

رمضان فرصة ذهبية لتنظيم الوقت



تحقيق: مها عادل

تختلف مواعيد الاستيقاظ والنوم في رمضان ويتم تعديل مواعيد الدوام بالعمل والمدارس وتعاد جدولة المحاضرات بالجامعات في محاولة لمواكبة هذه التغيرات التي تحدث في إيقاع الحياة الرمضانية، ويضع الشهر الكريم على كاهل البعض منا مسؤوليات أكبر وتحديات أصعب، خاصة الطلاب الذين يصعب عليهم أحياناً أداء المهام الدراسية وإيجاد وقت مستقطع للمذاكرة والاستعداد للامتحانات، في ظل زخم الأنشطة والالتزامات الرمضانية.

تحدثنا سلمى شعراوي عن معاناتها مع أبنائها كل يوم في رمضان وتقول: مسؤولة عن إيقاظ الأولاد في مواعيد الحافلة المدرسية صباحاً ومساعدتهم على الاستعداد كل يوم للحاق بموعد المدرسة وفي رمضان تتحول هذه المهمة إلى رهان صعب وأحياناً إلى مهمة شبه مستحيلة، عادة أكمل السهر إلى الصباح بعد صلاة الفجر حتى لا يضيع موعد إيقاظ الأولاد خاصة إنهم يستيقظون بصعوبة شديدة بسبب السهر لوقت متأخر في كثير من الأيام، عادة ما يكون الأسبوع الأول برمضان هو الأصعب وبعد ذلك تنتظم مواعيد استيقاظ الأبناء إلى حد كبير، حيث يعوضون قلة النوم ليلاً بقبولة يحصلون عليها بعد العودة من المدرسة عصرًا، ولكن ما أحاول التركيز عليه فعلاً معهم هو إيجاد وقت ثابت كل يوم

للمذاكرة وأداء المهام المدرسية، فعقب قيلولة العصر تأتي وجبة الإفطار وطقوسها الجماعية، من المشاركة في إعداد المشروبات وتحضير المائدة وغيرها من المهام اليومية التي تزيد بيننا التقارب وروح المشاركة وهذه الفترات لا يمكن إغفالها فعادة ما تكون أحلى ذكريات تختزنها ذاكرة الأطفال ويتوارثونها ويعلمونها لأبنائهم ويتضمن جدول رمضان وقتاً أساسياً للعبادات وقراءة القرآن وبعض الوقت بعد الإفطار لمتابعة برامج التلفزيون المفضلة ووسط كل هذه التفاصيل اليومية لا يتبقى سوى وقت قليل بعد صلاة العشاء لأداء المهام الدراسية قبل موعد النوم لمعاودة الاستيقاظ على موعد السحور.

مهارة واستغلال

أما دلال محمد فتختلف مع الرأي السابق بشكل كبير وتقول: «من خلال تجربتي بشهر رمضان الذي يتزامن مع فترة الدراسة في الأعوام الماضية فقد استفدت كثيراً منه حيث علمت أولادي مهارة تنظيم الوقت وحسن استغلاله ودربت أبنائي على هذه العادات التربوية المفيدة، كما ساعدتنا المدرسة هذا العام بعدم تغيير مواعيد الحافلة المدرسية الصباحية، التي تمر على أولادي في السادسة صباحاً ولم تغير موعد بداية اليوم الدراسي الذي استمر في البدء في السابعة والنصف صباحاً، وينتهي اليوم الدراسي مبكراً في وقت الظهيرة ويعود الأولاد للبيت في الواحدة ظهراً وهذه المواعيد ساعدتني كثيراً في تنظيم الوقت، حيث يسهل تدريب الأبناء على حسن استغلالها فعند عودتهم من المدرسة يتم منحهم استراحة لمدة ساعة تقريباً، لاستعادة النشاط، ثم نكرس ساعتين للدراسة وأداء الواجبات المدرسية وبعد العصر يساعدني الأبناء في تحضير وجبة الإفطار وأحرص على إشراكهم في العمل معي ليتعودوا على الاعتماد على أنفسهم وتعزيز روح الانتماء للأسرة والوقت المتبقي قبل المغرب يخصص لقراءة القرآن الكريم معاً في الركن المخصص للصلاة والعبادات بالبيت، ثم نتعاون في إعداد المائدة والمشروبات والمقبلات ونجتمع بعدها حول مائدة الإفطار وبهذه الطريقة يتخفف الأولاد خلال النهار من كل مسؤوليات الدراسة وتصبح ليالي رمضان مخصصة للبهجة والعبادة وفي التاسعة والنصف مساءً تقريباً يذهب الأبناء للفراش والنوم حتى يسهل عليّ إيقاظهم في موعد السحور، وبعد صلاة الفجر يمكنهم مراجعة بعض الدروس قبل موعد المدرسة ثم يخرجون للحاق بحافلة المدرسة وهكذا يصبح رمضان شهر النظام وتنسيق المهام واستغلال وقت الأبناء بشكل مفيد ومثمر دراسياً واجتماعياً