

34 w 2021 (326)

Felierton: Zadbaj najpierw o siebie

Data publikacji: 30.07.2021 / Autor: Jakub Kuciak

Jeśli leciałeś kiedyś samolotem albo robił to bohater oglądanego przez Ciebie filmu, to mogłeś usłyszeć zdanie: *Jeśli ciśnienie w kabinie gwałtownie spadnie, maski tlenowe wypadną automatycznie. Pasażerowie podróżujący z dziećmi zakładają maskę najpierw sobie, a następnie dziecku.* I pewno niejednej osobie mogła w tej chwili zapalić się w głowie czerwona lampka. No bo jak to tak, że zamiast w naturalny dla prawie każdego rodzica sposób zadbać najpierw o bezpieczeństwo swojego dziecka, mam postąpić tak bardzo egoistycznie?

Wyjaśnienie jednak jest proste i szybkie – kiedy ciśnienie gwałtownie spadnie, masz tylko kilka sekund, by założyć sobie maskę. Kiedy Ty będziesz mógł normalnie oddychać, będziesz w stanie zadbać również o bezpieczeństwo Twoich dzieci. Jeśli jednak maskę założysz najpierw dziecku, sam możesz na skutek niedotlenienia stracić w tym czasie przytomność.

No dobra, ale co to ma wspólnego z harcerstwem?

Drużynowy jest jak pan młody na weselu

Na weselu zawsze w centrum uwagi są państwo młodzi. W końcu to impreza na ich cześć, to oni mają pierwszy taniec, kroją pierwszy kawałek tortu, czy wręczają przy wszystkich upominki swoim rodzicom. W naturalny więc sposób to oni są cały czas w centrum uwagi, co jest niestety bronią obosieczną. Bo jak młodzi się świetnie bawią na parkiecie, to i goście prędko do nich dołączają. A jak młoda zniknie, albo młody będzie biegał poddenerwowany, albo oboje będą siedzieć pół wieczora za stołem ze skwaszonymi minami, no to sala to jak najbardziej wyczuje.

Sytuacja ma się podobnie w drużynie harcerzy. Chłopaki w naturalny sposób szukają uwagi i aprobaty swoich starszych braci i patrzą co też ten drużynowy porabia. I jeśli drużynowy jest w dobrym humorze i sam się świetnie bawi podczas gry czy turnieju, to pociągnie za sobą całą drużynę. Ale jeśli drużynowy chodzi skwaszony, pod nosem miele przekleństwa, a ostatni raz się uśmiechnął, jak obożny upadł i sobie twarz rozwalił... to cała drużyna to odczuwa i wie, że coś niedobrego się dzieje, a atmosfera w podobożu ulega pogorszeniu.

Harcerstwo to służba i przygoda, a nie praca i asceza

Podczas rozmów z niektórymi drużynowymi czy komendantami wyjazdów, słysząc gdzieś w tle strzały z bicza, albo jakby ktoś się po plecach różgami smagał. "Ja na tym obozie to czuję się jak w pracy ***trzask*** w ogóle zero zabawy ***trzask*** nikt nie pomoże nawet, tylko wszystko muszę robić sam ***trzask*** ja nie wiem w ogóle po co to robię".

Zdanie to jest zbitką wielu wypowiedzi które słyszałem już nie raz. I jest to wypadkowa kilku problemów:

1. złego podziału obowiązków w danej kadrze,
2. braku komunikacji między jej członkami,
3. podejmowaniu się zadań znacznie powyżej posiadanych kompetencji,
4. braku wsparcia ze strony przełożonych,
5. zapominaniu o swoich potrzebach,
6. niezrozumiałego dla mnie masochizmu.

No i tutaj przechodzimy do zdania tytułowego i tezy:

Nie będziesz w pełni sprawnym i dobrym drużynowym jeśli nie zadbasz najpierw o swoje potrzeby

A co to za potrzeby? Co Ci utrudnia zadbanie o siebie?

Sen

- Może za mało sypiasz bo zgrupowanie robi codzienne niewiele wnoszące rady?
- Albo przed obozem nie przygotowaliście dość dobrze planu pracy i teraz musicie po nocach wymyślać zajęcia?
- Wciągnęło Was imprezowanie i integracja z dziewczynami?
- A może wir rywalizacji zgrupowania w wielkim turnieju podchodów?

Rozmawiaj ze swoimi przybocznymi i z kadrą zgrupowania. Zgłaszaj zastrzeżenia, proś i dziękuj, a konflikty rozwiązuj u zarodka, a nie dopiero po wybuchu.

Przygotujcie obóz przed jego rozpoczęciem. Znacznie łatwiej i szybciej

ogarniać materiały i wymyślać zajęcia z dostępem do komputera i sklepów, niż siedząc o pierwszej w nocy wnamiocie.

Nawet jeśli czujecie się niezniszczalni, to **Wasz organizm wcześniej czy później da o sobie znać**, a badań o wpływie snu (i jego braku) na zdrowie i koncentrację, znajdziecie w necie mnóstwo.

Ponadto **wartownicy dokładnie widzą i zapamiętują kiedy kadra idzie spać** i mogą uznać, że 4h snu + melanż codziennie, to normalny tryb życia kadry i w przyszłości będą chcieli go odtwarzać.

Odpowiedzialność

- Przekonali Cię do roli komendanta, a teraz wszystko Ty masz na głowie?
- Przybocznicy nic nie zrobią tak długo jak im palcem nie wskażesz i nie wydasz komendy?
- Masz wrażenie, że jedyny cokolwiek tutaj ogarniasz i jak na chwilę przestaniesz myśleć, to wszystko spłonie?

Jako drużynowy względem przybocznych – zaufaj im. Powierzaj odpowiedzialne zadania. Zachęcaj do własnych inicjatyw. Licz się jednak z tym, że zadanie może nie być wykonane 100% po Twojej myśli. I dobrze.

Jako komendant względem drużynowych – wyznacz jasne granice. Jeśli obiecują, że będą robić, to pilnuj aby robili. Jeśli nie robią, to dowiedz się dlaczego. Wymagaj ale i wspieraj. Pamiętaj, że najważniejsza jest zawsze praca w drużynach, ale to do Ciebie powinno zawsze należeć ostatecznie i decydujące zdanie.

Jako drużynowy lub komendant względem swoich przełożonych – wymagaj od nich, ale i nie wstydz się problemów. Hufcowy ma być wsparciem dla drużyny, a Okręg dla obozu – ale nie pomogą Ci jeśli nie będą wiedzieli, że masz jakieś problemy.

Ponadto nie przejmuj się rzeczami, na które nie masz wpływu.

Poczucie celu

- Jedziesz na obóz aby go odbębnić?
- Nie czerpiesz żadnej frajdy z tego co robisz?
- Nie chcesz jechać na obóz, który sam organizujesz?

Służba to nie łaska, to dobrowolny wybór. Nie podejmuj się robienia rzeczy, których nie chcesz, jeśli ma to Cię kosztować zdrowie fizyczne bądź psychiczne.

Pamiętaj jednak, że **jako drużynowy czy komendant, możesz wszystko zmienić**. Zamiast odbębniać formy, masz w rękach masę narzędzi, aby robić rzeczy lepiej i w taki sposób, że sam będziesz się jarał na myśl o ich wykonaniu.

Jeśli znudziły Ci się odtwórcze obozy szczepu / hufca, albo wielkie zgrupowania, to **zorganizuj własny obóz** samodzielny, albo na spółkę z kolegą dzielącym Twój pogląd na harcerstwo.

Wypalenie

- Któregoś dnia obozu po prostu masz dość?
- Przechodzisz takie załamanie, że nie chcesz wrócić do podobozu swojej drużyny?
- Nie odpisujesz na wiadomości własnych przybocznych, bo nie masz w ogóle siły?
- Czujesz, że harcerstwo to kula u Twojej nogi?

Większość z nas przez to przechodziła. Jeśli chociaż raz odpowiedziałeś "Tak" to niestety nie jesteś ani pierwszy, ani ostatni. Co można z tym zrobić?

Pamiętaj, że nie jesteś sam – powiedz swoim przybocznym, że jest z Tobą źle. Że potrzebujesz miesiąca odpoczynku. Że muszą przejąć na siebie Twoje obowiązki. Powiedz jednak o tym wprost, zamiast zniknąć bez informacji.

Weź na obozie dzień wolnego¹ – ustal w kadrze, że każdy z Was ma jeden dzień wolnego. Może wtedy pojechać do miasta, spotkać się ze swoją dziewczyną, albo przespać cały dzień na karimacie gdzieś w środku lasu. Taki jeden dzień relaksu może czasem naprawdę wiele zmienić.

Weź urlop – wiem, że poszczególne chorągwie różnie interpretują zapis o urlopie instruktorskim. W Mazowieckiej ChHy jednak masz prawo (nawet jako drużynowy czy referent) dostać miesiąc czy dwa urlopu instruktorskiego (rzecz jasna przy pewnych warunkach). Jest to dobry czas by oczyścić głowę.

Nie musisz działać na 100% – Wśród harcerzy można znaleźć wielu idealistów czy perfekcjonistów, którzy wolą nie robić wcale niż zejść ze 100% na 80%. Działam na pierwszej linii albo nie robię niczego. Prowadzę drużynę puszczańską, albo drużyny nie prowadzę wcale. Mam trzy funkcje albo żadnej. Wystrzegajmy się takiego myślenia, bo często nawet Twoja mała pomoc w czasie jednej akcji w roku może wiele dać, a na pewno więcej niż skreślenie się wprost po oddaniu drużyny.

Sprawdzam czy jest bezpiecznie!

Nie planuję tym tekstem rozwiązać problemu “wypalenia”, bo to wielopoziomowy problem drążący niejedną organizację. Nie poprawię też w magiczny sposób jakości komunikacji w naszych kadrach i zespołach projektowych.

Chcę jednak Ci uzmysłowić Drogi Instruktorze, że Twoje potrzeby są istotne – i to na tyle, że zapominając o nich (nawet dla dobra podopiecznych), możesz osiągnąć odwrotny efekt niż zamierzony. Zapominając o sobie, możesz de facto zaszkodzić innym. Wszak każdy ratownik musi zadbać najpierw o swoje bezpieczeństwo aby móc ratować życie drugiego człowieka.

PS: I żeby nie było, nie zamierzam promować postawy bylejakości ([o której już co nieco kolega Borkowski napisał](#)). Ba! Uważam wręcz, że jeśli ktoś robi złą robotę i jeszcze narzeka jak bardzo mu w tym ZHR ciężko, to życzliwa osoba powinna mu jak najszybciej wskazać najprostszą drogę do wyjścia.

[1] Acz to rozwiązanie wymaga przede wszystkim zgody komendanta obozu, oraz ze względów bezpieczeństwa, sugeruję je tylko jednostkom gdzie jest co najmniej dwóch wychowawców.

[Jakub Kuciak](#)

Był 14. drużynowym 82 WDH „Zbroja” oraz 1. drużynowym 82 WDW „Twierdza”. Wieloletni wicenamiestnik Grochowa. Harcmistrz, mąż podharcmistrzyni, tata potencjalnych zuchów. Obecny redaktor naczelny Azymutu oraz mazowiecki referent wędrowników.