

Biuletyn Parafialny

Parafia św. Teresy od Dzieciątka Jezus

ul. Rybnicka 27, 02-405 Warszawa, tel. (22) 535 01 00

O poszukiwaniu pracy, czyli jak zacząć od nowa

Wrzesień kojarzy się nam wszystkim - tym, którzy mają dzieci w wieku szkolnym, i tym, którzy nie mają lub dzieci dorosły, z rozpoczęciem nowego roku szkolnego. W sklepach widzę zabiegane matki, które kompletują nową garderobę dla swoich pociech, kupują nowe zeszyty, przybory szkolne. Wszystkim towarzyszy jakieś napięcie, ekscytacja, która po 1 września spokojnie wycisza się. Wszystko powraca do znajomego rytmu dnia.

Pomyślałam sobie o dzieciach, które od nowa podejmują wysiłek zbierania piątek, wstawania rano do szkoły i dopilnowywania obowiązku szkolnego. I tak co roku, aż do ukończenia edukacji. Jak to łatwo przychodzi zdecydowanej większości dzieciom! Pomyślałam o wielu dorosłych, którym trudno, z różnych względów, sprostać podjęciu obowiązku pracy.

Z psychologicznego punktu widzenia każda zmiana w naszym życiu uruchamia całą gamę emocji: lęk, obawy, ale i też ekscytację, zaciekawienie. To co nowe jest dla nas kompletnie nieznane. I nie szkodzi, że o nowym miejscu pracy słyszeliśmy fajne rzeczy, a o nowym szefie mówią same superlatywy. Dla nas to nowe doświadczenie życiowe. A jeśli nowe to - ostrożnie, nieufnie, z poczuciem zagrożenia – tak wielu z nas myśli i czuje. Lęk przeżywany przez nas bywa czasem tak silny, że powstrzymuje nas od podjęcia działań w sprawie szukania np. nowej pracy. Znajdujemy wtedy mnóstwo wyjaśnień, których potrzebujemy dla żony, męża, bliskich, pytających „Kiedy pójdziesz do pracy?”. Mówimy wtedy „jest teraz kryzys” „nie mam odpowiedniego wykształcenia”, „nie opłaca się za taką pensję pracować”, „nie tak łatwo teraz o pracę”, „wszyscy mają trudności ze znalezieniem prac”. Niektórym z tych argumentów trudno zaprzeczać, bo są one prawdą. Nikt, no może poza niektórymi politykami, nie wątpi, że jest teraz kryzys. Nikt nie powątpiewa, że niełatwo przechodzić kolejne rozmowy kwalifikacyjne. Ale z pozostałymi argumentami można już podjąć polemikę: jeśli nie ma się odpowiedniego wykształcenia do pracy, którą chciałoby się wykonywać, to może warto byłoby zmienić oczekiwania. Podjęcie pracy, znalezienie jej nigdy nie było i nie jest prostą i łatwą sprawą, no chyba, że uruchomiona zostaje sieć wsparcia poprzez koligacje rodzinne, znajomych.

W związku z wytoczeniem serii argumentów niesprzyjających szukaniu pracy, na jakiś czas bliscy, rodzina, dają spokój naciskom w sprawie podjęcia pracy. Tylko na jakiś czas.

Jednak poprzez użyte argumenty, usprawiedliwiające nasze wycofanie się z zabiegów szukania pracy, pozbawiamy się sami siły wewnętrznej, pewności siebie, przekonania, że nam się w życiu uda. Z czasem czujemy się gorsi, niepewni siebie, niepewni wśród ludzi, bo chociaż „wszyscy mają trudności ze znalezieniem pracy” to jednak niektórzy ją znajdują, niektórym to się udaje! Przeżywany lęk jest niesamowicie silną emocją. Oprócz tego, że jesteśmy w stanie odczuwać go wręcz fizycznie: boli głowa, łamie po kościach, dostajemy palpitacji serca, nie ma się siły wstać z łóżka, to dodatkowo powoduje, że zniekształcamy obraz rzeczywistości. To tak jakbyśmy patrzyli na to, czego doświadczamy w życiu przez szkło mocno powiększające! Trudności wydają się wtedy o wiele większe niż są w rzeczywistości, problemy urastają do rangi dramatów życiowych.

O ile kobiecie łatwiej mówić, że nie podoła obowiązkowi w nowej pracy, że rodzą się w niej jakieś obawy, lęki, o tyle mężczyzna, pozostaje niejednokrotnie sam w świecie przeżywanych napięć. Z racji

płci nie podzieli się, nie ujawni tego, z czym sobie nie radzi. Z myślami, że są od niego lepsi, że nie poświęcił swojej edukacji czasu, gdy był na to czas itd. Stąd już krótka droga by szukać nie pracy, a sposobu na rozładowywanie tych napięć, często poprzez alkohol – szybki i doraźny środek.

Załóżmy, że jednak lęk zostanie przełamany na tyle, by zgłosić się na rozmowę kwalifikacyjną właśnie w sprawie pracy. Dla pracodawcy ważnym czynnikiem jest przygotowanie zawodowe, doświadczenie, ale równie ważna wydaje się być motywacja „chcę pracować tu a nie gdzie indziej”. Osoby o niskim poczuciu własnej wartości i niskiej samoocenie minimalizują swoje kompetencje, możliwości zawodowe. Są przekonane, że tak jak sami nisko się oceniają, podobnie może zrobić to pracodawca. Błędne koło myślenia zamyka się, bowiem tak jak sami nie cenią siebie, to zgodnie z tą oceną tak będą się prezentować. I z pewnością nie sięgną po pracę na miarę swoich obowiązków. Anna jest niezadowolona ze swojej pracy: nie satysfakcjonuje ją pensja, nie ma dobrego kontaktu z koleżankami i to co robi, twierdzi, że ją nie rozwija. Ma za sobą wiele rozmów kwalifikacyjnych: żali się, że nie ma siły słuchać odmów, czuje się coraz gorsza, niepewna siebie. Nie rozumie, dlaczego jej kwalifikacje, znajomość języków nie wystarcza do tego by zostać zatrudnioną. Dopiero rozmowa terapeutyczna uświadomiła jej, że to ona stawia pracodawcom warunki, na które oni nie wyrażają zgody: „nie będę dyspozycyjna”, „proszę o normowany czas pracy”, „nie ma takiej opcji abym zostawała po godzinach”. Anna zdała sobie sprawę, że zgłaszała się do miejsc, w których dokładnie wymagana jest dyspozycyjność czy nie normowany czas pracy, jakby nieświadomie sabotowała siebie samą na przeżywanie kolejnych porażek. Z czasem uzmysłowiła sobie, że mimo swoich 30 lat nadal nie ma pomysłu na siebie, na to co chciałaby robić i co dawałoby jej radość.

Warto zadawać sobie pytania: czego pragnę, o czym marzę, na różnych etapach swojego życia. Gdy byliśmy dziećmi, z wrodzoną, charakterystyczną dla dziecka spontanicznością, odpowiadaliśmy: jak dorosnę, będę nauczycielem, będę lekarzem, będę pilotem. Jak to się dzieje, że z wiekiem coraz mniej wierzymy w siebie, ufamy sobie?

W końcu praca to prawie 40 lat naszego życia... A siła do zmiany tkwi w każdym z nas: w naszych emocjach i w naszym myśleniu o sobie samych i o innych! Możemy ją wzmacniać przekonując samych siebie „innym udało się to i mnie także uda się”, „może zaryzykuję” lub też odbierać ją sobie zaklęciami: „to nie ma sensu”, „nie ma o co walczyć”. Każde z tych schematów myślowych uruchamia z ogromną siłą emocje: zaciekawienia, ekscytacji lub odwrotnie wycofania, obaw.

Jeśli więc chcesz coś zmienić w swoim życiu, np. pracę porozmawiaj najpierw z samym sobą o tym o czym myślisz, czego pragniesz i co przeżywasz. I nie bądź zbyt surowy, wymagający, osadzający, bo to z pewnością nie doda Ci siły i wiary w siebie!

*Renata Komajda-Wójcik
specjalista psycholog kliniczny, psychoterapeuta*

Intencje mszalne

6 września 2009 (XXIII Niedziela Zwykła)

6.30 – za śp. Antoniego, Cecylię Godos, Stanisława i Stanisławę Korbeniów

8.00 – za śp. Stanisława Przychodzeń i Kazimierza Semp

9.30 – za śp. Józefa Niedzielę

11.00 – za śp. Jerzego Wojciechowskiego w 2. rocznicę śmierci

12.30 – 1) za zmarłych z rodziny Święckich

2) o Boże błogosławieństwo i potrzebne łaski dla ks. Henryka w 55. rocznicę kapłaństwa

18.00 – w intencji Kółek Żywego Różańca

7 września 2009 (poniedziałek)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich

8.00 – dziękczynna, w 18. rocznicę ślubu Agnieszki i Tomasza Rysz

18.00 – za śp. Józefa Mętraka

8 września 2009 (wtorek)

6.30 – za śp. Mariana Mętraka

8.00 – 1) za śp. Józefa Ziejewskiego w 4. rocznicę śmierci

2) za zmarłych z rodziny Święckich

18.00 – za śp. Marię Prandecką oraz śp. Anne i Jana Dobrowolskich

9 września 2009 (środa)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich
8.00 – dziękczynno-błagalna w intencji Jolanty i Zbigniewa o potrzebne łaski
18.00 – za ks. Juliana Chroscickiego w 36. rocznicę śmierci

10 września 2009 (czwartek)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich
8.00 – za śp. Mariannę i Józefa Witkowskich, Zdzisława i Edwarda Witkowskich
18.00 – za śp. Leokadię Hass, Wiktorię, Franciszka, Henryka, Stanisława Sołgała

11 września 2009 (piątek)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich
8.00 – za śp. Włodzimierza Jaronia w 2. rocznicę śmierci
18.00 – za zmarłych z naszych rodzin

12 września 2009 (sobota)

6.30 – dziękczynno-błagalna w 79. rocznicę urodzin Anny
8.00 – 1) za śp. Michała Karwata w 5. rocznicę śmierci
2) za zmarłych z rodziny Święckich
18.00 – dziękczynno-błagalna, w 25. rocznicę ślubu Elżbiety i Grzegorza Kolasińskich

13 września 2009 (XXIV Niedziela Zwykła)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich
8.00 – za śp. Jadwigę, Zofie i Edwarda Zawistowskich
9.30 – dziękczynno-błagalna z prośbą o błogosławieństwo Boże dla Waldemara i Małgorzaty
11.00 – za śp. Franciszka i Sabinę Kazimierczak oraz Stanisława Michalika
12.30 – za parafian (chrzty)
18.00 – za śp. Stanisława i Eugenię Piwońskich

14 września 2009 (Podwyższenia Krzyża Świętego)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich
8.00 – 1) za śp. Władysława Woźniaka w 17. rocznicę śmierci oraz Annę i Antoniego Woźniaków
2) za śp. Ewę Jurczak w 30. dzień po śmierci
18.00 – dziękczynna, z okazji 13. rocznicy ślubu Agnieszki i Pawła, z prośbą o Boże błogosławieństwo i opiekę dla Jubilatów i ich syna Michała

15 września 2009 (wtorek)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich
8.00 – za śp. Bronisława Zajma

18.00 – dziękczynna, w 30. rocznicę ślubu Haliny i Bogusława Paul

16 września 2009 (środa)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich
8.00 – za śp. Stanisława i Czesława Brzozowskich
18.00 – 1) o beatyfikację i kanonizację papieża Jana Pawła II
2) za zmarłych i pomordowanych mężczyzn wywiezionych z Włoch – w 65. rocznicę

17 września 2009 (czwartek)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich
8.00 – wolna intencja
18.00 – za śp. Zofię Niedziela w 9. miesięcy po śmierci

18 września 2009 (piątek)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich
8.00 – wolna intencja
18.00 – dziękczynna, w dniu 99. urodzin Marty Biela, o zdrowie i błogosławieństwo Boże

19 września 2009 (sobota)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich
8.00 – o Boże błogosławieństwo i potrzebne łaski dla rodziny Barbary
16.00 – ślub Muszyński-Ziółek
17.00 – ślub Rosiak-Łapiński
18.00 – za śp. Ludwikę Bogusz, Jolantę Kisielewicz, Olgę i Aleksandra Maruk

20 września 2009 (XXV Niedziela Zwykła)

6.30 – za śp. Władysława Nowak
8.00 – za śp. Wacława Krajewskiego w 9. rocznicę śmierci oraz śp. Łucję Krajewską
9.30 – za śp. Stanisława, Wiktorię, Jana, Mariana z rodziny Gonciarzów
11.00 – dziękczynno – błagalna w 11. rocznicę urodzin Grzegorza
12.30 – za zmarłych z rodziny Święckich
18.00 – za śp. Pelagię i Kazimierza Misionów

21 września 2009 (poniedziałek)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich
8.00 – wolna intencja
18.00 – za śp. Mateusza i Józefę Zwolińskich

22 września 2009 (wtorek)

6.30 – dziękczynno-błagalna w 36. rocznicę ślubu Andrzeja i Marii
8.00 – 1) za zmarłych z rodziny Wojnarowskich
2) za zmarłych z rodziny Święckich
18.00 – za śp. Izabelę i Jana Oleszkiewicz

23 września 2009 (środa)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich

8.00 – dziękczynna w 3. rocznicę ślubu Marleny i Rafała

18.00 – za śp. Gerarda Wiśniewskiego z okazji imienin

24 września 2009 (czwartek)

6.30 – za śp. Jana Lasek

8.00 – za zmarłych z rodziny Święckich

18.00 – za śp. Tadeusza Okurowskiego w 9. rocznicę śmierci

25 września 2009 (piątek)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich

8.00 – za śp. Jadwigę i Ludwika Borowskich

18.00 – dziękczynno-błagalna w 18. rocznicę urodzin Marcina

26 września 2009 (sobota)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich

8.00 – za śp. Romana Paul w 30. rocznicę śmierci oraz za śp. Irenę Paul w 27. rocznicę śmierci

16.00 – ślub Szewczyk-Pielak

18.00 – dziękczynno-błagalna w 44. rocznicę ślubu Daniela i Czesława

27 września 2009 (XXVI Niedziela Zwykła)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich

8.00 – 1) za śp. Stefana Woźniaka

2) za śp. Wacława Saniewskiego

9.30 – za śp. Lesława Szozdę w 4. rocznicę śmierci

11.00 – o zdrowie, potrzebne łaski i błogosławieństwo Boże dla Joanny i Katarzyny

12.30 – za parafian

18.00 – za śp. Jerzego Awenckiego

28 września 2009 (poniedziałek)

6.30 – dziękczynno-błagalna w 80. rocznicę urodzin Daniela

8.00 – 1) za śp. Michała Woźniaka

2) za zmarłych z rodziny Święckich

18.00 – za śp. Mariannę i Jana Szybka

29 września 2009 (wtorek)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich

8.00 – za śp. Michała Karwata

od godz. 9.00 – Nabożeństwo 40-godzinne

18.00 – za śp. Michalinę Rębecką w dniu imienin

30 września 2009 (środa)

6.30 – za zmarłych z rodziny Święckich

8.00 – dziękczynna, w 30. rocznicę chrztu Agnieszki

18.00 – wolna intencja

Ogłoszenia parafialne

- Msze św. w naszej parafii do końca 2009 r. odprowadzane są:
 - w niedziele o godz. 6.30, 8.00, 9.30, 11.00, 12.30 i 18.00
 - w dni powszednie o godz. 6.30, 8.00 i 18.00
 - w 1-sze piątki miesiąca Msza św. z udziałem dzieci o godz. 16.30.Spowiedź pół godziny przed każdą Mszą św.
- Kancelaria parafialna czynna:
 - pon. – śr. 9.00-11.00; 16.00-18.00
 - czw. 17.00-19.30
 - pt. 9.00-11.00 i 16.00-18.00 (I piątki miesiąca: 9.00-12.00)
- 16-go dnia każdego miesiąca o godz. 18.00 Msza św. w intencji o beatyfikację i kanonizację papieża Jana Pawła II.
- W 1-sze czwartki miesiąca po Mszy św. Adoracja Najświętszego Sakramentu i Nieszpory z kapłanami naszej parafii. Zapraszamy wszystkich, a szczególnie wspólnoty.
- W 1-sze piątki miesiąca po Mszy św. o godz. 8.00 wystawienie Najświętszego Sakramentu i Litania do Najświętszego Serca Pana Jezusa.
- W 1-sze soboty miesiąca po Mszy św. o godz. 8.00 Litania Loretańska, a następnie Nabożeństwo Pierwszych Sobót Miesiąca.
- I Komunia św. dzieci klas II – 9 maja 2010 r., rocznica I Komunii św. – 23 maja 2010 r.
- Konferencje dla narzeczonych rozpoczną się 12. 09. w godz. 19.00 – 21.00. Będzie 5 spotkań po 2 godziny. Zapisy tylko na pierwszym spotkaniu.
- Poradnia Rodzinna w środy w godz. 18.00-21.00.
- Schola dziecięca spotyka się w soboty o godz. 10.00. w salce przy kancelarii.
- Spotkania Ruchu Światło-Życie odbywają się w piątki o godz. 19.00 w salce przy kancelarii.