sólida que nos permita contrastar la idoneidad de lo que se nos propone, además de permitirnos sentirnos seguros en las decisiones que tomamos».

El Informe de Síntesis FARMRes destaca la necesidad de mejorar los procesos de toma de decisiones del agricultor y cómo la gestión y la planificación son esenciales para adaptarse a las circunstancias e incertidumbres de la actividad.

Como hemos visto en la RS, además de la formación específica para la prevención, identificación y resolución de problemas relacionados con la salud emocional, la formación en gestión profesional de las explotaciones puede considerarse un factor de protección para la salud mental. Se considera que la gestión integrada de las explotaciones consta de tres áreas diferentes: Autogestión, gestión del trabajo y gestión de la red.

Por ello, la formación puede convertirse en una solución muy importante para adquirir aquellos conocimientos y habilidades que mejoren la toma de decisiones, la gestión de la explotación desde una perspectiva técnica que permita una mejor planificación. Esto da al agricultor más confianza y seguridad en sí mismo para afrontar las dificultades que puedan surgir.

Impartir formación sobre gestión empresarial y gestión personal, para que los responsables de las explotaciones puedan profesionalizar su gestión y facilitar su toma de decisiones, pueden ser factores muy importantes desde el punto de vista de la promoción de una salud mental positiva y la prevención del impacto y las consecuencias de que los agricultores y otros miembros del sector agrario experimenten problemas de salud mental.

Teniendo en cuenta que los perfiles más vulnerables eran jóvenes agricultores, mujeres y pequeñas explotaciones, es fundamental aportar formación técnica como herramienta para la prevención de situaciones que afecten a la salud mental. Cuantas más herramientas tengamos, mejor respuesta podremos dar a las situaciones complicadas que se puedan presentar, esto puede reducir las consecuencias de estas complicaciones, evitando caer en situaciones de estrés, ansiedad o depresión.

FARMRes trata de definir herramientas de prevención y autoayuda para los agricultores, y aunque el desarrollo de formación técnica y de gestión queda fuera del alcance del proyecto, es necesario dejar claro que este tipo de formación puede complementar cualquier enfoque formativo preventivo relacionado con la gestión de las emociones y la salud mental. Puede ser interesante facilitar el acceso a plataformas o cursos de formación profesional que puedan garantizar la cobertura de este ámbito de formación.

« LEER LA HISTORIA ANTERIOR
El mayor desafío, el viaje de un granjero

LEER LA HISTORIA SIGUIENTE »
El camino de Diana hacia la resiliencia y la seguridad en sí misma en el Viñedo