

Wpływ uwarunkowań społecznych, ekonomicznych i środowiskowych na zdrowie psychiczne rolników – perspektywa międzynarodowa

Peter Lundqvist

Abstrakt

Niniejsza skrócona wersja systematycznego przeglądu literatury ma na celu przedstawienie przeglądu badań dotyczących psychospołecznego środowiska pracy rolników i ich zdrowia psychicznego. Zawiera informacje na temat wyzwań stojących przed rolnikami, ich konsekwencji w postaci stresu i ryzyka chorób psychicznych, a także zdolności do radzenia sobie z tymi wyzwaniami samodzielnie lub poprzez różne formy wsparcia. Istotne aspekty obejmują również czynniki prozdrowotne związane z zawodem oraz możliwości rozwoju, które przyczyniają się do stworzenia dobrego środowiska pracy. Badania ograniczono do okresu 2005–2021 oraz krajów o podobnych formach i warunkach produkcji, w tym krajów w Europie, Ameryce Północnej (Stanów Zjednoczonych i Kanadzie) oraz Australazji (Australii i Nowej Zelandii).

Wyniki pokazują, że zagrożenia dla zdrowia i bezpieczeństwa w psychospołecznym środowisku pracy rolników obejmują obciążenie pracą, finanse, zmianę klimatu i warunki pogodowe, przestępczość, globalizację, przepisy i regulacje, normy męskości i samotność, izolację oraz brak wsparcia. Problemy związane ze złym stanem zdrowia psychicznego są generalnie bardziej powszechne wśród rolników, zwłaszcza starszych, niż w innych grupach zawodowych. Rolnicy mają wyższy wskaźnik depresji i prób samobójczych w porównaniu z innymi grupami zawodowymi, a liczba przypadków chorób psychicznych wśród rolników wzrosła w ostatnich latach. Czynniki zdrowotne w psychospołecznym środowisku pracy rolników nie są tak dobrze zbadane jak czynniki ryzyka. Zidentyfikowane czynniki zdrowotne obejmują: więź, jaką rolnik odczuwa z uprawianą ziemią, odpowiedzialność środowiskową i społeczną, zdolność do pracy, możliwość przebywania na zewnątrz, pracę fizyczną i zdrowe odżywianie, dobre środowisko pracy i życia, pracę ze zwierzętami, rozsądne obciążenie pracą, motywację wewnętrzną, wsparcie społeczne i poczucie przynależności, dochód inny niż z pracy w gospodarstwie oraz zdolność do pracy po osiągnięciu wieku emerytalnego. Zdolność rolników do radzenia sobie ze stresem oraz regeneracji po stresie, z którym mają do czynienia

Peter Lundqvist, prof., Wydział Nauk o Człowieku i Społeczeństwie, Szwedzki Uniwersytet Nauk Rolniczych, Alnarp, Szwecja.

w swoim zawodzie (rezyliencja), różniła się w zależności od konkretnej osoby. Wsparcie rodziny, kontakt z naturą i zwierzętami, stawianie granic dotyczących obowiązków zawodowych, relaks lub wykonywanie czynności innych niż praca także przyczyniały się do wzmocnienia ich rezyliencji. Rezyliencji można się nauczyć, co może być pomocne dla rolników. Rolnicy stosują różne osobiste strategie radzenia sobie ze stresem, na który są narażeni. Strategie te mogą również przyczyniać się do budowania ich rezyliencji, co może obejmować planowanie, pozytywne przewartościowanie (zmianę nastawienia do stresujących wydarzeń, humor i rozrywkę) oraz uzyskiwanie pomocy i wsparcia od innych. Ponadto może być tu stosowana również akceptacja jako jedna ze strategii radzenia sobie. Do negatywnych strategii można zaliczyć unikanie, a także obwinianie siebie lub innych. Obejmują one również tłumienie emocji, unikanie problemów lub spożywanie alkoholu.

Według kilku badań, fakt, że rolnicy rzadziej poszukują zasobów i usług w zakresie zdrowia psychicznego oraz rzadziej z nich korzystają, wynika z braku regionalnych zasobów i zrozumienia specyfiki tej grupy zawodowej. Rolnicy mieli największe zaufanie do informacji o zdrowiu psychicznym pochodzących od lekarzy, a także od małżonków, członków rodziny i przyjaciół, co sprawiało, że byli bardziej otwarci na ich odbiór. Szersza społeczność rolnicza może przyczynić się do wsparcia społecznego, edukacji i programów mentorskich dla rolników z objawami stresu i depresji. Przyszłe działania na rzecz zapobiegania samobójstwom wśród rolników mogą być również prowadzone poprzez edukację, programy szkoleniowe oraz kampanie ogólnokrajowe.

Słowa kluczowe: depresja, obciążenie pracą, promowanie zdrowia, rolnik, równowaga między życiem zawodowym a prywatnym, stres, wsparcie społeczne, zdrowie psychiczne.

Wstęp

Trudności, z jakimi borykają się rolnicy w zakresie zdrowia i bezpieczeństwa w swoich gospodarstwach są powszechnie znane i dobrze udokumentowane¹. Badania koncentrowały się głównie na urazach ze skutkiem śmiertelnym i bez skutku śmiertelnego, ponieważ rolnictwo należy do sektorów o najwyższym poziomie urazów zawodowych². Istnieje również szereg programów i strategii interwencyjnych mających

1. K.J. Donham, A. Thelin, *Agricultural medicine: Rural occupational and environmental health, safety, and prevention*, John Wiley & Sons 2016.

2. S. Pinzke, C. Alwall Svennefelt, P. Lundqvist, *Occupational injuries in Swedish agriculture: development and preventive actions*, „Journal of Agricultural Safety and Health” 2018, Vol. 23(4), s. 355–373, DOI:10.13031/jash.12816; A. Jones, M. Jakob, J. McNamara, *Review of the future of agriculture and occupational safety and health (OSH): Foresight on new and emerging risks in OSH*, European Agency for Safety and Health at Work, European Risk Observatory Report, Bilbao 2020, Spain, DOI:10.2802/769257.

na celu zmniejszenie liczby urazów, np. „Bezpieczni Rolnicy – Zdrowy Rozsądek” (ang. *Safe Farmers Common Sense*) w Szwecji³, strategia „Wizja Zero” dla rolnictwa⁴ (ang. *Vision Zero Strategy for Agriculture*) opracowana przez Międzynarodową Sekcję ISSA ds. Prewencji w Rolnictwie w 2019 roku oraz projekt Sacurima finansowany przez Unię Europejską (UE)⁵.

Psychospołeczne warunki pracy, stres i zdrowie psychiczne rolników były do-tychczas znacznie rzadziej przedmiotem zainteresowania organizacji rolniczych, badaczy oraz programów interwencyjnych. Aby stworzyć bazę wiedzy dla przyszłych działań w Szwecji, sporządzono międzynarodowy przegląd literatury, koncentrując się na badaniach przeprowadzonych w krajach o podobnym systemie rolnictwa do tego prowadzonego w Europie, Ameryce Północnej (Stanach Zjednoczonych i Kanadzie) i Australazji (Australii i Nowej Zelandii).

Pytania zadane w ramach tego badania brzmiały następująco:

- Jakie są zagrożenia dla zdrowia i bezpieczeństwa oraz czynniki prozdrowotne w psychospołecznym środowisku pracy rolników i jakie mają one konsekwencje dla zdrowia psychicznego?
- W jaki sposób można wspierać psychospołeczne środowisko pracy i zdrowie psychiczne rolników (przez działania społeczeństwa, sektora/ współpracowników/ rodziny oraz przez własne działania)?

Metoda

Systematyczny przegląd literatury opierał się na artykułach naukowych, które zrecenzowano i opublikowano w języku angielskim w latach 2005–2021. Przeprowadzono dwa przykładowe wyszukiwania: jedno w bazie Web of Science i drugie – w Social Science Citation Index, a następnie przeprowadzono wyszukiwania w bazach: Social Science Citation Index, Scopus, PubMed i Google Scholar. Ostatecznie, po zakończeniu procesu wyszukiwania systematyczny przegląd literatury

3. C. Alwall Svennefelt, P. Lundqvist P., *Safe Farmer Common Sense’ – A National Five-Year Education-Based Program for Prevention of Occupational Injuries in Swedish Agriculture-Background, Process, and Evaluation*, „Journal of Agromedicine” 2020, Vol. 25 (2), s. 221–230, <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/1059924X.2019.1659203>.

4. ISSA Agriculture, *Guide for individual farmers. Vision Zero Strategy for agriculture*, International Section of the International Social Security Association on Prevention in Agriculture 2019, <http://vision-zero.global/vision-zero-agricultural-sector>, dostęp 7.11.2024.

5. J. Leppälä, P. Griffin, J. McNamara et al., *Safety Culture and Risk Management in Agriculture : Sacurima Cost Action CA16123 Highlights and Conclusions*, „Natural resources and bioeconomy studies” 2021, Vol. 63, Natural Resources Institute Finland, Helsinki 2021, <https://jukuri.luke.fi/handle/10024/547926>.

oparto na 108 artykułach, w niniejszej publikacji przedstawiono jednak jedynie wybór najważniejszych badań⁶.

Wyniki

Większość badań w ramach tego przeglądu literatury pochodziła z Australii (35), Stanów Zjednoczonych (26 badań) lub Kanady (7), przy czym tylko kilka badań pochodziło z Europy, a jedynie 13 publikacji z krajów skandynawskich.

Czynniki ryzyka wpływające na stres i zdrowie psychiczne rolników

Główne czynniki ryzyka wpływające na stres i zdrowie psychiczne rolników obejmują obciążenie pracą, finanse, zmianę klimatu i warunki pogodowe, przestępczość, globalizację, przepisy i regulacje, normy męskości, a także samotność, izolację oraz brak wsparcia.

Obciążenie pracą

Badanie wśród hodowców bydła mlecznego w Australii wykazało, że rolnicy ci cechowali się wyjątkowo wysokim poziomem problemów ze zdrowiem psychicznym, co można było powiązać, między innymi, z obciążeniem pracą w gospodarstwie⁷. Poczucie presji czasu było również jednym z najbardziej niepokojących czynników stresogennych u rolników australijskich⁸, rolników amerykańskich⁹ oraz rolników

6. Aby zapoznać się z pełnym opracowaniem, zob.: Swedish Agency for Work Environment Expertise (SAWEE), *Farmers' psychosocial work environment and mental health*, Swedish Agency for Work Environment Expertise, „Systematic literature review” 2022, Vol. 8, Gävle, https://media.sawee.se/2023/03/Farmers_psychosocial_work-environment_and_mental_health_digital.pdf.

7. A. Wallis, M.F. Dollard, *Local and global factors in work stress: The Australian dairy farming exemplar*, „Scandinavian Journal of Work Environment & Health” 2008, s. 66–74, Retrieved from <Go to ISI>://WOS:000259091900009.

8. C.J. McShane, F. Quirk, *Mediating and moderating effects of work-home interference upon farm stressors and psychological distress*, „The Australian Journal of Rural Health” 2009, Vol. 17(5), s. 244–250, DOI:10.1111/j.1440-1584.2009.01085.x.

9. J.M. Rudolph, R.L. Berg, A. Parsaik, *Depression, anxiety and stress among young farmers and ranchers: A pilot study*, „Community Mental Health Journal” 2020, Vol. 56(1), s. 126–134, DOI:10.1007/s10597-019-00480-y.

objętych badaniem międzynarodowym¹⁰. Napięcie związane z obciążeniem pracą i zdrowiem zwierząt wiązało się z objawami stresu i zmęczenia¹¹. Badanie dotyczące czynników stresogennych wśród rolników w Nowej Zelandii wykazało, że zwiększone obciążenie pracą w szczycie sezonu było jednym z głównych takich czynników¹².

Finanse i trudności finansowe

Procesy produkcyjne w działalności rolniczej charakteryzują się wyjątkowymi uwarunkowaniami, które należy wziąć pod uwagę, na przykład podczas analizy sytuacji finansowej. Wiele procesów produkcyjnych jest długotrwałych – siew odbywa się jesienią, a żniwa dopiero rok później, przy czym plony zależą od pogody, co wpływa również na produkcję zwierzęcą w gospodarstwie. Aby osiągnąć pożądaną poziom produkcji, konieczne są dodatkowe nakłady, takie jak nawozy, a czasem również chemiczne środki ochrony roślin i olej napędowy. Wniosek jaki można wyciągnąć, jest taki, że zawód rolnika wiąże się z ryzykiem finansowym i niepewnością. Z artykułu autorstwa¹³ W. Heo i in. wynika, że stres finansowy obniżał satysfakcję z życia wśród rolników w Stanach Zjednoczonych, natomiast L.F. LaBrasch¹⁴ i in. przeanalizowali związek między liczbą godzin snu a obawami finansowymi wśród rolników w Kanadzie. Wyniki pokazują, że rolnicy tracili dużo snu, zwłaszcza w okresach intensywnej pracy (granice wyznaczono na mniej niż sześć godzin snu na dobę). Nie udało się jednak ustalić, czy to obawy finansowe prowadziły do niedoboru snu, czy też niedobór snu powodował pojawienie się obaw finansowych.

Badanie wśród hodowców bydła mlecznego w Australii wykazało, że rolnicy ci cechowali się wyjątkowo wysokim poziomem problemów ze zdrowiem psychicznym, co można było powiązać między innymi z finansowymi podstawami prowadzenia gospodarstwa¹⁵. Trudna sytuacja finansowa była również czynnikiem stresogennym

10. C. Lunner-Kolstrup, M. Kallioniemi, P. Lundqvist et al., *International perspectives on psychosocial working conditions, mental health, and stress of dairy farm operators*, „Journal of Agromedicine” 2013, Vol. 18(3), s. 244–255, DOI:10.1080/1059924x.2013.796903.

11. M.K. Kallioniemi, A.J. Simola, H.R. Kymäläinen et al., *Stress among Finnish farm entrepreneurs*, „Annals of Agricultural & Environmental Medicine” 2008, Vol. 15(2), s. 243–249.

12. H.M. Firth, S.M. Williams, G.P. Herbison et al., *Stress in New Zealand farmers*, „Stress and Health” 2007, Vol. 23(1), s. 51–58, DOI:10.1002/smi.1119.

13. W. Heo, J.M. Lee, N. Park, *Financial-related psychological factors affect the life satisfaction of farmers*, „Journal of Rural Studies” 2020, Vol. 80, s. 185–194.

14. L.F. LaBrasch, P. Pahwa, W. Pickett et al., *Relationship between sleep loss and economic worry among farmers: A survey of 94 active Saskatchewan noncorporate farms*, „Journal of Agromedicine” 2008, Vol. 13(3), s. 149–154, DOI:10.1080/10599240802371862.

15. A. Wallis, M.F. Dollard, *Local and global factors in work stress: The Australian dairy farming exemplar*, „Scandinavian Journal of Work Environment & Health” 2008, s. 66–74, Retrieved from <Go to ISI>://WOS:000259091900009.

wśród fińskich¹⁶, kanadyjskich¹⁷ i młodszych rolników w USA¹⁸, przy czym wyniki innego badania przeprowadzonego w Stanach Zjednoczonych pokazują, że obawy finansowe mają wpływ na zdrowie i samopoczucie rolników¹⁹. Rolnicy odczuwają, że lokalne banki i inni pożyczkodawcy w Stanach Zjednoczonych nie są tak skłonni do udzielania pożyczek czy kredytów, jak to miało miejsce w przeszłości²⁰. Badanie czynników stresogennych przeprowadzone wśród nowozelandzkich rolników wykazało, że jednym z najbardziej stresogennych czynników było nieosiągnięcie zysków przez gospodarstwo w poprzednim roku²¹, natomiast badanie z Norwegii pokazało, że poziom dochodów z rolnictwa był silniej związany z obawami finansowymi i problemami ze zdrowiem psychicznym, gdy duża część całkowitych dochodów gospodarstwa domowego pochodziła z rolnictwa²². Badanie jakościowe przeprowadzone w Australii pokazuje, że rolnicy mogą odejść z zawodu, jeśli nie jest on finansowo opłacalny, a stres finansowy staje się zbyt silny. Jest to zazwyczaj trudna decyzja, ponieważ wywierana jest ogromna presja wynikająca z tradycyjnej roli rolnika, oczekiwań rodziny oraz środowiska kulturowego, do którego należy rolnik²³.

Zmiana klimatu i warunki pogodowe

Zmiana klimatu, która prowadzi do zjawisk takich jak susze i powodzie, ma bezpośredni wpływ na rolników. Badania wykazały, że susze powodują niepewność co do przyszłości, problemy finansowe, małe plony oraz zwiększone zapotrzebowanie

16. M.K. Kallioniemi, A. Simola, J. Kaseva et al., *Stress and Burnout Among Finnish Dairy Farmers*, „Journal of Agromedicine” 2016, Vol. 21(3), s. 259–268, DOI:10.1080/1059924x.2016.1178611.
17. B.N.M. Hagen, A. Sawatzky, S.L. Harper et al., *What impacts perceived stress among Canadian farmers? A mixed-methods analysis*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2021, Vol. 18(14), DOI:10.3390/ijerph18147366.
18. J.M. Rudolphi, R.L. Berg, A. Parsaik, *Depression, anxiety and stress among young farmers and ranchers: A pilot study*, „Community Mental Health Journal” 2020, Vol. 56(1), s. 126–134, DOI:10.1007/s10597-019-00480-y.
19. W. Heo, J.M. Lee, N. Park, *Financial-related psychological factors affect the life satisfaction of farmers*, „Journal of Rural Studies” 2020, Vol. 80, s. 185–194.
20. M.S. Jones, D.B. Reed, M.L. Hunt, *Suicide: An unrecognised epidemic among farmers*, „Workplace Health & Safety” 2018, Vol. 66(9), s. 464–464, DOI:10.1177/2165079918784055.
21. H.M. Firth, S.M. Williams, G.P. Herbison et al., *Stress in New Zealand farmers*, „Stress and Health” 2007, Vol. 23(1), s. 51–58, DOI:10.1002/smi.1119.
22. B. Logstein, *Farm-related concerns and mental health status among Norwegian farmers*, „Journal of Agromedicine” 2016a, Vol. 21(4), s. 316–326, DOI:10.1080/1059924x.2016.1211055.
23. L. Bryant, B. Garnham, *Farming exit and ascriptions of blame: The ordinary ethics of farming communities*, „Journal of Rural Studies” 2018, Vol. 62, s. 62–67. DOI:10.1016/j.jrurstud.2018.07.004.

na nakład pracy ze strony rolników, a także wywołują obawy i lęki²⁴. Przegląd literatury również wykazał, że czynniki zewnętrzne, takie jak pogoda, stanowiły dodatkowy czynnik stresogenny²⁵. Badanie z Australii, w ramach którego przeprowadzono wywiady z rolnikami na temat ich poglądów dotyczących wpływu zmiany klimatu na sektor rolny, wykazało, że zaniepokojenie tym problemem było powszechne²⁶. Ich obawy dotyczyły klimatu i tego, jaka będzie pogoda w przyszłości, co miało negatywny wpływ na ich tożsamość jako rolników oraz nasilało obawy i lęki. Podsumowując, badanie to wykazało istnienie powiązania między zdrowiem człowieka a dobrostanem ekosystemów, przy czym związek ten był szczególnie widoczny u osób mieszkających na obszarach wiejskich.

Obawy o pogodę²⁷, zła pogoda²⁸ i szkody w uprawach związane z pogodą²⁹ mogą negatywnie wpływać na zdrowie psychiczne rolników. W artykule autorstwa D. Hossaina³⁰ i in. wskazano kluczowe obszary wpływające na zdrowie psychiczne rolników w Queensland, przy czym jednym z głównych czynników, które przyczyniały się do złego stanu zdrowia psychicznego, była susza. Szersze badanie przeprowadzone

24. E.K. Austin, T. Handley, A.S. Kiem et al., *Drought-related stress among farmers: findings from the Australian Rural Mental Health Study*, „Medical Journal of Australia” 2018, Vol. 209(4), s. 159–165, DOI:10.5694/mja17.01200; B. Edwards, M. Gray, B. Hunter, *The impact of drought on mental health in rural and regional Australia*, „Social Indicators Research” 2015, Vol. 121(1), s. 177–194, DOI:10.1007/s11205-014-0638-2; K.M. Fennell, C.E. Jarrett, L.J. Kettler et al., „Watching the bank balance build up then blow away and the rain clouds do the same”: A thematic analysis of South Australian farmers' sources of stress during drought, „Journal of Rural Studies” 2016, Vol. 46, s. 102–110, DOI:10.1016/j.jrurstud.2016.05.005; K.M. Gunn, D.A. Turnbull, J. Dollman et al., *Why are some drought-affected farmers less distressed than others? The association between stress, psychological distress, acceptance, behavioural disengagement and neuroticism*, „Australian Journal of Rural Health” 2021, Vol. 29(1), s. 106–116, DOI:10.1111/ajr.12695; I.C. Hanigan, J. Schirmer, T. Niyonsenga, *Drought and Distress in Southeastern Australia*, „Ecohealth” 2018, Vol. 15(3), s. 642–655, DOI:10.1007/s10393-018-1339-0; J.D. Polain, H.L. Berry, J.O. Hoskin, *Rapid change, climate adversity and the next 'big dry': Older farmers' mental health*, „Australian Journal of Rural Health” 2011, Vol. 19(5), s. 239–243; S. Odabasi, V. Hartarska, *Farmer suicides: Effects of socio-economic, climate, and mental health factors*, „Journal of Mental Health Policy and Economics” 2021, Vol. 24(2), s. 61–71, Retrieved from <Go to ISI>://WOS:000661254400003.
25. C. Lunner-Kolstrup, P. Lundqvist, *Lantbrukets & landsbygdens psykosociala puls. Screening av psykosociala arbetsförhållanden, psykisk hälsa och sociala nätverk bland lantbrukare och landsbygdsföretagare. Sveriges lantbruksuniversitet. Fakulteten för land-skapsarkitektur, trädgårds- och växtproduktionsvetenskap, LTJ Rapport 2013:20, Alnarp 2013*, <https://pub.epsilon.slu.se/10578/>.
26. N.R. Ellis, G.A. Albrecht, *Climate change threats to family farmers' sense of place and mental well-being: A case study from the western Australian wheatbelt*, „Social Science & Medicine” 2017, Vol. 175, s. 161–168, DOI:10.1016/j.socscimed.2017.01.00937.
27. G.D. Kearney, A.P. Rafferty, L.R. Hendricks et al., *A cross-sectional study of stressors among farmers in eastern North Carolina*, „North Carolina Medical Journal” 2014, Vol. 75(6), s. 384–392, DOI:10.18043/ncm.75.6.384.
28. H.M. Firth, S.M. Williams, G.P. Herbison et al., *Stress in New Zealand farmers*, „Stress and Health” 2007, Vol. 23(1), s. 51–58, DOI:10.1002/smi.1119.
29. M.S. Jones, D.B. Reed, M.L. Hunt, *Suicide: An unrecognised epidemic among farmers*, „Workplace Health & Safety” 2018, Vol. 66(9), s. 464–464, DOI:10.1177/2165079918784055.
30. D. Hossain, R. Eley, J. Coutts et al., *Mental health of farmers in Southern Queensland: Issues and support*, „Australian Journal of Rural Health” 2008, Vol. 16(6), s. 343–348, DOI:10.1111/j.1440-1584.2008.01014.x.

w Australii na temat wpływu suszy na mieszkańców obszarów wiejskich wykazało, że susza ma negatywny wpływ na zdrowie psychiczne, przy czym grupą najbardziej dotkniętą tym problemem byli rolnicy³¹. Z badania wynika, że im poważniejszy wpływ suszy na rolnictwo, tym większy wpływ na zdrowie psychiczne. Rolnicy, którzy wskazali, że susza doprowadziła do całkowitej utraty plonów lub drastycznego spadku produktywności ich gospodarstwa, mieli znacznie wyższy wskaźnik problemów ze zdrowiem psychicznym. Ważnym czynnikiem w tym kontekście są kwestie finansowe, takie jak poziom cen środków produkcji oraz koszty związane z awariami maszyn. Badania dotyczące wpływu okresów suszy na zdrowie psychiczne rolników zostały przeprowadzone prawie wyłącznie w Australii, a z badania dotyczącego związku między okresami suszy a samobójstwami wśród rolników wynika, że ryzyko samobójstwa wśród mężczyzn wzrastało wraz z pogłębianiem się suszy³².

Przestępczość

Narastającym problemem w sektorze rolnym, zgłaszanym w Wielkiej Brytanii, jest to, że rolnicy padają ofiarami przestępstw. Wraz z coraz powszechniejszym korzystaniem z kosztownych urządzeń technicznych, takich jak sprzęt GPS, maszyny i pojazdy wzrasta również przestępczość w gospodarstwach rolnych³³. To samo badanie wykazało także, że tego rodzaju przestępstwa przyczyniają się do stresu psychicznego u rolników.

Globalizacja, przepisy i regulacje

Rolnicy są narażeni na czynniki stresogenne pozostające poza ich kontrolą, takie jak niestabilne rynki, zmieniające się regulacje rządowe, kurcząca się dostępność siły roboczej, rosnące koszty produkcji, zmieniająca się polityka międzynarodowa i zmieniające się rynki³⁴. W badaniu przeprowadzonym wśród hodowców bydła mlecznego w Finlandii podkreślono, że najczęstszymi czynnikami stresogennymi były czynniki zewnętrzne, takie jak polityka rolna UE. Badanie przeprowadzone wśród hodowców

31. B. Edwards, M. Gray, B. Hunter, *The impact of drought on mental health in rural and regional Australia*, „Social Indicators Research” 2015, Vol. 121(1), s. 177–194, DOI:10.1007/s11205-014-0638-2.

32. I.C. Hanigan, C.D. Butler, P.N. Kokic et al., *Suicide and drought in New South Wales, Australia, 1970–2007*, „Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America” 2012, Vol. 109(35), s. 13950–13955, DOI:10.1073/pnas.111296510938.

33. K. Smith, *Desolation in the countryside: How agricultural crime impacts the mental health of British farmers*, „Journal of Rural Studies” 2020, Vol. 80, s. 522–531, DOI:10.1016/j.jrurstud.2020.10.037.

34. A. Jones-Bitton, C. Best, J. MacTavish et al., *Stress, anxiety, depression, and resilience in Canadian farmers*, „Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology” 2020, Vol. 55(2), s. 229–236, DOI:10.1007/s00127-019-01738-2.

bydła mlecznego w Australii³⁵ wykazało, że poziom problemów psychicznych wśród tych rolników był wyjątkowo wysoki, co można powiązać z takimi kwestiami jak globalizacja, która wiąże się z przejściem od regulacji krajowych do czystej gospodarki rynkowej. Jak wynika z badania przeprowadzonego w Stanach Zjednoczonych³⁶, rolnicy, którzy kiedyś cieszyli się niezależnością, teraz muszą poświęcać dużo czasu na czynności administracyjne i dokumentowanie swoich działań w zakresie upraw i hodowli zwierząt, aby wykazać przed różnymi urzędami, że spełniają odpowiednie wymogi. W artykule autorstwa D. Hossaina³⁷ i in. określono kluczowe obszary wpływające negatywnie na zdrowie psychiczne rolników w Queensland, przeprowadzając serię spotkań grup dyskusyjnych z udziałem rolników, organizacji powiązanych z sektorem rolniczym i pracowników medycznych. Wyniki pokazały, że rosnące obciążenie przepisami i regulacjami miało negatywny wpływ na zdrowie psychiczne rolników.

Normy męskości i różnice między płciami

Z wywiadów z australijskimi rolnikami, głównie płci męskiej, wynikało, że ich męska tożsamość, dotąd kojarzona z dumą, zaczyna ustępować miejsca tożsamości nacechowanej wstydem. Zmiana ta jest kluczowa dla zrozumienia, dlaczego samobójstwo może być traktowane jako potencjalne rozwiązanie przez rolników. Na przykład w sytuacji zagrożenia rentowności gospodarstwa i presji finansowej, rolnicy odczuwali wstyd, obawiali się o swoją reputację i mieli poczucie zagrożenia ich męskiej tożsamości, co powodowało problemy ze zdrowiem psychicznym, a niekiedy prowadziło do samobójstw³⁸.

Rolniczek w Kanadzie odczuwają większy stres niż mężczyźni³⁹. Rolniczek uczestniczące w tym badaniu opisywały, że nadal czują się jak kobiety w świecie zdominowanym przez mężczyzn, przez co muszą pracować ciężiej, aby udowodnić swoje kompetencje, co z kolei wywołuje większy stres. Czują się także niedoceniane w sieci rolników, której były częścią, ponieważ ciągle porównywanie gospodarstw

35. A. Wallis, M.F. Dollard, *Local and global factors in work stress: The Australian dairy farming exemplar*, „Scandinavian Journal of Work Environment & Health” 2008, s. 66–74, Retrieved from <Go to ISI>://WOS:000259091900009.

36. M.S. Jones, D.B. Reed, M.L. Hunt, *Suicide: An unrecognised epidemic among farmers*, „Workplace Health & Safety” 2018, Vol. 66(9), s. 464–464, DOI:10.1177/2165079918784055.

37. D. Hossain, R. Eley, J. Coutts et al., *Mental health of farmers in Southern Queensland: Issues and support*, „Australian Journal of Rural Health” 2008, Vol. 16(6), s. 343–348, DOI:10.1111/j.1440–1584.2008.01014.x.

38. L. Bryant, B. Garnham B., *The fallen hero: Masculinity, shame and farmer suicide in Australia*, „Gender Place and Culture” 2015, Vol. 22(1), s. 67–82, DOI:10.1080/0966369x.2013.855628.

39. B.N.M. Hagen, A. Sawatzky, S.L. Harper et al., *What impacts perceived stress among Canadian farmers? A mixed-methods analysis*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2021, Vol. 18(14), DOI:10.3390/ijerph18147366.

wywoływało w nich poczucie, że są stale monitorowane i oceniane przez innych rolników. Rolniczki odczuwały również stres związany z faktem, że oprócz zawodu rolnika, pełniły także inne funkcje, były matkami, żonami, były odpowiedzialne za swoje gospodarstwa domowe, a także musiały pogodzić obowiązki wynikające z pełnienia wszystkich ww. funkcji⁴⁰.

Samotność, izolacja i brak wsparcia

Jak wynika z badań przeprowadzonych w Australii⁴¹, w sieciach rolników panowało jasne zrozumienie tego, co oznacza być „dobrym rolnikiem”, które to przekonanie może prowadzić do poczucia dumy i radości. Jednak gdy oni sami lub inni byli postrzegani jako „źli rolnicy”, mogło to wywoływać stres. Jak wynika z innego badania przeprowadzonego w Australii, rolnicy odczuwali, że społeczności, do których należeli, były raczej zamknięte, co utrudniało akceptację osób z zewnątrz i opuszczenie ich⁴².

Rodzina stanowi część sieci wsparcia rolnika. W przeszłości często kilka pokoleń mieszało blisko siebie i było zaangażowanych w działalność rolniczą, lecz obecnie w Europie Zachodniej coraz częściej zdarza się, że rolnicy pracują sami, a ich partnerzy, zazwyczaj kobiety, pracują poza gospodarstwem, co również przyczynia się do poczucia izolacji⁴³. Według badania przeprowadzonego w Kanadzie⁴⁴ wspólna praca z rodziną może także zwiększać poziom stresu, gdy rolnicy nie mają innego oparcia niż własna rodzina. Rolnicy, którzy nie byli usatysfakcjonowani wsparciem otrzymywanym od rodziny, czuli się bardziej zestresowani niż ci, którzy byli usatysfakcjonowani takim wsparciem, przy czym poziom stresu wzrastał, gdy nie było jasne, kto przejmie gospodarstwo⁴⁵.

40. Ibidem.

41. L. Bryant, B. Garnham, *Farming exit and ascriptions of blame: The ordinary ethics of farming communities*, „Journal of Rural Studies” 2018, Vol. 62, s. 62–67. DOI:10.1016/j.jrurstud.2018.07.004.

42. F. Judd, H. Jackson, C. Frase et al., *Understanding suicide in Australian farmers*, „Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology” 2006, Vol. 41(1), s. 1–10, DOI:10.1007/s00127-005-0007-1.

43. S. Shortall, *Farming, identity and well-being: Managing changing gender roles within Western European farm families*, „Anthropological Notebooks” 2014, Vol. 20(3).

44. B.N.M. Hagen, A. Sawatzky, S.L. Harper et al., *What impacts perceived stress among Canadian farmers? A mixed-methods analysis*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2021, Vol. 18(14), DOI:10.3390/ijerph18147366.

45. M.K. Kallioniemi, A.J. Simola, H.R. Kymäläinen et al., *Stress among Finnish farm entrepreneurs*, „Annals of Agricultural & Environmental Medicine” 2008, Vol. 15(2), s. 243–249; G.D. Kearney, A.P. Rafferty, L.R. Hendricks et al., *A cross-sectional study of stressors among farmers in eastern North Carolina*, „North Carolina Medical Journal” 2014, Vol. 75(6), s. 384–392, DOI:10.18043/ncm.75.6.384; D. Peel, H.L. Berry, J. Schirmer, *Farm exit intention and wellbeing: A study of Australian farmers*, „Journal of Rural Studies” 2016, Vol. 47, s. 41–51, DOI:10.1016/j.jrurstud.2016.07.006; J.M. Sprung, *Economic stress, family distress, and work-family conflict among farm couples*, „Journal of Agromedicine” 2021, Vol. 27(2), s. 1–15.

Z międzynarodowego przeglądu badań wynika, że zmiany strukturalne na obszarach wiejskich i w rolnictwie sprawiły, że obecnie jest mniej rolników i więcej osób niezwiązanych z rolnictwem, a naturalne miejsca spotkań oraz możliwości wsparcia w codziennym życiu zanikły, co przyczyniło się do wzrostu poziomu stresu wśród pozostałych rolników⁴⁶. W Australii długie dni pracy sprawiają również, że rolnikom brakuje czasu i energii na kontakty społeczne⁴⁷. Według irlandzkiego badania jakościowego izolacja oraz coraz mniejsza liczba kontaktów społecznych stanowią poważny problem, zwłaszcza dla rolników samotnych lub starszych, a przez to bardziej podatnych na problemy. Może to prowadzić do sytuacji, w której rolnicy nie mają z kim porozmawiać ani od kogo uzyskać wsparcia, co z kolei może sprawić, że będą obwiniać siebie i odczuwać pogorszenie samopoczucia, co wynikało między innymi z braku naturalnych miejsc spotkań⁴⁸. Podkreślono także, że brak takich usług jak policja, straż pożarna i podstawowa opieka zdrowotna, który wiąże się z koniecznością podróżowania na duże odległości w celu uzyskania dostępu do lekarza, nasila poczucie izolacji i braku wsparcia. Geograficzna izolacja oraz oddalenie od opieki zdrowotnej i służb ratunkowych prowadzą do uczucia niepokoju i podatności na zagrożenia⁴⁹.

Wiek, separacja lub rozwód⁵⁰ oraz niezadowolenie wynikające z niewystarczającego wsparcia od rodziny i branży⁵¹ stanowiły czynniki pogarszające zdrowie psychiczne rolników, a samotność⁵² i zwiększona izolacja⁵³ również negatywnie wpływały na zdrowie psychiczne. We Francji samotni rolnicy, którzy odziedziczyli swoje gospodarstwa, częściej cierpieli z powodu niepokoju i obaw⁵⁴. Fińskie badanie pokazało, że co trzeci

46. O. Stark, J. Falkowski, *On structural change, the social stress of a farming population, and the political economy of farm support*, „Economics of Transition” 2019, Vol. 27(1), s. 201–222, DOI:10.1111/ecot.12192.

47. D. Hossain, R. Eley, J. Coutts et al., *Mental health of farmers in Southern Queensland: Issues and support*, „Australian Journal of Rural Health” 2008, Vol. 16(6), s. 343–348, DOI:10.1111/j.1440-1584.2008.01014.x.

48. C. Hammersley, N. Richardson, D. Meredith et al., *„That’s me I am the farmer of the land”: Exploring identities, masculinities, and health among male farmers in Ireland*, „American Journal of Men’s Health” 2021, Vol. 15(4), 15579883211035241, DOI:10.1177/15579883211035241.

49. Ibidem.

50. H.M. Firth, S.M. Williams, G.P. Herbison et al., *Stress in New Zealand farmers*, „Stress and Health” 2007, Vol. 23(1), s. 51–58, DOI:10.1002/smi.1119.

51. B.N.M. Hagen, A. Sawatzky, S.L. Harper et al., *What impacts perceived stress among Canadian farmers? A mixed-methods analysis*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2021, Vol. 18(14), DOI:10.3390/ijerph18147366.

52. M.K. Kallioniemi, A. Simola, J. Kaseva et al., *Stress and Burnout Among Finnish Dairy Farmers*, „Journal of Agromedicine” 2016, Vol. 21(3), s. 259–268, DOI:10.1080/1059924x.2016.1178611.

53. D. Hossain, R. Eley, J. Coutts et al., *Mental health of farmers in Southern Queensland: Issues and support*, „Australian Journal of Rural Health” 2008, Vol. 16(6), s. 343–348, DOI:10.1111/j.1440-1584.2008.01014.x.

54. L. Magnin, M. Chappuis, G. Normand. et al., *Health issues and mental distress in French active farmers: A quantitative and qualitative study*, „International Journal of Environmental & Agriculture Research” 2017, Vol. 3(9), s. 12–22.

rolnik wykazywał objawy stresu, a problemy z relacjami społecznymi w rodzinie, brak wsparcia psychicznego i pomocy od partnera, rozwód oraz brak wsparcia od sąsiadów i innych osób stanowiły czynniki najwyraźniej powiązane ze stresem⁵⁵.

Problemy ze zdrowiem psychicznym wśród rolników

Problemy ze zdrowiem psychicznym są generalnie bardziej powszechne wśród rolników, zwłaszcza starszych, niż wśród przedstawicieli innych zawodów. Depresja i próby samobójcze występują wśród rolników częściej niż w innych porównywalnych grupach zawodowych, takich jak przedsiębiorcy i osoby samozatrudnione. W ostatnich latach wzrosła liczba przypadków chorób psychicznych wśród rolników.

Przedstawione powyżej badania pokazują, że kombinacja wielu różnych zagrożeń dla zdrowia i bezpieczeństwa w środowisku pracy rolników wiąże się ze złym stanem zdrowia psychicznego w tej grupie. Jak jednak przedstawia się kwestia złego stanu zdrowia psychicznego wśród rolników w porównaniu z innymi grupami zawodowymi? Badania przeprowadzone w Wielkiej Brytanii i Finlandii sugerują, że stan zdrowia psychicznego rolników oraz ich partnerów był znacząco gorszy niż w populacji ogólnej⁵⁶. Z badania przeprowadzonego przez M.O. Torskego⁵⁷ i in., w którym porównano rolników w Norwegii z ich rodzeństwem i osobami wykonującymi inne zawody, wynika, że rolnicy częściej cierpieli na depresję i stany lękowe niż ich rodzeństwo lub osoby z innych porównywalnych grup zawodowych, które nie były rolnikami, co sugeruje, że praca w rolnictwie może niekorzystnie wpływać na zdrowie psychiczne. W innym badaniu M.O. Torskego⁵⁸ i in. stwierdzono, że częstość występowania objawów depresji była wyższa zarówno u rolników, jak i rolniczek, w porównaniu z ogólną populacją osób pracujących, podczas gdy w przypadku lęku nie zaobserwowano takich różnic. Różnice w częstości występowania objawów depresji między rolnikami a ogólną populacją osób pracujących rosły wraz z wiekiem. Nie odnotowano różnicy w częstości

55. M.K. Kallioniemi, A.J. Simola, H.R. Kymäläinen et al., *Stress among Finnish farm entrepreneurs*, „Annals of Agricultural & Environmental Medicine” 2008, Vol. 15(2), s. 243–249.

56. B. Hounscome, R.T. Edwards, N. Hounscome et al., *Psychological morbidity of farmers and non-farming population: Results from a UK survey*, „Community Mental Health Journal” 2012, Vol. 48(4), s. 503–510; M.K. Kallioniemi, A. Simola, J. Kaseva et al., *Stress and Burnout Among Finnish Dairy Farmers*, „Journal of Agromedicine” 2016, Vol. 21(3), s. 259–268, DOI:10.1080/1059924x.2016.1178611.

57. M.O. Torske, B. Hilt, J.H. Bjørngaard et al., *Disability pension and symptoms of anxiety and depression: A prospective comparison of farmers and other occupational groups: The HUNT study, Norway*, „BMJ Open” 2015, Vol. 5(11), DOI:10.1136/bmjopen-2015-009114.

58. M.O. Torske, B. Hilt, D. Glasscock et al., *Anxiety and depression symptoms among farmers: The HUNT study, Norway*, „Journal of Agromedicine” 2016, Vol. 21(1), s. 24–33, DOI:10.1080/1059924x.2015.1106375.

występowania objawów depresji między młodszymi rolnikami (<39 lat) a młodszymi osobami wykonującymi inne zawody.

Wśród rolników w Stanach Zjednoczonych odnotowano zwiększone wskaźniki depresji, stanów lękowych i ryzyka popełnienia samobójstwa⁵⁹, przy czym samobójstwo było istotną przyczyną śmierci wśród rolników w Australii⁶⁰. W Australii średnio co cztery dni dochodziło do samobójstwa rolnika płci męskiej, co jest wskaźnikiem znacznie wyższym niż w przypadku osób niebędących rolnikami i ogólnej populacji mężczyzn. Wskaźnik śmiertelności z powodu samobójstw był tylko nieznacznie niższy niż wskaźnik śmiertelności z powodu wypadków przy pracy w rolnictwie, co świadczy o istotnym problemie z punktu widzenia zdrowia publicznego⁶¹. C. Vayro i in. stwierdzili⁶², że wskaźnik samobójstw wśród rolników był w przybliżeniu dwukrotnie wyższy niż w populacji ogólnej w Australii. Co więcej, w przypadku samobójstw w środowisku rolniczym rzadziej stwierdzano wcześniejsze zdiagnozowanie choroby psychicznej lub otrzymanie jakiegokolwiek pomocy w zakresie zdrowia psychicznego przed śmiercią. Badacze z Australii wskazują, że w ostatnich latach wzrosło obciążenie zdrowia psychicznego rolników⁶³.

Czynniki prozdrowotne wpływające na rolników

Czynniki prozdrowotne w psychospołecznym środowisku pracy rolników nie są tak dobrze zbadane jak czynniki ryzyka. W badaniu uwzględniono między innymi następujące czynniki prozdrowotne: więź odczuwana przez rolnika z uprawianą ziemią, odpowiedzialność środowiskowa i społeczna, zdolność do wykonywania pracy, możliwość przebywania na świeżym powietrzu, praca fizyczna, zdrowe odżywianie, dobre środowisko pracy i życia, praca ze zwierzętami, rozsądne obciążenie

59. A. Bjørnstad, C. Cuthbertson, J. Hendricks, *An analysis of suicide risk factors among farmers in the Midwestern United States*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2021, Vol. 18(7), DOI:10.3390/ijerph18073563.

60. S. McLaren, C. Challis, *Resilience among men farmers: The protective roles of social support and sense of belonging in the depression-suicidal ideation relation*, „Death Studies” 2009, Vol. 33(3), s. 262–276, DOI:10.1080/07481180802671985.

61. F. Judd, H. Jackson, C. Frase et al., *Understanding suicide in Australian farmers*, „Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology” 2006, Vol. 41(1), s. 1–10, DOI:10.1007/s00127-005-0007-1.

62. C. Vayro, C. Brownlow, M. Ireland et al., *„Don't... break down on Tuesday because the mental health services are only in town on Thursday”: A qualitative study of service provision related barriers to, and facilitators of farmers' mental health help-seeking*, „Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research” 2021, Vol. 48(3), s. 514–527.

63. A. Hogan, E. Scarr, S. Lockie et al., *Ruptured identity of male farmers: Subjective crisis and the risk of suicide*, „Journal of Rural Social Sciences” 2012, Vol. 27(3), s. 6.

pracą, motywacja wewnętrzna, wsparcie społeczne i poczucie przynależności, dochód niezależny od pracy w gospodarstwie oraz możliwość pracy po osiągnięciu wieku emerytalnego.

Jak wynika z badania przeprowadzonego w Stanach Zjednoczonych⁶⁴, więź między rolnikiem a uprawianą ziemią, a także przyjęcie odpowiedzialności środowiskowej i społecznej to czynniki prozdrowotne pozytywnie wpływające na życie rolnika. Amerykańscy rolnicy uznali zdolność do wykonywania pracy za czynnik prozdrowotny niezbędny do rozwoju gospodarstwa⁶⁵. W innym badaniu jakościowym przeprowadzonym w Australii rolnicy również uznali możliwość pracy w gospodarstwie za istotny czynnik prozdrowotny. Bycie rolnikiem oznaczało dla nich inny styl życia – pracę na świeżym powietrzu, wykonywanie pracy fizycznej oraz zdrowe odżywianie, co stanowiło według nich czynnik prozdrowotny⁶⁶.

Hodowcy bydła mlecznego z Finlandii do czynników prozdrowotnych zaliczyli rodzinę, pracę z bydłem, zdrowie zwierząt, rozsądne obciążenie pracą i zrównoważone finanse⁶⁷. Inne badanie tych autorów wykazało, że pozytywne środowisko pracy i życia, tj. praca blisko natury, a także duża swoboda i różnorodność w pracy, chroniły rolników przed wypaleniem zawodowym⁶⁸. Badanie starszych rolniczek z wybranych stanów w Stanach Zjednoczonych wykazało, że ich zaangażowanie w pracę rolniczą zwiększało satysfakcję z życia i zmniejszało ryzyko depresji⁶⁹. Wyniki pokazały również, że praca w gospodarstwie oraz kultura rolnictwa rodzinnego charakteryzująca się tym, że rodzina mieszka i pracuje razem, mają pozytywny wpływ na ogólny dobrostan rolniczek.

Jak wynika z badania przeprowadzonego w Stanach Zjednoczonych⁷⁰, udział w aktywnościach społecznych pozytywnie wpływa na życie rolników. Badanie przeprowadzone wśród australijskich rolników wykazało, że większe wsparcie społeczne

64. C. Brigrance, F.S. Mas, V. Sanchez et al., *The mental health of the organic farmer: Psychosocial and contextual actors*, „Workplace Health & Safety” 2018, Vol. 66(12), s. 606–616, DOI:10.1177/216507991878321136.

65. M. Bondy, D.C. Cole, *Striving for balance and resilience: Ontario farmers' perceptions of mental health*, „Canadian Journal of Community Mental Health” 2020, DOI:10.7870/cjcmh-2020-007.

66. Ibidem.

67. M.K. Kallioniemi, J. Kaseva, C. Lunner-Kolstrup et al., *Job resources and work engagement among Finnish dairy farmers*, „Journal of Agromedicine” 2018, Vol. 23(3), s. 249–261, DOI:10.1080/1059924x.2018.1470047.

68. M.K. Kallioniemi, A. Simola, J. Kaseva et al., *Stress and Burnout Among Finnish Dairy Farmers*, „Journal of Agromedicine” 2016, Vol. 21(3), s. 259–268, DOI:10.1080/1059924x.2016.1178611.

69. C.D. Witt, D.B. Reed, M.K. Rayens et al., *Predictors of job satisfaction in female farmers aged 50 and over: Implications for occupational health nurses*, „Workplace Health and Safety” 2020, Vol. 68(11), s. 526–532, DOI:10.1177/2165079920931895.

70. C. Brigrance, F.S. Mas, V. Sanchez et al., *The mental health of the organic farmer: Psychosocial and contextual actors*, „Workplace Health & Safety” 2018, Vol. 66(12), s. 606–616, DOI:10.1177/216507991878321136.

i silniejsze poczucie przynależności zmniejszają ryzyko samobójstwa⁷¹. Amerykańskie badanie przeprowadzone wśród rolników pokazało, że istnieje odwrotna zależność między wsparciem od przyjaciół i rodziny a poziomem depresji – im większe wsparcie, tym niższy poziom depresji⁷². Badanie dotyczące wypalenia zawodowego wśród rolników w Kanadzie wykazało pozytywny wpływ wsparcia od partnerów, przyjaciół i innych rolników⁷³. Bliskie przyjaźnie i udział w różnych grupach poza gospodarstwem pozytywnie wpływają na zdrowie psychiczne rolników, jak wskazują liczne badania⁷⁴. Oprócz przyjaciół i członków rodziny ważną rolę w życiu rolników odgrywają również kontakty z przedstawicielami społeczeństwa, takimi jak urzędnicy i politycy⁷⁵. W badaniu norweskich rolników płci męskiej B. Logstein i in. stwierdził⁷⁶, że dobre relacje społeczne i rozsądne obciążenie pracą to czynniki powiązane z dobrym stanem zdrowia psychicznego.

Ogólnie rzecz biorąc, rolnikom w Australii łatwiej było poruszać praktyczne problemy niż problemy zdrowotne, zwłaszcza związane ze zdrowiem psychicznym⁷⁷. Wykorzystywali własne sieci kontaktów, aby rozmawiać o problemach, koncentrując się na ich rozwiązywaniu, a nie na własnych odczuciach związanych z tymi problemami. Wielu rolników uważało, że weterynarz jest także dobrą osobą do rozmów na temat ich własnych problemów zdrowotnych, ponieważ posiada wiedzę medyczną⁷⁸. Uczestnicy innego australijskiego badania również opisywali pozytywny wpływ aktywności

71. S. McLaren, C. Challis, *Resilience among men farmers: The protective roles of social support and sense of belonging in the depression-suicidal ideation relation*, „Death Studies” 2009, Vol. 33(3), s. 262–276, DOI:10.1080/07481180802671985.
72. A. Bjørnstad, L. Brown, L. Weidauer, *The relationship between social support and depressive symptoms in Midwestern farmers*, „Journal of Rural Mental Health” 2019, Vol. 43(4), s. 109–117.
73. A. Jones-Bitton, B. Hagen, S.J. Fleming et al., *Farmer burnout in Canada*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2019, Vol. 16(24), DOI:10.3390/ijerph16245074.
74. B. Logstein, *Predictors of mental complaints among Norwegian male farmers*, „Occupational Medicine-Oxford” 2016b, Vol. 66(4), s. 332–337, DOI:10.1093/occmed/kqw019; T.A. Rawolle, D. Sadauskas, G. van Kessel et al., *Farmers' perceptions of health in the Riverland region of South Australia: 'If it's broke, fix it'*, „Australian Journal of Rural Health” 2016, Vol. 24(5), s. 312–316; H.J. Stain, B. Kelly, T.J. Lewin et al., *Social networks and mental health among a farming population*, „Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology” 2008, Vol. 43(10), s. 843–849, DOI:10.1007/s00127-008-0374-5; P.J. Tinc, J.A. Sorensen, *Stakeholders Team up for Action in New York Dairy (STAND): A collaborative action-planning workshop to combat toxic stress among New York dairy farmers*, „Journal of Agromedicine” 2020, Vol. 25(1), s. 122–125, DOI:10.1080/1059924x.2019.165920243.
75. B.N.M. Hagen, A. Sawatzky, S.L. Harper et al., *What impacts perceived stress among Canadian farmers? A mixed-methods analysis*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2021, Vol. 18(14), DOI:10.3390/ijerph18147366; H.J. Stain, B. Kelly, T.J. Lewin et al., *Social networks and mental health among a farming population*, „Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology” 2008, Vol. 43(10), s. 843–849, DOI:10.1007/s00127-008-0374-5.
76. B. Logstein, *Predictors of mental complaints among Norwegian male farmers*, „Occupational Medicine-Oxford” 2016b, Vol. 66(4), s. 332–337, DOI:10.1093/occmed/kqw019.
77. F. Judd, H. Jackson, C. Frase et al., *Understanding suicide in Australian farmers*, „Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology” 2006, Vol. 41(1), s. 1–10, DOI:10.1007/s00127-005-0007-1.
78. Ibidem.

społecznych oraz wsparcia ze strony przyjaciół i rodziny na ich zdrowie⁷⁹. Rodzina stanowi element sieci rolnika i została wskazana jako ważny czynnik w relacjach społecznych⁸⁰. Według kanadyjskich badań⁸¹ członkowie rodziny mogą być partnerami do rozmów i pomagać w pracy w gospodarstwie. Mogą sprawiać, że rolnik nie czuje się samotny i bezbronny oraz może oderwać się od działalności rolniczej i zrelaksować. Z norweskich badań wynika, że kolejnym czynnikiem prozdrowotnym było posiadanie przez rodzinę dochodu z pracy poza gospodarstwem⁸². Ponadto w Szwecji rolnicy kontynuują pracę po osiągnięciu wieku emerytalnego w znacznie większym stopniu niż reszta populacji, co można uznać za czynnik prozdrowotny⁸³.

Propagowanie i wspieranie zdrowia psychicznego rolników

Strategie prozdrowotne stosowane przez samych rolników

Jedną z ważnych kwestii jest to, jak rolnicy radzą sobie ze stresem w życiu zawodowym. Zdolność psychiczna do radzenia sobie ze stresem jest zwykle nazywana rezyliencją. Pojęcie to oznacza zdolność do wytrzymywania stresu i regeneracji po stresie. Z badania przeprowadzonego w Kanadzie wynika, że rolnicy wykazywali średnio gorszą rezyliencję niż ogół społeczeństwa⁸⁴. Wyeliminowanie wielu czynników stresogennych, z którymi rolnicy mają do czynienia, jest trudne lub niemożliwe, przy

79. T.A. Rawolle, D. Sadauskas, G. van Kessel et al., *Farmers' perceptions of health in the Riverland region of South Australia: 'If it's broke, fix it'*, „Australian Journal of Rural Health” 2016, Vol. 24(5), s. 312–316.

80. M.K. Kallioniemi, A.J. Simola, H.R. Kymäläinen et al., *Stress among Finnish farm entrepreneurs*, „Annals of Agricultural & Environmental Medicine” 2008, Vol. 15(2), s. 243–249; G.D. Kearney, A.P. Rafferty, L.R. Hendricks et al., *A cross-sectional study of stressors among farmers in eastern North Carolina*, „North Carolina Medical Journal” 2014, Vol. 75(6), s. 384–392, DOI:10.18043/ncm.75.6.384; O.E. Onwuameze, S. Paradiso, C. Peek-Asa et al., *Modifiable risk factors for depressed mood among farmers*, „Annals of Clinical Psychiatry” 2013, Vol. 25(2), s. 83–90; D. Peel, H.L. Berry, J. Schirmer, *Farm exit intention and wellbeing: A study of Australian farmers*, „Journal of Rural Studies” 2016, Vol. 47, s. 41–51, DOI:10.1016/j.jrurstud.2016.07.006; J.M. Sprung, *Economic stress, family distress, and work-family conflict among farm couples*, „Journal of Agromedicine” 2021, Vol. 27(2), s. 1–15.

81. B.N.M. Hagen, A. Sawatzky, S.L. Harper et al., *What impacts perceived stress among Canadian farmers? A mixed-methods analysis*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2021, Vol. 18(14), DOI:10.3390/ijerph18147366.

82. B. Logstein, *Farm-related concerns and mental health status among Norwegian farmers*, „Journal of Agromedicine” 2016a, Vol. 21(4), s. 316–326, DOI:10.1080/1059924x.2016.1211055.

83. A. Thelin, S. Holmberg, *Farmers and retirement: A longitudinal cohort study*, „Journal of Agromedicine” 2010, Vol. 15(1), s. 38–46.

84. A. Jones-Bitton, C. Best, J. MacTavish et al., *Stress, anxiety, depression, and resilience in Canadian farmers*, „Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology” 2020, Vol. 55(2), s. 229–236, DOI:10.1007/s00127-019-01738-2.

czym rolnicy o wysokiej rezyliencji czuli się mniej zestresowani niż rolnicy wykazujący niską rezyliencją. Rolnicy zgłaszali, że na kształtowanie rezyliencji pozytywnie wpływa wsparcie ze strony rodziny oraz kontakt z przyrodą i zwierzętami. Według innego badania przeprowadzonego w Kanadzie⁸⁵ do zwiększenia ich rezyliencji przyczyniały się również: istotne znaczenie pracy w gospodarstwie oraz wyznaczanie granic między zaangażowaniem zawodowym a odpoczynkiem lub innymi zajęciami. Z badania literatury na temat zdrowia psychicznego rolników wynikało, że rezyliencja stanowi najważniejszy czynnik prozdrowotny dla rolników⁸⁶. Według badaczy z Australii rezyliencji można się nauczyć, co może być pomocne dla rolników⁸⁷.

Wyniki szeregu badań pokazują również, że rolnicy stosują różne strategie osobiste, aby radzić sobie ze stresem. Strategie te mogą także przyczyniać się do budowania ich rezyliencji⁸⁸. Mogą one obejmować planowanie (rozwiązania konstruktywne), pozytywne przewartościowanie (zmianę podejścia do stresujących sytuacji), humor i wypoczynek⁸⁹, spojrzenie na wydarzenia z szerszej perspektywy oraz uzyskiwanie pomocy i wsparcia od innych⁹⁰. Ponadto akceptacja może być stosowana jako strategia radzenia sobie⁹¹. Według badaczy z Nowej Zelandii⁹² inne możliwości obejmują strategie radzenia sobie w pracy, takie jak aktywne rozwiązywanie problemów

85. B.N.M. Hagen, A. Sawatzky, S.L. Harper et al., *What impacts perceived stress among Canadian farmers? A mixed-methods analysis*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2021, Vol. 18(14), DOI:10.3390/ijerph18147366.
86. B.N.M. Hagen, A. Albright, J. Sergeant et al., *Research trends in farmers’ mental health: A scoping review of mental health outcomes and interventions among farming populations worldwide*, „PLOS ONE” 2019, Vol. 14(12), DOI:10.1371/journal.pone.0225661.
87. J. Greenhill, D. King, A. Lane et al., *Understanding resilience in South Australian farm families. Rural Society*, „The Journal of Research Into Rural and Regional Social Issues in Australia and New Zealand” 2009, Vol. 19(4), s. 318–325.
88. B.N.M. Hagen, A. Sawatzky, S.L. Harper et al., *What impacts perceived stress among Canadian farmers? A mixed-methods analysis*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2021, Vol. 18(14), DOI:10.3390/ijerph18147366.
89. N. Garnefski, N. Baan, V. Kraaij, *Psychological distress and cognitive emotion regulation strategies among farmers who fell victim to the foot-and-mouth crisis*, „Personality and Individual Differences” 2005, Vol. 38(6), s. 1317–1327, DOI:10.1016/j.paid.2004.08.014; B. Greig, P. Nuthall, K. Old, *An analysis of farmers’ human characteristics as drivers of their anxiety*, „Journal of Agromedicine” 2020, Vol. 25(1), s. 135–146. DOI:10.1080/1059924x.2019.1656692.
90. B. Greig, P. Nuthall, K. Old, *An analysis of farmers’ human characteristics as drivers of their anxiety*, „Journal of Agromedicine” 2020, Vol. 25(1), s. 135–146. DOI:10.1080/1059924x.2019.1656692; P. Roy, G. Tremblay, S. Robertson, *Help-seeking among male farmers: Connecting masculinities and mental health*, „Sociologia Ruralis” 2014, Vol. 54(4), s. 460–476, DOI:10.1111/soru.12045.
91. B. Greig, P. Nuthall, K. Old, *An analysis of farmers’ human characteristics as drivers of their anxiety*, „Journal of Agromedicine” 2020, Vol. 25(1), s. 135–146. DOI:10.1080/1059924x.2019.1656692; K.M. Gunn, D.A. Turnbull, J. Dollman et al., *Why are some drought-affected farmers less distressed than others? The association between stress, psychological distress, acceptance, behavioural disengagement and neuroticism*, „Australian Journal of Rural Health” 2021, Vol. 29(1), s. 106–116, DOI:10.1111/ajr.12695.
92. C.R. Kuriger, *Coping strategies that New Zealand dairy farmers use to combat stress*, University of Waikato 2016.

i konstruktywne myślenie, strategie społeczne, na przykład aktywności rekreacyjne i wsparcie społeczne, a także dbanie o własne zdrowie poprzez regularne przerwy w pracy i odpowiedni sen. Do bardziej negatywnych strategii można zaliczyć unikanie (ignorowanie) oraz obwinianie siebie lub innych⁹³. Mogą one również obejmować tłumienie emocji, unikanie problemów lub spożywanie alkoholu⁹⁴, przy czym ryzykowne wzorce spożywania alkoholu częściej występują wśród rolników niż osób nieprowadzących działalności rolniczej. Przegląd literatury⁹⁵ wykazał, że osoby płci męskiej, o niższym statusie społeczno-ekonomicznym oraz zmagające się z problemami psychologicznymi, na przykład depresją, mogą częściej podejmować ryzykowne zachowania związane z alkoholem.

Inną strategią prozdrowotną stosowaną przez rolników jest dążenie do osiągnięcia równowagi między życiem zawodowym a prywatnym, co może polegać na robieniu przerw⁹⁶ i stosowaniu innych metod regeneracji⁹⁷. Według badaczy z Australii może to jednak również obejmować niezawężanie swojego życia jedynie do pracy rolnika (posiadanie hobby i uprawianie sportu oraz docenianie innych ról społecznych, w tym udzielanie się w życiu społeczności lokalnej lub realizowanie się w roli rodzica), możliwość odłożenia pracy „na bok” (oderwanie się od gospodarstwa i poświęcenie czasu dzieciom, rodzinie, przyjaciołom i lokalnej społeczności) oraz dbanie o siebie (ćwiczenia, czas osobisty i czas z przyjaciółmi)⁹⁸. Badania przeprowadzone w Australii wykazały, że mężczyźni i kobiety zajmujące się rolnictwem różnie radzą sobie ze stresem. Mężczyźni byli w stanie skupić się na działaniu i próbie znalezienia rozwiązań, zamiast pograć się w negatywnych myślach i uczuciach. Z kolei kobietom zajmującym się rolnictwem czuły się niewystarczające, przygnębione, odizolowane i samotne⁹⁹.

93. B. Greig, P. Nuthall, K. Old, *An analysis of farmers' human characteristics as drivers of their anxiety*, „Journal of Agromedicine” 2020, Vol. 25(1), s. 135–146. DOI:10.1080/1059924x.2019.1656692.

94. C.R. Kuriger, *Coping strategies that New Zealand dairy farmers use to combat stress*, University of Waikato 2016.

95. S. Watanabe-Galloway, C. Chasek, A.M. Yoder et al., *Substance use disorders in the farming population: Scoping review*, „Journal of Rural Health” 2022, Vol. 38(1), s. 129–150, DOI:10.1111/jrh.12575.

96. P. Roy, G. Tremblay, S. Robertson et al., „Do it all by myself”: A salutogenic approach of masculine health practice among farming men coping with stress, „American Journal of Men's Health” 2017, Vol. 11(5), s. 1536–1546.

97. M. Bondy, D.C. Cole, *Striving for balance and resilience: Ontario farmers' perceptions of mental health*, „Canadian Journal of Community Mental Health” 2020, DOI:10.7870/cjcmh-2020-007.

98. J. Greenhill, D. King, A. Lane et al., *Understanding resilience in South Australian farm families*. *Rural Society*, „The Journal of Research Into Rural and Regional Social Issues in Australia and New Zealand” 2009, Vol. 19(4), s. 318–325.

99. F. Judd, H. Jackso, C. Frase et al., *Understanding suicide in Australian farmers*, „Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology” 2006, Vol. 41(1), s. 1–10, DOI:10.1007/s00127-005-0007-1.

Ochrona zdrowia w służbie zdrowia rolników

Jednym z wyzwań związanych z promowaniem zdrowia rolników w ramach opieki zdrowotnej jest to, że rolnicy mają takie samo podejście do problemów związanych ze zdrowiem fizycznym i psychicznym, jak do wyzwań związanych z prowadzeniem gospodarstwa. Wielu rolników postrzega swoje zdrowie jak maszynę: zdrowie tak jak zepsuty ciągnik należy naprawić tylko wtedy, gdy nie działa¹⁰⁰. Według badań przeprowadzonych w Australii rolnicy nie chcą przyznawać się do złego samopoczucia. Panuje także przekonanie, że rolnicy powinni radzić sobie ze wszystkim sami¹⁰¹. Rolnicy w Australii zazwyczaj nie mają komu przekazać swoich obowiązków w przypadku choroby lub kontuzji i uważają, że nie jest możliwe wzięcie urlopu w celu zadbania o swoje zdrowie¹⁰², dlatego zwlekają z poszukiwaniem wsparcia do momentu, w którym nie mogą już pracować lub rozpad bliskich relacji nie pozostawia im innego wyjścia, jak tylko poprosić o pomoc z zewnątrz¹⁰³. Inną trudnością związaną z opieką zdrowotną jest to, że rolnicy rzadko szukają opieki zdrowotnej z powodu złego stanu zdrowia psychicznego, między innymi ze względu na brak infrastruktury¹⁰⁴. C. Vayro¹⁰⁵ i in. oraz L. Anderson¹⁰⁶ i in. podkreślili niechęć rolników do szukania wsparcia i mówienia o czynnikach stresogennych i trudnościach, jakie napotykać w codziennym życiu, pomimo stosunkowo wysokiego wskaźnika zgłaszanych samobójstw. Jak wynika z kilku badań, fakt, że rolnicy rzadziej korzystają z zasobów i usług wsparcia zdrowia psychicznego, wynika z braku regionalnych zasobów oraz braku zrozumienia specyfiki tej grupy zawodowej. Na motywację do szukania pomocy miały również

100. T.A. Rawolle, D. Sadauskas, G. van Kessel et al., *Farmers' perceptions of health in the Riverland region of South Australia: 'If it's broke, fix it'*, „Australian Journal of Rural Health” 2016, Vol. 24(5), s. 312–316.
101. M. Bondy, D.C. Cole, *Striving for balance and resilience: Ontario farmers' perceptions of mental health*, „Canadian Journal of Community Mental Health” 2020, DOI:10.7870/cjcmh-2020-007; C. Vayro, C. Brownlow, M. Ireland et al., *'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, Vol. 60(1), s. 151–173, DOI:10.1111/soru.12274.
102. F. Judd, H. Jackson, C. Frase et al., *Understanding suicide in Australian farmers*, „Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology” 2006, Vol. 41(1), s. 1–10, DOI:10.1007/s00127-005-0007-1.
103. S. McKenzie, G. Jenkin, S. Collings, *Men's perspectives of common mental health problems: A meta-synthesis of qualitative research*, „International Journal of Men's Health” 2016, Vol. 15(1), s. 80–104.
104. P. Roy, G. Tremblay, S. Robertson, *Help-seeking among male farmers: Connecting masculinities and mental health*, „Sociologia Ruralis” 2014, Vol. 54(4), s. 460–476, DOI:10.1111/soru.12045.
105. C. Vayro, C. Brownlow, M. Ireland et al., *'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, Vol. 60(1), s. 151–173, DOI:10.1111/soru.12274.
106. L. Anderson, Z. Gascho, N. Gentry et al., *Impact of stress management strategies and intervention on the mental health of farmers: A Critically Appraised Topic*, „Critically Appraised Topics” 2021, Vol. 38.

wpływ: dostęp do wsparcia, jego dostępność i możliwość otrzymywania wsparcia od tej samej osoby przez dłuższy czas¹⁰⁷.

Zarówno G.-M. Sartore i in., jak i K. Kavalidou i in. podkreślają¹⁰⁸ znaczenie wyszkolonego personelu medycznego, który rozumie szczególne problemy występujące w rolnictwie, co może być skuteczną strategią poprawy systemów opieki i ścieżek wczesnej interwencji na obszarach wiejskich, a także zapewnienia odpowiedniego wsparcia w przypadku złego stanu zdrowia psychicznego. Podobnie w badaniu przeprowadzonym wśród niemieckich rolników¹⁰⁹ zauważono, że rolnicy potrzebują specjalnie dostosowanych usług opieki zdrowotnej, z uwzględnieniem podejścia oddolnego, oraz pełnego zrozumienia specyficznych warunków i wyzwań związanych z ich zawodem. Istotne było zatem, aby działania interwencyjne były dostosowane do indywidualnych potrzeb rolników i aby w jak największym stopniu w ich ramach uwzględniano specyficzne uwarunkowania życiowe poszczególnych rolników¹¹⁰. Wyniki australijskiego badania wykazały znaczenie bliskiego kontaktu między rolnikiem a pracownikiem opieki zdrowotnej, ponieważ rolnikom zależy na tym, aby osoba udzielająca wsparcia rozumiała realia życia rolnika¹¹¹.

Inne sposoby wspierania zdrowia rolników

Informowanie: rolnicy mieli największe zaufanie do informacji o zdrowiu psychicznym pochodzących od lekarzy, a także od małżonków, członków rodziny i przyjaciół, co sprawiało, że byli bardziej otwarci na ich odbiór. Jeżeli chodzi o inne kanały

107. C. Vayro, C. Brownlow, M. Ireland et al., '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, Vol. 60(1), s. 151–173, DOI:10.1111/soru.12274; C. Vayro, C. Brownlow, M. Ireland et al., „Don't... break down on Tuesday because the mental health services are only in town on Thursday”: A qualitative study of service provision related barriers to, and facilitators of farmers' mental health help-seeking, „Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research” 2021, Vol. 48(3), s. 514–527.

108. G.-M. Sartore, B. Kelly, H.J. Stain et al., Improving mental health capacity in rural communities: Mental health first aid delivery in drought-affected rural New South Wales, „Australian Journal of Rural Health” 2008, Vol. 16(5), s. 313–318; K. Kavalidou, S. McPhedran, D. De Leo, Farmers' contact with health care services prior to suicide: Evidence for the role of general practitioners as an intervention point, „Australian Journal of Primary Health” 2015, Vol. 21(1), s. 102–105.

109. M. Stier-Jarmer, C. Oberhauser, D. Frisch et al., A multimodal stress-prevention program supplemented by telephone-coaching sessions to reduce perceived stress among German farmers: Results from a randomised controlled trial, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2020, Vol. 17(24), DOI:10.3390/ijerph17249227.

110. A. Kennedy, C. Cosgrave, J. Macdonald et al., Translating co-design from face-to-face to online: An Australian primary producer project conducted during COVID-19, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2021, Vol. 18, s. 4147.

111. G.-M. Sartore, B. Kelly, H.J. Stain, Drought and its effect on mental health: How GPs can help, „Australian Family Physician” 2007, Vol. 36(12).

informacyjne, według badań przeprowadzonych w Stanach Zjednoczonych¹¹², rolnicy byli zainteresowani otrzymywaniem informacji na temat zdrowia psychicznego za pośrednictwem czasopism rolniczych oraz za pomocą bezpośrednich form przekazu osobistego. Z kolei P.D. Elkind¹¹³ w przeglądzie literatury argumentował, że wsparcie dla rolników oparte wyłącznie na strategiach informacyjnych jest niewystarczające – potrzebują oni również pomocy w tworzeniu odpowiednich strategii radzenia sobie.

Wsparcie, edukacja i programy mentorskie: społeczność rolnicza może przyczynić się do wsparcia społecznego, edukacji i programów mentorskich dla rolników z objawami stresu i depresji – z analizy wynika, że takie interwencje zmniejszyły objawy¹¹⁴. Według M. Percevala¹¹⁵ i in. przyszłe działania na rzecz zapobiegania samobójstwom wśród rolników w Australii powinny być prowadzone poprzez edukację, programy szkoleniowe oraz kampanie ogólnokrajowe. Telefoniczne usługi coachingowe sprawdziły się jako efektywna metoda wśród niemieckich rolników, jeśli chodzi o działania prewencyjne związane ze stresem¹¹⁶. Interwencje online sprawdzają się nie tylko w okresie pandemii, lecz także w przypadku pracy z ograniczonymi zasobami lub w warunkach ograniczeń geograficznych, co jest powszechne w Australii¹¹⁷. R.A. Schweitzer¹¹⁸ i in. zbadali zasoby dostępne w Stanach Zjednoczonych w celu wspierania rolników z niepełnosprawnością fizyczną lub umysłową i ich rodzin; mapowanie wykazało, że można do nich zaliczyć na przykład kliniki psychiatryczne, organizacje pacjentów, grupy wsparcia, ośrodki leczenia oraz broszury lub strony internetowe z informacjami. Wiedza na temat dostępnego wsparcia została również rozpowszechniona, aby pomóc zwiększyć świadomość na temat skutków złego stanu zdrowia psychicznego i fizycznego rolników z niepełnosprawnościami i ich rodzin

112. J.M. Rudolphi, R. Berg, B. Marlenga, *Who and how: Exploring the preferred senders and channels of mental health information for Wisconsin farmers*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2019, Vol. 16(20), DOI:10.3390/ijerph16203836.
113. P.D. Elkind, *Perceptions of risk, stressors, and locus of control influence intentions to practice safety behaviors in agriculture*, „Journal of Agromedicine” 2007, Vol. 12(4), s. 7–25, DOI:10.1080/10599240801985167.
114. Y.N. Liang, K. Wang, B. Janssen et al., *Examination of symptoms of depression among cooperative dairy farmers*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2021, Vol. 18(7), DOI:10.3390/ijerph18073657.
115. M. Perceval, K. Kolves, P. Reddy et al., *Farmer suicides: A qualitative study from Australia*, „Occupational Medicine-Oxford” 2017, Vol. 67(5), s. 383–388, DOI:10.1093/occmed/kqx055.
116. M. Stier-Jarmer, C. Oberhauser, D. Frisch et al., *A multimodal stress-prevention program supplemented by telephone-coaching sessions to reduce perceived stress among German farmers: Results from a randomised controlled trial*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2020, Vol. 17(24), DOI:10.3390/ijerph17249227.
117. A. Kennedy, C. Cosgrave, J. Macdonald et al., *Translating co-design from face-to-face to online: An Australian primary producer project conducted during COVID-19*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2021, Vol. 18, s. 4147.
118. R.A. Schweitzer, G.R. Deboy, P.J. Jones et al., *AgrAbility mental/behavioural health for farm/ranch families with disabilities*, „Journal of Agromedicine” 2011, Vol. 16(2), s. 87–98, DOI:10.1080/1059924x.2011.554766.

oraz potencjalnie zmniejszyć stygmatyzację związaną z tymi kwestiami zdrowotnymi. Celem mapowania była również poprawa wsparcia dla tych grup w perspektywie długoterminowej, tj. opracowanie rutynowych procedur dotyczących sposobu wystawiania skierowań oraz określenie, do kogo powinny one trafić.

W ramach badania przeprowadzonego w Australii doradcy ds. rolnictwa zostali przeszkoleni w udzielaniu pierwszej pomocy w zakresie zdrowia psychicznego, co miało na celu zapewnienie im wiedzy i narzędzi do rozmowy o problemach psychologicznych z klientami z branży rolniczej¹¹⁹. Szkolenie wolontariuszy z udzielania pierwszej pomocy z zakresu zdrowia psychicznego, które umożliwiło im udzielanie porad i wsparcia rolnikom doświadczającym złego stanu zdrowia psychicznego, zostało poddane ocenie i uznane za skuteczną strategię wczesnej interwencji dla rolników w Australii¹²⁰. Jak wynika z badań przeprowadzonych w Szwajcarii, istotne było również wczesne identyfikowanie trudności i problemów rolników płci męskiej oraz oferowanie wsparcia, które byłoby dla nich odpowiednie i dostosowane do ich potrzeb i preferencji, a także pozwalało zapobiegać samobójstwom¹²¹. C. Cuthbertson¹²² i in. podkreślili, że bardziej tradycyjne programy edukacyjne dla rolników w Stanach Zjednoczonych można korzystnie rozszerzyć, aby obejmowały również zdrowie psychiczne. Dzięki zwiększeniu świadomości na temat zdrowia psychicznego, w tym znajomości znaków ostrzegawczych sygnalizujących stres i ryzyko samobójstwa, rolnicy mogą doskonalić umiejętności komunikacji i w razie potrzeby łatwiej będzie im zwrócić się o pomoc. Amerykańscy doradcy działający w obszarze usług związanych z rolnictwem wzięli udział w internetowym programie szkoleniowym (ang. *Farm Stress Training Programme*), którego celem było zwiększenie świadomości na temat złego stanu zdrowia psychicznego rolników¹²³. Program składał się z czterech modułów skupiających się na odgrywaniu ról i omawianiu realistycznych scenariuszy z udziałem podatnych na zagrożenia rolników i ich rodzin. Uczestnicy uczyli się, jak rozpoznawać oznaki i objawy stresu oraz sygnały ostrzegawcze świadczące o ryzyku samobójstwa oraz co zrobić w sytuacji nadzwyczajnej, w której rolnik wykazuje oznaki złego stanu zdrowia psychicznego.

119. D. Hossain, D. Gorman, R. Eley et al., *Value of mental health first aid training of advisory and extension agents in supporting farmers in rural Queensland*, „Rural and Remote Health” 2010, Vol. 10(4), Retrieved from <Go to ISI>://WOS:000286342700028.

120. G.-M. Sartore, B. Kelly, H.J. Stain et al., *Improving mental health capacity in rural communities: Mental health first aid delivery in drought-affected rural New South Wales*, „Australian Journal of Rural Health” 2008, Vol. 16(5), s. 313–318.

121. N. Steck, C. Junker, M. Bopp et al., *Time trend of suicide in Swiss male farmers and comparison with other men: A cohort study*, „Swiss Medical Weekly” 2020, Vol. 150, DOI: 10.4414/smw.2020.20251.

122. C. Cuthbertson, C. Eschbach, G. Shelle, *Addressing farm stress through extension mental health literacy programs*, „Journal of Agromedicine” 2021, s. 1–8, DOI:10.1080/1059924x.2021.1950590.

123. C. Cuthbertson, A. Brennan, J. Shutske et al., *Developing and implementing farm stress training to address agricultural producers' mental health*, „Health Promotion Practice” 2020, Vol. 3(1), DOI:10.1177/1524839920931849.

Wnioski

Większość badań uwzględnionych w tym systematycznym przeglądzie literatury pochodzi z Australii i Ameryki Północnej, a w mniejszym stopniu z różnych części Europy. Cenne badania z różnych części świata stanowią jednak ważną bazę wiedzy na temat radzenia sobie z wyzwaniami psychospołecznymi, przed którymi stoją rolnicy w Europie w swoim środowisku pracy i które muszą być brane pod uwagę przez odpowiednie organizacje, władze rządowe, badaczy i polityków, co omówiono poniżej.

Na psychospołeczne środowisko pracy rolników wpływa wiele różnych czynników zewnętrznych, na które rolnicy mają ograniczony wpływ. Dla rolników w różnych krajach stresujące jest to, że mają ograniczone możliwości wpływu na rosnącą globalizację i jej skutki dla cen rynkowych ich produktów oraz zwiększonych kosztów produkcji, zwłaszcza w odniesieniu do różnych środków produkcji, takich jak paliwo, energia elektryczna, nawozy azotowe i pasze. Zmiany klimatyczne, a mianowicie susze, powódzie i nieprzewidywalna pogoda, stanowią coraz poważniejszy czynnik ryzyka i źródło stresu, którego doświadczają rolnicy w wielu regionach świata.

Czynnikami ryzyka mogą być nawet uwarunkowania psychospołeczne środowiska pracy, na które rolnicy mają większy wpływ, ponieważ wywierają na nich ogromną presję w postaci dużego obciążenia pracą, szczególnie w okresach intensywnej pracy. Szwedzkie badania potwierdzają, że te czynniki ryzyka mogą prowadzić do niebezpiecznego środowiska pracy oraz zadań obarczonych ryzykiem uszczerbków na zdrowiu i problemów zdrowotnych, a także do trudności w znalezieniu kompetentnego personelu i możliwości odciążenia w pracy¹²⁴. Rolnicy mogą również mieć poczucie osobistej odpowiedzialności za odnoszenie sukcesów w swoim zawodzie, za bycie dobrymi pracodawcami, za kontynuowanie tradycji, jeśli gospodarstwo jest w rodzinie od kilku pokoleń. Dla mężczyzn wiąże się to z presją spełniania standardów męskości, a kobiety rolnicze mogą doświadczać negatywnych skutków tych standardów, takich jak brak czasu na życie rodzinne czy ograniczone możliwości uczestniczenia w społecznych wydarzeniach. Gospodarstwa rolne mogą być odizolowane geograficznie, co może przyczyniać się do poczucia osamotnienia. Wraz z wiekiem u rolników mogą również pojawiać się różne problemy zdrowotne. Dodatkowymi czynnikami ryzyka

124. C. Lunner-Kolstrup, P. Lundqvist, *Lantbrukets & landsbygdens psykosociala puls. Screening av psykosociala arbetsförhållanden, psykisk hälsa och sociala nätverk bland lantbrukare och landsbygdsföretagare*. Sveriges lantbruksuniversitet. Fakulteten för land-skapsarkitektur, trädgårds- och växtproduktionsvetenskap, LTJ Rapport 2013:20, Alnarp 2013, <https://pub.epsilon.slu.se/10578/>; S. Pinzke, *Stress och trötthet som orsak till olycksfall inom jordbruket: En kunskaps-sammanställning*. Sveriges lantbruksuniversitet, Fakulteten för landskapsarkitektur, träd-gårds- och växtproduktionsvetenskap, LTV Rapport 2018:6, Alnarp, <https://pub.epsilon.slu.se/15739/>.

w przypadku rolnika odczuwającego stres mogą być problemy w związkach, rozwody, a także brak zrozumienia i wsparcia ze strony rodziny i współpracowników. Wszystkie te aspekty są tak samo istotne w Szwecji, jak i w innych krajach, których dotyczy przegląd literatury. Z badań przeprowadzonych w ramach przewodu doktorskiego H. Nordström Källström¹²⁵ wynika, że samotność i pogorszenie usług społecznych na obszarach wiejskich w Szwecji negatywnie wpływają na jakość życia rolników. Czynniki te mogą przyczyniać się do przedwczesnego opuszczania gospodarstwa i zawodu. Inne czynniki, które mogą wpływać na rolników w tym zakresie, to problemy finansowe lub brak wiary, że ich działalność rolnicza ma przyszłość¹²⁶.

W połączeniu z dużym obciążeniem pracą czynniki zewnętrzne, na które trudno jest wpływać, mogą prowadzić do różnych form i stopni problemów ze zdrowiem psychicznym, począwszy od objawów związanych z lękiem i stresem, po poważniejsze stany, jak ciężka depresja, a w skrajnych przypadkach myśli samobójcze, próby samobójcze lub samobójstwa. Badania nad samobójstwami, przeprowadzone głównie w Australii i Ameryce Północnej, wykazały, że współczynnik samobójstw wśród rolników był wyższy niż w innych grupach społecznych i zawodowych. Żadne podobne badania nie zostały opublikowane w odniesieniu do szwedzkich rolników, ale na przestrzeni lat pojawiały się sygnały wskazujące, że podobne problemy mogą występować w Szwecji¹²⁷.

W kilku badaniach uwzględnionych w niniejszym przeglądzie literatury podkreślono, że to w mężczyźni w szczególności nie potrafią rozmawiać o swoich uczuciach i problemach związanych ze zdrowiem psychicznym oraz niechętnie szukają pomocy. Zamiast tego stosują różne pozytywne lub negatywne strategie radzenia sobie ze stresem, na który są narażeni. Strategie te mogą obejmować planowanie (konstruktywne rozwiązania), pozytywną ocenę lub akceptację. Mogą to być również strategie radzenia sobie w pracy, takie jak aktywne rozwiązywanie problemów i konstruktywne myślenie lub strategie społeczne, w tym aktywności rekreacyjne i wsparcie społeczne, a także dbanie o własne zdrowie poprzez regularne przerwy w pracy i odpowiedni sen. Strategie radzenia sobie ze stresem mogą jednak obejmować również negatywne reakcje, takie jak unikanie (ignorowanie) oraz obwinianie siebie lub innych, tłumienie emocji lub spożywanie alkoholu.

125. H. Nordström Källström, *Mellan trivsel och ensamhet: Om sociala villkor i lantbruken. Sveriges lantbruksuniversitet*, „Acta Universitatis agriculturae Sueciae: doctoral thesis” 2008, Vol. 74, Uppsala 2008.

126. F. Hajdu, C. Eriksson, C. Waldenström et al., *Sveriges förändrade lantbruk: Lantbrukarnas egna röster om förändringar sedan 1990-talet och strategier inför framtiden. Sveriges lantbruksuniversitet, SLU Future Food Reports 11*, Uppsala 2020, https://www.slu.se/globalassets/ew/org/centrb/future-food/publikationer/future-food-reports/slu-futurefood_rapport_11.pdf.

127. Swedish Agency for Work Environment Expertise (SAWEE), *Farmers' psychosocial work environment and mental health, Swedish Agency for Work Environment Expertise*, „Systematic literature review” 2022, Vol. 8, Gävle, https://media.sawee.se/2023/03/Farmers_psychosocial_work_environment_and_mental_health_digital.pdf.

Rolnicy, którzy lepiej radzą sobie ze stresem i ogólnie mają się dobrze (rezyliencja), dostrzegają wiele korzystnych czynników w swojej sytuacji, w tym rolniczy styl życia, życie blisko zwierząt i natury, samostanowienie (autonomię), ale także aktywność fizyczną, hobby, sport i inne role społeczne, a także spędzanie czasu poza gospodarstwem i posiadanie czasu dla dzieci, rodziny, przyjaciół i zaangażowanie w lokalną społeczność. Czynniki te są ważne dla zrównoważonego życia zawodowego i społecznego.

Rolnicy, którzy nie są w stanie samodzielnie poradzić sobie z presją, stresem i niepowodzeniami, potrzebują wsparcia i pomocy. W kilku badaniach wskazano na przydatność różnych środków wsparcia w postaci szkoleń i działań informacyjnych oraz porad i wsparcia telefonicznego. Okazuje się jednak, że aby rolnicy korzystali z takich środków, ważne jest, by osoby udzielające tego wsparcia były wiarygodne i godne ich zaufania. W przypadkach, w których rolnicy szukają pomocy, ważne jest także, aby personel rozumiał specyficzne warunki pracy w rolnictwie. Wsparcie i pomoc dla rolników w różnych formach wskazano jako istotny obszar rozwoju, wpisujący się w rosnące potrzeby tego sektora.

Kwestie psychospołecznego środowiska pracy poruszone w niniejszym przeglądzie literatury są również spójne z wynikami przeglądu środowiska pracy w rolnictwie przeprowadzonego przez Europejską Agencję Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy (EU-OSHA)¹²⁸. W raporcie omówiono, w jaki sposób nowe technologie, zmiana klimatu i inne zmiany mogą wpłynąć na rolnictwo w przyszłości, jakie zmiany techniczne i organizacyjne mogą przynieść te zmiany oraz w jaki sposób może to wpłynąć na środowisko pracy rolników i innych osób pracujących w tym sektorze. Wśród największych wyzwań z perspektywy zdrowia i bezpieczeństwa można wymienić: (1) nowe technologie i cyfryzację rolnictwa (szanse na poprawę środowiska pracy, ale także ryzyko wzrostu poziomu stresu; (2) znaczenie zmiany klimatu (wzrost ryzyka wystąpienia burz, susz, powodzi i ich skutków); oraz (3) skutki rozwoju rynku pracy (w przeważającej większości rolnicy są samozatrudnieni, a zatem nie są objęci przepisami BHP i nie podlegają takim samym kontrolom jak przedsiębiorstwa zatrudniające pracowników). W raporcie wskazano również, że rolnicy w Europie nadal mogą być narażeni na stres i ryzyko psychospołeczne w wyniku: presji finansowej, rosnących wymogów prawnych i administracyjnych, rosnących wymagań konsumentów i społeczeństwa w zakresie produkcji żywności, wzrostu krytyki rolnictwa i spadku atrakcyjności zawodu, pojawienia się nowych problemów zdrowia publicznego oraz chorób zwierząt i roślin, gróźb i przemocy ze strony radykalnych ekologów i działaczy na rzecz praw zwierząt, a także przestępczości na obszarach wiejskich.

128. A. Jones, M. Jakob, J. McNamara, *Review of the future of agriculture and occupational safety and health (OSH): Foresight on new and emerging risks in OSH*, European Agency for Safety and Health at Work, European Risk Observatory Report, Bilbao 2020, Spain, DOI:10.2802/769257.

Podsumowując, można stwierdzić, że niniejszy przegląd literatury pokazuje, że rolnicy z terenów wiejskich w porównywalnych krajach mierzą się z podobnymi problemami i wyzwaniem związanymi z psychospołecznym środowiskiem pracy i zdrowiem psychicznym. Można również stwierdzić, że choć wiedza na temat tych problemów jest stosunkowo duża, to w mniejszym stopniu dotyczy ona środków zapobiegawczych i tego, w jaki sposób różne zainteresowane strony mogą podejmować działania wspierające rolników.

Bibliografia

- Alwall Svennefelt C., Lundqvist P.**, *Safe Farmer Common Sense' – A National Five-Year Education-Based Program for Prevention of Occupational Injuries in Swedish Agriculture-Background, Process, and Evaluation*, „Journal of Agromedicine” 2020, Vol. 25 (2), <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/1059924X.2019.1659203>.
- Anderson L., Gascho Z., Gentry N. et al.**, *Impact of stress management strategies and intervention on the mental health of farmers: A Critically Appraised Topic*, „Critically Appraised Topics” 2021, Vol. 38.
- Austin E.K., Handley T., Kiem A.S. et al.**, *Drought-related stress among farmers: findings from the Australian Rural Mental Health Study*, „Medical Journal of Australia” 2018, Vol. 209(4), DOI:10.5694/mja17.01200.
- Bjornestad A., Brown L., Weidauer L.**, *The relationship between social support and depressive symptoms in Midwestern farmers*, „Journal of Rural Mental Health” 2019, Vol. 43(4).
- Bjornestad A., Cuthbertson C., Hendricks J.**, *An analysis of suicide risk factors among farmers in the Midwestern United States*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2021, Vol. 18(7), DOI:10.3390/ijerph18073563.
- Bondy M., Cole D.C.**, *Striving for balance and resilience: Ontario farmers' perceptions of mental health*, „Canadian Journal of Community Mental Health” 2020, DOI:10.7870/cjcmh-2020-007.
- Brigance C., Mas F.S., Sanchez V. et al.**, *The mental health of the organic farmer: Psychosocial and contextual actors*, „Workplace Health & Safety” 2018, Vol. 66(12), DOI:10.1177/216507991878321136.
- Bryant L., Garnham B.**, *The fallen hero: Masculinity, shame and farmer suicide in Australia*, „Gender Place and Culture” 2015, Vol. 22(1), DOI:10.1080/0966369x.2013.855628.
- Bryant L., Garnham B.**, *Farming exit and ascriptions of blame: The ordinary ethics of farming communities*, „Journal of Rural Studies” 2018, Vol. 62, DOI:10.1016/j.jrurstud.2018.07.004.
- Cuthbertson C., Brennan A., Shutske J. et al.**, *Developing and implementing farm stress training to address agricultural producers' mental health*, „Health Promotion Practice” 2020, Vol. 3(1), DOI:10.1177/1524839920931849.
- Cuthbertson C., Eschbach C., Shelle G.**, *Addressing farm stress through extension mental health literacy programs*, „Journal of Agromedicine” 2021, DOI:10.1080/1059924x.2021.1950590.

- Donham K. J., Thelin A., *Agricultural medicine: Rural occupational and environmental health, safety, and prevention*, John Wiley & Sons 2016.
- Edwards B., Gray M., Hunter B., *The impact of drought on mental health in rural and regional Australia*, „Social Indicators Research” 2015, Vol. 121(1), DOI:10.1007/s11205-014-0638-2.
- Elkind P.D., *Perceptions of risk, stressors, and locus of control influence intentions to practice safety behaviors in agriculture*, „Journal of Agromedicine” 2007, Vol. 12(4), DOI:10.1080/10599240801985167.
- Ellis N.R., Albrecht G.A., *Climate change threats to family farmers' sense of place and mental wellbeing: A case study from the western Australian wheatbelt*, „Social Science & Medicine” 2017, Vol. 175, DOI:10.1016/j.socscimed.2017.01.00937.
- Fennell K.M., Jarrett C.E., Kettler L.J. et al., *Watching the bank balance build up then blow away and the rain clouds do the same”: A thematic analysis of South Australian farmers' sources of stress during drought*, „Journal of Rural Studies” 2016, Vol. 46, DOI:10.1016/j.jrurstud.2016.05.005.
- Firth H.M., Williams S.M., Herbison G.P. et al., *Stress in New Zealand farmers*, „Stress and Health” 2007, Vol. 23(1), DOI:10.1002/smi.1119.
- Garnefski N., Baan N., Kraaij V., *Psychological distress and cognitive emotion regulation strategies among farmers who fell victim to the foot-and-mouth crisis*, „Personality and Individual Differences” 2005, Vol. 38(6), DOI:10.1016/j.paid.2004.08.014.
- Greenhill J., King D., Lane A. et al., *Understanding resilience in South Australian farm families. Rural Society*, „The Journal of Research Into Rural and Regional Social Issues in Australia and New Zealand” 2009, Vol. 19(4).
- Greig B., Nuthall P., Old K., *An analysis of farmers' human characteristics as drivers of their anxiety*, „Journal of Agromedicine” 2020, Vol. 25(1), DOI:10.1080/1059924x.2019.1656692.
- Gunn K.M., Turnbull D.A., Dollman J. et al., *Why are some drought-affected farmers less distressed than others? The association between stress, psychological distress, acceptance, behavioural disengagement and neuroticism*, „Australian Journal of Rural Health” 2021, Vol. 29(1), DOI:10.1111/ajr.12695.
- Hagen B.N.M., Albright A., Sergeant J. et al., *Research trends in farmers' mental health: A scoping review of mental health outcomes and interventions among farming populations worldwide*, „PLOS ONE” 2019, Vol. 14(12), DOI:10.1371/journal.pone.0225661.
- Hagen B.N.M., Sawatzky A., Harper S.L. et al., *What impacts perceived stress among Canadian farmers? A mixed-methods analysis*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2021, Vol. 18(14), DOI:10.3390/ijerph18147366.
- Hajdu F., Eriksson C., Waldenström C. et al., *Sveriges förändrade lantbruk: Lantbrukarnas egna röster om förändringar sedan 1990-talet och strategier inför framtiden. Sveriges lantbruksuniversitet, SLU Future Food Reports 11*, Uppsala 2020, https://www.slu.se/globalassets/ew/org/centrb/fu-food/publikationer/future-food-reports/slu-fu-turefood_rapport_11.pdf.
- Hammersley C., Richardson N., Meredith D. et al., *„That's me I am the farmer of the land”: Exploring identities, masculinities, and health among male farmers in Ireland*, „American Journal of Men's Health” 2021, Vol. 15(4), 15579883211035241, DOI:10.1177/15579883211035241.

- Hanigan I.C., Butler C.D., Kokic P.N. et al., *Suicide and drought in New South Wales, Australia, 1970–2007*, „Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America” 2012, Vol. 109(35), DOI:10.1073/pnas.111296510938.
- Hanigan I.C., Schirmer J., Niyonsenga T., *Drought and Distress in Southeastern Australia*, „Ecohealth” 2018, Vol. 15(3), DOI:10.1007/s10393–018–1339–0.
- Heo W., Lee J.M., Park N., *Financial-related psychological factors affect the life satisfaction of farmers*, „Journal of Rural Studies” 2020, Vol. 80.
- Hogan A., Scarr E., Lockie S. et al., *Ruptured identity of male farmers: Subjective crisis and the risk of suicide*, „Journal of Rural Social Sciences” 2012, Vol. 27(3).
- Hossain D., Eley R., Coutts J. et al., *Mental health of farmers in Southern Queensland: Issues and support*, „Australian Journal of Rural Health” 2008, Vol. 16(6), DOI:10.1111/j.1440–1584.2008.01014.x.
- Hossain D., Gorman D., Eley R. et al., *Value of mental health first aid training of advisory and extension agents in supporting farmers in rural Queensland*, „Rural and Remote Health” 2010, Vol. 10(4), Retrieved from <Go to ISI>://WOS:000286342700028.
- Hounsborne B., Edwards R.T., Hounsborne N. et al., *Psychological morbidity of farmers and non-farming population: Results from a UK survey*, „Community Mental Health Journal” 2012, Vol. 48(4).
- ISSA Agriculture, *Guide for individual farmers. Vision Zero Strategy for agriculture*, International Section of the International Social Security Association on Prevention in Agriculture 2019, <http://visionzero.global/vision-zero-agricultural-sector>, dostęp 7.11.2024.
- Jones A., Jakob M., McNamara J., *Review of the future of agriculture and occupational safety and health (OSH): Foresight on new and emerging risks in OSH*, European Agency for Safety and Health at Work, European Risk Observatory Report, Bilbao 2020, Spain, DOI:10.2802/769257.
- Jones M.S., Reed D.B., Hunt M.L., *Suicide: An unrecognised epidemic among farmers*, „Workplace Health & Safety” 2018, Vol. 66(9), DOI:10.1177/2165079918784055.
- Jones-Bitton A., Best C., MacTavish J. et al., *Stress, anxiety, depression, and resilience in Canadian farmers*, „Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology” 2020, Vol. 55(2), DOI:10.1007/s00127–019–01738–2.
- Jones-Bitton A., Hagen B., Fleming S.J. et al., *Farmer burnout in Canada*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2019, Vol. 16(24), DOI:10.3390/ijerph16245074.
- Judd F., Jackson H., Frase C. et al., *Understanding suicide in Australian farmers*, „Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology” 2006, Vol. 41(1), DOI:10.1007/s00127–005–0007–1.
- Kallioniemi M.K., Kaseva J., Lunner-Kolstrup C. et al., *Job resources and work engagement among Finnish dairy farmers*, „Journal of Agromedicine” 2018, Vol. 23(3), DOI:10.1080/1059924x.2018.1470047.
- Kallioniemi M.K., Simola A., Kaseva J. et al., *Stress and Burnout Among Finnish Dairy Farmers*, „Journal of Agromedicine” 2016, Vol. 21(3), DOI:10.1080/1059924x.2016.1178611.
- Kallioniemi M. K., Simola A. J., Kymäläinen H.R. et al., *Stress among Finnish farm entrepreneurs*, „Annals of Agricultural & Environmental Medicine” 2008, Vol. 15(2).

- Kavalidou K., McPhedran S., De Leo D.**, *Farmers' contact with health care services prior to suicide: Evidence for the role of general practitioners as an intervention point*, „Australian Journal of Primary Health” 2015, Vol. 21(1).
- Kearney G.D., Rafferty A.P., Hendricks L.R. et al.**, *A cross-sectional study of stressors among farmers in eastern North Carolina*, „North Carolina Medical Journal” 2014, Vol. 75(6), DOI:10.18043/ncm.75.6.384.
- Kennedy A., Cosgrave C., Macdonald J. et al.**, *Translating co-design from face-to-face to online: An Australian primary producer project conducted during COVID-19*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2021, Vol. 18.
- Kuriger C.R.**, *Coping strategies that New Zealand dairy farmers use to combat stress*, University of Waikato 2016.
- LaBras L.F., Pahwa P., Pickett W. et al.**, *Relationship between sleep loss and economic worry among farmers: A survey of 94 active Saskatchewan noncorporate farms*, „Journal of Agromedicine” 2008, Vol. 13(3), DOI:10.1080/10599240802371862.
- Leppälä J., Griffin P., McNamara J. et al.**, *Safety Culture and Risk Management in Agriculture : Sacurima Cost Action CA16123 Highlights and Conclusions*, „Natural resources and bioeconomy studies” 2021, Vol. 63, Natural Resources Institute Finland, Helsinki 2021, <https://jukuri.luke.fi/handle/10024/547926>.
- Liang Y.N., Wang K., Janssen B. et al.**, *Examination of symptoms of depression among cooperative dairy farmers*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2021, Vol. 18(7), DOI:10.3390/ijerph18073657.
- Logstein B.**, *Farm-related concerns and mental health status among Norwegian farmers*, „Journal of Agromedicine” 2016a, Vol. 21(4), DOI:10.1080/1059924x.2016.1211055.
- Logstein B.**, *Predictors of mental complaints among Norwegian male farmers*, „Occupational Medicine-Oxford” 2016b, Vol. 66(4), DOI:10.1093/occmed/kqw019.
- Lunner-Kolstrup C., Lundqvist P.**, *Lantbrukets & landsbygdens psykosociala puls. Screening av psykosociala arbetsförhållanden, psykisk hälsa och sociala nätverk bland lantbrukare och landsbygdsföretagare. Sveriges lantbruksuniversitet. Fakulteten för land-skapsarkitektur, trädgårds- och växtproduktionsvetenskap, LTJ Rapport 2013:20, Alnarp 2013*, <https://pub.epsilon.slu.se/10578/>.
- Lunner-Kolstrup C., Kallioniemi M., Lundqvist P. et al.**, *International perspectives on psychosocial working conditions, mental health, and stress of dairy farm operators*, „Journal of Agromedicine” 2013, Vol. 18(3), DOI:10.1080/1059924x.2013.796903.
- Magnin L., Chappuis M., Normand G. et al.**, *Health issues and mental distress in French active farmers: A quantitative and qualitative study*, „International Journal of Environmental & Agriculture Research” 2017, Vol. 3(9).
- McKenzie S., Jenkin G., Collings S.**, *Men's perspectives of common mental health problems: A meta-synthesis of qualitative research*, „International Journal of Men's Health” 2016, Vol. 15(1).

- McLaren S., Challis C., *Resilience among men farmers: The protective roles of social support and sense of belonging in the depression-suicidal ideation relation*, „Death Studies” 2009, Vol. 33(3), DOI:10.1080/07481180802671985.
- McShane C.J., Quirk F., *Mediating and moderating effects of work-home interference upon farm stresses and psychological distress*, „The Australian Journal of Rural Health” 2009, Vol. 17(5), DOI:10.1111/j.1440-1584.2009.01085.x.
- Nordström Källström H., *Mellan trivsel och ensamhet: Om sociala villkor i lantbruket. Sveriges lantbruksuniversitet, „Acta Universitatis agriculturae Sueciae: doctoral thesis”* 2008, Vol. 74, Uppsala 2008.
- Odabasi S., Hartarska V., *Farmer suicides: Effects of socio-economic, climate, and mental health factors*, „Journal of Mental Health Policy and Economics” 2021, Vol. 24(2), Retrieved from <Go to ISI>://WOS:000661254400003.
- Onwuameze O.E., Paradiso S., Peek-Asa C. et al., *Modifiable risk factors for depressed mood among farmers*, „Annals of Clinical Psychiatry” 2013, Vol. 25(2).
- Pinzke S., *Stress och trötthet som orsak till olycksfall inom jordbruket: En kunskaps-sammanställning. Sveriges lantbruksuniversitet, Fakulteten för landskapsarkitektur, träd-gårds- och växtproduktionsvetenskap, LTV Rapport 2018:6, Alnarp, <https://pub.epsilon.slu.se/15739/>*.
- Pinzke S., Alwall Svennefelt C., Lundqvist P., *Occupational injuries in Swedish agriculture: development and preventive actions*, „Journal of Agricultural Safety and Health” 2018, Vol. 23(4), DOI:10.13031/jash.12816.
- Peel D., Berry H.L., Schirmer J., *Farm exit intention and wellbeing: A study of Australian farmers*, „Journal of Rural Studies” 2016, Vol. 47, DOI:10.1016/j.jrurstud.2016.07.006.
- Perceval M., Kolves K., Reddy P. et al., *Farmer suicides: A qualitative study from Australia*, „Occupational Medicine-Oxford” 2017, Vol. 67(5), DOI:10.1093/occmed/kqx055.
- Polain J.D., Berry H.L., Hoskin J.O., *Rapid change, climate adversity and the next 'big dry': Older farmers' mental health*, „Australian Journal of Rural Health” 2011, Vol. 19(5).
- Rawolle T.A., Sadauskas D., van Kessel G. et al., *Farmers' perceptions of health in the Riverland region of South Australia: 'If it's broke, fix it'*, „Australian Journal of Rural Health” 2016, Vol. 24(5).
- Roy P., Tremblay G., Robertson S., *Help-seeking among male farmers: Connecting masculinities and mental health*, „Sociologia Ruralis” 2014, Vol. 54(4), DOI:10.1111/soru.12045.
- Roy P., Tremblay G., Robertson S. et al., *„Do it all by myself”: A salutogenic approach of masculine health practice among farming men coping with stress*, „American Journal of Men's Health” 2017, Vol. 11(5).
- Rudolphi J.M., Berg R., Marlenga B., *Who and how: Exploring the preferred senders and channels of mental health information for Wisconsin farmers*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2019, Vol. 16(20), DOI:10.3390/ijerph16203836.
- Rudolphi J.M., Berg R.L., Parsaik A., *Depression, anxiety and stress among young farmers and ranchers: A pilot study*, „Community Mental Health Journal” 2020, Vol. 56(1), DOI:10.1007/s10597-019-00480-y.
- Sartore G.-M., Kelly B., Stain H.J., *Drought and its effect on mental health: How GPs can help*, „Australian Family Physician” 2007, Vol. 36(12).

- Sartore G.-M., Kelly B., Stain H. J. et al., *Improving mental health capacity in rural communities: Mental health first aid delivery in drought-affected rural New South Wales*, „Australian Journal of Rural Health” 2008, Vol. 16(5).
- Schweitzer R.A., Deboy G.R., Jones P.J. et al., *AgrAbility mental/behavioural health for farm/ranch families with disabilities*, „Journal of Agromedicine” 2011, Vol. 16(2), DOI:10.1080/1059924x.2011.554766.
- Shortall S., *Farming, identity and well-being: Managing changing gender roles within Western European farm families*, „Anthropological Notebooks” 2014, Vol. 20(3).
- Smith K., *Desolation in the countryside: How agricultural crime impacts the mental health of British farmers*, „Journal of Rural Studies” 2020, Vol. 80, DOI:10.1016/j.jrurstud.2020.10.037.
- Sprung J.M., *Economic stress, family distress, and work-family conflict among farm couples*, „Journal of Agromedicine” 2021, Vol. 27(2).
- Stain H.J., Kelly B., Lewin T.J. et al., *Social networks and mental health among a farming population*, „Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology” 2008, Vol. 43(10), DOI:10.1007/s00127-008-0374-5.
- Stark O., Falkowski J., *On structural change, the social stress of a farming population, and the political economy of farm support*, „Economics of Transition” 2019, Vol. 27(1), DOI:10.1111/ecot.12192.
- Steck N., Junker C., Bopp M. et al., *Time trend of suicide in Swiss male farmers and comparison with other men: A cohort study*, „Swiss Medical Weekly” 2020, Vol. 150, DOI: 10.4414/smw.2020.20251.
- Stier-Jarmer M., Oberhauser C., Frisch D. et al., *A multimodal stress-prevention program supplemented by telephone-coaching sessions to reduce perceived stress among German farmers: Results from a randomised controlled trial*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2020, Vol. 17(24), DOI:10.3390/ijerph17249227.
- Swedish Agency for Work Environment Expertise (SAWEE), *Farmers' psychosocial work environment and mental health*, Swedish Agency for Work Environment Expertise, „Systematic literature review” 2022, Vol. 8, Gävle, https://media.sawee.se/2023/03/Farmers_psychosocial_work-environment_and_mental_health_digital.pdf.
- Thelin A., Holmberg S., *Farmers and retirement: A longitudinal cohort study*, „Journal of Agromedicine” 2010, Vol. 15(1).
- Tinc P.J., Sorensen J.A., *Stakeholders Team up for Action in New York Dairy (STAND): A collaborative action-planning workshop to combat toxic stress among New York dairy farmers*, „Journal of Agromedicine” 2020, Vol. 25(1), DOI:10.1080/1059924x.2019.165920243.
- Torske M.O., Hilt B., Bjørngaard J.H. et al., *Disability pension and symptoms of anxiety and depression: A prospective comparison of farmers and other occupational groups: The HUNT study, Norway*, „BMJ Open” 2015, Vol. 5(11), DOI:10.1136/bmjopen-2015-009114.
- Torske M.O., Hilt B., Glasscock D. et al., *Anxiety and depression symptoms among farmers: The HUNT study, Norway*, „Journal of Agromedicine” 2016, Vol. 21(1), DOI:10.1080/1059924x.2015.1106375.
- Wallis A., Dollard M.F., *Local and global factors in work stress: The Australian dairy farming exemplar*, „Scandinavian Journal of Work Environment & Health” 2008, Retrieved from <Go to ISI>://WOS:000259091900009.

- Watanabe-Galloway S., Chasek C., Yoder A.M. et al.**, *Substance use disorders in the farming population: Scoping review*, „Journal of Rural Health” 2022, Vol. 38(1), DOI:10.1111/jrh.12575.
- Vayro C., Brownlow C., Ireland M. et al.**, „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, Vol. 60(1), DOI:10.1111/soru.12274.
- Vayro C., Brownlow C., Ireland M. et al.**, „Don't... break down on Tuesday because the mental health services are only in town on Thursday”: A qualitative study of service provision related barriers to, and facilitators of farmers' mental health help-seeking, „Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research” 2021, Vol. 48(3).
- Witt C.D., Reed D.B., Rayens M.K. et al.**, *Predictors of job satisfaction in female farmers aged 50 and over: Implications for occupational health nurses*, „Workplace Health and Safety” 2020, Vol. 68(11), DOI:10.1177/2165079920931895.

otrzymano: 12.11.2024
zaakceptowano: 26.11.2024

