

## Problèmes d'argent

Vous ne pouvez être heureux si vous vous inquiétez constamment de savoir si vous pourrez joindre les deux bouts. Vos soucis d'argent ne dépendent pas simplement de ce que vous valez financièrement, mais plutôt des sommes dont vous disposez. Pour reprendre l'équation de Micawber,

Revenu net : 300 \$ par semaine  
Dépenses nettes : 299 \$ par semaine  
Résultat : Contentement

Revenu net : 300 \$ par semaine  
Dépenses nettes : 301 \$ par semaine  
Résultat : Misère

Si vous prenez le temps de planifier votre budget avant d'entreprendre une nouvelle affectation, il y a de bonnes chances pour que vous vous y teniez et que vous puissiez même faire des économies pour parer aux éventualités. N'oubliez pas qu'il vaut nettement mieux prévenir que de guérir.

## Chimiodépendance

Il ne faudrait pas que les séquelles du choc culturel et vos soucis d'argent vous poussent à la chimiodépendance, c'est-à-dire la dépendance de l'alcool ou d'autres drogues, qu'elles soient légales comme les médicaments délivrés sur ordonnance tels les tranquillisants, les somnifères, etc., ou illégales comme le hachisch, la marijuana, la cocaïne, etc.

L'alcool est si facile à trouver et si bon marché dans les missions qu'il peut devenir un sérieux problème pour certains employés et les personnes à leur charge. D'une part, un climat plus chaud et des contraintes sociales peuvent en amener plusieurs à consommer trop d'alcool. D'autre part, le stress résultant d'une nouvelle affectation, le choc culturel et d'autres difficultés personnelles entraînent certaines personnes à boire pour s'évader.

Même s'il y a plusieurs définitions de la chimiodépendance, la plus utile est la suivante : l'alcool ou tout autre médicament ou drogue devient un problème lorsqu'il affecte votre santé, votre vie de famille, vos relations avec vos amis et vos connaissances, votre rendement professionnel et votre comportement au travail, votre situation juridique et financière. Si vous constatez que vous consommez de l'alcool ou tout autre médicament ou drogue pour vous aider à accomplir chaque jour vos activités courantes, alors vous développez une dépendance.

Aussi, que le problème soit encore récent ou qu'il dure déjà depuis plusieurs années, il est préférable d'obtenir sans tarder des conseils professionnels. Nombreux sont ceux qui évitent de demander de l'aide parce qu'ils ont honte et croient que leur faiblesse pourrait nuire à leurs relations sociales et à leur carrière. Paradoxalement, ils penseraient tout autrement s'ils se voyaient agir en public, sous l'effet de l'alcool ou de drogues, et s'ils pouvaient se rendre compte de l'angoisse avec laquelle leur conjoint et leurs enfants doivent vivre.

La chimiodépendance est une maladie qui se soigne; on ne peut espérer qu'elle disparaîtra d'elle-même. De nombreuses personnes en ont souffert, puis l'ont vaincue après avoir obtenu de l'aide.

## 5.7 Divorce et garde des enfants

Le divorce est une autre question personnelle grave à laquelle vous pouvez être confronté, alors que vous êtes à l'étranger. Si vous prenez la décision de divorcer, cette situation déjà difficile se complique par le fait que votre conjoint et vous-même n'êtes pas dans votre pays. Il est d'autant plus essentiel de trouver un bon avocat et de bien comprendre les dispositions que vous devez prendre. Si, avant même d'être affecté à l'étranger, vous envisagez de divorcer à plus ou moins brève échéance, il serait sage de prendre toutes les dispositions avant votre départ.

### Conditions de résidence

On suppose que la plupart des couples demandent le divorce et la garde des enfants au Canada plutôt qu'à l'étranger. La plupart des dispositions qui suivent s'appliquent aux deux conjoints et