

Dobre rady dla tych, którzy jadą do pracy za granicę.

A. Zanim wyjdiesz:

1. Uświadom sobie, że poprzez wyjazdy twoje małżeństwo jest wystawione na próbę, ponieważ:
 - istnieje niebezpieczeństwo, że oddalicie się od siebie nie tylko cielesnie, ale i duchowo;
 - możesz stracić dotychczasową drobną więź nie tylko z małżonkiem, ale i z dziećmi.
2. Dlatego też:
 - ustal dokładnie datę powrotu (czy odwiedzin) i postaraj się dotrzymać danego słowa;
 - ustal formę kontaktowania się z bliskimi poprzez telefon czy internet; omówcie ich częstotliwość, (dzień, godziny); pamiętaj, że twoi bliscy za tobą tęsknią i są zaniepokojeni, gdy długo nie wracasz lub nie dzwonisz;
 - poproś, aby cię pouczone, jak korzystać z tych możliwości komunikowania się, jeżeli nie masz takich umiejętności;
 - umów się z rodziną na wspólną godzinę codziennej modlitwy, abyście mieli codzienną więź duchową.
3. Ponadto:
 - zapytaj pracodawcę albo pośrednika, gdzie się znajduje najbliższy kościół katolicki, zapytaj o polską misję katolicką;
 - odszukaj potrzebne ci informacje w internecie; w razie potrzeby poproś, aby ktoś ci pomógł;
 - zadbaj o to aby umowa o pracę była spisana i zawierała wszystkie istotne informacje;
 - zadbaj o ubezpieczenie na czas podróży i pobytu w pracy;
 - nie wyruszaj w drogę zmęczony, bo to może być twoja ostatnia podróż;
 - uważaj abyś nie uwierzył we wszechmoc pieniędzy; taka wiara jest wielkim złudzeniem. Wielu się o tym boleśnie przekonało, kiedy poprzez pieniądze stracili swoje rodziny, zdrowie i szczęście.

B. Kiedy pracujesz za granicą:

4. Zadbaj o swoją wiarę. Dlatego też:
 - miej świadomość, że twoja wiara wystawiona jest na próbę; aby była mocna potrzebuje sakramentów, modlitwy i świadectwa;
 - poproś pracodawcę o umożliwienie dojazdu do kościoła;
 - uczęszczaj na niedzielną Eucharystię, nawet w obcym języku, korzystając z dostępnych dwujęzycznych modlitewników;
 - korzystaj ze spotkań katolickich grup, które działają przy lokalnych kościołach.
5. Zadbaj o zdrowie ciała. Dlatego też:
 - dobierz sobie współmieszkańców nie pijących;
 - zaplanuj czas na odpoczynek, bo każdy go potrzebuje;
 - pamiętaj, że praca w niedzielę i święta jeszcze nikogo nie wzbogaciła;
 - wiedz, że zdala od domu, łatwiej sięgnąć po używki (alkohol, narkotyki); nigdy nie sięgaj po nie, nawet kiedy jesteś zmęczony, smutny, rozgoryczony, samotny, głodny, bo wtedy łatwo wejść na ścieżkę uzależnienia;
 - każdy, nawet najbardziej łagodny narkotyk jest szkodliwy; łączony z alkoholem kilkakrotnie szybciej uzależnia;
 - jeśli jesteś osobą już uzależnioną, dowiedz się gdzie działają grupy AA, lub inne, które uzależnionym pomagają trzeźwieć;
 - przed podróżą do domu odpocznij, a w trakcie jej trwania rób przerwy, tak podróżuj, aby dotrzeć do rodziny żywy i zdrowy.

6. Zadbaj o kondycję ducha. Dlatego też:
 - wiedz, że można się zagubić w obcej kulturze, dlatego nie rezygnuj ze swojej;
 - wiedz, że wyjeżdżając daleko od rodziny z własnego kraju, możesz poczuć wyobcowanie, samotność, zagubienie;
 - wiedz, że wielu ludzi nie radzi sobie z samotnością, ponieważ jej niczym nie wypełnia;
 - w ramach wolnego czasu, spróbuj poznać region, jego zabytki, przyrodę;
 - weź ze sobą dobrą książkę, kasety do nauki języka obcego;
 - dbaj o posiłki, sen, szanuj swoje zdrowie.
7. Zadbaj o więź z najbliższymi. Dlatego też:
 - wiedz, że niepokojącym sygnałem oddalania się od nich są: coraz rzadsze powroty do domu, wydłużanie pobytu poza domem, oraz częstsze nieporozumienia, kłótnie, wybuchowość, irytacja przy rodzinnym spotkaniu;
 - często korzystaj z telefonu do domu, z modlitwy i Mszy św. za najbliższych, dobrej i mądrej lektury;
 - trzymaj przy sobie zdjęcia twoich bliskich, pomoże to podtrzymać waszą wzajemną miłość.

C. Kiedy jesteś w domu:

8. Odpocznij duchowo i fizycznie:
 - skorzystaj z sakramentów św., zwłaszcza z spowiedzi, odnow swoje siły duchowe;
 - pobyt w domu nie wypełniaj telewizorem, ale wykorzystaj go na aktywny odpoczynek w gronie rodziny;
 - nie załatwiał tysiący spraw równocześnie, ale przede wszystkim spędzaj czas z najbliższymi, pozwól im towarzyszyć ci w załatwieniu twoich spraw.
9. Zadbaj o swój autorytet rodzica, a więc pamiętaj:
 - dzieci mogą reagować zwiększoną agresją bo: czują się opuszczone przez jednego z rodziców, mają obniżone poczucie bezpieczeństwa, deficyty emocjonalne, nieobecny rodzic nie daje miłości, nie uczestniczy w ich życiu, nie jest nauczycielem życia;
 - nie kupuj dużo rzeczy dzieciom, więcej z nimi rozmawiaj, baw się, okaz im zainteresowanie, buduj z nimi kontakt;
 - kupowanie nagród dzieciom, to uspakajanie swojego sumienia, przedmioty nie zastąpią obecności, nie są miłością, są jej atrapą.
10. Zadbaj o pogłębienie więzi z współmałżonkiem i dziećmi, więc:
 - wracając do domu zabierz ze sobą nie tylko pieniądze, ale serce; twoi bliscy czekają na twoją miłość;
 - zaplanuj jak najwięcej wspólnych spotkań z rodziną: wspólne posiłki, pójście razem do kościoła, na spacer;
 - kiedy jesteś w domu, staraj się rozmawiać o rzeczach istotnych dla waszego małżeństwa i rodziny;
 - uzbrój się w cierpliwość, ponieważ pod twoją nieobecność rodzina się zmieniła, spróbuj zrozumieć te zmiany, poznaj ją, nie oceniaj zbyt szybko;
 - uważaj na silne emocje, aby się nie kłócić, lecz wyjaśnić to, czego nie rozumiecie;
 - dziel się swoim życiem, mów z czym ty sobie nie radzisz, nie przyzwyczajaj swojej rodziny do swojej nieobecności, bo kiedyś będziesz musiał ją przyzwyczajać do swojej obecności;
 - zachowuj się godnie, aby twoi bliscy znowu na ciebie czekali i za tobą tęsknili;
 - kiedy twoi bliscy czekają tylko na twoje pieniądze, a nie na ciebie, to trzeba jak najszybciej wrócić do domu, bo zaczyna się kryzys.