

O wartości abstinencji

Tekst niniejszy piszę jako głos w toczącej się od dłuższego czasu w Stowarzyszeniu Harcerskim dyskusji nad ewentualną zmianą 10 punktu Prawa Harcerskiego. W mojej ocenie największe kontrowersje we wspomnianych dyskusjach budzi propozycja rezygnacji z wymagania abstinencji alkoholowej zawartego w Prawie Harcerskim. Wobec tego postaram się uzasadnić (i mam nadzieję choć trochę przekonać nieprzekonanych), że postawa abstinencji jest wartościowa i godna propagowania wśród naszych podopiecznych.

Na wstępie jedna drobna uwaga. W tekście piszę konkretnie o alkoholu, gdyż jak wspomniałem ta właśnie używka wzbudza największe kontrowersje. Większość przedstawionych argumentów odnosi się jednak do wszystkich używek i przy odrobinie wysiłku intelektualnego można ten tekst przyłożyć również do papierosów, marihuany czy czegokolwiek innego.

Przechodząc do sedna, sądzę, że istnieją trzy poziomy, na których można uzasadnić wartość utrzymywania abstinencji przez harcerskich wychowawców. Każdy z tych poziomów nazwę odpowiadając na pytanie "Dlaczego nie pijesz?".

Poziom 1: Nie piję, bo jestem świadomym człowiekiem i obywatelem

Jest to poziom najważniejszy i jedyny dający faktyczną motywację do trwania w abstinencji. Jednocześnie w dyskusjach harcerskich jest w mojej ocenie najrzadziej poruszany. Jeśli chcemy kogoś przekonać do nie picia z reguły mówimy "Jesteś harcerzem, obowiązuje Cię Prawo Harcerskie!" albo "Jaki przykład dajesz swoim podopiecznym?!". Sam zazwyczaj argumentowałem właśnie w ten właśnie sposób. Niestety argumentacja taka jest w pracy z osobami, które wykuwają właśnie swój system wartości (czyli znaczną większością funkcyjnych) skazana na porażkę. To tak jakbym mówił "Musisz pełnić służbę, bo tak jest napisane w Prawie i Przyrzeczeniu Harcerskim". Każdy, kto choć liznął metody harcerskiej uśmiechnie się z politowaniem patrząc na takie zdanie. By wychowywać w jakiejś wartości musimy zawsze uzasadniać i pokazywać jej znaczenie przede wszystkim w życiu pozaharcerskim. Z czego zatem wynika uniwersalna, niezależna od harcerstwa wartość abstinencji?

Opiszę tutaj kilka kwestii, ale najważniejszą można streścić w trzech słowach:

- Alkohol jest trucizną

Spożywanie alkoholu ma negatywny wpływ na nasze zdrowie na bardzo wielu płaszczyznach, nad czym nie będę się rozwodził, bo i nie jestem ekspertem (dla zainteresowanych polecam lekturę [tutaj](#) lub bardziej naukowo [tutaj](#)). W zasadzie na tym można by zakończyć wszelką argumentację na rzecz abstinencji. Skoro dana substancja jest szkodliwa, to po co mam ją spożywać? Czy wnosimy naparstek domestosa do toastu? Raczej nie, więc dlaczego mielibyśmy wznosić kieliszek wódki?

W tym miejscu można jednakże rozwinąć uzasadnioną skądinąd argumentację, która brzmi mniej więcej tak "No dobra, alkohol może i nie jest witaminą C, ale przecież sporadyczne

jego spożywanie w niewielkich ilościach nie ma istotnego negatywnego wpływu na nasze zdrowie. Nie jest to przecież jedyna niezdrowa rzecz, którą spożywamy- jemy np. słodczyce i fast foody”.

W odpowiedzi na takie postawienie sprawy muszę zwrócić uwagę na dosyć szczególne (niestety) miejsce, jakie alkohol zajmuje w naszym społeczeństwie. Krótko mówiąc:

- Nadmierne spożycie alkoholu jest poważnym problemem społecznym w Polsce

Rozumiem, że brzmi to jak frezes i część ludzi przewraca właśnie oczami, dlatego też pozwolę sobie na drobną dygresję statystyczną. Szacuje się, że w Polsce jest ok. 800 tys. osób uzależnionych od alkoholu oraz ok 2-2,5 mln osób pijących szkodliwie (nie są uzależnieni, ale piją ze szkodą dla swojego zdrowia i relacji). do tego dochodzi ok. 1,5 mln dzieci wychowujących się w rodzinach z problemem alkoholowym. Co to oznacza? Jeśli w Waszej drużynie jest 20 harcerzy, to statystycznie 4 ma kontakt z problemem alkoholowym. Mógłbym tak rzucać liczbami jeszcze długo (dla zainteresowanych polecam lekturę [tutaj](#) oraz [tutaj](#)), ale myślę, że to co napisałem wystarczy by jednoznacznie stwierdzić, że alkohol generuje w naszym społeczeństwie olbrzymią, nieporównywalną z żadną inną używką, ilość kosztów i cierpienia. Jaka może być zatem nasza odpowiedź na ten palący problem społeczny? Co możemy zrobić jako świadomi obywatele, którym zależy na zmianie niechlubnych nawyków naszych rodaków? Pewnie jest wiele odpowiedzi na to pytanie, ale jedna najprostsza nasuwa się sama:

- Promujmy postawę abstynencji.

Każdy, kto odmawiał alkoholu w towarzystwie pijącym ma na pewno dobrze przećwiczoną odpowiedź na pytanie “Ale jak to nie pijesz?”. Po przedstawieniu takiej odpowiedzi można się spotkać się z całym spektrum reakcji od wzruszenia ramionami, przez “Szanuję to.”, po lekko chwiejne “Mordo zainspirowałeś mnie, od jutra też nie piję!”. Wiara w spełnienie tego ostatniego postanowienia byłaby oczywiście naiwnością, niemniej jednak kontakt z niespotykaną postawą abstynencji zaskakująco często wzbudza choć krztynę refleksji nad naszymi kulturowymi oczywistościami (takimi jak np: “że jak piątek, to trzeba się napić” albo “że jak wieczór kawalerski, to nikt trzeźwy nie wyjdzie” albo “że jak sylwester, to szampanem trzeba uczcić”). Czy refleksja taka ma szansę zmienić cokolwiek na lepsze? Nie wiem, ale kto ma próbować jak nie my? W końcu w piosence instruktorskiej śpiewamy *”Romantyzm naszych marzeń w powszedni wplećmy dzień”*. Jeśli naszym romantycznym marzeniem jest zmiana naszego społeczeństwa na lepsze, to bycie abstynentem jest doskonałym sposobem na “wplatania go w powszedni dzień”.

I na koniec tego poziomu kilka dygresji w odpowiedzi na pojawiające się w dyskusji argumenty na rzecz rezygnacji z abstynencji. Po pierwsze w kontekście jednoznacznie negatywnego wpływu alkoholu na zdrowie nie rozumiem logiki uzasadnienia jednej z propozycji zmian PH, w której autorzy w jednym akapicie argumentują za bezpośrednim wpisaniem dbania o zdrowie do Prawa przy jednoczesnej rezygnacji z abstynencji alkoholowej. Jak najbardziej popieram możliwie szerokie ujęcie w pracy harcerskiej kwestii dbania o własne zdrowie zarówno fizyczne jak i psychiczne, ale w moim rozumieniu wychowywanie w abstynencji jest doskonałym (choć nie jedynym!) sposobem realizacji tego postulatu. Dlaczego mielibyśmy więc z tego sposobu rezygnować?

Po drugie chciałbym się odnieść do argumentu o nieaktualności wartości abstynencji, który brzmi mniej więcej tak: "Czasy się zmieniły, może i abstynencja była ważna kiedyś, ale dzisiaj już nie jest.". Otóż średnie spożycie alkoholu na osobę w Polsce wzrosło od roku 1996 (tj. od utworzenia SH) do 2019 o blisko połowę (z 6,49 litra czystego alkoholu w roku do 9,78 l). Trend jest w zasadzie bez przerwy wzrostowy, więc obserwując go można powiedzieć, że kwestia abstynencji jest bardziej aktualna, niż kiedykolwiek w najnowszej historii Polski! Dodam jeszcze, że średnie spożycie alkoholu w Warszawie jest o ok. 50% wyższe niż w reszcie kraju, by podkreślić, że naszej organizacji kwestia ta dotyczy szczególnie.

Poziom 2: Nie piję, bo jestem wychowawcą harcerskim

Wszystkie wspomniane wyżej argumenty mają charakter dosyć górnolotny, być może dla niektórych mało namacalny. Kwestia abstynencji nabiera jednak znacznie większej wagi w kontekście pracy z dziećmi i młodzieżą. Aby zrozumieć dlaczego tak jest trzeba zdać sobie sprawę z jednego faktu:

- Alkohol jest znacznie bardziej szkodliwy dla dzieci i młodzieży, niż dla dorosłych.

W skrócie można powiedzieć, że picie alkoholu w młodym wieku poważnie pogarsza umiejętności poznawcze, m.in. osłabia pamięć i zaburza koncentrację oraz upośledza funkcjonowanie społeczne (dla chcących wejść w szczegóły linki [tutaj](#) [tutaj](#) i [tutaj](#)). Uznanie wspomnianych faktów prowadzi do prostego wniosku- powinniśmy robić co w naszej mocy, by dzieci i młodzież nie piły wcale. Stąd też jako społeczeństwo zgodziliśmy się na regulacje prawne, które mają na celu znaczne ograniczenie dostępu młodych ludzi do alkoholu. I w tym punkcie moglibyśmy w zasadzie powiedzieć (co czasem niektórzy mówią) "zgodnie z prawem osoby niepełnoletnie nie mogą kupować alkoholu, więc problem picia przez dzieci i młodzież mamy rozwiązany". Łatwo jest umyć ręce i uciec się do takiej argumentacji, ale jak się ma ona do rzeczywistości? Otóż:

- Regulacje prawne są niewystarczające, a dzieci i młodzież piją dużo i regularnie

Aby nie pozostać gołosłownym ucieknę się do kolejnej dygresji statystycznej. Badania wskazują, że zdecydowana większość 15- latków miała kontakt z alkoholem, a regularnie pije około połowa z nich. Regularnie upija się około 20% nastolatków, a zdaniem ekspertów poważne szkody związane z piciem alkoholu przez dzieci i młodzież występują u ok. 10-15% osób między 15 a 18 rokiem życia (szczegóły [tutaj](#)). Co to oznacza? Jeśli w Twojej drużynie jest 5 osób w wieku 15 lat lub starszym, to statystycznie jedna z nich regularnie się upija, co prawdopodobnie już miało istotny wpływ na jej rozwój psychofizyczny oraz społeczny (Swoją drogą jeśli tak nie jest, to gratulacje! Na pewno jest w tym zasługa Twoja jako drużynowego).

Wysoka szkodliwość alkoholu dla rozwoju psychofizycznego i społecznego dzieci i młodzieży oraz widoczny brak skuteczności rozwiązań prawnych w ograniczaniu dostępu do alkoholu zostawiają niestety nam, wychowawcom harcerskim, duże pole do pracy wychowawczej. Krótko mówiąc:

- Jako wychowawcy harcerscy powinniśmy robić co w naszej mocy, by nasi podopieczni nie pili alkoholu.

Pod słowami “co w naszej mocy” może się kryć cała masa różnych działań, które można podejmować w pracy drużyny. Część z nich podejmujemy, a część nie, choć powinniśmy. Omówienie całego programu harcerskiej pracy z abstynencją jest jednak tematem na osobną dyskusję (niezwykle ważną! Moim zdaniem powinniśmy ją rozpocząć w SH jak najszybciej). Jest jednak jedno narzędzie pracy wychowawczej, które dystansuje wszystkie inne pod kątem skuteczności kształtowania postaw naszych podopiecznych. Narzędziem tym jest przykład własny instruktora. Drużyna harcerska nigdy nie będzie dobrze umundurowana, jeśli jej drużynowy wiecznie gubi rogatywkę. Nie da się nauczyć zuchów i harcerzy wystawiania bez wulgaryzmów, gdy drużynowy rzuca mięsem na lewo i prawo. Idąc tym tropem oczywistym staje się, że:

- Jeśli chcemy by nasi podopieczni nie pili musimy dać im jasny przykład osobistej abstynencji.

Będąc drużynowym możesz przeprowadzić dla swoich harcerzy 100 ognisk i 300 warsztatów na temat abstynencji, ale spójrzmy prawdzie w oczy, w końcu któryś z harcerzy zapyta “No dobra, a czy Ty pijesz?”. I w tym momencie spojrzenia wszystkich harcerzy zwrócą się na Ciebie. Każda odpowiedź inna, niż “Nie.” obróci w niwecz cały wysiłek, który włożyłeś w pracę nad abstynencją. Z drugiej strony odpowiedź “Nie.” wspiera ten wysiłek Twoim autorytetem, co w połączeniu daje olbrzymie szanse na sukces!

W tym miejscu warto zwrócić uwagę na jedną rzecz- przykład własny, by był prawdziwie skuteczny musi wynikać z naszego osobistego przekonania do wartości abstynencji. Wynika to z tego, że bezpośrednio po naszej odpowiedzi “Nie.” padnie pytanie “Dlaczego?”. Odpowiedź “Bo takie jest Prawo.”, choć lepsza niż nic, jest jednak marna, o czym pisałem już kilka akapitów wyżej.

Poziom 3: Nie pije, bo do tego zobowiązuje mnie Prawo Harcerskie

Ten poziom jest najbardziej oczywisty, zatem poświęcę mu najmniej miejsca. Krótko mówiąc jeśli piję alkohol, to łamię Prawo Harcerskie. Poświęcam kupę czasu, nerwów i energii, aby wychować swoich harcerzy w duchu Prawa, a na koniec pokazuję im swoim zachowaniem, że w sumie to to Prawo jest o kant stołu potłuc, bo jedyny punkt, którego realizację mogą łatwo zweryfikować po prostu olewam. Picie alkoholu rujnuje więc naszą wiarygodność jako wychowawców. Mógłbym jeszcze długo rozwodzić się nad tym jak złe skutki ma łamanie Prawa Harcerskiego, ale po pierwsze jak już wspomniałem zbyt często skupiamy się w naszych rozmowach właśnie nad tym aspektem sprawy, a po drugie dla każdego instruktora jest to chyba oczywiste, więc sobie odpuszczę. Gdyby ktoś miał jednak wątpliwości i uważał, że łamanie Prawa nie przeszkadza w wychowywaniu harcerzy do jego przestrzegania, to zapraszam do kontaktu prywatnie (albo do przeczytania jeszcze raz pierwszej części tego zdania).

Postarałem się możliwie klarownie przedstawić wartość abstynencji. Zaznaczam jednak, że przedstawione argumenty dobrałem według mojej subiektywnej oceny i nie wyczerpują one na pewno tematu. Zapewne wielu instruktorów ceni inne aspekty abstynencji. Zachęcam do

podzielenia się Waszymi przemyśleniami w tym temacie- im szersza perspektywa, tym lepiej. Niemniej dotychczasowy tekst jest chyba wystarczającym wstępem do próby odpowiedzi na pytanie, które stawiamy sobie w Stowarzyszeniu od jakiegoś czasu:

Jak zatem powinien brzmieć 10 punkt Prawa Harcerskiego?

Odpowiedź na to pytanie wcale nie jest oczywista. Dlaczego? Ano dlatego, że moim zdaniem jako instruktorzy poszliśmy i idziemy nadal na łatwiznę. Świadomie lub nie uznaliśmy, że jasno zapisany w Prawie zakaz jest wystarczającym narzędziem, by wychowywać w abstynencji. Otóż jak widać nie jest. Dostaliśmy łatwe narzędzie, więc skupiliśmy się w naszej pracy nad tym by każdemu jasno i szczegółowo wytłumaczyć dlaczego trzeba przestrzegać Prawa i nie wolno łamać zawartego w nim zakazu. We wspomnianej wyżej terminologii skupiliśmy więc się jedynie na poziomie trzecim, a więc najmniej istotnym! Takie podejście doprowadziło nas do sytuacji, w której spora część instruktorów i kadr drużyn nie widzi w abstynencji żadnej wartości, a zakaz z 10 pkt traktuje jako relikw przesłości. Naturalną reakcją z ich strony jest więc próba usunięcia z Prawa tegoż relikwu.

Moja propozycja dla wszystkich osób, które widzą w abstynencji wartość, którą chcą przekazywać swoim podopiecznym jest więc taka, abyśmy pracowali z tym tematem tak, jakby w 10 pkt zakazu nie było. A więc w praktyce:

1. Przekazywali wiedzę na temat szkodliwości alkoholu dla zdrowia oraz rozwoju młodego człowieka.
2. Uświadamiali o skali problemu alkoholowego w Polsce i lokalnie.
3. Uświadamiali rolę, jaką może odegrać zastępowy, przyboczny, drużynowy itd. w opóźnianiu inicjacji alkoholowej harcerzy dając odpowiedni przykład własny.
4. Przedstawiali abstynencję jako atrakcyjne, bo wymagające siły charakteru wyzwanie oraz doceniali tych, którzy potrafią mu sprostać.
5. Pogodzili się z tym, że nasi podopieczni nie zawsze będą w stanie sprostać temu wyzwaniu (tak jak i każdemu innemu!), otwierając tym samym pole do pracy nad sobą w temacie abstynencji.

Powyższe punkty są oczywiście tylko drogowskazami, które należy przekuć na konkretne działania metodą harcerską. Każdy z Was wie najlepiej jak to zrobić w swoim środowisku. Pomimo to chciałbym zobowiązać siebie osobiście do dwóch rzeczy:

1. Gdyby ktoś z Was chciał działać na rzecz abstynencji, ale nie miał jednak pomysłu/odwagi, by to ugryźć w swojej drużynie/szczepie/hufcu, to oferuję zawsze swoją pomoc w przygotowaniu odpowiednich ognisk/zajęć/cykli itp.
2. Gdyby znaleźli się chętni do stworzenia całościowego programu pozytywnej pracy nad abstynencją wraz z konkretnymi propozycjami, to może nawet moglibyśmy założyć jakiś zespół uzupełniając tym samym prace zespołu już działającego (a i odrobina współzawodnictwa też nam nie zaszkodzi ;)).

I na koniec krótka rzeczowa odpowiedź na pytanie wytłuszczone na początku akapitu. Osobiście uważam, że gdybyśmy zgodzili się, co do tego że chcemy wychowywać harcerzy w abstynencji (a więc oczywiście i samemu nie pić), to należałoby rozważyć usunięcie

zakazu z Prawa i zastąpić go sformułowaniem w stylu "harcerz jest wolny od nałogów". Zmusiłoby nas to do pozytywnej pracy nad abstynencją w duchu wspomnianych drogowskazów. W szczególności łatwiej byłoby moim zdaniem o realizację pkt 4 oraz 5, gdyż oczekiwanie abstynencji nie byłoby już takim automatyzmem.

Gdyby więc motywacją do zmiany Prawa była chęć zwiększenia naszej skuteczności w pracy nad abstynencją oraz nadania tej pracy bardziej "harcerskiego" charakteru, to byłby to pomysł, w mojej opinii, godny rozważenia. Jednakże w sytuacji, w której motywacją jest po prostu chęć zniesienia wymagania abstynencji dla harcerskich wychowawców (bo nie dla osób niepełnoletnich jak rozumiem), to oceniam to jako próbę obniżania poprzeczki dla siebie samych, która co gorsza (biorąc pod uwagę fakty zawarte w powyższym tekście) może pozbawić nas narzędzi do ochrony naszych podopiecznych przed niezwykle szkodliwymi skutkami "wchodzenia" w alkohol i inne używki w młodym wieku. Nie mówiąc już o zrujnowaniu naszego autorytetu w oczach co bardziej ideowej części harcerek, harcerzy i rodziców.

Mam nadzieję, że powyższy tekst wniesie pewien wkład w dyskusję nad wartością abstynencji i ewentualnymi zmianami Prawa Harcerskiego. Być może pomoże również komuś zrozumieć dlaczego warto, aby harcerz nie pił.

phm. Aleksander Kaczmarek HR