

Programme soins verts agricoles

MESURE D'IMPACT

RAPPORT D'AVANCEMENT - MARS 2024

Jarne Heylen, Laurène Thil &
Dries Van Herreweghe



KU LEUVEN

HIVA

INSTITUT DE RECHERCHE SUR
LE TRAVAIL ET LA SOCIÉTÉ

PROGRAMME SOINS VERTS AGRICOLES - **Mesure d'impact**

Rapport d'avancement - Mars 2024

Jarne Heylen, Laurène Thil & Dries Van Herreweghe

Publié par
KU Leuven
HIVA - INSTITUT DE RECHERCHE SUR LE TRAVAIL ET LA SOCIÉTÉ
Parkstraat 47 bte 5300, 3000 LEUVEN, Belgique
hiva@kuleuven.be
<http://hiva.kuleuven.be>

2024 HIVA-KU Leuven

Aucune partie de cette publication ne peut être reproduite ni rendue publique au moyen d'une impression, d'une photocopie, d'un microfilm ou par tout autre procédé sans l'accord écrit préalable de l'éditeur.

Table des matières

Liste des figures	5
1 Le projet	7
1.1 Contexte et objectifs	7
1.2 Définitions des principaux concepts	8
1.3 L'équipe des chercheurs et chercheuses de HIVA	10
2 L'étude de mesure d'impact	11
2.1 Le travail réalisé en 2023 et début 2024	11
2.2 Les prochaines étapes en 2024	12
3 Cadre théorique	13
3.1 Les « soins verts »	13
3.2 Impact sur la santé et le bien-être	13
3.3 Cadre théorique de la mesure de l'impact	14
4 Résultats	17
4.1 Le contexte vert	17
4.2 Distinction d'avec une promenade dans le parc	18
4.3 Différence et complémentarité avec l'assistance professionnelle	19
4.4 Avantages latents du travail dans les fermes d'accueil	20
4.5 Satisfaction des besoins fondamentaux : autonomie, appartenance et compétence	21
4.6 Motivation	22
4.7 Santé mentale	23
4.8 Possibilités de réintégration sur le marché du travail	23
Références	25

Liste des figures

Figure 3.1	Cartographie de l'influence de la nature - la nature comme thérapie de soins	13
Figure 3.2	Cadre théorique de l'étude de la mesure d'impact	14

1 | Le projet

1.1 Contexte et objectifs

L'agriculture sociale, ou les *zorg boerderijen* flamandes dont les pratiques sont diversifiées du point de vue des parcours individuels proposés aux bénéficiaires, visent actuellement un large public en Belgique, selon les régions et les finalités des structures accompagnantes qui organisent la mise en œuvre des accueils : personnes en situation de handicap, institutions psychiatriques, décrochage scolaire et aide à la jeunesse, etc. L'agriculture sociale regroupe une pluralité d'initiatives qui soutiennent des dynamiques d'entraide au sein d'entreprises agricoles et avec celles-ci. Elles sont particulièrement destinées à des personnes que la vie a amenées à fréquenter des institutions sociales ou de santé, même si certains projets ouvrent les portes des fermes plus largement¹. Il s'agit toujours de proposer des activités dans des exploitations agricoles et d'accompagner les personnes dans celles-ci. Il s'agit de leur donner l'occasion de contact avec le travail, avec la nature (les animaux, les plantes) et avec des personnes. La participation aux travaux de la ferme est une constante : il ne s'agit donc pas simplement de visites « pédagogiques ». D'après Marc Mormont, cette dimension du travail semble se situer par rapport à deux tendances potentielles qui sont refusées de la même façon : il ne s'agit ni d'insertion professionnelle qui ferait peser sur les accueilli-es une exigence de formation, ni de thérapie qui ferait porter aux accueillant-es une exigence « médicale ». Certes les activités de la ferme ont une valeur thérapeutique, mais ce qui est visé c'est plutôt une reconnexion qui passe à la fois par une relation aux humains et une relation aux choses en l'occurrence des « vivants ». L'absence d'exigence tant de formation/insertion que de thérapie semble avoir l'avantage d'en même temps inscrire la personne dans un contexte de vie réelle et d'activités ordinaires². La dimension de « soins verts » de l'agriculture sociale apparaît quand le dispositif est pris dans son ensemble, du prescripteur éventuel jusqu'à la ferme, en incluant l'institution sociale ou de santé qui accompagne éventuellement la personne bénéficiaire et l'agriculteur·ice accueillant·e.

NB Les personnes en situation d'incapacité de travail, notamment à la suite d'un burn-out, sont jusqu'à présent assez peu représentées dans les fermes pratiquant l'agriculture sociale. Elles peuvent néanmoins déjà être dirigées par un·e médecin ou un·e psychiatre vers certains projets, ou choisir de leur propre initiative de participer à diverses activités dans une ferme accueillante lors de sessions plus ou moins fréquentes.

Par ailleurs, les activités varient en fonction du type de ferme, fluctuant selon les saisons et les capacités des bénéficiaires. Cela englobe l'aide dans le potager, les soins aux animaux, l'entretien des espaces agricoles, l'apprentissage de l'utilisation d'outils et des techniques de culture, etc. Ces activités peuvent offrir aux bénéficiaires divers avantages, tels que le rétablissement d'une routine et d'un rythme de travail, le renouveau des liens sociaux avec les agriculteurs·ices et les autres bénéficiaires, le sentiment d'utilité, ainsi que la perspective de prendre du recul en se reconnectant à la nature et en travaillant en plein air.

1 Source : <https://nosoignons.org/wp-content/uploads/2023/10/Manifeste-Agriculture-Sociale-20230725.pdf>.

2 <https://nosoignons.org/wp-content/uploads/2023/07/Annexe-Manifeste-230714.pdf>

Le projet « soins verts – groene zorg », initié par la Fondation Terre de Vie, vise à évaluer et quantifier plus spécifiquement le potentiel de l'agriculture sociale pour améliorer le bien-être des personnes en incapacité de travail en raison de troubles de santé mentale, en particulier de burn-out et/ou dépression. Le programme présente deux spécificités par rapport aux pratiques déjà existantes : d'une part il se centre sur ce public qui pour l'instant est peu présent dans les fermes actives en agriculture sociale ; d'autre part il propose à ce public d'accéder aux fermes sur base de la prescription de l'activité par un médecin, qui l'intégrera dans son offre de soins³.

Ce projet repose sur trois piliers distincts :

- **un projet pilote** adoptant la forme d'un dispositif expérimental intitulé « soins verts agricoles ». L'objectif est de s'appuyer sur les structures préexistantes de l'agriculture sociale afin de créer un protocole spécifique pour les individus en incapacité de travail en raison d'un épuisement professionnel. Il vise à accueillir ces personnes dans des fermes, sous la supervision d'un-e médecin, afin qu'elles puissent amorcer un processus de rétablissement au contact de la nature ;
- **une étude de mesure d'impact** visant à évaluer et quantifier le potentiel des « soins verts agricoles » ;
- **une initiative de communication publique et de sensibilisation**, cherchant à attirer l'attention des autorités publiques sur le potentiel de ces programmes. Cette démarche vise à susciter un dialogue entre différentes parties prenantes telles que les décideurs et décideuses politiques, les institutions fédérales, les universités, les médecins, dans le but de stimuler la réflexion sur le modèle des soins verts et d'accroître sa visibilité.

L'équipe de recherche d'HIVA est chargée de l'étude de mesure d'impact, en récoltant des données via des entretiens qualitatifs et quantitatifs (à partir de 2024) et des focus groupes⁴. Ce présent document présente donc les tâches et activités effectuées pour cette étude de mesure d'impact, en 2023 et début 2024.

1.2 Définitions des principaux concepts

- **Agriculture sociale** : il existe différentes définitions de ce concept, nous reprenons celle utilisée dans le manifeste pour la mise en place de “Dispositifs d'agriculture sociale” (DiAS) en Wallonie, à savoir :
« une pluralité d'initiatives qui soutiennent des dynamiques d'entraide au sein d'entreprises agricoles et avec celles-ci. Les activités d'agriculture sociale sont destinées – non exclusivement – à des personnes que la vie a amenées à fréquenter des institutions sociales ou de santé. L'agriculture sociale permet simultanément à ces personnes et aux entreprises agricoles partenaires d'améliorer leurs quotidiens. »⁵
- **La triangulation au cœur de l'agriculture sociale** : la mise en place d'activités d'agriculture sociale est le fruit d'une collaboration entre au moins trois parties prenantes :
 - L'accueillant·e : un agriculteur ou une agricultrice qui souhaite(nt) ouvrir ponctuellement ou régulièrement son cadre de vie et de travail à des personnes

3 Pour plus d'information, voir le Memorandum pour une reconnaissance des bienfaits des Soins Verts en Belgique : <https://soinsverts-groenezorg.notion.site/Memorandum-Pour-une-reconnaissance-des-bienfaits-des-Soins-Verts-en-Belgique-a0604e1f72024d50b6fee89bf4b98777>

4 Il est intéressant de noter que mesurer l'impact de l'agriculture sociale peut se faire sous de nombreux angles, voir par exemple ce rapport d'EU CAP Network, du focus group « Social farming and innovations » : « Measuring impacts of social farming at the farm on farmers and local community » (<https://eu-cap-network.ec.europa.eu/sites/default/files/2023-11/mp3-fg48-social-farming.pdf>)

5 <https://nosoignons.org/wp-content/uploads/2023/10/Manifeste-Agriculture-Sociale-20230725.pdf>

extérieures dans le but de soutenir une dynamique de mieux-être, avec une idée plus ou moins précise des activités qui seront concernées – y compris pour l'accueillant·e lui/elle-même ;

- L'accueilli·e : une (ou plusieurs) personne(s) ayant formulé le souhait d'être en contact avec le quotidien de la ferme, avec la nature, les animaux, en soutien à l'agriculteur·rice. Il s'agit prioritairement (mais pas seulement) de personnes que la vie a amenées à fréquenter des institutions sociales ou de santé ;
- Une structure accompagnante active sur un territoire donné, représenté par un·e accompagnateur·rice social·e qui accompagne l'expérience et garantit la mise en œuvre des « Balises minimales »⁶, en collaboration avec les intervenant·e·s de première ligne le cas échéant.

Les modalités de collaboration entre ces différentes parties sont formalisées via des conventions, chartes et autres propositions faites par les structures accompagnantes. Ces dernières sont alors les garantes de la mise en œuvre des activités tant administrativement qu'humainement.

- **Soins verts** (ou *Natural Assisted Therapy – NAT* en anglais) :

Le concept est relativement récent dans la littérature scientifique⁷. D'après Annerstedt & Währborg (2011), « les NAT désignent une intervention ayant pour but de traiter, de guérir et/ou de rééduquer des patients présentant une maladie ou un état de santé délétère, avec le principe thérapeutique fondamental que la thérapie fait appel aux plantes, aux matériaux naturels, et/ou à l'environnement extérieur ».

Selon Sempik, Hine, & Wilcox (2010), qui pose le premier cadre conceptuel scientifiquement élaboré du « *green care* » (voir également section 3 de ce rapport), il existe 6 critères distinctifs pour qu'une activité relève des « soins verts » :

1. Maintenir, promouvoir, dispenser des soins en vue de l'amélioration des résultats de santé.
2. Promotion de la réadaptation sociale.
3. Intra-extra muros : des interventions «soin vert» peuvent être dispensées à l'intérieur des hôpitaux, des maisons de retraite, des fermes, des prisons, des lieux de travail, etc.
4. Des professionnel·les formé·es doivent évaluer les interventions socio-sanitaires.
5. Le·a participant·e doit être intéressé·e (participation, motivation, plaisir).
6. Les différences culturelles entre traditions socio-sanitaires sont reconnues

L'accent est donc mis sur le soin et l'accompagnement par des professionnel·les. Ce concept englobe des pratiques très diverses, qui ne se limitent pas à l'agriculture.

- **« Soins verts » du « Programme Soins verts » et public-cible :**

Le programme « soins verts », dont cette étude d'impact fait partie, vise donc des pratiques et un public plus restreints que l'agriculture sociale et que les « soins verts » définis précédemment.

Dans cette étude, les programmes de « soins verts » se concentrent sur :

- Des interventions en entreprises agricoles ;

⁶ Dans le cadre d'une activité individuelle, les 10 actions minimales sont les suivantes : 1) Rencontre d'information et d'analyse de la demande ; 2) Mise en lien ; 3) Rencontre accueillant·e-accueilli·e ; 04) Formalisation entre les parties ; 5) Mise en place de l'activité ; 6) Suivi de l'activité ; 7) Clôture de l'activité ; 8) Soutien à l'accueillant·e ; 9) Prospection de partenaires agricoles et 10) Diffusion de l'offre de service et collaboration. Pour plus d'informations, voir <https://nosoignons.org/wp-content/uploads/2023/10/Manifeste-Agriculture-Sociale-20230725.pdf>

⁷ Pour plus d'informations sur le développement des soins verts dans les pays européens de l'ouest, voir Haubenhofner *et al.* (2010).

- La présence de professionnel-les formé-es pour évaluer les interventions socio-sanitaires. Il est important de noter que ce n'est pas toujours le cas dans les projets d'agriculture sociale actuels, mais de tels cas sont systématiquement visés dans ce programme ;
- Un public-cible spécifique : « des personnes en incapacité de travail de longue durée en raison de troubles de santé mentale légers à modérés. ». Plus particulièrement, deux situations sont privilégiées pour sélectionner les personnes incluses: 1) ces troubles sont survenus dans le cadre d'un contrat de travail ou ont empêché la poursuite de ce dernier, 2) la reprise d'un travail (contrat ordinaire, adapté ou volontaire) est un enjeu explicite pour la personne. Les personnes sélectionnées présentent l'une des deux, ou les deux situations.

Au final, c'est bien le dispositif dans son ensemble : du prescripteur jusqu'à la ferme accueillante qui peut être considéré comme un « soin vert ».

1.3 L'équipe des chercheurs et chercheuses de HIVA

De juillet à septembre 2023 : Mikkel Barslund (économiste), Anne Guisset (politiste), Karolien Lenaerts (économiste), Laurène Thil (économiste), Dries Van Herreweghe (sociologue) et Steven Vanmarcke (psychologue).

Depuis septembre 2023 : Mikkel Barslund (économiste), Anne Guisset (politiste), Jarne Heylen (psychologue), Karolien Lenaerts (économiste), Laurène Thil (économiste) et Dries Van Herreweghe (sociologue).

2 | L'étude de mesure d'impact

2.1 Le travail réalisé en 2023 et début 2024

Le 12 juillet 2023, l'équipe de HIVA, composée de Steven Vanmarcke, Dries Van Herreweghe et Laurène Thil, s'est rendue à Bruxelles afin de rencontrer l'équipe de Telos Impact ainsi que Samuel Hubaux de Nos Oignons, pour se présenter et s'accorder sur les étapes à venir concernant l'étude de la mesure d'impact.

En août, 2023 le cadre théorique a été défini et validé mi-septembre (voir la section suivante pour plus de détails sur le cadre théorique). Une présentation PowerPoint a été préparée à cet effet.

En août et en septembre 2023, trois guides d'entretiens qualitatifs ont été développés (pour les participant-es, les agriculteurs et agricultrices et pour les professionnel-les dans le domaine social et de la santé) et validés pour les différents partenaires.

Entre début novembre 2023 et mi-janvier 2024, l'équipe de HIVA a effectué 10 entretiens qualitatifs, 5 en français et 5 en flamand. Les entretiens francophones comprennent 3 entretiens avec des participant-es, un entretien avec une médecin et un agriculteur. Les entretiens néerlandophones comprennent 3 participant-es et un agriculteur et une agricultrice. La diversité des profils interrogés permet une plus grande richesse des témoignages et une complémentarité des points de vue.

Le 30 novembre 2023, Jarne Heylen, Laurène Thil et Dries Van Herreweghe ont présenté les premiers résultats des entretiens qualitatifs lors du Comité d'Expert-es en ligne.

Le 5 décembre 2023 a eu lieu le focus groupe francophone. En effet, si au départ un seul focus groupe était prévu, il a finalement été décidé d'organiser deux focus groupes, un francophone et un néerlandophone afin de faciliter les échanges. La réunion francophone a donc eu lieu dans les locaux de HIVA, à Louvain, et a rassemblé 6 participant-es aux profils variés : une étudiante ayant travaillé sur l'intégration sociale grâce à l'agriculture sociale, une agricultrice et un agriculteur d'une ferme accueillante, un professeur des universités, sociologue et ayant déjà travaillé sur les programmes de soins verts en Belgique, un docteur en psychiatrie qui accompagne des patient-es suivant les programmes de soins verts, et une infirmière et chercheuse qui a travaillé sur ces questions.

Le 20 décembre Jarne Heylen a participé à un deuxième Comité d'Expert-es et échanger sur le recrutement des médecins généralistes en 2024 et la bonne façon de renforcer la recherche qualitative. En outre, Jarne a donné un aperçu de la situation actuelle de recherche qualitative.

Le 8 janvier 2024 a eu lieu le focus groupe néerlandophone. La réunion a eu lieu en ligne, et a rassemblé 6 participant-es aux profils variés : une agricultrice d'une ferme d'accueil et responsable d'une ASBL pour les personnes en burn-out, un thérapeute et kinésithérapeute qui offre des thérapies dans la nature, un conseiller de Soins Verts, un employé de Ferm qui fait le lien entre les participants aux soins verts agricoles et les exploitations agricoles, le coordinateur de Nos Oignons et le coordinateur de Soins Vert.

Depuis septembre 2023, l'équipe de HIVA a également travaillé en parallèle sur le questionnaire quantitatif et l'identification des indicateurs d'impact.

Enfin, entre septembre et décembre 2023, des rencontres en ligne quasi hebdomadaires ont eu lieu entre Laurène Thil et Samuel Hubaux afin d'échanger sur les derniers développements et organiser les entretiens et les focus groupes.

2.2 Les prochaines étapes en 2024

Mi-février 2024, la première version du questionnaire quantitatif comprenant les indicateurs d'impact sera envoyée à Samuel Hubaux et au Comité d'Expert-es pour recevoir des retours et commentaires avant validation.

En mars 2024 le questionnaire sera validé et sera programmé en ligne.

Entre avril et fin juin 2024 le questionnaire quantitatif en ligne sera distribué à minimum 30 participant-es (l'objectif étant d'atteindre 60 participant-es au total). L'objectif, lorsque cela est possible, est de faire remplir ce questionnaire 4 fois par chaque participant-e (à l'entrée dans le programme, après 3, 6 et 9 mois) afin de pouvoir analyser l'évolution des réponses, notamment en termes de bien-être. Si le ou la participant-e quitte prématurément le projet, le questionnaire sera alors distribué une dernière fois, en prêtant particulièrement attention aux raisons pour lesquelles il ou elle quitte le projet.

Entre septembre et novembre 2024, 5 entretiens qualitatifs de participant-es ayant rejoints le programme de soins verts à partir de janvier 2024 seront effectués. De plus un autre focus groupe aura lieu, dont le format et le profil des participant-es restent à déterminer.

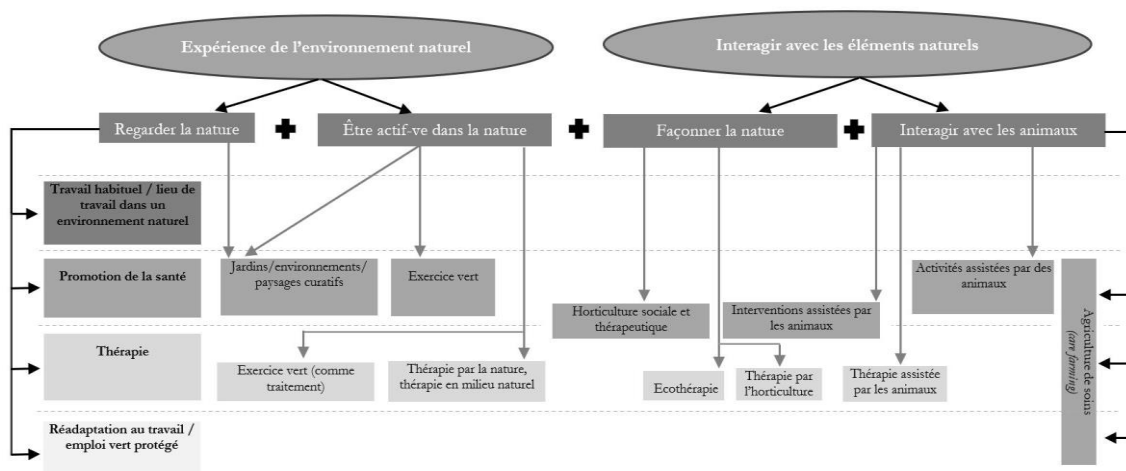
En décembre 2024, un deuxième rapport d'avancement comprendra les résultats des questionnaires quantitatifs et qualitatifs, ainsi que du focus groupe.

3 | Cadre théorique

3.1 Les « soins verts »

A partir des concepts définis dans la section 1, nous présentons cette cartographie de l'influence de la nature (d'après Sempik *et al.*, 2010).

Figure 3.1 Cartographie de l'influence de la nature - la nature comme thérapie de soins



Source (Sempik *et al.*, 2010)

Les soins verts sont axés sur l'expérience et l'interaction avec la nature et utilisent tous les aspects de la nature en tant que soins, à savoir regarder la nature, être actif ou active dans la nature, façonner la nature et interagir avec les animaux. L'agriculture sociale utilise ces aspects pour la promotion de la santé, la thérapie et la réadaptation au travail/l'emploi vert protégé (Sempik *et al.*, 2010).

Les fermes de soins sont des entreprises où l'agriculture et les soins de santé sont combinés pour fournir des traitements, des soins et une promotion de la santé dans un environnement naturel. Elles sont ouvertes aux personnes qui ont besoin d'un lieu de travail plus proche de la nature. Les fermes de soins se concentrent sur différents groupes de bénéficiaires ayant des besoins spécifiques (amélioration des problèmes mentaux, traitement des difficultés d'apprentissage/physiques, réadaptation au travail, ...). Elles organisent un ensemble varié d'activités agricoles individuelles et/ou collectives dans la nature (Elings, 2012).

3.2 Impact sur la santé et le bien-être

L'ensemble diversifié des activités agricoles offre des gains potentiels en termes physiologiques, psychologiques et cognitifs (Bherer, 2021). Les objectifs de la participation à l'agriculture sociale dépendent des besoins des bénéficiaires.

Premièrement, les gains physiologiques sont les effets positifs des soins écologiques sur la santé et le fonctionnement physiques (Bherer, 2021). Ces gains comprennent la réduction des niveaux de

cortisol (indicateur de stress), de la fréquence cardiaque et de la pression artérielle, ainsi que de l'activité nerveuse sympathique (Antonelli *et al.*, 2019 ; Ideno *et al.*, 2017).

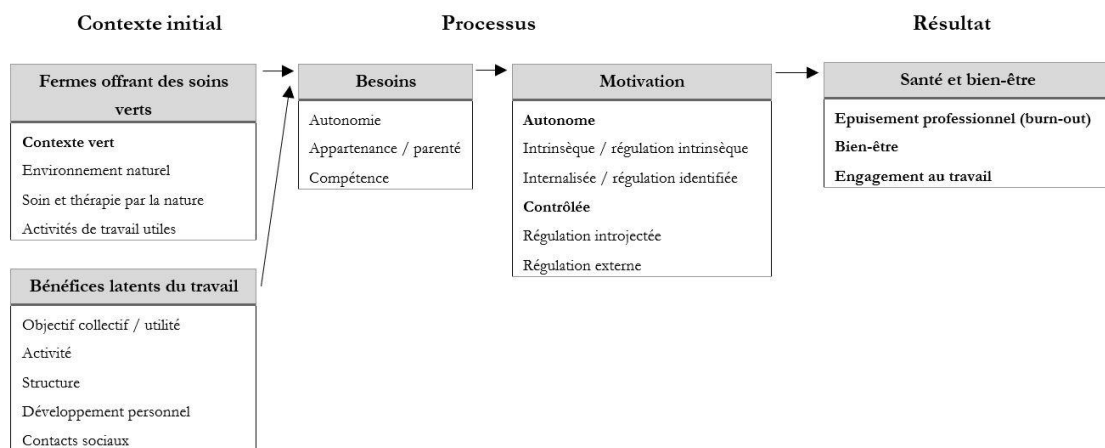
Deuxièmement, les gains psychologiques sont les effets positifs des soins verts sur le bien-être mental et le comportement (Bherer, 2021). Ces gains comprennent la réduction de l'anxiété, des sentiments dépressifs et négatifs, et de la colère. En outre, les soins verts améliorent l'humeur, la vitalité, la confiance en soi et l'épanouissement personnel (Kotera *et al.*, 2022 ; Nisbet *et al.*, 2011 ; Park *et al.*, 2011 ; Shanahan *et al.*, 2016).

Enfin, les gains cognitifs sont les effets positifs des soins verts sur la capacité et le fonctionnement cognitifs (Bherer, 2021). Ces gains comprennent la réduction de la fatigue mentale et de la confusion. En outre, les soins verts améliorent la concentration et la vigueur de l'attention (Park *et al.*, 2011 ; Stenfors *et al.*, 2019 ; Stevenson *et al.*, 2018).

3.3 Cadre théorique de la mesure de l'impact

Pour évaluer l'impact potentiel des soins verts dans les fermes d'accueil en Belgique sur les personnes qui se retirent à long terme du marché du travail en raison d'un épuisement professionnel, la théorie de l'autodétermination (TAD) est utilisée comme cadre théorique.

Figure 3.2 Cadre théorique de l'étude de la mesure d'impact



La théorie de l'autodétermination (TAD) est une macro-théorie de la motivation humaine qui a été appliquée avec succès dans divers domaines de la vie, y compris le travail (Deci *et al.*, 2017). La TAD postule que les êtres humains sont naturellement orientés vers la croissance psychologique, l'intériorisation et le bien-être, et qu'ils agissent - et sont agis - sur leur environnement intérieur et extérieur (Deci & Ryan, 2000b ; Van den Broeck *et al.*, 2016).

- Selon la TAD, l'épanouissement personnel se manifeste généralement par une motivation intrinsèque. La motivation intrinsèque signifie que les personnes adoptent un comportement pour l'intérêt et la satisfaction inhérents à ce comportement lui-même (Deci & Ryan, 2000b).
- L'aspect de l'internalisation implique le processus par lequel les individus intègrent naturellement les valeurs externes et les motifs de comportement. Ils et elles les transforment à leur tour en valeurs et motivations approuvées personnellement (Deci & Ryan, 2000a).
- Dans ce rapport, le bien-être est mesuré par des questions sur l'épuisement professionnel et l'engagement au travail.

Selon la TAD, chaque être humain a trois besoins fondamentaux : le besoin d'autonomie, le besoin d'appartenance/de relation et le besoin de compétence. La satisfaction de ces besoins fondamentaux est essentielle pour un fonctionnement humain optimal - croissance personnelle, intériorisation et bien-être - dans divers domaines de la vie, par exemple la performance et le bien-être des employé-es (Van den Broeck *et al.*, 2016).

- L'autonomie consiste à agir avec un sentiment de choix et de volition. Il s'agit également d'être capable d'auto-organiser son travail et son comportement tout en se sentant psychologiquement libre. (Deci & Ryan, 2000b ; Van den Broeck *et al.*, 2016).
- L'appartenance/la parenté renvoie au sentiment d'être lié-e aux autres - d'aimer et d'être aimé, de prendre soin et d'être pris en charge. (Deci & Ryan, 2000b).
- La compétence renvoie à un sentiment de maîtrise et d'efficacité, ainsi qu'à l'utilisation et au développement de compétences (Van den Broeck *et al.*, 2016).

Cette satisfaction peut être motivée par les avantages latents du travail (Jahoda, 1981). Selon la théorie de la privation latente de Jahoda (1981), le travail comporte deux types d'avantages : les avantages manifestes et les avantages latents. Les bénéfiques manifestes sont apparents et comprennent, par exemple, la compensation financière. Les avantages latents sont cachés et englobent l'utilité collective, l'activité, la structure, l'épanouissement personnel et les contacts sociaux. Lorsque l'on devient chômeur-se, la perte des avantages manifestes frappe d'abord (par exemple, une réduction du revenu). Cependant, après un certain temps, la perte des avantages latents commence à se faire sentir, ce qui est supposé être psychologiquement destructeur (Jahoda, 1981).

En outre, la TAD suggère que la performance et le bien-être des employé-es sont tous deux influencés par le type de motivation des employé-es dans leur travail (Van den Broeck *et al.*, 2016). La TAD différencie donc les types de motivation, qui ont à leur tour des effets différents sur les performances et le bien-être des employé-es (Deci *et al.*, 2017). En général, les personnes motivées par l'autonomie ont tendance à avoir des résultats plus favorables en matière de santé et de bien-être que les personnes motivées par le contrôle (par exemple, Van den Broeck *et al.* Van den Broeck *et al.*, 2013).

- La motivation autonome comprend la motivation intrinsèque (engagée intrinsèquement pour le plaisir du comportement lui-même) ainsi que la motivation identifiée (engagée par l'identification de l'importance du travail à aligner sur les valeurs personnelles). La motivation identifiée et la motivation intrinsèque sont autonomes parce qu'elles impliquent une forme d'identification avec les raisons qui sous-tendent le comportement d'une personne (Van den Broeck *et al.*, 2016).
- La motivation contrôlée se compose de la motivation introjectée (suscitée par des émotions de fierté, de honte ou de culpabilité) et de la motivation externe (suscitée par des punitions ou des récompenses externes). La motivation introjectée et la motivation externe sont toutes deux contrôlées parce qu'elles sont liées à la pression interne/externe (Van den Broeck *et al.*, 2016).
- L'amotivation est un manque de motivation autonome ou contrôlée.

En raison de l'importance de la motivation pour la santé et le bien-être, cette évaluation d'impact évalue différents résultats dans un contexte professionnel, tels que l'épuisement professionnel, le bien-être et l'engagement au travail.

L'épuisement professionnel (ou burn-out) est défini comme suit :

« Un état d'épuisement lié au travail qui survient chez les employé-es et qui se caractérise par une fatigue extrême, une capacité réduite à réguler les processus cognitifs et émotionnels et une distanciation mentale. Ces quatre dimensions centrales du burn-out s'accompagnent d'une humeur dépressive ainsi que de troubles psychologiques et psychosomatiques non spécifiques. » (Schaufeli, Desart, & De Witte, 2019, p. 4).

Sur la base de recherches récentes, il est important de souligner les différences entre l'épuisement professionnel et la dépression (Koutsimani *et al.*, 2019 ; Schaufeli *et al.*, 2019). La dépression, reconnue comme un trouble de l'humeur (officiellement classée dans le domaine psychiatrique par le DSM-5), affecte toutes les facettes de la vie. A l'inverse, le burn-out est un trouble énergétique non classé dans le domaine psychiatrique par le DSM-5 et n'affecte que les facettes de la vie liées au travail (De Witte, 2022).

Deuxièmement, la santé mentale est définie comme suit :

« La santé mentale est un état de bien-être mental qui permet aux individus de faire face au stress de la vie, de réaliser leurs capacités, de bien apprendre et de bien travailler, et de contribuer à la vie de leur communauté. Elle fait partie intégrante de la santé et du bien-être et sous-tend nos capacités individuelles et collectives à prendre des décisions, à établir des relations et à façonner le monde dans lequel nous vivons. » (Organisation mondiale de la santé, 2022).

Enfin, l'engagement au travail est défini comme suit :

« L'engagement est un état d'esprit positif, épanouissant, lié au travail et caractérisé par la vigueur, le dévouement et l'absorption. Plutôt qu'un état momentané et spécifique, l'engagement fait référence à un état affectif et cognitif plus persistant et omniprésent qui n'est pas focalisé sur un objet, un événement, un individu ou un comportement particulier. La vigueur se caractérise par des niveaux élevés d'énergie et de résistance mentale pendant le travail, la volonté de s'investir dans son travail et la persévérance même face aux difficultés. Le dévouement fait référence au fait d'être fortement impliqué dans son travail et d'éprouver un sentiment d'importance, d'enthousiasme, d'inspiration, de fierté et de défi. L'absorption se caractérise par le fait d'être pleinement concentré et joyeusement absorbé par son travail, de sorte que le temps passe vite et que l'on a du mal à se détacher de son travail. » (Schaufeli & Bakker, 2004, p. 4-5).

4 | Résultats

Cette première phase exploratoire de l'étude avait pour but d'éclairer les mesures d'impact ultérieures et de fournir un premier aperçu du fonctionnement quotidien des fermes d'accueil des soins verts.

Les résultats de cette phase et de ce rapport sont basés sur des citations provenant des entretiens et des groupes de discussion en français et en néerlandais. Ceux-ci ont été menés séparément mais n'ont pas été distingués en tant que tels dans l'interprétation. L'objectif est de faire des déclarations sur les soins verts dans les fermes dans leur ensemble et non sur les fermes francophones ou néerlandophones séparément.

En raison de la grande diversité des fermes d'accueil et des soins reçus, de nombreuses citations ont été utilisées à dessein pour donner une image globale. Sur la base de cette première phase exploratoire, nous pouvons donc affirmer clairement qu'il n'existe pas « LA ferme d'accueil de soins verts ». Les entretiens avec les agriculteurs-rices et les bénéficiaires ont rapidement révélé que les visions, les approches et les activités quotidiennes sont uniques dans chaque ferme et chaque bénéficiaire.

Les sections suivantes expliquent tout d'abord l'environnement vert unique des soins verts dans les fermes. Tout d'abord, la distinction de l'aspect vert, comme la différence avec une promenade dans un parc, est examinée plus en détail. En outre, en termes de prestation de soins, il explore la différence avec les parcours plus traditionnels des soins professionnels, tels que ceux fournis par les psychologues ou les psychiatres. La section suivante aborde les avantages latents du travail dans une ferme de soins verts et examine si l'environnement vert et ces avantages latents du travail contribuent à la satisfaction des trois besoins fondamentaux : l'autonomie, l'engagement et la compétence. La motivation des bénéficiaires de soins pour leur participation aux fermes d'accueil de soins verts est ensuite expliquée. Ensuite, l'impact des soins verts reçus sur la santé mentale des bénéficiaires et la possibilité d'une réinsertion sur le marché du travail sont examinés⁸. Tous ces résultats servent directement de base à la deuxième phase de travail plus quantitative.

4.1 Le contexte vert

Le contexte unique et verdoyant des fermes de soins est abordé en premier lieu, suivi d'un examen plus approfondi de la manière dont elles se distinguent d'une promenade dans le parc et des soins professionnels.

Les entretiens ont révélé que l'environnement unique et verdoyant des fermes d'accueil était perçu comme important. Certain-es agriculteurs-rices ont déclaré que le travail dans la nature était considéré comme hypnotique et attrayant, et très différent du travail habituel des participant-es :

« Je pense, c'est un peu hypnotisant, c'est un peu captivant de temps en temps de devoir être un peu dans du travail à l'usine tout en étant dans un cadre extérieur. » (Agriculteur-riche).

« C'est quand même une différence par rapport à du travail en usine. » (Agriculteur-riche).

Des bénéficiaires ont souligné à quel point ils et elles aimeraient voir les plantes pousser :

« Alors moi personnellement, je trouve que c'est très gratifiant aussi de voir une plante poussée ... C'est intéressant parce qu'on voit justement un cycle complet de manière assez rapide. » (Bénéficiaire).

⁸ Pour un aperçu global de l'impact des soins verts sur la qualité de vie, la dépression and l'anxiété, voir Murray et al. (2019).

« J'avais ce moment de satisfaction quand j'allais voir les courgettes que j'avais plantées aussi que j'ai vu grandir et j'ai commencé à les cueillir. » (Bénéficiaire).

De plus, les personnes soignées ont déclaré qu'elles appréciaient de se trouver dans un environnement différent :

« En plus on est en plein air dans la nature, mais c'est vrai que ça c'est un truc qui est bien, moi qui vis en appartement. » (Bénéficiaire).

« D'être dans un cadre complètement différent c'est pouvoir, peut-être, prendre ce temps pour se repositionner dans sa vie, dans ses objectifs. » (Bénéficiaire).

Par ailleurs, certaines personnes soignées ont explicitement mentionné le plaisir d'être entourées de biodiversité :

« Ce que j'aime beaucoup en fait c'est déjà les oiseaux, j'aime bien les oiseaux ici, je vois souvent des rapaces qui volent, ça je trouve ça chouette voir un peu plus d'animaux, de biodiversité. » (Bénéficiaire).

Enfin, les personnes soignées ont indiqué que l'expérience des éléments naturels était perçue comme un élément clairement positif pour elles :

« Moi il y a un truc que j'adore, c'est écouter le vent, c'est quelque chose que j'aurais jamais fait avant, écouter le vent, se rendre compte qu'il y a une continuité, ça permet de se reconnecter à beaucoup de choses. » (Bénéficiaire).

Tous ces témoignages montrent donc, à leur manière, comment le fait de travailler dans un environnement plus proche de la nature peut avoir un impact direct sur leur expérience et leur bien-être. Par ailleurs, le simple changement d'environnement de travail semble déjà avoir un effet positif pour certain-es.

4.2 Distinction d'avec une promenade dans le parc

En nous appuyant sur les conclusions de la première série de citations, nous avons constaté que les personnes soignées et les agriculteurs-rices interrogé-es faisaient une distinction entre le travail dans une ferme de soins verts et d'autres activités dans la nature telles qu'une promenade dans un parc. À cet égard, certain-es agriculteurs-rices ont indiqué que le travail dans une ferme d'accueil leur procurait davantage de satisfaction et un sentiment d'utilité :

« Het verschil is dat ge ook nog iets bijdraagt, dat ge u ook nog nuttig maakt voor iets of iemand. »

« De voldoening en het nuttig maken voor iemand anders. » (Agriculteur-riche).

Cela a également été confirmé par certaines personnes soignées :

« Ja u nuttig voelen echt. Zodat ge toch iets doet want ge zijt een jaar niet aant werken en uzelf nuttig maken heeft dan zeker nen opsteek. » (Bénéficiaire).

Les bénéficiaires ont également souligné la différence dans les interactions sociales qu'ils et elles ont vécues :

« De interactie met de mensen natuurlijk, dat je na een tijdje ook de kracht van de groep krijgt, dan versterken bepaalde dingen in de groep. Dat heb je niet door een wandeling in de natuur »

« Ik heb ook de mentale steun van M. (Agriculteur-riche).

Want als ik me echt heel slecht voelde, kreeg ik mezelf er niet toe om een wandeling te maken. » (Bénéficiaire).

Enfin, un invité a indiqué qu'il avait ressenti une différence parce qu'il ruminait davantage en marchant que lorsqu'il travaillait à la ferme d'accueil. Ce qui, selon lui, serait négatif pour sa santé mentale :

« De gedachtegang is het grootste verschil, als ik ga fietsen dan moet ik mezelf bewust mentaal in het oog houden dat ik niet begin te piekeren, dus dat m'n gedachten afdwalen ... ik betrap mezelf erop dat ik dees heel vaak doe als ik aan het fietsen ben, hier (zorgboerderij) heb ik dat eigenlijk heel weinig net omdat ge altijd met iets bezig zijt. Ge moet geconcentreerd zijn omdat ge iets moet doen, maar niet te geconcentreerd zodat ge niet te moe zijt waardoor ge eigenlijk niet kunt piekeren. » (Bénéficiaire).

Les différents témoignages indiquent que la combinaison du travail et de la nature est une expérience unique et complémentaire pour les bénéficiaires et les agriculteurs-rices. À leurs yeux, ces deux éléments semblent aller de pair et sont perçus comme positifs.

4.3 Différence et complémentarité avec l'assistance professionnelle

Outre les différences en termes d'expérience de la nature, les bénéficiaires, les agriculteurs-rices et l'assistance médicale ont fait état de différences et de complémentarités entre le travail dans une ferme d'accueil et l'assistance professionnelle.

Les agriculteurs-rices et les professionnel-les de santé ont souligné qu'une ferme de soins verts n'offre pas de thérapie traditionnelle, mais qu'elle peut être thérapeutique en se connectant littéralement à la terre :

« Ja wij zijn geen therapie, afijn ja in bepaalde manieren is dat wel een therapie. Het werkt therapeutisch, gewoon door die verbinding weer te hebben, weer in de aarde komen. » (Agriculteur-rice).

« C'est déjà le fait de toucher la terre qui est déjà hautement thérapeutique. » (Médecin).

Selon certains hôtes, la différence réside également dans le lien qu'ils et elles établissent avec l'agriculteur-rice qui s'occupe d'eux et elles à la ferme :

« De erkenning, op den duur bouwde ook wel nen band op. Ik hou ook van het gevoelsmatige, het is niet dat je heel rationeel binnen psychiatrie een of ander vragenlijst moet invullen ofzo. » (Bénéficiaire).

« Het feit dat je het op den duur ook wat kent. Op den duur is het randje tussen coaching en vriendschap ook dichtbij. » (Bénéficiaire).

« Dit is ook geen klinische context, als je naar de dokter gaat krijg je heel vaak medicatie of andere dingen, hier krijg je het vertrouwen en de kracht van de mensen. » (Bénéficiaire).

Il est important de noter qu'outre la différence, la complémentarité entre les fermes de soins verts et les services professionnels a également été soulignée par les bénéficiaires, les services médicaux et le groupe de discussion néerlandophone :

« Ik merk dat als ik stress heb, ik last krijg aan mn hoofd en ik merk dat ik daar thuis soms wat last van heb en als ik hier (zorgboerderij) ben heb ik daar eigenlijk weinig last van. Zo dingen neem ik dan mee naar de therapie en bespreken we zo van 'wat zijn de triggers' en dan met die therapeute gaan we op zoek naar de redenen achter die hoofd pijn. Zo een dingetjes neemde dan mee. » (Bénéficiaire).

« Moi je trouve que c'est complémentaire. Quand je suis avec le psychologue et le psychiatre je suis plus à parler de moi, de comment je me sens tandis que quand je suis ici en fait on est plus centré sur le groupe. On fait attention à chacun, on est un groupe et oui c'est une toute autre façon de faire une thérapie. » (Bénéficiaire).

« Ça soigne parce qu'on ne peut pas toujours, je parle du principe que, et d'ailleurs je le dis aux patients, on ne peut pas toujours tout soigner par un médicament. Il y a des remèdes mais il n'y a pas toujours des médicaments et la ferme c'est un remède. » (Médecin)

« J'apporte du contenu aussi avec mes thérapeutes, oui le fait de venir ici, de rencontrer des gens, d'avoir des situations, c'est aussi mettre plus de contenu à cette thérapie. » (Bénéficiaire).

« Ik vind dat het zeer complementair kunnen zijn. Ik merk dat mensen op de boerderij komen die enkel werk willen doen, dat die vaak professionele hulp nodig hebben. Het ene kan niet zonder. Al hangt het weer af van de persoon zelf. Als een persoon echt diep wilt gaan, dan is de boerderij niet genoeg, da, is het een en-en verhaal. » (Focus groupe).

4.4 Avantages latents du travail dans les fermes d'accueil

Cette section aborde les avantages latents du travail dans les fermes d'accueil, à savoir la réalisation d'un travail utile, l'activité, la structure, l'épanouissement personnel et les contacts sociaux. Les avantages manifestes, tels que le revenu, ne sont pas abordés, car les bénéficiaires de soins ne reçoivent pas de compensation financière pour leur participation⁹.

Dans l'ensemble, les bénéficiaires de soins ont déclaré avoir ressenti chacun des avantages latents en travaillant dans la ferme d'accueil. Lors des entretiens, les personnes soignées ont souvent souligné le fait qu'elles se sentaient à nouveau utiles dans la ferme, à la fois pour leur propre bien-être mental, pour la ferme elle-même et pour la communauté au sens large. Cette dernière, par exemple, grâce à leur contribution à la production de légumes et d'autres produits agricoles.

La valeur de la structure a également été souvent soulignée par les bénéficiaires et les agriculteurs-rices. Le fait d'être présent-e régulièrement dans la ferme, au même jour et à la même heure, et d'y travailler selon une structure établie a été considéré comme très précieux, tant par les personnes accueillies que par les agriculteurs-rices. Chaque personne accueillie a également souligné qu'elle avait noué des contacts sociaux dans la ferme d'accueil au fil du temps, tant avec les autres personnes accueillies qu'avec les agriculteurs-rices.

En raison du grand nombre de citations relevant des bénéfices latents du travail dans les exploitations agricoles, les principales citations pour chaque bénéfice latent sont présentées ci-dessous.

Un premier avantage latent est lié à un travail utile et motivant.

« Een beetje een soort van toch bezig blijven, dat ge iets hebt, zo een doel dat ge toch moet opstaan, dat ge iets te doen hebt, van ge moet ergens naartoe, ge voelt u toch nuttig op één of andere manier. » (Bénéficiaire).

« Tis niet dat ik daar zit na die 4 uur en zo iets heb van: 'pfff wat heb ik daar zitten doen' zoals op mijn vorige job". Hier heb ik wel het gevoel dat ik een verschil heb gemaakt. Ge ziet da werk ook staan, ge ziet dat ge een verschil hebt gemaakt, ge ziet effectief uw werk. Ik heb hier nog nooit het gevoel gehad dat ik hier nutteloos werk heb gedaan. » (Bénéficiaire).

L'engagement dans le travail et l'activité est un deuxième avantage latent qui a été relevé dans l'un des entretiens.

« Qua planten is dat met uw handen in de grond zitten (wat vind hij leuk aan zijn taken) ... die groenten eruit halen met een riek of een schup. » (Bénéficiaire).

Dus deze zorgboerderij is meer dan het telen van gewassen? « Ja, dat is ook de laag van verdieping die Sofie erin legt. Ik denk dat iedereen er ook wel vrij in is of je nekeer iets doet voor de spiegel of een oefening. Het gaat vooral over reflecteren denk ik, beetje patroon doorbreken van een burn-out, dan zit je soms in een patroon dat niet altijd positief is. Door sommige oefeningen kan je dat patroon veranderen of al een beetje doorbreken. » (Bénéficiaire).

Un autre avantage latent est la mise en place d'une structure.

« L'aspect cadre est très important. L'aspect cadrage dans les semaines. » (Bénéficiaire).

⁹ On peut cependant noter qu'il est souvent possible pour les participant-es de récupérer gratuitement quelques légumes ou produits de la ferme. De plus, dans le cadre des ateliers collectifs, des paniers de légumes hebdomadaires sont distribués.

« Er zit wel een vaste structuur in. Om half 10 samenkomen, als het koud is rond het kampvuur, dan wordt er een theetje gedronken en kan iedereen iets zeggen, dan worden de stukken verdeeld, om 11 u is het nog nekeer pauze en dan kan nog eens een opdrachtje zijn, dan is er nog een afronding die ook even kunnen duren. » (Bénéficiaire).

Le développement personnel est un autre avantage latent abordé dans plusieurs témoignages.

« Ça me permet aussi d'évoluer, le fait qu'on me considère comme une personne adulte et qu'on ne m'infantilise plus. Ça me permet aussi moi de mettre plus facilement des limites, de m'affirmer aussi plus facilement, de parler, voilà je suis une personne adulte et pas une petite fille qui doit toujours demander aux autres comment on fait ça. Voilà tout ça, ça change et c'est mieux pour moi. » (Bénéficiaire).

« Ge hebt er wel die initiatief durven nemen, ge ziet mensen wel evolueren ma das ook voor iedere mens anders. Het is ook wel schoon om te zien hoe mensen van tranen in hun ogen in het begin evolueren naar iemand die weer is opgeladen die een echte job aankan. Ge ziet die weer zelfzekerder worden, voeten op de grond komen, bij zichzelf komen. Ik zie wel een zekere evolutie. » (Bénéficiaire).

Enfin, plusieurs personnes interrogées ont également souligné la nécessité d'avoir des contacts sociaux.

« Aussi comme valeur c'est vraiment se sentir en sécurité ici, donc on vient, on peut être soi-même. C'est aussi important que chacun se respecte, que tout le monde se sente bien par rapport à ça. » (Bénéficiaire).

« Ge ontmoet dan ook mensen, ze verplichten u niet om 's middags te blijven eten. Maar dan door 's middags te blijven eten, dan wordt er toch eens over dingen gepraat, op het veld babbelen wij ook wel maar daar is het moeilijker. » (Bénéficiaire).

De plus, dans le groupe de discussion néerlandophone, le fait de se sentir utile, d'avoir une structure et des contacts sociaux est également apparu comme les principaux avantages latents du travail dans la ferme d'accueil. Ainsi, conformément à la théorie, les témoignages indiquent que ces avantages latents pourraient effectivement contribuer au bien-être des personnes accueillies dans les fermes (Jahoda, 1981).

4.5 Satisfaction des besoins fondamentaux : autonomie, appartenance et compétence

Dans cette troisième section, la présence des trois besoins fondamentaux, à savoir les besoins d'autonomie, d'implication et de compétence, est examinée. D'une manière générale, les bénéficiaires de soins interrogés ont déclaré avoir ressenti chacun des besoins fondamentaux lorsqu'ils travaillaient dans la ferme d'accueil.

Chaque personne prise en charge et chaque agriculteur-riche ont souligné qu'ils jouissaient d'une grande autonomie. Les bénéficiaires de soins sont autonomes dans le choix de leurs activités, dans la détermination de l'heure et de la durée des pauses, et dans la détermination du rythme de travail dans la ferme d'accueil. Les agriculteurs-riches se sont attachés à soutenir cette autonomie, un aspect que les bénéficiaires de soins ont semblé pleinement approuver.

Outre l'autonomie, l'engagement et la compétence ont également été cités par les personnes soignées et les agriculteurs-riches. Les bénéficiaires de soins se sont sentis impliqués parce qu'ils et elles ont éprouvé un sentiment d'appartenance, de reconnaissance et d'appréciation. Ils et elles ont indiqué qu'ils et elles ne se sentaient pas exclus en raison de leur épuisement professionnel, mais qu'il s'agissait plutôt d'un élément unificateur dans la ferme d'accueil. En plus de l'implication humaine, une personne accueillie a également exprimé son attachement aux animaux de la ferme d'accueil. Comme indiqué dans certaines citations, certains bénéficiaires de soins ont indiqué qu'ils et elles pouvaient également appliquer certaines compétences acquises au travail dans la vie de tous les jours.

En raison du grand nombre de citations concernant les trois besoins fondamentaux, les principales citations pour chaque besoin fondamental sont présentées ci-dessous.

Expérience d'autonomie dans la ferme de soins.

« Er is vrijheid om te zeggen bijvoorbeeld in het begin had T. (agriculteur/ rice) ook gezegd van: 'als jij niet graag oogst, die liever de pakketten klaarzetten, de bakken open doen en kuisen, dan moet ge dat gewoon zeggen, dan proberen we dat wel te regelen.' Dus op dat gebied is hier wel vrijheid. » (Bénéficiaire).

« Ik heb nooit het gevoel dat hier micro management is, zelfs al ben ik met Bart (boer) dingetjes aant oogsten, tis niet dat dieje continu aan het kijken is van: 'is dieje wel goed bezig ofzo', terwijl ik het in het begin waarschijnlijk niet goed deed haha. Dieje laat mij gewoon doen. » (Bénéficiaire).

« Ici effectivement j'ai pas quelqu'un derrière mon dos qui va me dire précisément ce que je dois faire donc c'est vrai que ce petit côté-là, ça aide à justement moins ressentir de pression et de stress. » (Bénéficiaire).

Le niveau d'implication dans les activités/travaux de la ferme d'accueil.

« Nee nee, ik heb geen andere mensen ontmoet met burn-out buiten zorgboerderijen, in mijne privé niet echt. Ge kunt er wel over praten maar niet met iemand die het zelf heeft meegemaakt, das ook het fijne hier want ge weet: ge zijt niet alleen. Niet iedereen praat erover maar ge weet: ik ben niet de enigste, dus der zijn er nog mensen, ik heb hier het gevoel van: ik ben zeker geen freak ofzo. » (Bénéficiaire).

« Ik voel me echt wel 'deel van' en niet van 'ah ik ben maar eens een zorggast die hier eens rondloopt' ik voel me echt wel deel van het team. ...T. (Agriculteur-rice) beziet mij niet alsof er een zieke naast haar loopt. B. is dan een stagiair, maar ik voel me niet anders behandeld dan haar, evenwaardig. » (Bénéficiaire).

« Ook fijn dat ge merkt van 'oh die dieren herkennen mij' wat int begin niet zo was. Nu komt den Elvis bijvoorbeeld naar mij gelopen of nen alpaca, en dat maakt dat ge wel nen band krijgt met de boerderij. » (Bénéficiaire).

L'acquisition et la capacité à utiliser les compétences dans le contexte de l'exploitation agricole.

« Ja ik heb die grenzen leren stellen be. Ik ben al twee keer nen hele dag naar Brussel moeten gaan met de trein, der stonden nog zo'n drie dagen maar ik ben naar mijn leidinggevende gegaan en gezegd van 'sorry ik ga dat niet doen, ik zal die leerstof zelf thuis digitaal wel leren, ik ga niet naar Brussel want ik kan dat niet aan'. Vroeger zou ik dat niet gedaan hebben, nu doe ik dat wel en geef ik het aan van 'sorry ik annuleer dit'. » (Bénéficiaire).

« J'ai toujours eu un potager à la maison, mais je ne m'en suis jamais vraiment occupé. A part arroser les tomates et donner un coup de main de temps en temps. C'est intéressant d'élargir un peu ses connaissances dans ce milieu. Pour au final pourquoi pas les appliquer dans le futur, si je me mets un jour à cultiver mes légumes. » (Bénéficiaire).

4.6 Motivation

Quatrièmement, la motivation des bénéficiaires est abordée. Au cours des entretiens, la motivation a surtout été évoquée dans le contexte de l'épuisement professionnel et de l'amélioration de la santé mentale. La motivation au sein du travail lui-même a été moins discutée.

« On peut suivre l'évolution de ce qu'on a planté, de ce qu'on récolte. C'est assez engageant et motivant de vraiment apporter une plus-value. » (Bénéficiaire).

« Ik zou het zo lang mogelijk willen combineren ... met mijn eigen job. Zelfs al zou ik stelselmatig moeten opstarten, zou ik zo veel mogelijks met dees (zorgboerderij) willen combineren. » (Bénéficiaire).

« Op den duur keek ik er ook wel naar uit: 'voilà het is dan dinsdag, ik ga die en die terug zien en ik kan misschien dat vertellen', het feit dat je kan uitkijken naar iets, het feit dat je perspectieven hebt, dat je voelt 'ik word een beetje sterker'. Het is een plaats waar je getriggerd wordt tot vooruitgang. » (Bénéficiaire).

4.7 Santé mentale

Cinquièmement, la santé mentale des personnes accueillies est abordée. Dans l'ensemble, tant les personnes accueillies que les agriculteurs-rices ont fait état d'un impact positif des fermes d'accueil sur la santé mentale. Du point de vue du cadre théorique, les deux ont mis l'accent sur l'augmentation du bénéficiaire en termes d'énergie et de bien-être :

« Mon temps ici m'a permis d'avoir un peu plus d'énergie, de voir aussi des progrès, je me rendais compte qu'il y avait des jours où j'étais moins fatigué que d'autres, où je me sentais plus en forme, où j'étais de meilleure humeur, j'étais plus performant. » (Bénéficiaire).

« C'est un point extrêmement positif psychologiquement parlant de pouvoir mettre son cerveau en mode off. » (Bénéficiaire).

« Deze plaats heeft dat wel kunnen voor mij, mezelf kunnen opladen, een stukje herkenning. » (Bénéficiaire).

« Je maakt ook wel een bepaald groeiproces mee en daarin word je ook begeleid als je het toelaat. » (Bénéficiaire).

« Ge ziet die evolueren, ge ziet die soms shinen en genieten van gewoon hier te zijn. Ge ziet dat die mensen er weer bovenop geraken. » (Agriculteur-riche).

Certain-es bénéficiaires de soins ont déclaré être physiquement fatigués par le travail dans les fermes de soins. Ils considèrent toutefois qu'il s'agit plutôt d'un aspect positif. La cause de cette fatigue semble avoir une grande importance ici, la fatigue provenant désormais de l'activité et du travail physique plutôt que d'être enracinée dans leur épuisement et leur tension mentale :

« In het begin was ik fysiek altijd heel moe, ma wel altijd voldaan, thuiskomen en in de zetel en dan echt 'wak'. Dat vond ik altijd een heel plezant gevoel omdat ik dan het gevoel dat het mag of zo, ander dagen sliep ik ook maar dan had ik niks gedaan en had ik achteraf voelde ik me dan zo een beetje schuldig van "ik heb niks gedaan" terwijl nu mag da dan. » (Agriculteur-riche).

« C'était aussi un but de se dépenser, donc effectivement, je pense qu'il y a aussi cet aspect fatigue, fatigue saine. Une bonne fatigue, voilà la bonne fatigue du travail manuel. » (Bénéficiaire).

Outre les effets sur leur santé mentale et physique en général, certains bénéficiaires de soins ont également indiqué qu'ils se sentaient moins inquiets après avoir travaillé dans la ferme d'accueil :

« Omdat het een licht repetitieve beweging is (het oogsten), verzet het ook een beetje uw gedachten: ge moet geconcentreerd genoeg zijn om er met bezig te zijn, ma ni te geconcentreerd, dus ge moet niet hypergeconcentreerd kunnen zijn, maar het is wel genoeg om u niet te doen piekeren of zo. » (Bénéficiaire).

« Quand je suis arrivé ici, c'était principalement pour les ruminations. J'avais besoin de m'occuper l'esprit activement pour éviter de ruminer. Ça s'est tout de suite apaisé dans l'heure ou les 2 h, la première fois que je suis arrivé ici, je sentais que je rentrais chez moi l'esprit un peu plus léger. » (Bénéficiaire).

4.8 Possibilités de réintégration sur le marché du travail

Sixièmement, la capacité des bénéficiaires de soins à faire des pas vers le marché du travail est examinée. En général, les bénéficiaires de soins ont déclaré que leur travail dans la ferme d'accueil avait contribué à leur capacité à se réinsérer sur le marché du travail. Après leur parcours, certain-es bénéficiaires ont réintégré le marché du travail à temps plein, d'autres à temps partiel, et quelques-uns ne l'ont pas encore été réintégrés, mais les personnes interrogées se considèrent nettement mieux préparées qu'au début de leur parcours.

« Het gevoel is vele groter dat ik kan gaan werken. In het begin had ik zo iets van: 'pfff neeje', het ging me niet goe af, lichamelijk en mentaal niet. Nu heb ik weer zo het gevoel van: 'ik wil iets gaan doen' dat is dan ook de reden dat ik maandag nog nen halve dag erbij heb gepakt, moest ik eerst kijken of ik het fysiek wel aankon om het weer op te bouwen en dat kwam ook gewoon door die eerste halven dag doordat ge het zo vaak kunt opbouwen, staat ge nu steviger in uw schoenen om te zeggen: ik ga terug de reguliere arbeidsmarkt op zonder dan plots die stap gigantisch groot gaat zijn. » (Bénéficiaire).

« In het begin was het een beetje mentaal overleven, beetje zoeken van hoe kan ik weer iets opbouwen. Dan voelde ik ook wel naarmate het traject, tegen het einde toe dat ik terug iets wou betekenen. Hier betekenen je vooral iets voor jezelf, maar ik denk dat er wel iets meer is dan enkel iets betekenen voor jezelf in de maatschappij. Je wilt deelnemen. » (Bénéficiaire).

« In het begon kon ik echt niks, nu heb ik geen paniekaanvallen meer, kan ik mijn grenzen aangeven. Nu zou ik beetje bij beetje terug op de gewone arbeidsmarkt terecht kunnen maar ik vraag me wel echt af of ik dat wel 100% ga kunnen. » (Bénéficiaire).

« Je me sens prêt à recommencer mais à temps partiel. Après un burn-out de quasi 2 ans, je me vois plus y aller étape par étape pour ne pas risquer la rechute et repartir en arrière. » (Bénéficiaire)

Références

- Antonelli, M., Barbieri, G., & Donelli, D.** (2019). Effects of forest bathing (Shinrin-Yoku) on levels of cortisol as a stress biomarker: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Biometeorology*, 63(8), 1117–1134. <https://doi.org/10.1007/s00484-019-01717-x>
- Annerstedt, M., & Währborg, P.** (2011). Nature-assisted therapy: Systematic review of controlled and observational studies. *Scandinavian Journal of Public Health*, 39(4), 371–388. [https://doi.org/10.1177/1403494810396400\(p.372\)](https://doi.org/10.1177/1403494810396400(p.372)).
- Bherer, L.** (2021). *Les bienfaits de la nature sur la santé globale*. https://www.sepaq.com/resources/docs/org/autres/org_icm_rapport_nature_sante_globale.pdf
- Deci, E. L., Olafsen, A. H., & Ryan, R. M.** (2017). Self-Determination Theory in work organisations: The state of a science. *Annu. Rev. Organ. Psychol. Organ. Behav.*, 4, 19–43. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M.** (2000a). Self-Determination Theory and the facilitation of intrinsic motivation. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <http://doi.apa.org/getdoi.cfm?doi=10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M.** (2000b). The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Elings, M.** (2012). Effects of Care Farms. *Scientific Research on the Benefits of Care Farms for Clients, February 2018*. http://www.carefarminguk.org/sites/carefarminguk.org/files/Effects_of_care_farms_Elings.pdf
- Haubenhof, D. K., Elings, M., Hassink, J. & Hine, R. E.** (2010) The development of green care in Western European Countries. *EXPLORE*, Volume 6, Issue 2, Pages 106-111, ISSN 1550-8307, <https://doi.org/10.1016/j.explore.2009.12.002>.
- Ideno, Y., Hayashi, K., Abe, Y., Ueda, K., Iso, H., Noda, M., Lee, J. S., & Suzuki, S.** (2017). Blood pressure-lowering effect of Shinrin-Yoku (forest bathing): A systematic review and meta-analysis. *BMC Complementary and Alternative Medicine*, 17(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12906-017-1912-z>
- Jahoda, M.** (1981). Work, Employment, and Unemployment Values, Theories, and Approaches in Social Research.
- Kotera, Y., Richardson, M., & Sheffield, D.** (2022). Effects of Shinrin-Yoku (forest bathing) and nature therapy on mental health: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20(1), 337–361. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00363-4>
- Koutsimani, P., Montgomery, A., & Georganta, K.** (2019). The relationship between burn-out, depression, and anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 10(MAR), 1–19. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00284>
- Mormont, M.** (2021). *Pratiques d'agriculture sociale en Wallonie*. <https://nosoignons.org/wp-content/uploads/2023/07/Annexe-Manifeste-230714.pdf>
- Murray, J., Wickramasekera, N., Elings, M. et al.** (2019). The impact of care farms on quality of life, depression and anxiety among different population groups: A systematic review. *Campbell Systematic Reviews*. 15:e1061. <https://doi.org/10.1002/cl2.1061>
- Nisbet, E. K., Zelenski, J. M., & Murphy, S. A.** (2011). Happiness is in our nature: Exploring nature relatedness as a contributor to subjective wellbeing. *Journal of Happiness Studies*, 12(2), 303–322. <https://doi.org/10.1007/s10902-010-9197-7>
- Park, B. J., Furuya, K., Kasetani, T., Takayama, N., Kagawa, T., & Miyazaki, Y.** (2011). Relationship between psychological responses and physical environments in forest settings. *Landscape and Urban Planning*, 102(1), 24–32. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2011.03.005>
- Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B.** (2004). Job demands, job resources, and their relationship with burn-out and engagement: A multi-sample study. *Journal of Organisational Behavior*, 25(3), 293–315. <https://doi.org/10.1002/job.248>
- Schaufeli, W., White, H. De, & Desart, S.** (2019). *User Manual Burn-out Assessment*. July, 1–19.
- Sempik, J., Hine, R., & Wilcox, D.** (2010). Green care and its links with other interventions and approaches. *Green Care: A Conceptual Framework*, 53–69.
- Shanahan, D. F., Bush, R., Gaston, K. J., Lin, B. B., Dean, J., Barber, E., & Fuller, R. A.** (2016). Health benefits from nature experiences depend on dose. *Scientific Reports*, 6(June), 1–10. <https://doi.org/10.1038/srep28551>
- Stenfors, C. U. D., Van Hedger, S. C., Schertz, K. E., Meyer, F. A. C., Smith, K. E. L., Norman, G. J., Bourrier, S. C., Enns, J. T., Kardan, O., Jonides, J., & Berman, M. G.** (2019). Positive effects of nature on cognitive performance across multiple experiments: Test order but not affect modulates the cognitive effects. *Frontiers in Psychology*, 10(JUL). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01413>
- Stevenson, M. P., Schilhab, T., & Bentsen, P.** (2018). Attention Restoration Theory II: A systematic review to clarify attention processes affected by exposure to natural environments. *Journal of Toxicology and Environmental Health - Part B: Critical Reviews*, 21(4), 227–268. <https://doi.org/10.1080/10937404.2018.1505571>

- Thiery, D., Dreer, J., Navarro, I., Paralidou, M., and Signoriello, I.** (2023). Measuring impacts of social farming at the farm, on farmers and local community. EU CAP Network – Focus Group Social Farming and Innovations.
- Van den Broeck, A., Ferris, D. L., Chang, C. H., & Rosen, C. C.** (2016). A review of Self-Determination Theory's basic psychological needs at work. *Journal of Management*, 42(5), 1195–1229. <https://doi.org/10.1177/0149206316632058>
- Van den Broeck, A., Lens, W., De Witte, H., & Van Coillie, H.** (2013). Unraveling the importance of the quantity and the quality of workers' motivation for wellbeing: A person-centered perspective. *Journal of Vocational Behavior*, 82(1), 69–78. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.11.005>
- World Health Organisation** (2022). *Mental health*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>