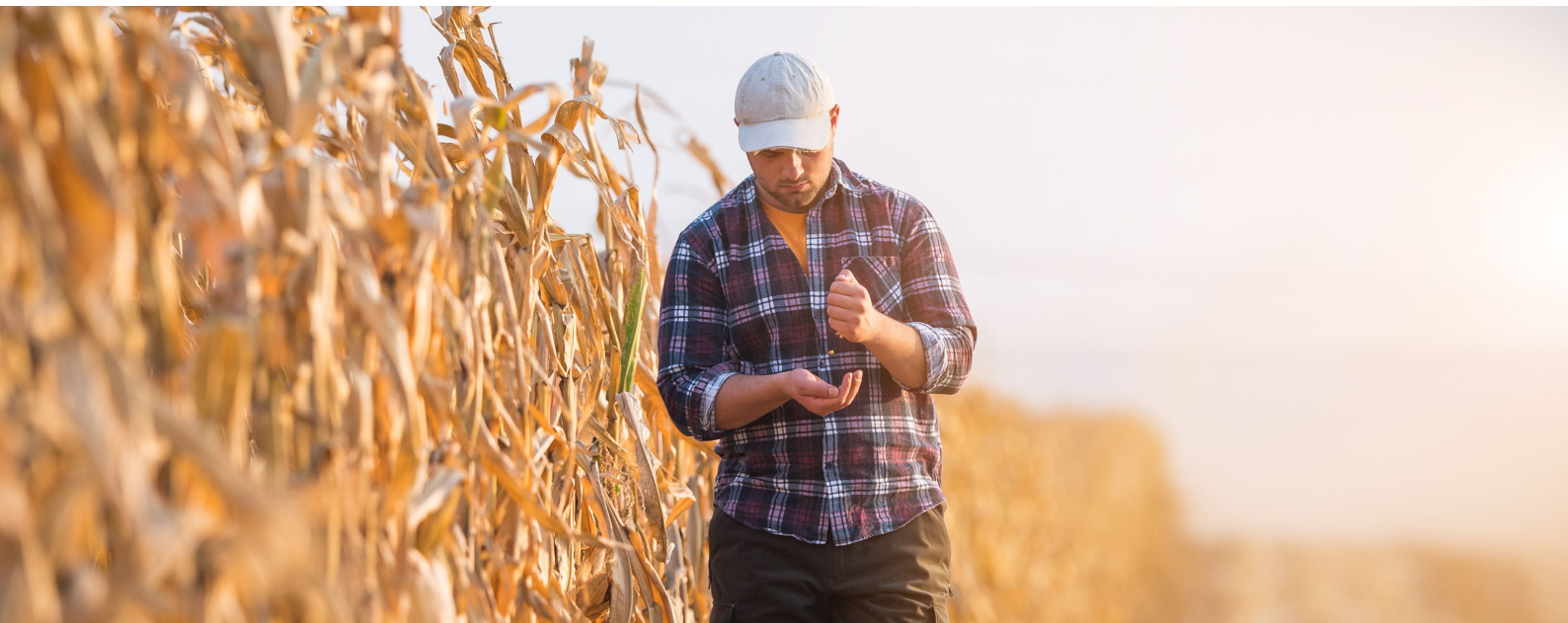




Psihoemocionālā veselība lauksaimniecībā: psihosociālo risku novēršana un pārvaldība lauksaimniekiem un lauku saimniecību darbiniekiem

Kopsavilkums

Autori: *Evelyn Donohoe, Francesco Camonita, Valentina Tageo, Camille Guey, Ilana Zejerman, Laura Todaro, Lode Godderis un Anke Boone.*

Projekta vadība: *Michaela Seifert* – Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūra (*EU-OSHA*).

Šā ziņojuma pasūtītāja ir Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūra (*EU-OSHA*). Tā saturs, arī tajā paustie viedokļi un/vai secinājumi, ir tikai autora(-u) viedokļi un/vai secinājumi un ne vienmēr atbilst *EU-OSHA* uzskatiem.

Ne Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūra, ne kāda cita persona, kas rīkojas aģentūras vārdā, neatbild par tālāk sniegtās informācijas iespējamu izmantošanu.

© Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūra, 2024

Pārpublicēšana ir atļauta, ja tiek norādīts avots.

Lai varētu izmantot vai reproducēt fotoattēlus vai citus materiālus, uz ko Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūrai nav autortiesību, atļauja ir jāprasa tieši autortiesību turētājiem.

Šajā ziņojumā¹ ir pētīta psihosociālo risku iedarbības ietekme uz lauksaimniekiem un lauku saimniecību darbiniekiem, apvienojot pētījumu rezultātus un intervijas ar galvenajām ieinteresētajām personām šajā nozarē. Labās prakses piemēri raksturo tos preventīvos un intervences pasākumus, kurus var īstenot, lai uzlabotu lauksaimnieku un lauku saimniecību darbinieku psihoemocionālo labbūtību. Visbeidzot, pamatojoties uz konstatētajiem faktiem, ir sniegti secinājumi un politikas norādījumi kā uzlabot darba aizsardzību lauksaimniecības nozarē.

Psihosociālajiem riskiem lauksaimniecības nozarē ir komplekss raksturs

Pašnodarbinātie lauksaimnieki veido lielāko daļu no lauksaimniecības darbaspēka. 93 % ES lauku saimniecību ir ģimenes saimniecības, kurās 50 % vai vairāk no lauksaimniecības darbaspēka nodrošina strādājoši ģimenes locekļi. Vairāk industrializētās lauku saimniecībās darbaspēku veido lauku saimniecību darbinieki ar lielu migrantu vai sezonas laukstrādnieku īpatsvaru. Lielākā daļa šajā pētījumā noteikto psihosociālo risku attiecas uz abām minētajām kategorijām, bet daži riski īpaši skar lauku saimniecību darbiniekus.

Kopumā psihosociālos riskus lauksaimniecībā var izraisīt slikti darba apstākļi, kas saistīti ar darba plānošanu, organizāciju, vadību un/vai darbavietas sociālajām iezīmēm. Psihosociālie riski, spriedze un psihoemocionālās veselības problēmas ir nopietnas situācijas, ar kurām saskaras šī nozare, jo gandrīz puse lauksaimnieku un lauku saimniecību darbinieku strādā ilgāk nekā 48 stundas nedēļā. Spriedzes, trauksmes, izdegšanas, pašnāvību un depresijas rādītāji ir augsti. Piemēram, katrs ceturtais lauksaimnieks Īrijā saskaras ar izdegšanas sindromu, bet Francijā ik pēc divām dienām viens lauksaimnieks izdara pašnāvību. Turklāt darbs lauksaimniecībā tiek uzskatīts par vienu no visbīstamākajām profesijām Eiropā, un 2021. gadā šajā nozarē notika visvairāk nelaimes gadījumu ar letālu iznākumu.

Psihosociālajiem riskiem lauksaimniecībā ir komplekss raksturs, ņemot vērā šīs nozares specifiskās iezīmes, piemēram, lauksaimnieciskās ražošanas sezonālītāti, vajadzību apkopt dzīvniekus un vienmēr būt darba gatavībā, kā arī lauku saimniecību vispārējo nošķirtību.

Papildu psihosociālie riski lauksaimniecības nozarē ir saistīti ar iekārtu avārijām, ergonomiku, finansiālo nestabilitāti un nedrošību, regulatīvo spiedienu, veselības problēmām un profesionālo statusu. Riski ir atšķirīgi, atkarībā no lauksaimniecības veida (piemēram, vai tā ir piena lopkopība, vai augkopība), jo dažus lauksaimniekus un lauku saimniecību darbiniekus vairāk ietekmē ķīmisko vielu iedarbība, bet citus – ar lopkopību saistītie riski.

Sociālā izolācija un atpūtas neiespējamība izraisa diskomfortu

Kultivējot lauksaimnieka tēlu, bieži vien tiek radīts priekšstats par spēcīgiem indivīdiem, kuri iemieso tādas vērtības kā stoicisms, spēks un tradicionālā vīrišķības un patriarhāta ideoloģija un kuri neatlaidīgi pārvar visas grūtības. Šie kultūras vērtējumi dziļi sakņojas lauksaimniecības kopienu vēsturiskajos un sociālajos kontekstos, kur izdzīvošana un panākumi lielā mērā bija atkarīgi no smaga darba, izturības un spējas tikt galā sarežģītos apstākļos.

Grūti darba apstākļi nozīmē, ka darba slodze bieži vien ir pārmērīga. Turklāt darbs vienatnē izolētajos lauku apvidos un pastāvīgā vajadzība būt pieejamam rada vientulības un sociālās izolētības izjūtu, bet tā būtiski ietekmē vispārējo labbūtību. Vajadzība būt vienmēr pieejamam rada reālu risku sociālajām attiecībām, var izraisīt ģimenes konfliktus un kaitē lauksaimnieku un lauku saimniecību darbinieku psihosociālajai labbūtībai. Atpūtas un relaksācijas iespējas ir ierobežotas, un tas ir viens no galvenajiem spriedzes iemesliem, kas ietekmē lauksaimnieku un lauku saimniecību darbinieku nogurumu, nepietiekamo laiku atpūtai un psihoemocionālo labsajūtu. Šos riskus vēl vairāk pastiprina tas, ka lauku apvidos nepietiek ieguldījumu infrastruktūrā un arvien vairāk ir jāstrādā patstāvīgi un izolēti.

Turklāt vērtības un uzvedības modeļi, kas saistīti ar tradicionālajām lauksaimnieku kultūrām, liek rīkoties tā, lai piesaistītu palīdzību, kā arī veicina psihoemocionālās veselības stigmatizāciju, jo vīriešu un sieviešu vidū valda vīrišķīgi stereotipi, stoicisms, kā arī lauku sociālās un kulturālās normas (piemēram, darba dalīšana pēc dzimuma). Tas savukārt var veicināt lauksaimnieku un lauku saimniecību darbinieku

¹ Pilns ziņojuma teksts ir pieejams vietnē: <https://osha.europa.eu/en/publications/mental-health-agriculture-preventing-and-managing-psychosocial-risks-farmers-and-farm-workers>.

noslēgšanos sevī un pašizolēšanos, bet lauksaimnieku nepatika publiski apspriest savas problēmas, kā arī tendence pašizolēties nozīmē to, ka šīs problēmas laika gaitā tikai saasinās. Turklāt lauksaimnieku aizspriedumi un stigmatizācija, kas saistīta ar sabiedrības priekšstatiem par to, ka lauksaimniecības prakse ir kaitīga dzīvniekiem un videi, rada atsvešinātības izjūtu. Nozares ieinteresētās personas uzskata, ka sabiedrības attieksme būtiski ietekmē lauksaimnieku un lauku saimniecību darbinieku pašcieņu, vērtības, nozīmīguma un fiziskās un psiholoģiskās drošības izjūtu, un tas ietekmē potenciālo jaunpienācēju un lauksaimnieku bērnu lēmumus palikt vai ienākt šajā nozarē.

Ekonomiskais, normatīvo aktu radītais un administratīvais spiediens ir kritiski svarīgs spriedzes faktors

Finansiālā nedrošība veicina nenoteiktības un neprognozējamības sajūtu lauksaimnieku un lauku saimniecību darbinieku vidū. Šis risks vairāk ietekmē lauksaimniekus nekā lauku saimniecības darbiniekus, jo lauksaimniekiem ir galvenā atbildība par lauku saimniecības un uzņēmuma izdzīvošanu. Dažos gadījumos lauksaimnieku iztikas līdzekļus un lauksaimniecības tirgu nosaka normatīvo aktu ievērošana, eksporta kontrole, pārtikas cenas un saņemtās subsīdijas (piemēram, ES kopējās lauksaimniecības politikas ietvaros). Ekonomikas politika, tirgus spiediens, kredītu pieejamība, kaulēšanās spēju mazināšanās un nespēja kontrolēt atdevi no ieguldījumiem nelabvēlīgi ietekmē psihoemocionālo veselību, tostarp izraisa spriedzi, depresiju un sliktākajā gadījumā – pašnāvības. Bailes no finansiālās katastrofas, ko izraisa uzņēmējdarbības neveiksmes un zaudējumi lauku saimniecībās, spiediens pastāvīgi veikt ieguldījumus produktivitātes līmeņa uzturēšanai, stingrās peļņas normas, mazie ienākumi un zemās algas, darba zaudēšana un lauku saimniecību nepietiekamā rentabilitāte veicina finansiālo spriedzi. Piemēram, Francijā zem nabadzības robežas dzīvo divreiz vairāk tādu mājsaimniecību, kuras nodarbojas ar lauksaimniecību, nekā vidēji valstī.

Ekonomikas, vides un regulatīvā rīcībpolitika ietekmē lauksaimnieku administratīvo slogu, jo arvien stingrākie noteikumi kļūst par būtisku spriedzes avotu. Pienācīga izpratne par šīm rīcībpolitikām un to īstenošana ir būtiska ienākumu stabilitātei un lauksaimniecības praksei.

Turklāt finansiālā nedrošība un regulatīvais spiediens apgrūtina pēctecību lauku saimniecībās. Tādējādi nodrošināšanās pret zaudējumiem lauku saimniecībās ir nopietna problēma, jo īpaši gados vecākiem lauksaimniekiem. Lejupvērstais spiediens uz lauku saimniecību īpašniekiem veicina lauku saimniecību konsolidācijas un uzņēmējdarbības pārstrukturēšanas tendenci. Tomēr sākotnējie finansiālie ieguvumi no tā, ka lauksaimniecības uzņēmumi kļūst lielāki, vēlāk var likt intensificēt ražošanu, jo lauksaimniekiem būs jāražo vairāk, lai ekonomiski izdzīvotu. Papildu riski, kas saistīti ar lauku saimniecību konsolidāciju, ietver lielāku atbildību pārvaldības jomā un mazāku sociālo atbalstu lauku iedzīvotāju skaita samazināšanās dēļ.

Nozare, kurā notiek būtiskas pārmaiņas

Pārmaiņas lauksaimniecībā, ko ietekmē pastiprināta kapitāla intensitāte, digitalizācija, klimata pārmaiņas, demogrāfiskā lejupslīde un augošais pieprasījums pēc bioloģiskajiem produktiem, izraisa papildu spriedzes faktoros. Vīriešu kārtas lauksaimnieku stereotipiskais demogrāfiskais profils mainās, jo lauksaimnieki un lauku saimniecību darbinieki atstāj šo nozari, bet sievietes un migranti aizpilda vakantās darbavietas. Vienlaikus notiek arī digitalizācija, lai gan tā ES ir izplatīta nevienmērīgi. Tāpat arī pāreja uz bioloģisko lauksaimniecību ir pieaugoša tendence, kas saistīta ar augošo pieprasījumu pēc bioloģiskās lauksaimniecības produktiem, kā arī ar citiem faktoriem. Vispārējās prasības saistībā ar katru no šīm tendencēm, tostarp ar klimata pārmaiņām, ietver darba metožu nomaiņu un vajadzību pēc finansiāliem ieguldījumiem un prasmju pilnveides.

Katrai no šīm tendencēm ir raksturīgi arī unikāli spriedzes faktori. Klimata pārmaiņas, kas izpaužas kā aizvien biežāki un ilgstošāki karstuma viļņi, izraisot sausumu un postošus plūdus, apdraud produktivitāti, sašaurina lauksaimniecisko uzņēmējdarbību, ierobežo piekļuvi svarīgākajiem pakalpojumiem un ietekmē dzīvnieku, kultūraugu, lauksaimnieku un lauku saimniecību darbinieku veselību. Palielinās darba slodze, un rodas jauni darba pienākumi (piemēram, nakts laistīšana), kas vēl vairāk saīsina atpūtas laiku. Ietekme uz psihoemocionālo veselību saistībā ar klimata pārmaiņām ietver paaugstinātu depresijas, bezcerības, traumatisma un solastalgijas risku (solastalgija ir termins, ko lieto, lai aprakstītu psiholoģisku ciešanu sajūtu, ko cilvēki izjūt, kad viņu dzīves vide mainās negatīvā veidā, piemēram, mājas zaudējuma vai apkārtējās vides pārveidošanās rezultātā, pat ja cilvēks fiziski nav pārcēlies prom).

Arī rīcībpolitikas pasākumi, ar kuriem mēģina novērst klimata pārmaiņu negatīvo ietekmi, pastiprina spriedzes un nenoteiktības izjūtas. Turklāt jaunās tehnoloģijas palielina kognitīvo darba slodzi, rada monotonijas un vientulības izjūtu, izraisa bažas par datu privātumu un drošību, kā arī vispārēju autonomijas un kontroles zudumu saistībā ar atkarību no ārējiem pakalpojumu sniedzējiem, labojot problēmas, kas saistītas ar jaunajiem digitālajiem rīkiem.

Šādos apstākļos bažas par lauksaimniecības nākotni liek dažiem lauku saimniecību īpašniekiem pievērsties bioloģiskajai lauksaimniecībai. Lauku saimniecību pārveide var ielgt līdz pat trim gadiem, un šajā periodā biežāk sastopamie spriedzes faktori var būt mazākas ražas, pielāgošanās stingrākai ētiskajai atbildībai, finansiālā nenoteiktība, lielāka darba slodze, darba un pārtikas ražošanas reorganizācija un skepticisms atbalsta tīklos. Šie faktori var izraisīt trauksmi, nervozitāti un smagas spriedzes iestāšanos.

Demogrāfiskie faktori un saimniekošanas veids pastiprina psihosociālā risku iedarbību

Kā uzskata teorētiķi un nozares ieinteresētās personas, pret psihosociālajiem riskiem visneaizsargātākās grupas lauksaimniecībā ir sievietes, sezonas laukstrādnieki un migranti, kā arī gados jaunāki un vecāki pieaugušie. Turklāt piederība pie lauksaimnieku ģimenes un iesaistīšanās specializētā, rūpnieciskā un tradicionālā lauksaimnieciskajā ražošanā (piemēram, cūkkopībā vai piena ražošanā) ir saistīta ar lielākiem psihosociālajiem riskiem nekā nodarbojoties ar daudzveidīgu vai bioloģisku lauksaimniecību.

Īpašie riski, kas apdraud lauku saimniecībās strādājošās sievietes, ir divējādi. Pirmkārt, sieviešu pienākumi ģimenes lauku saimniecībās un ar tiem saistītās sociālās gaidas, kā arī viņu noslodze mājsaimniecības ietvaros var radīt lomu konfliktu un spriedzi. Vienlaikus papildu neaizsargātības faktors attālos lauku apvidos ir risks, ka notiks vardarbība ģimenē. Līdztekus šiem spriedzes faktoriem sievietēm lauksaimniecēm un lauku saimniecību darbiniecēm, kas veido gandrīz trešdaļu no darbaspēka, ir jārisina arī tādas problēmas kā tiesības uz zemi un pēctecības plānošana, profesionālā atzīšana un iekļaušana, ienākumu nevienlīdzība un diskriminācija, lai varētu piekļūt ar lauksaimniecību saistītai izglītībai, finansēm un tehnoloģijām. Turklāt, mainoties dzimumu lomām, šajā nozarē var rasties konflikts starp vīriešiem un sievietēm, tādējādi vēl vairāk ietekmējot abu grupu garīgo un emocionālo veselību.

Gados jaunie un gados vecākie lauksaimnieki, kā arī lauku saimniecību darbinieki saskaras ar īpašiem psihosociālajiem riskiem. Piemēram, darba pieredzes līmeņi ir saistīti ar problēmu pārvarēšanas mehānismiem un noturības līmeņiem. Attiecībā uz gados jaunākiem lauksaimniekiem īpašus riskus rada arī lauksaimnieciskās pieredzes trūkums un problēmas, kas saistītas ar ģimenes lauku saimniecības darbības turpināšanu. Otrais minētais faktors ir īpaši saistīts ar birokrātiskiem un juridiskiem šķēršļiem. Turklāt arī tas, ka lauksaimnieku bērni jau no agrīna vecuma saskaras ar darba un ģimenes dzīves konfliktiem, kā arī paaudžu konfliktiem, kas saistīti ar lauku saimniecību modernizāciju, var veicināt ģimenes konfliktus. Gados vecākiem lauksaimniekiem spriedzi rada arī bažas par lauku saimniecību pēctecību un ienākumiem pensijas gados, un tās liek viņiem strādāt arī pēc aiziešanas pensijā. Tāpat arī fizioloģiskās izmaiņas un blakusslimības ietekmē vecāka gadagājuma lauksaimnieku un lauku saimniecību darbinieku fiziskās spējas un palielina risku gūt darba traumas, un tas jau pats par sevi izraisa psihoemocionālās veselības spriedzi.

Migrējošie un sezonas laukstrādnieki veido arvien lielāku lauksaimniecības darbaspēka daļu. Problēmas, ar kurām saskaras šī darbinieku grupa, nosaka fiziskie, psiholoģiskie un/vai seksuāli vardarbīgie darba un dzīves apstākļi, brīvības ierobežojumi un neregulāra, dažkārt pat nelikumīga, nodarbinātība. Ir zināms, ka lauku apvidi ir "medicīnas tuksneši". Tādējādi ierobežotā veselības aprūpe un juridiskās problēmas, ko saasina valodas un kultūras barjeras, pastiprina šo riska faktoru būtisko ietekmi. Turklāt gadījumi, kad vietējie iedzīvotāji īsteno diskrimināciju un demonstrē rasisma pazīmes, kā arī ģimeņu izšķiršana palielina diskomforta iespējamību, pasliktinot tos spriedzes faktorus, kas saistīti ar vientulību un sociālo izolāciju. Mazkvalificētiem lauku saimniecību darbiniekiem ir lielākas bažas par konfliktiem darbavietās, un viņi ir mazāk aizsargāti pret psiholoģisko vardarbību no darba devēju puses. Ienākumu un darba nedrošība vēl vairāk ietekmē migrējošo, sezonālo un mazkvalificēto darbinieku spriedzes līmeni.

Arī lesbietes, gejus, biseksuāļus, transpersonas, kvīrus un citas (LGBTQ+) personas var skart paaugstināts psihoemocionālās veselības problēmu risks, tomēr šis faktors nav apspriests ne literatūrā, ne starp nozares ieinteresētajām personām.

Garīgās veselības problēmas ir plaši izplatītas

Pētījumi liecina, ka salīdzinājumā ar citām profesijām ES un pasaulē lauksaimnieku un lauku saimniecību darbinieku vidū ir novērojami statistiski augstāki **pašnāvību** rādītāji. Kādā pētījumā 20 % lauksaimnieku norādīja, ka viņus nomāc pašnāvnieciskas domas. Lai izdarītu pašnāvību, riska faktori ir garās darba stundas, finansiālā nestabilitāte, sliktās sociālās attiecības un piekļuve nāvējošiem līdzekļiem (piemēram, ķīmiskajām vielām, medikamentiem, ieročiem un virvēm). Neparedzēti notikumi, piemēram, ekonomikas lejupslīde, var paaugstināt pašnāvību rādītājus, un izmaiņas ienākumu subsīdiju apjomā lauksaimniekiem var radīt papildu spriedzi. Tāpat arī ilgstoši nelabvēlīgi klimatiskie apstākļi var veicināt pašnāvību skaitu.

Spriedze ir visizplatītākā reakcija uz psihosociāliem riska faktoriem, un tās galvenais virzītājspēks ir finansiālā nedrošība. Veicinošie faktori ir regulatīvais un administratīvais spiediens, graužoši globālie notikumi (piemēram, karš Ukrainā), lauku saimniecību saglabāšana nākamajām paaudzēm un lauksaimniecības unikālais stāvoklis makroekonomikas sistēmā. **Nogurums** ir cieši saistīts ar negatīviem psihoemocionālās veselības rādītājiem, un miega traucējumi palielina traumu un slimību risku; tāpēc dažās ES dalībvalstīs pieejamās iniciatīvas, kas nodrošina atelpu un aizstājošus darbiniekus, sniedz nenovērtējamu atbalstu lauksaimniekiem un lauku saimniecību darbiniekiem. Turklāt sociālā izolācija, atsvešinātība un sociālā atbalsta trūkums būtiski paaugstina spriedzes līmeni. Šos faktorus pasliktina sabiedrības aizspriedumi pret lauksaimniekiem un lauksaimnieciskās kultūras iekšējās vērtības, kas ietekmē palīdzības meklēšanas ieradumus, tādēļ, rodoties psihoemocionālās veselības problēmām un pastiprinoties diskomfortam, var pastiprināties arī pašizolēšanās. Tas var ietekmēt arī palīdzības meklēšanas spējas, ko jau tāpat ietekmē kopienas resursu un kultūras normu nepietiekamā pieejamība lauku apvidos.

Izplatīti ir arī citi nelabvēlīgi psihoemocionālās veselības rādītāji, piemēram, **depresija, izdegšana un trauksme**. Kā apliecināja aptaujas, gandrīz puse aptaujāto lauksaimnieku un lauku saimniecību darbinieku uzrādīja depresijas simptomus, katrs ceturtais respondents saskārās ar izdegšanu, bet katrs piektais respondents – ar depresijas simptomiem. Depresiju un izdegšanu veicina darba un ģimenes dzīves konflikts, mantojuma problēmas, lielā darba slodze, finansiālā nedrošība, darba uzdevumu plānošana, sociālā atbalsta trūkums un sociālās attiecības, kā arī ekonomiskās un vides rīcībpolitikas radītais spiediens. Sievietēm biežāk nekā vīriešiem tiek diagnosticēti **trauksmes radīti traucējumi**, un plaši izplatītās bažas par veselību – vai tā būtu dzīvnieku, augu, lauksaimnieku, vai ģimenes locekļu veselība. Citi veselības rādītāji, kas bija saistīti ar psihosociālajiem riskiem lauksaimniecības nozarē, attiecas uz vielu nepareizu lietošanu, dusmu un neapmierinātības izjūtām un saslimstību ar balsta un kustību sistēmas slimībām.

Ekstrapolēt secinājumus par psihoemocionālās veselības ietekmi uz lauku saimniecībām ir sarežģīti, jo deviņas no desmit ES lauku saimniecībām ir ģimenes uzņēmumi, kuros vismaz pusi darba paveic paši lauksaimnieki, viņu bērni, radnieki un partneri. Lielākā daļa lauksaimnieku strādā arī citur, tādējādi vēl vairāk sarežģījot šo jautājumu. Patiešām, literatūrā par organizatoriskajiem rādītājiem, kas izriet no lauksaimnieku un lauku saimniecību darbinieku psihoemocionālās veselības problēmām, dati ir nepietiekami. No pieejamās informācijas izriet, ka darba kavējumi, darbinieku mainība un invaliditātes pensiju piešķiršana tiek norādīti kā potenciāli negatīvi rādītāji, kas apdraud uzņēmējdarbības izdzīvošanu, fiskālos izdevumus un darbinieku mainības rādītājus.

Visaptverošu datu trūkums apgrūtina psihosociālo risku izplatības un citu psihoemocionālās veselības problēmu apjoma noteikšanu šajā nozarē, neraugoties uz to, ka pieaug informētība par psihoemocionālās veselības nozīmību.

Pievērsties riska avotiem, lai aizsargātu lauksaimnieku un lauku saimniecību darbinieku psihoemocionālo veselību

Lai uzlabotu psihoemocionālo veselību šajā nozarē, ir ļoti svarīgi novērst riska avotus – ražošanas, organizatoriskos un reputācijas riskus (t. i., sabiedrības priekšstatus par lauksaimniecības praksi), kā arī finansiālos un cilvēciskos riskus (piemēram, stigmatizāciju). Dažas valstis jau ir veikušas pasākumus

šajā virzienā, īstenojot īpašas rīcībpolitikas iniciatīvas un pētniecības projektus. Šo valstu mērķis ir novērst riska avotus, nodrošinot programmas, publiskos resursus un ieteikumus, kā uzlabot psihoemocionālās veselības rādītājus. Lielākā daļa šajā ziņojumā apzināto labās prakses piemēru deva priekšroku individuālai intervencei, sniedzot tādus svarīgus pakalpojumus kā specializētas palīdzības tālruna līnijas lauksaimniekiem (piemēram, *Lebensqualität Bauernhof*, Austrija), atelpas programmas (Francija un Somija), izpratnes veicināšana un apmācība par psihoemocionālo veselību un psihosociālo labbūtību darbā (piemēram, *RAPSY*, Beļģija) un līdzinieku tīklu nodrošināšana (piemēram, *Bondekompisar*, Zviedrija; Lauku sievietes [*Agro Woman*], Polija). Lauksaimnieku un darba devēju rīcībā ir īpaši rīki, tostarp *Farm Safety Foundation* izdotā "Mazā grāmata par to, kā rūpēties par savu galvu", kurā definētas dažādas psihoemocionālās veselības problēmas un sniegti praktiski padomi, kā arī ir pieejams rīks, kas lietotājiem palīdz noteikt un pārvarēt spriedzi. Turklāt, raksturojot izmaksu ziņā efektīvus intervences pasākumus, tika minēti arī laikā ierobežotie un ES finansētie projekti, piemēram, *Farmwell*, kas nodrošina dažādus rīkus lauksaimniekiem un lauku saimniecību darbiniekiem visā ES.

Lauksaimnieku psihoemocionālās veselības aizsardzība būtībā ir saistīta ar viņu apmierinātību ar darbu. Tādējādi tika konstatēts, ka plaukstoša lauku saimniecība, drošs pēctecības plāns, finansiālā drošība un ienākumu stabilitāte, kā arī uzņēmējdarbības efektivitāte un uzņēmēja kompetence pozitīvi ietekmē psihoemocionālās veselības rādītājus. Arī uzlabojumu veikšana lauku saimniecībā – vai nu ieviešot digitālos rīkus, vai pārorientējot saimniecības ievirzi – mazina daudzus psihosociālos riskus. Tas ietver darba slodzes mazināšanu, autonomijas un kontroles pastiprināšanu, ienākumu stabilizēšanu un izmaksu samazināšanu, kā arī saiknes nostiprināšanu starp lauku saimniecībām un dabu.

Turpmākie norādījumi un pētījumi

Lai novērstu lauksaimniecības darbaspēka psihosociālos riskus, ir vajadzīga politiska iejaukšanās un atbalsts, ko sniedz starpnieciskās organizācijas, piemēram, lauksaimnieku un lauku saimniecību darbinieku pārstāvības struktūras. Ieteikumi, kas izriet no šā pētījuma, ir šādi:

Ieteikumi lauksaimniekiem un darba devējiem

- **Novērtēt psihosociālos riskus** lauksaimniecībā un izstrādāt rīcības plānus šo risku novēršanai, izmantojot praktiskus tiešsaistes rīkus, piemēram, ES lauksaimniecības OIRA rīku.
- Izstrādāt, īstenojot un izpildīt **darbavietas darba aizsardzības politiku**, tostarp politiku psihosociālo riska faktoru novēršanai.
- Ieguldīt **darba aizsardzības apmācībā**, tostarp moduļos par psihosociālo risku un psihoemocionālo labbūtību.
- **Dažādot** lauksaimniecības praksi, kas sekmē ražošanu lauku saimniecībās, palielina lauku saimniecību peļņu, uzlabo veselības un ekoloģiskos rādītājus.
- Nodrošināt to, ka **darbinieki no citām valstīm un sezonas laukstrādnieki** tiek nodarbināti saskaņā ar vietējiem normatīvajiem aktiem un tiek nodrošināti ar atbilstošu izmitināšanu, atbalstu un uzraudzību.

Ieteikumi nozares organizācijām un starpnieciskajām organizācijām, kā arī izglītības organizācijām

- Izveidot un uzturēt stabilus un **atbalstošus sadarbības tīklus**.
- **Uzlabot lauksaimniecības reputāciju**, veicinot iedzīvotāju atzinību, lai mazinātu stigmatizāciju.
- **Apmācīt darbiniekus un nodrošināt viņiem rīkus**, ar ko atpazīt psihoemocionālās veselības problēmu pazīmes un simptomus.
- **Izstrādāt un popularizēt viegli lietojamus tiešsaistes riska novērtēšanas rīkus** lauksaimniekiem un lauku saimniecību darbiniekiem, piemēram, ES lauksaimniecības OIRA rīku.
- **Uzlabot informētību par psihoemocionālo veselību**, īstenojot saskarsmes pasākumus, veidojot grupu aktivitātes un attiecīgai kultūrai piemērotas kampaņas.
- **Stiprināt noturību, prasmes un digitālo prātību**, nodrošinot personalizētu apmācību un individuālas karjeras konsultācijas.

- **Risināt finansiālās drošības jautājumus**, atbalstot lauksaimniekus, lai tie izstrādātu visaptverošus uzņēmējdarbības vadības plānus.
- Sniegt pielāgotu atbalstu un **palīdzību lauku saimniecības izveidē**.
- **Veicināt dzimumu līdztiesību un daudzveidību**, nodrošinot pielāgotu apmācību attiecībā uz daudzveidību un iekļaušanu.
- **Integrēt laukstrādniekus no citām valstīm**, izstrādājot iniciatīvas, kas ietver valodas apmācību un nodrošina drošu un aizsargātu izmitināšanu.

Politikas norādes

- Uzlabot **infrastruktūru un piekļuvi veselības aprūpei lauku apvidos**, tostarp dienestiem, kas risina ar vardarbību ģimenē saistītās problēmas.
- Uzlabot **piekļuvi publiskā atbalsta programmām** un sniegt specializētus pakalpojumus, kas pielāgoti lauksaimniecības problēmu risināšanai.
- **Uzlabot sadarbību** starp valsts lauksaimniecības, arodveselības, veselības un sociālās aprūpes dienestiem.
- Noteikt kā prioritāru **paaugstinātā pašnāvību rādītāja** un psihoemocionālās veselības problēmu **mazināšanu** lauksaimniecības kopienās.
- Novērst finansiālo nedrošību, lai **nodrošinātu taisnīgu cenu noteikšanu lauksaimniecības produkcijai** un palielinātu lauksaimnieku ieņēmumus.
- Atbalstīt **lauku saimniecību mantošanu**, sniedzot juridiskas konsultācijas un finansiālu palīdzību gados jauniem lauksaimniekiem, lai palīdzētu risināt pēctecības problēmas.
- Izveidot specializētus **atbalsta dienestus sievietēm lauksaimniecēm un citām grupām** (piemēram, migrantiem, gados jauniem un gados vecākiem lauksaimniekiem un lauku saimniecību darbiniekiem).
- Radīt **atpūtas un relaksācijas** iespējas, izstrādājot **īpašas aizstājēju programmas**.
- Atbalstīt **lauku saimniecību pārveidošanu** un lauksaimniecības prakses dažādošanu, kā arī veicināt informētību par netradicionālās, bioloģiskās lauksaimniecības priekšrocībām.
- Atbalstīt **normatīvo aktu iniciatīvas un programmas**, kas novērš regulējuma šķēršļus un mazina administratīvo slogu.

Turpmāko pētījumu virzieni

- Apkopot visaptverošākus ES līmeņa datus par psihoemocionālās veselības rādītājiem lauksaimniecības nozarē.
- Novērst pētnieciskās nepilnības saistībā ar klimata pārmaiņām, digitalizāciju un īpašajiem riskiem, ar ko saskaras **LGBTQ+** kopienas pārstāvji, kas strādā nozarē, sievietes lauksaimnieces un lauku saimniecību darbinieki, kas nav to īpašnieki.

Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūra (EU-OSHA)

palīdz veidot Eiropā drošāku, veselībai nekaitīgāku un ražīgāku darba vidi. Aģentūra veic pētījumus, izstrādā un izplata uzticamu, līdzsvarotu un objektīvu informāciju par darba drošību un veselības aizsardzību, kā arī organizē informatīvas Eiropas līmeņa kampaņas. Šajā aģentūrā, ko Eiropas Savienība izveidoja 1994. gadā un kas atrodas Spānijas pilsētā Bilbao, ir apvienojušies Eiropas Komisijas, dalībvalstu valdību, darba devēju un darba ņēmēju organizāciju pārstāvji, kā arī vadošie eksperti no visām ES dalībvalstīm un trešām valstīm.

Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūra

Santiago de Compostela 12

48003 – Bilbao, Spānija

E-pasts: information@osha.europa.eu

<http://osha.europa.eu>