

التَّسْوِيفُ (باكر إن شاء الله)

د. لطيفة حسين الكندري أ.د. بدر محمد ملك

سلسلة تربية الأبناء الخامسة

(عبارات ودلالات)

الصندوق الوقفي للتنمية العلمية والاجتماعية

## المقدمة

التَّسْوِيفُ (Procrastination) من التحديات المشهورة عند الصغار والكبار منذ القدم فالمماثلة علة ذات مخاطر جمة وعادة مدمومة ونقصد بما اعتياد الإرجاء والامتناع عن إنجاز أعمال مطلوبة وتفويت الفرص السانحة مما يسبب الضغوط النفسية عندما تتراكم الأعمال ويضيق وقت تخليصها كما يؤدي هذا الأمر إلى الربكة الإدارية والإخلال بالنظام. تميل فئة من الباحثين إلى تقسيم التسوييف إلى قسمين: تسوييف أكاديمي متعلق بالدراسة وشئون التعلم، وتسوييف في الأمور الحياتية (Farran, 2004, p. 15). ويضعف هذا الخلق المذموم شيئاً فشيئاً حتى يزول أو يصبح نادراً من خلال زيادة الإيمان بقدرات الفرد، والاعتياد على المواظبة في إنجاز الأعمال، والتدرب على وضع الأهداف المرسومة، ومعرفة فنون تحقيقها و صنف ترتيب وتنفيذ الأولويات.

وإذا رجعنا إلى كلمة التسوييف في القواميس العربية، فإننا نجد أن التَّسْوِيفُ: التَّأخِيرُ، من قَوْلِهِمْ: سَوَّفَ أَفْعَلُ كَذَا... ويقولون: فلانٌ يَقْتَاتُ السَّوْفَ: أي يَعِيشُ بالأمانِ. وقَوْلُهُ السَّوْفُ<sup>١</sup>. إن التَّسْوِيفَ هو المَطْلُ، والتَّأخِيرُ، وهو فعل مذموم جداً لأنه يؤخر فعل الخير. وأكثر ما يُسْتَعْمَلُ التَّسْوِيفُ للوَعْدِ الذي لا يُجَازَ له، ويستخدم للهروب من الواقع أو التخلص من المواقف المحرجة، أو إثارة للراحة وركونا للكسل، أو مخافة الفشل في أداء العمل، أو من باب التحمس الزائد وقلة الوعي بمتطلبات الأمور.

المسلم الحق هو الذي إذا وعد أنجز وإذا رأى خيراً بادر إليه، وثابر من أجل الحصول عليه، ولهذا حذر الإسلام أيما تحذير من جميع صنوف الممَاطلة في صغائر وكبائر الأمور وزجر عنها لأنها قد تؤدي إلى فساد العلاقات بين الناس، وقلة الإنتاج، وضياع الحقوق، وترك الوفاء بالعهد.

قال الشاعر وهو يصقل الضمائر:

دع التَّسْوِيفَ وامنض إلى المعالي \* بعزمٍ من ذبابِ السيفِ أمضى  
وخذ في الجدد وارفض من أباه \* من الأهلين والإخوان رفضاً

١ (الصاحب بن عباد، المحيط في اللغة، ص ٧٧٩)، راجع موقع الوراق.

واصغ لما أشرتُ به فإني \* صَحْبُكَ مِنْهُ كَأَسِ النَّصْحِ مَحْضًا  
وقال أبو العتاهية:

يا عَلِيلَ البَقَاءِ فِي هَذِهِ الدُّنْ يا إِلَى كَمْ يُعْرُكُ التَّسْوِيفُ

لقد أدرك السابقون أن من آداب المتعلم في نفسه أن يحترم الوقت كقيمة زمنية تدل على خلق الفرد و"أن يبادر شبابه وأوقات عمره فيصرفها إلى التحصيل، ولا يغتر بخدع التسويف والتأمل فإن كل ساعة تمضي من عمره لا بدل لها ولا عوض عنها" (الحسين ابن المنصور اليميني ، آداب العلماء والمتعلمين، ص ١٢). فيما يلي عرض سريع لأسباب ومظاهر التسويف ثم مقترحات ومقاربات لطرائق الوقاية والعلاج ونذكرها إجمالاً لا تفصيلاً، وعلى سبيل المثال لا الحصر يرجاء أن يطلع عليها المربي لانتقاء ما هو نافع لكل طفل طريقة في التعامل معه والتأثير فيه.

### الأسباب

١. ضعف الأسرة أو المدرسة في غرس مفهوم إدارة الوقت ومعرفة مبادئ تطوير الذات .
٢. صعوبة في التركيز والشعور بكثرة وضخامة الواجبات لا سيما عندما تصل إلى مجموعة ثقيلة من الالتزامات.
٣. توصل الباحثون "إلى أن الأطفال الذين يتسمون بالتسويف والمماطلة هم في الغالب أبناء للآباء مماطلين غير منظمين، فلقد كان هؤلاء الآباء مماطلين حينما كانوا صغاراً، فإذا ما كان ابنك بطيئاً متثاقلاً حينما يستدعي الأمر التنظيم والانضباط، فإن عليك أولاً أن تصلح العيوب في داخلك. هل تتأخر عليهم أحياناً عند ذهابك لإحضارهم من المدرسة؟ هل توقع لهم على الأوراق الخاصة بهم وأيضاً على تقاريرهم المدرسية في اللحظات الأخيرة؟ هل يسمعك الأطفال وأنت تشتكي من فواتير متأخرة عليك؟ هل تعد بأن تفعل شيئاً ثم تقول بعد ذلك "لقد كنت مشغولاً جداً. لم يكن لدي وقت" أو "لقد نسيت؟" (كولمان، ٢٠٠١ م، ص ٦٣).
٤. لا يكتشف المعلم نقاط الضعف عند المتعلم إلا متأخراً فلا يسعفه الوقت لتوجيه المسوف توجيهها سليمان كي يتغلب على التحديات. تقوم مدارسنا غالباً بالتركيز على التعليم التلقيني وعليه فهي مؤسسات ذات رسالة محدودة متصلة بالتحصيل الدراسي ولا تعني كثيراً بمجال تنمية مهارات الحياة.
٥. يخاف الطفل من الإقدام ويضيع الوقت بالتفكير في صعوبة المهمة وعدم القدرة على الانجاز.
٦. غلبة وتمكن التفكير المثبط، والإيحاءات الانهزامية، واللغة التراجعية مثل "أنا لا أصلح لهذا العمل" "أنا لا أمتلك المهارات المطلوبة" "في الغد سأستعد لهذا".

٧. الشعور بالملل والاعتقاد بأن أداء هذا الواجب سيحرمه من متع كثيرة فيخشى فوات الذي يهوى ويخفق في تحقيق المبتغى.
٨. يلجأ إلى التسويف عندما لا تتضح أمامه طريقة التنفيذ كالجهد بحدود العمل المطلوب ووضع توقعات مثالية غير منطقية سقفها الخيال، وأرضها المحال.
٩. عدم الثقة بالمهارات الشخصية التي يتمتع بها الفرد وعدم الإيمان بالقدرات الخلاقة عند الطفل وإهمال وقايته على أساس توظيف إبداعاته في صياغة شخصيته، وصيانة أوقاته.
١٠. إدراك الطفل بتساهل الأسرة والمدرسة في تطبيق اللوائح والعقوبات والإيمان بأن محاسبة المقصر أمر نادر.

### المظاهر

١. ترك أداء التكاليف المدرسية إلى ساعة متأخرة من الليل.
٢. اللامبالاة عندما يسمع التحذير أو التذكير والنصائح الحاثثة على ضرورة إتمام عمله في الوقت الصحيح قَبْلَ فَوَاتِ الأَوَانِ.
٣. يتفياً ظلال الراحة والمرح إلى أن يحين موعد تسليم العمل المطلوب منه فيتغير حاله وتضعف أوضاعه ويأسف لتسويفه ويندم على تفريطه.
٤. عدم الثقة بالذات وأحياناً الثقة المفرطة حيث يعتقد المسوف أنه يستطيع أداء العمل المطلوب بسهولة ولو في آخر لحظة فَيَقُولُ فِي نَفْسِهِ: أَنَا قَادِرٌ عَلَيْهِ فَيَتَمَادَى.
٥. تشير الدراسات إلى وجود علاقة بين التسويف والكآبة عند الشباب (Washington, 2004).
٦. قد يقول المراهق "إن شاء الله" ويكرر ذلك على وجه التعليق لا التحقيق؛ أي أنه يظهر قبوله لأداء عمل ما للتخلص من الإحراج وبقصد التأجيل فيعطي المسوف الوعود لفظاً من دون عزيمة التنفيذ. إن التعليق مماثلة لا مبرر لها، أما التحقيق فهو عزم على أداء المهام في وقتها.
٧. إذا طلب من الطفل إحضار أمر هام من المطبخ أو المكتبة أو الحديقة يقوم بنصف المهمة ولا يتمها بل ينشغل بأمر آخر عارض غير مهم وغير ملح على أمل العودة لاستئناف واستكمال العمل الأول لاحقاً.
٨. تلهيه وسائل الترفيه (التلفاز - المباريات الرياضية- الجلسات الاجتماعية) عن القيام بالمهام ولا يستطيع مقاومة الملهيات المغرية بل ينحرف بسرعة وينحرف بسهولة فيكون تابعا للمستجدات الطارئة فينصرف عن الواجبات الأصلية وينسى الإعداد لها ويلهو بأمور ثانوية.
٩. لا تحثه نفسه ولا يحفز غيره لم يد العون نحو مزاولة العمل في وقته وشكله المعلوم.

١٠. الاغترار بالأمانى الكاذبة والتعلق بالآمال الخادعة تعمي أعين البصائر وهي دائما حيلة  
البؤساء. ومن الأمثلة العملية للأمانى البراقة أحاديث النفس التي تعلق التسوييف وتكيف الأمور  
بمنطق واهن يعيق استغلال الزمن: "الأمر هين وسهل ولن يستغرق أكثر من دقائق  
معدودة... سأقوم بهذا غدا فهو أمر بسيط جدا ولا يستحق ... أنا لا أحتاج إلى قراءة كل  
هذا بل سأقوم بالإجابة عن الأسئلة غدا مباشرة لأنني فهمت الدرس...".
١١. الجهل في إدراك حجم العمل المطلوب منه والوقت المطلوب لأدائه وطريقة الإنجاز.
١٢. الشعور بالإحباط وعدم الرضا عن النفس.
١٣. تضخيم الأعباء والاعتقاد بأن الوقت ضيق لا يسع شيئا.
١٤. قد يَعْجَل بالقول دون التثبيت ويعطي المواعيد ويأخذه الحماس ثم لا يستطيع الوفاء  
بالوعود والعهود.
١٥. سرعة الشعور بالملل والضجر عند الشروع في الأعمال.
١٦. التردد في البدء.
١٧. عدم الاستعداد لتحمل عبء عمله والتشاغل في مواجهة التكاليف.
١٨. لوم النفس (كان من المفروض أن أقوم بهذا الأمر مبكرا) أو لوم الآخرين أو الظروف  
المحيطة "عندي الكثير من المشاغل والمشاكل اليوم" أو يلقي اللوم على القوانين واللوائح  
المدرسة.
١٩. الركون إلى الراحة وإيثار الأمور السهلة.
٢٠. لا يصارح الأهل بواجباته المدرسية المستقبلية خوفا من منعه من الذهاب إلى أماكن  
الترفيه.
٢١. الشعور بأن التسوييف سيوفر له فرصا لا تعوض كمشاهدة مباراة رياضية أو الخروج مع  
الزملاء للتسوق...
٢٢. الاستسلام لرياح وعواصف العقبات الهادرة للأوقات ثم الندم بعد رؤية شؤم عاقبة  
المماطلة.

## الوقاية والعلاج

١. التوقف عن لوم الآخرين واتخاذ خطوات عملية لتحسين الوضع وعدم اليأس من التغيير فإن  
التسوييف يسبب الفتور ومن علامات الفتور اليأس وفقدان الحماس، وإرهاق الحواس.
٢. توطين النفس على أن تحري المثالية وأداء الأعمال على وجه الدقة أمر لا يمكن الوصول إليه  
دائما خاصة في بدايات العمل رغم أهمية الحرص على السعي المنسق المنظم المتوازن. إن الإيمان

بأن ننجز العمل كله أو نتركه كله يمنع المرء عن العمل ويجعله يعيش في توتر نفسي. لا ريب أن الإحسان في إنجاز الأعمال مطلوب ولكن في إطار "لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا" (البقرة: الآية ٢٨٦) ولا تثريب بعد البذل.

٣. تشخيص الأسباب الحقيقية للتسويف ومعرفة مظاهرها وأوقات تكرارها ومناقشتها ثم معالجتها.
٤. تعظيم شأن الوقت في نفوس الأبناء. قال ابن قيم الجوزية واصفا الداء والدواء "من أضع وقته، ضاع عمره! فلا تشغل قلبك وجوارحك بما لا تملك من أمر دينك وآخرتك، وعليك بالفكرة في واجب الوقت ووظيفته وجمع المهم كله عليه، فالعارف ابن وقته فإن أضعه ضاعت مصالحه كلها، فجميع المصالح إنما تنشأ من الوقت، وإن ضيعه لم يستدركه أبداً" (باختصار). ومن هذا المنطق السديد نفهم مقولة الإمام الشافعي المشهورة: "الْوَقْتُ سَيْفٌ إِنْ لَمْ تَقْطَعْهُ قَطَعَكَ".
٥. نعلم الأبناء وندرهم على تحديد الموضوعات التي تحتل التأجيل ويمكن التأخير فيها وتلك الموضوعات التي لا تحتل ذلك. الإسراع في الأولويات الجوهرية والتريث في الزمن المفيد مع توجيه المراهقين نحو دورات فن إدارة الوقت التي تقدمها الجهات المتخصصة لمدة يوم أو أكثر وهي دورات يحتاج إليها عادة الطلاب في المرحلة الثانوية حيث أن مرحلة المراهقة مرحلة انتقالية بين الطفولة والرشد وهي فترة فارقة بين مرحلة الطفولة المتأخرة إذ الاعتماد الكبير على الأهل وبين مرحلة المراهقة إذ تسنح فرص الحصول على قدر أكبر من الاستقلالية لإدارة الذات وتأهيلها وتحمل التبعات وأداء الواجبات.
٦. احذر من استخدام أساليب المقارنة المحبطة المزعجة من مثل التلفظ بهذه العبارات الذائعة في الاستخدام: "أختك خير منك" "لماذا لا تصبح مثل فلان"... هذه الأساليب في المفاضلة قد تكون نتائجها غير سارة لأنها تورث المزيد من النكسات وتؤصل المعوقات بل قد تخلق بين الأقرباء والرفقاء الحقد والشعور بالنقص. المسار السليم هو خلق بيئة صحية صانعة للإبداع والتعاون والمشاركة. ومن أيسر السبل في الوصول إلى عقول الأبناء استثمار الرسائل المشبعة بالحب المؤكدة على إيقاظ المهارات مثل "أنت تستطيع أن تلتزم بالمواعيد وسبق أن أبدعت في ذلك"، "نحن نثق بقدراتك القيادية وأن أوان إظهارها"... هذه الكلمات اليسيرة قائمة على احترام الذات ومراعاة الذوق العام وقادرة عمليا على مخاطبة الأعماق وإثارتها طواعية لتوقظ وتحرك المهارات والمواهب الكامنة لإدارة الأمور بجدارة. يحتاج المسوف إلى اللمسة الموحية الحانية لا الكلمة المؤذية القاسية.

٧. ركز في توجيهاتك القصيرة على ما تريده من الطفل بطريقة إيجابية؛ "نحن نحب النظام" أجود من "نحن نكره الفوضى" "كن نظيفا" أفضل من قولنا "لا توسخ ثيابك" وقولنا "أنت شجاع" خير من "لا تخف" .. العقل في هذه الطريقة الخطابية ينصرف نحو الأمر الفعال وهو غاية

المنال. العبارات الإيجابية تعبر عن شعور المحبة أما العبارات السلبية فقد تعبر عن السخط، ولا شك أن المحبة أولى بالتأثير والتغيير. قال ابن القيم الجوزية "وإذا أردت أن تستدل على ما في القلوب فاستدل عليه، بحركة اللسان، فإنه يطلعك على ما في القلب شاء صاحبه أم أبي" فاللسان يكشف ما في القلب ... من حلو وحامض، وعذب وأجاج".

٨. من التمارين الذهنية الوجدانية التمرين التالي "هاجم المشكلة معتبراً نفسك سيد الموقف . فكر بأشخاص تعرفهم وتعجب بإنجازاتهم . والآن ، تخيل أنك كل هؤلاء الأشخاص . كيف سيواجهون الموقف ؟ ما الإجراء الذي سيتخذوه ؟ وماذا سيفعلون لإنجاز العمل ؟ ثم لخص الخطوات التي قام بها الشخص المميز الذي أكمل المهمة الموكلة إليه. وعندها اتبع خطواته" (بودش، ص ٢٤) .

٩. اجعل لنفسك يوماً في الأسبوع تبتعد فيه ما استطعت عن الواجبات المدرسية والأسرية وتمضية في الترفيه كي تبدأ الأسبوع الجديد بحيوية وفي بداية العودة إلى العمل احرص على زيادة أوقات الاستحمام وتقليص فرص التوتر (Pavlina, 2005).

١٠. دراسة سيرة الرسول صلى الله عليه وسلم لاستلال الدروس الأخلاقية فلقد كان خاتم الأنبياء صاحب همه شماء قادته بجدارة إلى الوفاء بأعباء الحياة المدنية والرسالة الدينية على حد سواء. ومن روائع الكلمات التي تفخر بها الإنسانية قول رَسُولِ اللَّهِ ﷺ "إِنَّ قَامَتِ السَّاعَةُ وَيَبْدُ أَحَدِكُمْ فَسِيلَةً فَإِنِ اسْتِطَاعَ أَنْ لَا يَقُومَ حَتَّى يَغْرِسَهَا فَلْيَفْعَلْ" (مسند الإمام أحمد).

١١. الموعدة الأبوية الودودة المعتدلة الموجزة من أجمل الطرق لفعل الفضائل والمحافظة عليها ومجانبة الرذائل والابتعاد عنها، وتساعد في مضاعفة السعي نحو الخير وتكوين النفوس الموقنة بالنفوق والقادرة بجلاء على النماء لقوله سبحانه "وَلَوْ أَنَّهُمْ فَعَلُوا مَا يُوعَظُونَ بِهِ لَكَانَ خَيْرًا لَّهُمْ وَأَشَدَّ تَثْبِيثًا" (النساء: الآية ٦٦) إن تطبيق المواعظ الحسنة بعد سماعها وإتباع أحسنها - أي التي تناسب مع القدرات - يزيد الطفل تصديقا لعزمته وتثبिता لعمله. كَانَ النَّبِيُّ ﷺ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - يُحَدِّثُ حَدِيثًا، لَوْ عَدَّهُ الْعَادُّ لِأَخْصَاهُ. عَنِ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ قَالَ: "كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُعِيدُ الْكَلِمَةَ ثَلَاثًا لِيَتَعَقَّلَ عَنْهُ" ولهذا قال العلماء وحاصله أنه صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ "كان يتكلم بالقول الموجز، القليل اللفظ، الكثير المعاني". ولا ريب أن سورة لقمان تقدم لنا عظمة الموعدة القصيرة الذكية في تأسيس نفوس البنات والبنين، على سنن السابقين من السلف الصالحين. قال الحكيم لقمان واعظا ابنه "يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلَاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَأَنْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ ... (١٧)". تقود التربية الإسلامية الناشئة إلى أنفع طرق الحياة القويمية، وتوجز للمعلم الأريب أعمق جوانب تربية الأطفال وخاصة الجانب العقدي والخلقي وما يتصل بالعلاقات الاجتماعية والآداب الأخلاقية بين أفراد المجتمع والتي يجب أن تقوم حقيقة على

معطيات الدين. وبذلك يصبح العامل الديني والمحافظة على الصلاة أساس تنظيم الحياة بجميع مجالاتها. ومن الأهمية بمكان أن نشير إلى أن المواعظ المملة والمستمرة ليلا ونهارا تضر ولا تنفع، وتجعل التربية سقيمة الاستعمال، وعديمة الجدوى، وفارغة المحتوى بل ربما تؤدي إلى نتائج عكسية ترسخ التسويف وتبرر المماطلة وتأخر التقدم.

١٢. إن الطفل الذي لا يشعر أنه أخذ حقه من اللعب في أعباءه لن ينشط لأداء واجباته المدرسية ولكن إذا أضفنا عنصر الاطمئنان إلى روحه وفي محيطه وأكدنا له أنه سينال نصيبه من اللعب بمجرد إتمام المطلوب منه فإنه سيكون أشد إقبالا، وأنشط روحا، وأقل تسويفا.

١٣. إعطاء الطفل حق الاختيار يجنبنا المماطلة فعندما نستشيريه في اختيار وقت أو طريقة أداء العمل المطلوب منه فإنه سيشعر بالمزيد من المسؤولية فمثلا عندما نقول هل تريد أن تضع ألعابك المبعثرة في الخزانة الآن أو بعد قليل... هل تريدني أن أساعدك في حمل ألعابك أم ستقوم بهذا العمل لوحدهك... وهنا يتعلم الطفل الاستقلالية رويدا رويدا ويجد طريقه نحو الحياة العملية الفسيحة.

١٤. إعادة الثقة للذات وإشعارها بقدراتها العظيمة في تحمل المسؤوليات، والاستمتاع بالحياة، وإشباع الرغبات بطرق آمنة متوازنة، وكما قال أبو الطيب المتنبي:

عَلَى قَدْرِ أَهْلِ الْعَزْمِ تَأْتِي الْعَزَائِمُ      وَتَأْتِي عَلَى قَدْرِ الْكِرَامِ الْمَكَارِمُ  
وتعظم في عين الصغير صغارها      وتصغر في عين العظيم العظائم

١٥. ضع الأهداف العامة والأهداف المرورية في ذات الوقت وابدأ بالأمر المهمة وقسم أداء العمل إلى مراحل زمنية متكافئة حتى يسهل الانجاز (لا تكتب بحثك في يوم واحد بل اختر موضوعا تريده وقررره المعلم ثم اجمع المادة العلمية من المكتبة والانترنت وفي اليوم التالي اكتب التقرير وراجعها وقم بإعداد صفحة الغلاف وجهاز البحث بشكله النهائي). لا تدرس بشكل متواصل بلا فواصل ولكن خذ فترات راحة واستمتع فممن يباليغ في طلب الشيء جملة يُفَوِّتَهُ جملة، فالمسرع يضيع الجهود ولا ينال المقصود.

١٦. أداء الفرائض الدينية من مثل الصلاة والصيام كتدريبات ضرورية لترويض النفس على النظام في المعيشة، وإعلاء قيمة الوقت، والالتفات إلى معانيها الجليلة وفوائدها الجميلة صحيا وروحيا وحركيا واجتماعيا وعقليا وبذلك تصبح الشعائر الدينية أعظم قوة لتربية النفوس، ورفي الأسرة، وبناء المجتمع الإنساني الراشد. يفيض القرآن الكريم بكلمات معبرة في مبنائها وفحواها التي تعلي من شأن استغلال الأوقات كي نعلمها بالطاعات ونستثمر الطاقات فنجد إشارات للعَصْرِ وَالْفَجْرِ وَالضُّحَى وَاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَمِيقَاتٍ وَمَوَاقِيتٍ وَالْوَقْتُ الْمَعْلُومُ وكلها كلمات

مضيئة تهدف إلى إيقاظ الحس والحواس معا لاغتنام ساعات العمر آتاء اللَّيْلِ وَأَطْرَافَ النَّهَارِ، وتنظيم إيقاعات الحركة الحياتية كي لا تتكدس التبعات، وتضعف العزائم، وتفوت المصالح.

١٧. التعجيل في مدحه والثناء عليه كلما أنجز أمرا محمودا مهما كان العمل صغيرا امثالاً للهدى النبوي الشريف: "لَا تَحْتَرَنَّ مِنَ الْمَعْرُوفِ شَيْئاً، وَلَوْ أَنَّ تَلَقَى أَخَاكَ بِوَجْهِ طَلْقٍ" (رَوَاهُ مُسْلِمٌ). من أصول التربية السليمة مضاعفة الثواب للمحسن وتقليص حساب الزلات وإغفالها أحيانا من باب المداراة والتدرج في التعليم. إن الأسرة التعيّسة هي الأسرة التي ترجح كفة العقاب على الثواب فتحصي الأخطاء وتفتش عنها بمجهر الشك وتضخمها ثم تنسى الحسنات بسرعة، يسودها أسلوب التسلط التَّسَخُّط والتضجر تعاني من خلل خطير في موازينها العامة مما يؤثر سلبا على مستقبل الطفل الذي يفقد الأمان والحنان معا. إن المنهج السوي تربويا هو الذي يبحث عن الإيجابيات فينميها بذكاء أما السلبيات فيعالجها بدهاء، ويصلح التقصير دون بحث عن الزلات وتصيد للهفوات. إن فقه الإصلاح ينبع من اللطف لأنه يضاعف الفضائل والتفاؤل والأمل أساس التعامل والتواصل وكما قال الشافعي:

عَيْتُ الرِّضَا عَنْ كُلِّ عَيْبٍ كَلِيلَةٌ \* وَلَكِنَّ عَيْنَ السَّخَطِ تُبْدِي الْمَسَاوِيَا

١٨. اختر الأعمال والأنشطة والوسائل الجاذبة؛ اصنع حولك بيئة ممتعة فلا تدرس إلا في مكان ووقت مناسب يروق لمزاجك ويوافق ذوقك.

١٩. تشجيع النفس وتحفيزها بذكر فضل إنجاز الأعمال وتخيل لذة الانتهاء من تحقيق الأهداف المرسومة والتفكير بالمكاسب المحتملة.

٢٠. تابع ولا تقل سوف أتابع فإن التكرار والاستمرار في متابعة الطفل والشباب أعون على ترك عادة التسويف. قال الشاعر:

اطلب ولا تضجر من مطلب \* فأفة الطالب أن يضجرا

أما ترى الحبل بتكراره \* في الصخرة الصماء قد أثرا

٢١. كتابة المهام وتسجيل تاريخ تسليم العمل المراد إتمامه. إن المفكرة الشخصية أداة عصرية ووسيلة حضارية لبلورة الأهداف ومتابعة الأداء. ولتحقيق هذا الأمر فإن الدفتر الصغير، والجوال، والحاسب الآلي من الوسائل المساندة لكتابة الشوارد، وتقييد الفوائد، وتنظيم الأوقات، والتذكير الدقيق بالمناسبات والمواعيد.



## هل تعرف التسويف وقلع الشجرة؟

قد يلجأ الإنسان إلى التسويف فيغيره من حين لآخر وعليه أن يحذر منه كي لا يلازمه فيضعف نشاطه وتخور قواه النفسية، وتتعطل طاقاته العقلية إلى أن تتوقف مساهماته فهو الأمر الذي يؤثر على مسيرة التنمية الفردية والأسرية والمدرسية والمجتمعية إذا استمر وزاد عن حده وأصبح طبعاً مستساغاً. إن من أصول التربية السليمة أن ندرك خطورة السلوكيات السقيمة كي نقي أنفسنا وغيرنا منها وذلك على أسس منهجية ومقاربات تربوية نستثمر فيها تجارب السابقين ومكاسب اللاحقين. قال الشاعر أبو فراس الحمداني:

عرفت الشر لا للشر لكن لتوقيه      ومن لا يعرف الشر يقع فيه

يزين الشيطان للإنسان الخمول والنسيان فلا بد لنا من التزود بمعرفة فنون التربية ووسائل التغيير بما يتمشى مع متطلبات المرحلة العمرية ومقتضيات الاستعدادات النفسية لكل طفل وشاب وذلك على أساس الإيمان المطلق بالتدرج في تعديل السلوك السلبي ومراعاة الفروق الفردية والظروف المحيطة وذلك كله يتم في إطار الحب والرفق والحلم.

والأسرة الهانئة والمدرسة الفاعلة لا تعتمد على منهج التخويف (Method of fear)، والقوة، والسلطة لأنها تضر العاطفة، والتعلم الذاتي، والثقة بالنفس كما يقول أينشتاين (Einstein, 1993, P. 31). عاش ألبرت أينشتاين (Albert Einstein) في الفترة (١٨٧٩ - ١٩٥٥ م) وأستطاع أن يغير مجرى التاريخ البشري بمساهماته الفيزيائية وبلغ قمة التفكير الإبداعي والنشاط الدائم وآمن أن التحفيز هو طريق التركيز والتنشيط.

الأب والأم شريكان في تربية جيل المستقبل وانسجامهما لا يعني بحال من الأحوال تطابق الآراء وعدم الاختلاف فالأسرة الصالحة هي التي تفسح المجال لتنوع الآراء وتستغلها في تنويع أنماط التربية العائلية.

وإلى أن يبلغ سن السادسة فإن الطفل في العادة قد يلجأ إلى الكذب ليحمي نفسه (Schmitt, 2004) ويهرب من العقاب (escape punishment) وهنا فإن على المربين أن يدركوا أن هناك عادات مربية تظهر عند معظم الأطفال مثل الكذب من أجل حماية النفس (self-protective lies) أو بداعي الخمول والتسويف وليس من الحكمة تضخيم الأمر. وتؤكد تلك الدراسات المنشورة في جامعة متشغن على أن تقويم سلوك المراهقين يتم بعدة طرق مثل توضيح القوانين المتبعة في الأسرة (house rules) معاملة المراهق كصديق راشد، وتحديد اجتماعات عائلية (family conferences) أسبوعياً أو شهرياً لمناقشة شعور الأسرة جمعياً، وتجنب الانتقادات (Avoid criticism) فالانتقادات الكثيرة من أسباب التمادي في الخطأ وتحدد علاقات المودة ولا بد من إعطاء مساحة لممارسة الحرية لا سيما عندما يكون

المراهق في حالة مزاجية غير طبيعية لا تتحمل جلسة حوار فقد يكون من الأفضل أن نتركه منفرداً لبعض الوقت إلى حين انتهاء الانفعال.

لقد ترك إيسوب - القصص اليوناني الشهير - مجموعة حكايات رائعة تشرح بيسر خطورة التسويف من مثل قصة الأرنب الذي تسابق مع السلحفاة فسبقته لأنه اغتر بسرعته ولم يعلم أن السلحفاة المجتهدة أثبتت أن الثقة الزائدة تورث التسويف بداية والندم نهاية. ومن حكايات إيسوب التي يتداولها الناس من آلاف السنين وبلغات عالمية حكاية النملة والصرصور إذ تكاسل الصرصور عن العمل في الصيف وجنح إلى التسويف والكسل حتى جاء فصل الشتاء دون عمل فلجأ إلى النملة النشطة يطرق بابها ويتوسل إليها لتطعمه مما ادخرته في فترة الصيف فعلمته النملة المجتهدة أن الخير كله في السعي لا الكسل وأن سر نجاحها يرجع إلى الاجتهاد في العمل بلا تسويف. إن الحكايات أعون وسائل العظة والتعليم خصوصاً للمبتدئين واليافعين وتستطيع الأسرة من خلالها أن تبتث وتثبت قيم خالدة لتلقيح العقول وتهذيب الأفتدة من مشارب التجارب.

ومن القصص القيمة للمراهقين خاصة قصة كعب بن مالك رضي الله عنه ولقد أشار إليها القرآن الكريم فقال جل ثناؤه "وَعَلَى الثَّلَاثَةِ الَّذِينَ خُلِّفُوا حَتَّىٰ إِذَا ضَاقَتْ عَلَيْهِمُ الْأَرْضُ بِمَا رَحُبَتْ وَضَاقَتْ عَلَيْهِمْ أَنفُسُهُمْ وَظَنُّوا أَن لَّا مَلْجَأَ مِنَ اللَّهِ إِلَّا إِلَيْهِ ثُمَّ تَابَ عَلَيْهِمْ لِيَتُوبُوا إِنَّ اللَّهَ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ" (التوبة: الآية ١١٨). والقصة بتمامها في كتب الحديث والتفسير والتاريخ ويستفاد منها "أن المرء إذا لاح له فرصة في الطاعة فحقه أن يبادر إليها ولا يسوف بها لئلا يجرمها كما قال تعالى: "يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَحُولُ بَيْنَ الْمَرْءِ وَقَلْبِهِ ...". (الأَنْفَال: الآية ٢٤). ومثله قوله تعالى: "وَنُقَلِّبُ أَفْئِدَتَهُمْ وَأَبْصَارَهُمْ كَمَا لَمْ يُؤْمِنُوا بِهِ أَوَّلَ مَرَّةٍ - (لأنعام: الآية ١١٠) ونسأل الله تعالى أن يلهمنا المبادرة إلى طاعته، وأن لا يسلبنا ما حولنا من نعمته"٢.

وقال الإمام الغزالي في كتابه الفذ إحياء علوم الدين فما هلك من هلك إلا بالتسويف.. " المسوف يبني الأمر على ما ليس إليه وهو البقاء فلعله لا يبقى وإن بقي فلا يقدر على الترك غداً كما لا يقدر عليه اليوم، فليت شعري هل عجز في الحال إلا لغلبة الشهوة والشهوة ليست تفارقه غداً بل تنضاعف إذ تتأكد بالاعتقاد! فليست الشهوة التي أكدها الإنسان بالعادة كالتي لم يؤكددها، وعن هذا هلك المسوفون لأنهم يظنون الفرق بين المتماثلين ولا يظنون أن الأيام متشابهة في أن ترك الشهوات فيها أبداً شاق. وما مثال المسوف إلا مثاله من احتاج إلى قلع شجرة فأراها قوية لا تنقلع إلا بمشقة شديدة

فقال أواخرها سنة ثم أعود إليها، وهو يعلم أن الشجرة كلما بقيت ازداد رسوخها، وهو كلما طال عمره ازداد ضعفه، فلا حماقة في الدنيا أعظم من حماقته إذ عجز مع قوته عن مقاومة ضعيف فأخذ ينتظر الغلبة عليه إذا ضعف هو في نفسه وقوي الضعيف" (ص ١١٦١). إن هذه الكلمات الرائعة ليست إلا درة من الدرر الغوالي لإمام التربية وحجة الإسلام الغزالي. ينطبق مثال الغزالي السابق عموماً على كل من يسوف في أمر ترك تدخين السجائر، والسمنة، وكل أمر يراد تركه ويتهاون فيه. إن اعوجاج السلوك وفساده يصعب علاجه إذا تركناه لأنه سيتحول مع مرور الوقت إلى خلق متجذر يتعذر تتبع وقطع فروعه ويصعب اقتلاع جذوره. وقال بعضهم: كابدوا التسويف بالعزم وبادروا التفريط بالحزم. "التسويف سم الأعمال، وعدو الكمال. لم يحرم المبادر، إلا في النادر"<sup>٣</sup>.

### الخاتمة

لا تُؤجَلْ عَمَلَ الْيَوْمِ إِلَى الْعَدِّ فَالتسويف يسرق الوقت ولا بد من تعويد الطفل على المبادرة في إنجاز الأعمال في أوقاتها المحددة سلفاً والمعروفة مسبقاً. الوالدان هما المثل الحي أمام الطفل يستقي منهما منهجه في تقدير قيمة الوقت فيتعلم منهما عملياً كيف يبادر إلى أداء الأعمال التي يحسنها. تقوم المبادرة على إتباع سنن المسارعة والاجتهاد في أداء الواجبات وأخذ الحقوق، أما المأثرة فأساسها الحرص المستمر على الفعل والقول، ومُلازمتُهُما والاستمرار لإتقان المهام. قال الشاعر:

بادر فإن الوقت سيف قاطع      والعمر جيش والشباب أمير

---

<sup>٣</sup> (المقري، نفع الطيب من غصن الأندلس الرطيب، ص ١٣٣٧، انظر موقع الوراق).

## تمرين للوالدين

"لا تجعلن الأشياء مُهملةً فلا يقيس الأمور من نعتنا"

يقوم الوالدان بتقمص دور الطفل والتفكير بمنطقه وعباراته ومشاعره، ويقوم كل واحد على حدة

بالإجابة على الأسئلة التالية ثم مناقشتها معا:

لماذا يمارس ابني عادة التسويف؟

---

---

---

---

ما الطرق المقترحة؟

---

---

---

---

آليات التنفيذ (وسائل التطبيق)؟

---

---

---

---

التقويم:

---

---

---

---

## أهم المراجع العربية

بودش، روبرت. كيف تنجز أكثر في وقت أقل ١١٣ وسيلة وحيلة لمساعدتك علي رفع معدل الإنتاج والتغلب على عادة التأجيل. ترجمة : منال مصطفى محمد. موقع مشكاة الإسلامية (تاريخ الدخول: ٣٠-٦-٢٠٠٥م): <http://www.almeshkat.net> ديفيدستون، آلان (٢٠٠٤ م). كيف ينشئ الآباء الأكفاء أبناء عظاما. ط١. الرياض: مكتبة جرير.

الكرياني، سعد سعود (١٤٢٥ هـ - ٢٠٠٥ م). كيف أصبحوا عظماء؟ ط٢، الكويت: مكتبة العجيري.

الكندري، لطيفة حسين وملك، بدر محمد (١٤٢٥ هـ = ٢٠٠٥ م). تعليقة أصول التربية. ط٢، الكويت: مكتبة الفلاح.

الكندري، لطيفة (١٤٢٤ هـ = ٢٠٠٤ م). مهارات الحياة للصف الأول والثاني الابتدائي. الطبعة التجريبية. الكويت: اللجنة الاستشارية العليا للعمل على استكمال تطبيق أحكام الشريعة الإسلامية- الديوان الأميري.

كولمان، بول (٢٠٠١ م). كيف تقولها لأطفالك. ط١، الرياض: مكتبة جرير للنشر والتوزيع.

البناني، إبراهيم اليازجي. نجعة الرائد وشرعة الوارد في المترادف والمتوارد.

المقري (١٤٢٦ هـ - ٢٠٠٥ م). نفتح الطيب من غصن الأندلس الرطيب. موقع الوراق:

<http://www.alwaraq.com>

ملك، بدر محمد (١٤٢٤ هـ - ٢٠٠٤ م). مهارات الحياة للصف الرابع الابتدائي. الطبعة التجريبية. الكويت: اللجنة الاستشارية العليا للعمل على استكمال تطبيق أحكام الشريعة الإسلامية- الديوان الأميري.

ملك، بدر محمد والكندري، لطيفة حسين (١٤٢٤ هـ = ٢٠٠٣ م). مختصر كتاب تراثنا التربوي: ننطلق منه ولا ننغلق فيه. ط١. الكويت: مكتبة الفلاح.

ملك، جاسم محمد (١٤٢٦ هـ - ٢٠٠٥ م). مفكرة صناع النجاح للطلبة والطالبات: ٢٠٠٥ - ٢٠٠٦. ط١، الكويت: شركة عالم المواهب.

الموسوعة الشعرية (٢٠٠٣ م). أبوظبي: الجمع الثقافي.

اليميني، الحسين بن المنصور (١٤٢٦ هـ - ٢٠٠٥ م). آداب العلماء والمتعلمين. موقع الوراق:

<http://www.alwaraq.com>

- Einstein, A (1993). **Out of my later years**. New York: Wings Books.
- Farran, Brian (2004). **Predictors of academic procrastination in college students**, FORDHAM UNIVERSITY. Retrieved [2005-06-20] from:  
<http://wwwlib.umi.com/dissertations>
- Pavlina. S (2005). **Overcoming Procrastination**. Retrieved [2005-05-16] from:  
<http://www.stevpavlina.com/articles/overcoming-procrastination.htm>
- Schmitt, B.D (2004). **Adolescents: Dealing with Normal Rebellion**. University of Michigan Health System. Retrieved [2005-05-16] from:  
[http://www.med.umich.edu/1libr/pa/pa\\_badolesc\\_hhg.htm](http://www.med.umich.edu/1libr/pa/pa_badolesc_hhg.htm)
- Schmitt, B.D (2004). **Lying**. University of Michigan Health System. Retrieved [2005-05-16] from:  
[http://www.med.umich.edu/1libr/pa/pa\\_badolesc\\_hhg.htm](http://www.med.umich.edu/1libr/pa/pa_badolesc_hhg.htm)
- Student Affairs - University at Buffalo (2004). **Overcoming Procrastination**. University at Buffalo. Retrieved [2005-06-03] from:  
<http://ub-counseling.buffalo.edu/stressprocrast.shtml>
- Washington, Jene A. (2005). **The relationship between procrastination and depression among graduate and professional students across academic programs: Implications for counseling**. TEXAS SOUTHERN UNIVERSITY. Retrieved [2005-06-20] from:  
<http://wwwlib.umi.com/dissertations>