# FACHTEIL

Wo ein Wille ist, ist auch ein Weg

## Hilfe, ich stecke in einem Hamsterrad fest

**Der erste Schritt aus dem Hamsterrad ist die Erkenntnis, in einem solchen zu stecken. Der Ausstieg kann nur über Veränderungen auf unbekannten Wegen erfolgen. Es empfiehlt sich, dafür eine Begleitperson hinzuzuziehen.**

Tatjana Bohl, Strickhof

*Grundvoraussetzung für den Ausstieg aus dem Hamsterrad ist der Wille zur Veränderung. Bild: Adobe Stock*

Das Wetter ist ideal für den nächsten Grasschnitt. Zugleich sollte der Mais gehäckselt werden. Nicht zu vergessen ist, dass das Jungvieh schon bald von der Alpung zurückkommt. Bis dahin ist der Weidezaun zu erstellen. Für das kommende Wochenende steht insbesondere die Chorreise an. Und ich bin noch nicht mal fertig mit der heutigen Stallarbeit! Die Zeit läuft davon, der Tag hat zu wenige Stunden und das gilt für die Tätigkeiten im Herbst sowie auch für diejenigen in allen anderen Jahreszeiten.

### Keine Karriereleiter, sondern ein Hamsterrad

Geht das nur mir so? Ich finde, ich arbeite hart, strenge mich an, strample und kämpfe – letztlich trete ich aber an Ort und Stelle. Leistungen und Anstrengungen bringen mich nicht weiter. Es scheint mir, als ob ich mich im Kreis drehe oder eben in einem Hamsterrad.

Ich erledige die eine Sache und schon steht die nächste Sache an, wozu die Zeit nicht vorhanden ist. Mit jeder erledigten Tätigkeit hoffe ich, meinem Ziel stetig einen Schritt näherzukommen. Dies geschieht aber leider nicht. Im Gegenteil, ich habe sogar eher das Gefühl, je mehr ich gebe, desto schneller beginnt sich das «Rad» zu drehen.

Die Problematik eines Hamsterrades ist, dass es von innen wie eine Karriereleiter aussieht, das Ziel jedoch immer unerreichbar bleibt. Betroffene merken erst zu spät, dass es nie bergauf geht. Mehr und mehr kommt ein Gefühl von Sinnlosigkeit und ergebnisloser Bemühung auf. Hinzu gesellen sich meist Unzufriedenheit und Frust.

### Raus aus der Komfortzone

Sobald eine Entwicklung oder eine Veränderung angegangen werden soll, hat sich der Mensch mit seinen persönlichen Zielen, Erwartungen und Werten auseinanderzusetzen. Im Zuge von Veränderungen sind unbekannte Wege zu gehen, was bedeutet, dass man sich aus der heimeligen Komfortzone bewegen und Neuland begehen muss.

### Wille zur Veränderung

Die Grundvoraussetzung für einen Ausstieg aus dem Hamsterrad ist schlicht der Wille zur Veränderung. Ein Ausstieg soll nicht überstürzt geschehen. Für einen langanhaltenden und erfolgreichen Ausstieg ist eine systematische Aufarbeitung der Ausgangslage mit realistischer Zielsetzung notwendig. Dabei kann eine Beratungsfachkraft mit ihrer unabhängigen Sicht von aussen den Prozess positiv beeinflussen.

### Möglicher Beratungsablauf

Mittels gezielter Gesprächsführung und individueller Prozessbegleitung durch die Beratungsfachkraft kann gemeinsam mit den Parteien schrittweise ein betriebsspezifischer Lösungsweg erarbeitet werden. Ausgegangen von einer Auslegeordnung und einer fundierten Situationsanalyse werden die bestehenden Herausforderungen eruiert und davon individuelle Zielsetzungen erarbeitet. Bekanntlich gibt es nicht DEN Lösungsweg und DAS Vorgehen. Jeder einzelne Betrieb hat sich mit seinen Voraussetzungen auseinander zu setzen und hat in seinem Tempo seine eigene passende Vorgehensweise zu erarbeiten.

### Stamm Betriebsführung – Austausch unter Gleichgesinnten

Um den Austausch und das Netzwerk zwischen Betriebsleitenden zu fördern und Themen wie das obige unter Gleichgesinnten zu diskutieren, ruft der Strickhof den «Stamm Betriebsführung» ins Leben. Im Rahmen des Gründungstreffens vom Dienstag, 29. Oktober 2024, wird das Jahresprogramm mit gewünschten Themen, Tätigkeiten und allfälligen Referenten festgelegt. Geplant sind 3 bis 4 Treffen pro Jahr.

Betriebsleitende können sich im Rahmen vom Stamm mit Berufskolleginnen und Berufskollegen zu selbstbestimmten Themen und Inhalten austauschen. Informationen sowie die Anmeldung zum Stamm Betriebsführung finden Sie via untenstehenden QR-Code oder auf strickhof.ch/publikationen/stamm-betriebsfuehrung.

Wir sind der Überzeugung, dass Lösungswege nur individuell und persönlich gefunden werden können. Wegweiser dazu können aber vor allem im Austausch mit BerufskollegInnen erkannt und diskutiert werden.

**Strickhof, Bereich Betriebsentwicklung**
**tatjana.bohl@strickhof.ch**
**Telefon 058 105 87 03**
**www.strickhof.ch**

*Details und Anmeldung zum Stamm Betriebsführung* ***strickhof.ch/publikationen/stamm-betriebsfuehrung***

*Ich strenge mich an und kämpfe, trete jedoch an Ort und Stelle. Bild: Adobe Stock*

Interview zum Fachteil

## «Das Dilemma ist vielerorts, eine Balance zu finden»

*Stefan Moser vom Aufbruchteam BE ist Landwirt und Coach. Bild: zVg*

**Wofür steht Betriebsentwicklung aus Ihrer Sicht?**
Mit einer Umstrukturierung des Betriebes besteht die Möglichkeit, aus dem Hamsterrad austreten zu können. Denn raus aus dem Hamsterrad kommt man dann, wenn man aktiv etwas an der heutigen Situation ändert. Ohne Veränderung bleibt alles beim Alten, wobei Frust und Unzufriedenheit unverändert bestehen bleiben. Der Mensch ist dabei der wichtigste Faktor. Ist der Betriebsleiter gewillt, neue Wege zu gehen, so können Veränderungen angegangen und neue Ziele angestrebt werden.

**Welche Chancen ergeben sich aus Ihrer Sicht im Zuge einer Betriebsentwicklungsberatung für einen Betriebsleitenden?**
Eine Betriebsentwicklungsberatung ermöglicht das Aufdecken von blinden Flecken. Ganz wesentlich dabei ist, dass ein Berater/ein Coach immer auch hervorheben kann, dass bereits viel Gutes gemacht wird. Gemeinsam kann sodann die Ursache für das ewige Drehen im Hamsterrad eruiert werden. Mit der Sicht von aussen, können neue Perspektiven und Ansätze aufgezeigt werden. Bei unserer Art der Beratung geht es stets darum, den Weg des Kunden zu suchen. Denn nur derjenige Weg, der vom Kunden selbst gewählt wird, kann für diesen zum Ziel führen.

**Wo sehen Sie Schwierigkeiten auf den heutigen landwirtschaftlichen Betrieben?**
Das Dilemma ist heute vielerorts, die Balance zwischen Familie, Betrieb und Freizeit zu finden. Der Betrieb nimmt einen derart grossen Stellenwert ein, dass die Familie und zuletzt die Freizeit schlicht zu kurz kommen. Hinzu kommen neuste agrarpolitische Veränderungen, wie die Beitragsentwicklung, die Verschiebung der Tierwohlbeiträge, der grüne Teppich, … , welche die Betriebsführung sicher nicht einfacher machen.

**Wie lange dauert es, bis ein Erfolg von einer vorgenommenen Veränderung (Austritt aus Hamsterrad) verzeichnet werden kann?**
Schwierig, darauf gibt es keine einfache Antwort. Je nach Situation und Persönlichkeit ist das sehr unterschiedlich. Man kann aber sagen, dass man eine Tat/eine Veränderung 27-mal wiederholen muss, bis sie schliesslich für den Alltag gefestigt ist und langfristig zur Gewohnheit werden kann. Bei der Hofübergabe sieht es anders aus. Beim Hofübergabeprozess ist diese Regel nicht anwendbar. Dieser Prozess kann vom ersten Gedanken an bis nach der abgeschlossenen Hofübergabe 10–15 Jahre dauern, bis schliesslich alles losgelassen werden kann!

**Was können Sie einem Betriebsleitenden für die Zukunft mit auf den Weg geben?**
Kleine Schritte gehen und deren Erfolg feiern. Nicht direkt das Hamsterrad aufhalten wollen und zudem nur Sachen verändern wollen, die ich bewältigen kann.

**Kommentar der Woche**

## «Äpfel aus Chile haben eine schlechtere Klimabilanz»

Simon Räss, Benken

Gegen Ende der heimischen Obstsaison im Frühjahr/Sommer zirkuliert oft die spannende Theorie, dass Äpfel aus Chile oder Neuseeland klimafreundlicher sein könnten als regionale Früchte aus dem Lager. Diese Annahme kursiert oft nicht nur in den Medien, sondern hat auch zahlreiche Studien auf den Plan gerufen. Doch die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse haben diese Annahme kräftig auf den Kopf gestellt.

Interessanterweise verursacht ein Apfel beim Wachsen kein schädliches Klimagas; im Gegenteil, der Obstbaum nimmt sogar $CO_2$ aus der Atmosphäre auf. Der wahre Umweltimpact zeigt sich jedoch erst, wenn der Apfel den Verbraucher erreicht. Der Transportweg, die Produktion und die Lagerung spielen eine entscheidende Rolle für die Klimabilanz.

Durch die Kombination dieser Faktoren lässt sich dann berechnen, wie umweltfreundlich ein Apfel tatsächlich ist.

Experten des WWF sind der Meinung, dass hiesige Äpfel nicht pauschal klimafreundlicher sind als zum Beispiel Äpfel aus Neuseeland. Um genaue Daten zum $CO_2$-Fussabdruck für einen Apfel zu erhalten, hat die deutsche Obstregion Bodensee kürzlich eine Studie beim Institut für Energie- und Umweltforschung Heidelberg GmbH (ifeu) in Auftrag gegeben. In die Analyse sind alle Prozesse der Apfelproduktion, vom Anbau bis hin zur Lagerung, eingegangen.

Diese Studie zu Äpfeln von der deutschen Bodenseeregion oder beispielsweise auch eine Studie vom Schweizer Forschungsinstitut für biologischen Landbau (FiBL), welche im Auftrag von Greenpeace erstellt wurde, kommen zum Schluss: Äpfel, die aus Chile per Schiff und LKW importiert werden, haben im Vergleich zu heimischen Früchten einen dreimal höheren $CO_2$-Fussabdruck.

Die Studien konstatieren, dass Äpfel aus Chile aufgrund der Transportsituation immer eine schlechtere Klimabilanz aufweisen als regional erzeugte Äpfel – und das selbst dann, wenn die einheimischen neun Monate im Kühllager gelagert werden.

Die Antwort liegt also auf der Hand: Saisonales Obst, lokal produziert, ist nicht nur Bestandteil einer gesunden und ausgewogenen Ernährung, sondern es ist auch noch aktiver Klimaschutz!

ist gelesen