

Jak piją milleniałsi? Spotkanie z Adamem Kłodeckim i Patrykiem Chilewiczem

Czy jedno piwo wypijane codziennie podczas gry na konsoli nosi znamiona uzależnienia? Czy cotygodniowa sobotnia impreza ze znajomymi zakończona „urwanym filmem” powinna skłonić nas do refleksji? Czy regularne spotkania ze znajomymi, którym zawsze towarzyszy kieliszek (lub więcej) wina, mogą mieć gorzki posmak utraty kontroli? Jak piją warszawscy milleniałsi? Fundacja Zwalcz Nudę i Miasto Stołeczne Warszawa zapraszają na ostatnie spotkanie „przy kawie” w ramach projektu #MamKontrolę.

— Pod koniec wakacji 2020, w ramach realizowanej przez nas kampanii, przeprowadziliśmy ankietę wśród osób spędzających czas nad Wisłą w letnie weekendowe popołudnia i wieczory – tłumaczy prezeska Fundacji Zwalcz Nudę, Krystyna Radkowska. – *Przed wszystkim chcieliśmy sprawdzić, jaka jest wiedza warszawiaków i warszawianek na temat metod zapobiegania alkoholizmowi, skali problemu nadużywania alkoholu w stolicy, ale także sposobów leczenia oraz tego, jak wyglądają relacje samych badanych z alkoholem.*

W ankiecie wzięło udział ponad 60 osób. Prawie 90% z nich to osoby znajdujące się w przedziale wiekowym 18-34 lata. – *Według naszego badania to główna grupa spędzająca czas nad Wisłą. Są to przede wszystkim studenci oraz osoby już po studiach. Te dane zainspirowały nas do pochylenia się nad tematem nieco bardziej* – opowiada Krystyna Radkowska.

Badani byli proszeni między innymi o wymienienie innych kampanii społecznych, dotyczących problemu spożywania czy nadużywania alkoholu. Aż 79% z nich nie kojarzyło żadnej kampanii. Zaledwie niewielki odsetek ankietowanych wymieniał takie akcje jak „Pięś – nie jedź”, „W ciąży nie piję alkoholu” czy branżowych kampanii koncernów alkoholowych.

Odsetek mieszkańców i mieszanek Warszawy, którzy są zdania, że w okolicy ich zamieszkania widoczny jest problem nadużywania alkoholu, wyniósł 65%. Świadczy o tym przede wszystkim bardzo duża liczba sklepów alkoholowych znajdująca się w najbliższym sąsiedztwie, a także wieczorne hałasy. Ankietowani wskazywali również na kwestię wielu osób spożywających alkohol lub będących pod jego wpływem, które można spotkać na ulicach oraz przystankach. Zdaniem badanych świadczą o tym także śmieci i butelki porzucane w przestrzeni publicznej.

W ankiecie pytano także o definicję sformułowania „ryzykowne picie alkoholu” oraz o przykłady takich zachowań. Badani odpowiadali, że ryzykowne picie alkoholu, to takie, które może doprowadzić do utraty zdrowia lub życia (82%). Ponadto ankietowani zgadzali się także ze zdaniem, że może ono doprowadzić do uzależnienia (69%), do rozpadu rodziny (66%), do utraty pieniędzy lub pracy (60%) oraz do rozpadu więzi przyjacielskich (53%).

Jako przykłady ryzykownych zachowań najczęściej pojawiały się: brak umiaru i kontroli w picu – picie „aż do zgonu”, zaniedbywanie obowiązków prywatnych i zawodowych, prowadzenie pojazdów po alkoholu, spożywanie alkoholu przy każdej możliwej okazji – również w obecności dzieci.

Na pytanie, gdzie powinna zgłosić się osoba podejrzewająca u siebie uzależnienie od alkoholu, najczęściej padały odpowiedzi: Anonimowi Alkoholicy, lekarz pierwszego kontaktu lub szpital, psycholog albo terapeuta.

Badani proszeni o wskazanie sposobów walki z uzależnieniem, podawali zazwyczaj popularne i standardowe metody: terapia, „wszywka”, spotkania AA, pójdzie na odwyk, zachowywanie abstynencji

lub „bezpieczne picie”. Pojawiały się także zaskakujące odpowiedzi typu „silna wola” czy „znalezienie sobie hobby”. Żadnych sposobów walki z chorobą alkoholową nie potrafiło wymienić 4% badanych.

Jakie są relacje badanych z alkoholem?

Znacząca większość badanych w trakcie realizacji ankiety była już pod wpływem alkoholu lub go spożywała. Ponad połowa z nich sięga po alkohol co najmniej raz w tygodniu. Na pytanie, jak często ankietowani piją alkohol, pojawiały się odpowiedzi: raz w tygodniu (28%), kilka razy w miesiącu (28%), kilka razy w tygodniu (25%), rzadziej niż raz w miesiącu (17%), raz w miesiącu (2%).

Brak wyrzutów sumienia związanych z wcześniejszym pić alkoholu wskazało 42% osób biorących udział w badaniu. Pozostali odczuwali wstyd (32%), ale rzadko, zaś 24% ankietowanych twierdziło, że czasami ma poczucie winy z powodu wypitego wcześniej alkoholu.

Prawie połowa badanych (48%) deklarowała, że alkohol nie jest im niezbędny do dobrej zabawy. Alkoholu nie potrzebuje 37% osób, ale ich spotkaniom ze znajomymi często towarzyszą napoje wysokowe, z kolei 10% potrzebuje niewielkiej ilości różnych trunków, by dobrze się bawić. Dla 5% badanych alkohol jest niezbędny do zabawy.

- *Grupa wiekowa, która dominuje nad Wisłą – młodzi dorośli, millenials – posiada podstawową wiedzę na temat przeciwdziałania negatywnym skutkom nadużywania alkoholu. Jednak z przeprowadzonych rozmów możemy wnioskować, że jest ona nieuporządkowana i oparta na informacjach z mediów czy nie do końca wiarygodnych źródłach – tłumaczy prezeska Fundacji Zwalcz Nudę, Krystyna Radkowska.*
- *Młodzi często czerpią informacje z fake newsów, memów, powtarzają slogany. W praktyce nie wiedzą jednak, jakie kroki podjąć, by zerwać z nałogiem, a także kiedy w ogóle należy zacząć niepokoić się pić swoim lub swoich bliskich.*

Spotkanie przy kawie – online

To właśnie spożywanie alkoholu przez młodych dorosłych, 20- i 30-latków, będzie tematem ostatniego już w tym roku spotkania przy kawie, organizowanego w ramach kampanii #MamKontrolę. Ze względów bezpieczeństwa epidemicznego odbędzie się ono online – w formie transmisji na żywo na Facebooku Fundacji Zwalcz Nudę. Gośćmi spotkania będą dr Adam Kłodecki – psychoterapeuta, specjalista do spraw uzależnień, a także Patryk Chilewicz – współtwórca i połowa duetu Vogule Poland, skupiającego społeczność prawie 60 000 fanów i fanek oraz 450 000 obserwatorów i obserwatorek. Patryk otwarcie mówi o swojej walce z nałogiem i uzależnieniu od alkoholu.

Spotkanie będzie transmitowane za pośrednictwem Facebooka, dzięki czemu każdy będzie mógł zadać gościom nurtujące go pytania. Temat nadużywania alkoholu nie jest łatwy ani wygodny, w związku z czym organizator zapewni także możliwość wzięcia udziału w spotkaniu i zadania pytań w anonimowy sposób, za pomocą platformy Zoom.

Spotkanie odbywa się w ramach kampanii społeczno-edukacyjnej z zakresu przeciwdziałania alkoholizmowi na terenie m.st. Warszawy – #MamKontrolę. Projekt jest współfinansowany przez miasto stołeczne Warszawę.