دوفصلنامه علمی ـ تخصصی خانواده درآیینه فقه
سال دهم/ شماره ۱۳/ بهار و تابستان ۱۴۰۴

Two quaterly scientific- specified Family in the mirror of jurisprudence
Years, 10 No.13, Spring & Summer 2025

مدیریت زمان و نقش آن در سبک زندگی خانواده با نگاهی به آیات و روایات

□ محمد احسانی *

چکیده

این مقاله در موضوع مدیریت زمان و نقش آن در سبک زندگی خانواده با نگاهی به آیات و روایات، با روش توصیفی و تحلیلی در فضای کتابخانه از منابع مربوط به مدیریت، تربیت و متون دینی به رشته تحریر در آمده است. هدف مقاله تبیین اثر گذاری برنامه ریزی مدیریت زمان و نظارت و کنترل آن در محیط خانواده بر شکل گیری سبک زندگی مطلوب میان اعضای خانواده است. فرایند مدیریت شامل اصول مهمی در اجرای مدیریت زمان در خانواده است که به وسیله مدیر این سازمان کوچک مدیریتی تنظیم و کنترل می‌شود. اثرات چرخه مدیریتی خانواده در دو حوزه مادی و معنوی عبارتند از: تعیین سبک زندگی مطلوب، نظم و انضباط اعضا، انجام بهموقع فعالیتها، روابط سالم خانوادگی و آرامش روحی و معنوی و همچنین در حوزه معنوی با عنوانهای تقویت ایمان دینی، انجام بهموقع عبادات، تعهد عملی به ارزش‌های اخلاقی، دریافت اجر و ثواب اخروی و تکامل روحی و معنوی، ارائه شدهاند. این موارد یافتههای تحقیق حاضر هستند که با استفاده از آیات و روایات و اجرای مدیریت زمان در خانواده به دست آمدهاند.

کلیدواژه‌ها: مدیریت زمان، خانواده، سبک زندگی، فرایند.

---

* عضو هیات علمی پژوهشگاه بین‌المللی المصطفی.

مقدمه

مدیریت زمان به معنای استفاده بهینه از وقت و انجام به موقع فعالیت‌ها و کارهای زندگی به صورت منظم و برنامه ریزی شده در رشد مادی و معنوی انسان نقش بسزا دارد. چه اینکه تنظیم فعالیت‌های شبانه روز در بازه‌های زمانی معین و تعهد عملی به آن، هم رفتار فردی را در حوزههای عبادی معنوی، مادی و خانوادگی اثربخش می‌کند و هم رضایت مندی از زندگی را بیشتر میسازد. زمانبندی در سه یا چهار بازه زمانی بر اساس دستورات معصومین علیهم‌السلام و اولویت دادن به عبادات و معنویات عامل رشد روحی و معنوی اعضای خانواده است. پدر به عنوام مدیر خانه میبایست مدیریت زمان را در میان اعضای خانواده برنامه ریزی نموده با کنترل و نظارت صحیح آن را در دو حوزه مادی و معنوی به بروندادهای مفیدی تبدیل سازد. چنین کاری در نهاد خانواده در شرایط امروزی هرچند مشکل است، ولی امکان پذیر است و با همکاری دیگر اعضاء و بهخصوص مادر فرزندان قابل اجرا می‌باشد.

مسئله‌ای که وجود دارد این است که امروزه زندگی خانوادهها اغلب به گونهای است که برنامه ریزی درست و تقسیم کار صحیح در آنها وجود ندارد. ارتباط اعضای خانواده با یکدیگر ضعیف است و سرپرست به عنوان مدیر خانواده در تصمیم گیریها و برنامه ریزیها چندان توفیقی به همراه ندارد. اثر گذاری همسران بر یکدیگر اندک و نقش پدر در هدایت و کنترل رفتار فرزندان تقریباً بینتیجه است. یک نوع بینظمی و هرج و مرج در محیط برخی خانوادهها حاکم است. بعضی خانوادهها نسبت به عبادات و معنویات بیتفاوتند و احساسات دینی و مذهبی آنها در مرتبه خیلی ضعیفی قرار دارند. اختلاف و نزاع در تعدادی از خانوادهها وجود دارد، بهنحوی که زندگی برای اعضای آن تلخ و رنج آور شده است. بسیاری از خانوادهها درگیرِ دعوا و مرافعه در دادگاهها و دادسراهای خانوادگی هستند و تمام وقت شان را برای غلبه بر طرفِ مقابل صرف می‌کنند. طرفین دعوا در این مرافعات از هیچ گونه دروغ و تهمت به طرف مقابل إبایی ندارند. (پروند:۱۳۷۱،ص۶۹) چنان که مطالعات و مشاهدات عینی از اوضاع خانوادهها در شهر، روستا، آشنایان، اقوام و همسایگان موارد پیش گفته را تأیید می‌کند. بنابراین، مسئله اصلی تحقیق وجود نارسائیهای زیاد در زمینه کار، فعالیت، عبادت و معنویت

در خانوادهها است که به نظر میرسد با مدیریت درست و زمان بندی مناسب شبانه روزی امور مادی و معنوی خانواده، راهحل خروج از مشکلات موجود در محیط خانوادگی به دست آید. این تحقیق در صدد است با بررسی مدیریت زمان، اصول و آثار آن از نگاه آیات و روایات راهی برای تنظیم سبک زندگی خانواده در اختیار علاقهمندان قرار دهد.

با نظر به بیان مسئله، لزوم تبیین و اجرای مدیریت زمان و در نتیجه تثبیت سبک زندگی خانوادگی، روشن است. چرا که از طرفی مدیریت زمان در محیط خانوادها کمتر مورد توجه است؛ اعضا و بهخصوص پدر خانواده بهعنوان مدیر این سازمان کوچک مدیریتی چندان اهمیتی برای زمان بندی فعالیتهای شبانه روزی خانواده قائل نیست. از طرف دیگر دانش مدیریت و همچنین متون دینی و اسلامی بر اهمیت و اثرگذاری تقسیم کار و واگذاری امور به اعضای خانواده در بازههای معین زمانی و هدایت و کنترل رفتار آنها فراوان تأکید کرده و نقش این کار را در پیشرفت مادی و معنوی خانواده و جامعه بسیار برجسته شمردهاند. بر این اساس، ضرورت تحقیق در این موضوع در قالب مقاله و ارائه آن به خانوادهها بر کسی پوشیده نیست.

سوال اصلی تحقیق این است که: مدیریت زمان و نقش آن در سبک زندگی خانواده از نگاه آیات و روایات چیست؟ سوالهای فرعی: ۱) ارکان مدیریت زمان در خانواده کدامند؟ ۲) فرایند مدیریت زمان در خانواده چه مؤلفههایی دارد؟ ۳) آثار مدیریت زمان در خانواده کدامند؟

هدف از تدوین مقاله در موضوع مدیریت زمان اولاً انجام یک کار علمی و پژوهشی در دانش مدیریت و عرضه آن بر متون اسلامی و همچنین استفاده از آیات و روایات در موضوع حاضر است. ثانیاً تبیین این دیدگاه که قرآن و حدیث در زمینه مدیریت و رفتار سازمانی قبل از دانشهای جدید، بیش از هر علمی به مدیریت و تقسیم وظایف سازمانی بر اساس زمان توجه نموده و آدمی را به استفاده هر چه بهتر از فرصت‌های زمانی ترغیب کردهاند. ثالثاً ارائه بروندادهای مفید در حوزه مادی و معنوی برای خانوادهها مدنظر است که این کار، در انتخاب سبک زندگی مفید و آسان از طریق مدیریت زمان شبانه روز و اختصاص بخشی از وقت به عبادت و معنویت با استفاده از آیات و روایات و دانش جدید مدیریت، مؤثر است.

روش تحقیق در این پژوهش، توصیفی- تحلیلی است با استفاده از منابع موجود در

کتابخانه‌ها و بهره‌مندی از فضای مجازی و سایتهای اینترنتی در محیط پژوهشی انجام میگیرد. همچنین از نرم افزارها، مجلات، مطبوعات و دیگر منابع مربوط به مدیریت خانواده در تکمیل پژوهش استفاده خواهد شد. بدین طریق که ابتدا مطالعات متون دینی و مخصوصاً آیات و روایات و آثار مکتوب در زمینه مدیریت و مدیریت زمان و یادداشتهای مورد نیاز انجام میگیرد و سپس با تجزیه و تحلیل دادهها به تحریر و تدوین مقاله اقدام می‌شود.

مفهوم شناسی

مفاهیم اصلی به کار رفته در موضوع تحقیق عبارتند از مدیریت، زمان، مدیریت زمان، خانواده و سبک زندگی خانواده. با توجه به گستردگی معنایی و ابهام در مفهوم این واژگان، تعریف و بیان مقصود از آنها در آغاز بحث ضروری است. چه اینکه بدون شناخت معنای مورد نظر از کلمات کلیدی، نمیتوان مسیر درستی در پژوهش انتخاب کرد و به هدف مورد نظر نائل و به نتایج مطلوب دست یافت. ازاینرو، در این قسمت از نوشتار به شناسایی و تعریف واژگان اساسی به کار رفته در این تحقیق اشاره می‌شود. بدین وسیله هم بیان و ارائه مباحث به مخاطبان آسانتر و هم فهم مطالب برای خوانندگان راحت‌تر می‌گردد.

۱. مدیریت

واژه «مدیریت» به مفهوم عام در زبان دانشمندان این رشته کاربردهای متعدد دارد و معانی مختلفی برای آن ذکر شده است. هنر انجام وظایف به وسیله دیگران، علم و هنرِ هماهنگ سازی فعالیتهای اعضای یک سازمان یا نهاد اجتماعی با استفاده از منابع جهت نیل به اهداف معین (الوانی:۱۳۸۹،ص۱۲) و نیز به فراگرد برنامه ریزی، سازماندهی، رهبری و نظارت کار اعضای سازمان، از جمله تعاریفی هستند که برای مدیریت ذکر شده است. (علاقهبند:۱۳۸۵،ص۱۰) منظور از مدیریت در این نوشتار شیوة به کارگیری منابع انسانی و امکانات مادی، برگرفته از آموزههای اسلامی برای نیل به اهدافی است که از نظام ارزشی اسلام تأثیر می‌پذیرد. (جمعی از مؤلفان:۱۳۸۸،ص۱۱)

۲. زمان

در صدد تبیین ماهیت زمان از نظر فلسفه و فیزیک نبوده و نیستیم که این موضوع خود بحث دامنه داری در منابع فلسفی و فیزیکی دارد و دانشمندان این دو رشته بر اساس نیاز خود درباره آن فراوان سخن گفتهاند. (ر.ک:فردریک:۱۳۶۸،ص۶۱-۶۵) آنچه در این تحقیق مدنظر است معنای روشن و بدیهی «زمان» است که همه افراد بشر ادراک و فهمی نسبت به آن دارند و عنصر زمان را در تمام عرصههای زندگی خود به کار میبرند. به قول استاد مطهری: زمان به قدری وجودش بدیهی است که هیچ کس در وجود آن تردید ندارد. از بداهت زمان همین بس که ما هیچ چیز را نمی‌توانیم بیان کنیم، مگر این که وجود زمان را به نحوی فرض کنیم. (مطهری:۱۳۷۱،ج۲،ص۲۰۱) چه اینکه انسان خود موجود زمینی و زمانی است و همه فعالیتهای فردی و اجتماعی خود را بر اساس زمان در قالب ساعت، روز، هفته، ماه، سال و چند سال تنظیم می‌کند. معنای روشن زمان با عناوین مختلف در آیات و روایات مورد اشاره قرار گرفته و همواره آدمی را به بهره برداری صحیح از آن تشویق نمودهاند. امام علی‌علیه‌السلام در جمله کوتاه از زمان به عنوان «فرصت» یاد نموده و بهره گیری درست از آن را لازم شمرده می‌فرماید: «بادِرِ الفُرصَةَ قَبلَ أن تکونَ غُصّةً» (نهج: نامه۳۱)، فرصت (زمان) را دریاب، پیش از آن که از دست دادنش موجب اندوه گردد. در صورت از دست رفتن وقت و رسیدن به منزل آخر و نبود اعمال شایسته، هر کس دچار ندامت و اندوه می‌شود که بسیار دیر و غیر قابل جبران است.

۳. مدیریت زمان

مدیریت زمان بخشی از مدیریت به مفهوم عام است که در ارتباط با بهرهوری از زمان و استفاده بهینه از وقت و فرصت به کار میرود. مدیریت زمان به معنای تنظیم برنامههای کاری متناسب با مقدار وقتی که در اختیار فرد است، کاربرد بسیار در حیات آدمی دارد. این کار، به منظور استفاده بهینه از امکانات و منابع موجود برای دستیابی به هدفی از پیش تعیین شده صورت میگیرد و در زندگی فردی، خانوادگی و اجتماعی تأثیر گذار است. (رُسجی: ۱۳۸۶، ص۱۳) ازاینرو، مدیریت زمان ارتباط نزدیک با مدیرت فردی دارد. فردی میتواند در تنظیم زمان زندگی

و امور خانوادگی موفق باشد که بتواند در زمان مناسب کار اثربخشی انجام دهد. (همان، ص۱۶) اگر انسان در اداره زندگی برنامه ریزی دقیق و زمان بندی مناسب داشته باشد و بتواند تمام فعالیتهای فردی، خانوادگی و اجتماعی خود را طبق جدول زمانی از پیش تعیین شده انجام دهد، مدیریت زمان را در عمل نشان داده است.

مدیریت زمان در واقع، کنترل آگاهانه فعالیتهای زندگی به منظور افزایش کارآیی و اثربخشی بیشتر است که به سبب اهمیت زیاد زمان، این موضوع مورد توجه بسیاری از صاحبنظران مدیریت قرار گرفته است. چه اینکه زمان، ارزشمندترین سرمایه هر فرد است که برگشت ناپذیر، غیر قابل خریداری و غیر قابل تولید و بدون بازیافت میباشد. همه میدانند که زمان، بسیار گذرا و فرصتِ از دست رفته جبران ناپذیر است. دانشمندان علم مدیریت بر این باورند که مدیریت زمان، همان مدیریت بر خویشتن است و تنها با تنظیم برنامهها و طرحهایی جهت جلوگیری از اتلاف وقت، میتوان از زمان موجود حداکثر استفاده را برد. (استرن: ۱۳۸۳، ص۱۳)

امام علی علیه‌السلام در مورد استفاه از زمان و مدیریت درست آن در زندگی می‌فرماید: «**كُن عَلى عُمُرِكَ أَشَحَّ مِنكَ عَلَى دِرهَمِكَ وَ دِينَارِكَ**» (قمی:۱۳۸۰،ج۲،ص۲۵۸) بر عُمر خودت بیش از پول و نقدینه‌ات بخیل و تنگ‌نظر باش وآن را بیهوده از دست نده. زیرا عمر قابل بازیافت نیست و درهم و دینار دوباره قابل دستیابی است. این روایت بر دقت در صرف درست سرمایه عمر تأکید دارد و روایت دیگر این گونه به اهمیت مدیریت زمان اشاره می‌کند: «**إِحذَرُوا ضِياعَ الاَعمَارِ فِيمَا لايَبقَى لَكُم فَفَائِتُها لايَعُودُ**» (غرر الحکم:ح۲۶۱۸) از تباه شدن عمرها در چیزی که برایتان باقی نمیماند دوری کنید، چرا که عمر رفته باز نمیگردد. همچنین آن بزرگوار ضرورت مدیریت زمان را مورد توجه قرار داده در کلام دیگر می‌فرماید: «الاُمورُ مَرهونَةٌ بأوقاتِها» (بحار:ج۷۷،ص۱٦٥) کارها، گروگان زمانهای خود هستند. کلمه «الامور» شامل همه فعالیتهای روز مره اعم از عبادی و غیر عبادی می‌شود که همه آنها در گرو زمان خاص خود هستند و نباید مورد غفلت و بیتفاوتی قرار گیرد. بدین معنا که هر کاری از کارهای شبانه روز حتی کارهای روزانه را باید به موقع انجام دهد و تغافل از آن به هیچ وجه روا نیست. چون از دست دان فرصت و هدر دادن زمان به نظر علی علیه‌السلام یک نوع حماقت و بیخِرَدی است که نباید دامنگیر

انسان شود. به فرمودة آن حضرت: «مِنَ الخُرقِ تَرکُ الفُرصةِ عِندَ الإمکان» (آمدی: ج٦،ص٤٥) فرصت که به دست آمد، از دست دادن آن نشانة حماقت و ابلهی است. این امر، یعنی مدیریت زمان در فعالیتهای شبانه روز، کوتاه مدت و بلند مدت که با برنامه ریزی دقیق بایستی انجام گیرد. وگرنه بدون مدیریت اوقات کاری و عبادی، فرد دچار سفاهت و بیخِردی شده ندامت غیر قابل جبران دامنگیر اوست.

۴. خانواده

منظور از خانواده در این مقاله کوچک ترین تشکل انسانی است که از اجتماع دست کم، یک مرد و زن پدید میآید و اساس همزیستی آن دو را پیوند زناشویی از طریق ازدواج شرعی و قانونی شکل میدهد. این تشکل انسانی، ممکن است در اثر تولد فرزند به تدریج افزایش یابد و افراد بیشتری را شامل گردد. نکتهی مهم در مورد خانواده استحکام و نفوذ ناپذیری آن در برابر عوامل منفی و موانع تحکیم این نهاد دینی و اجتماعی است. این ویژگی هم از معنای لغوی، یعنی اُسرَه و دِژی محکم و خلل ناپذیر به دست میآید و هم متخصصان مسائل خانواده بر آن توافق نظر دارند. فرهنگ حاکم بر جوامع بشری در چگونگی شکل‌گیری و نوع رفتار درون خانوادگی نقش اساسی دارد. (القصیر:۱۹۹۹م،ص۳۳) بر این اساس، بنیاد خانواده در فرهنگ اسلام ویژگیهایی دارد متفاوت از آنچه در دیگر فرهنگها و بهخصوص فرهنگ غرب مشاهده می‌شود. چنان که این استحکام خانواده از آیات قرآن به خوبی به دست میآید: «**وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيهَا**» (روم:۲۱) «یکی از نشانههای قدرت خداوند این است که برای شما از جنس خودتان همسر آفریده تا وسیله سکون و آرامش شما باشد. از این آیه استحکام خانواده به خوبی قابل استفاده است. چرا که اولاً آفرینش همسری از جنس خود انسان دلیل بر سازگاری و زندگی پایدار خانوادگی است و هرگاه همسری از جنس غیر آدمی میبود، میزان سازگاری کاهش پیدا میکرد. ثانیاً بر قراری آرامش در محیط خانواده نشانه تحکیم پایه خانواده است وگرنه با اختلاف و تزلزل آرامش حاصل نمی‌شود. بر این اساس، خداوند در آیه دیگر زن و مرد را لباس همدیگر تعبیر کرده می‌فرماید: «هُنّ لِباسٌ لَكُمْ وَ أَنْتُمْ لِباسٌ لَهُنّ»

(بقره:۱۸۷) زوجین در حکم لباس برای یکدیگرند. این تشبیه دلیل بر تحکیم خانواده است که زن و شوهر مانند لباس و بدن بههم تنیدهاند و به آسانی از یکدیگر جدا نمی‌شوند.

۵. خانواده به منزله سازمان کوچک مدیریتی

خانواده به لحاظ افراد حداقل از زن و مرد تشکیل و به مرور زمان با پیدایش فرزند افزایش مییابد. در این نوشتار طبق برخی تعاریف پیش گفته از خانواده به عنوان یک سازمان مدیریتی یاد می‌شود که دارای حداقل چهار عضو است: ۱) پدر به عنوان مدیر و سرپرست سازمان که فعالیت مدیریت زمان، برنامه ریزی، تصمیم گیری، نظارت و کنترل و... را عهده دار است. چه اینکه خداوند مدیریت خانواده را به خاطر ویژگیهای شخصیتی به مرد داده است. در این زمینه می‌فرماید: «الرِّجالُ قَوّامُونَ عَلَى النِّساءِ بِما فَضَّلَ اللّهُ بَعْضَهُمْ عَلى بَعْضٍ وَ بِما أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوالِهِمْ» (نسا:۳٤) مردان، سرپرست و نگهبان زنانند، به خاطر برتریهایی که خداوند (از نظر نظام اجتماع) برای بعضی دیگر قرار داده است و بهخاطر انفاقهائی که از اموالشان در مورد زنان می‌کنند. ۲) زن به عنوان معاون مدیر در اداره امور خانواده که رسول اللهﷺ او را مسئول نگهداری فرزندان و انجام فعالیتهای درون سازمان قرار داده است. ایشان در این مورد می‌فرماید: «وَ اَلمَرْأَةُ رَاعِيةٌ عَلَى أَهْلِ بَيتِ بَعْلِهَا وَ وُلْدِهِ وَ هِى مَسْئُولَةٌ عَنْهُمْ» (مسلم: ۱٤۰۱ق،ج۳،ص۱٤٥۹، ح۲۰) و زن چوپان است بر اهل بیت شوهر و فرزندانش و زن مسئولیت تمام آنان را دارد. ۳ و ٤) پسر و دختر خانواده که به عنوان عضو سازمان فرمان بردار دستورات و هدایتهای مافوق هستند. این سازمان چهار عضوی در این تحقیق محل بحث است که چگونه مدیریت زمان در میان اعضای آن قابل تحقق است و چه آثاری برای خانواده دارد؟

۶. سبک زندگی

سبک، به شیوهای نسبتاً ثابت اطلاق می‌شود که در عرصههای مختلف زندگی کاربرد دارد؛ فرد در امور شخصی، خانوادگی یا اجتماعی به آن عمل می‌کند و در رفتارش منعکس می‌شود. (فقیهی:۱۳۹۳،ص۴۴) به عبارت دیگر سبک، شیوهای نسبتاً ثابت است که فرد اهداف خود را به آن طریق دنبال می‌کند. (کاویانی:۱۳۹۱،ص۱۶) سبک زندگی اسلامی، شیوه زندگی فردی،

خانوادگی و اجتماعی است که همه یا بیشتر متدینان به اسلام یا گروه مؤثری از جامعه اسلامی به آن عمل می‌کند و در رفتارشان منعکس می‌شود. (نویسندگان:۱۳۹۳،ج۱،ص۴۴) منظور از سبک زندگی در این مقاله شیوه زندگی خاص یک فرد، خانواده، گروه، یا جامعه است که درحیات خود انتخاب می‌کند. باورها، ارزش‌ها، حالت‌ها و سلیقه‌ها، سنتهای حاکم بر خانوادهها و شیوه‌های رفتار، عناصر مهم تشکیل دهندة سبک زندگی فرد و خانواده هستند. سبک زندگی افراد و راهی که برای خود انتخاب می‌کنند، ارتباط عمیقی با موفقیت آنان در زندگی دارد.

خداوند در قرآ کریم حیات رسول اللهﷺ را در ابعاد مختلف آن الگوی مسلمانان معرفی کرده و همگان را به تأسی به آن دستور داده می‌فرماید: «لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ» (احزاب:۲۱) مسلّماً برای شما در زندگی رسول خدا سرمشق نیکویی است. معنای الگو بودن پیامبر اسلامﷺ این است که مسلمانان سبک زندگی آن حضرت را پیشه خود قرار داده رفتار فردی، خانوادگی و اجتماعی خویش را با رفتار ایشان منطبق سازند. مخصوصاً رفتار خانوادگی رسول خداﷺ برای خانواده‌ها و برخورد ایشان با همسر و فرزندان و ایجاد نظم و انضباط و سلوک عبادی در میان اعضای خانواده، برای خانوادههای مسلمان خیلی تأثیر گذار است. همان گونه که خود آن حضرت مردم را در تأسی از سیره عبادی خود دستور داده فرمود: «صلُّوا كَمَا رَأَيْتُمُونِي أُصَلِي» (بحار: ج۸۲،ص۲۷۹) همان‌گونه که می‌بینید من نماز می‌خوانم، نماز بخوانید. پیامبر اسلامﷺ در این جمله کوتاه خطاب به مسلمانان نماز گزار می‌فرماید: سبک عبادی من را پیشه خود قرار دهید. تأسی به سبک عبادی پیامبر شامل همه ابعاد عبادت مانند وقت شناسی و به عبارتی مدیریت زمان و انجام عبادات بهخصوص نماز پنجگانه می‌شود. یعنی مسلمانان همانند رسول خداﷺ باید زمان را تنظیم و به امتثال وظایف دینی بپردازند. مدیریت زمان از عناصر مهم در سیره عبادی پیامبر اسلامﷺ بوده و همیشه به محض رسیدن وقت نماز به بلال می‌فرمود: «يا بِلالُ أقِمِ الصَّلاةَ، أرِحنا بِها» (ابیداود: ١٤٢٠ق، ج٤، ص٢٩٦،ح٤٩٨٥) ای بلال! [با گفتن اذان] نماز را به پا دار و با آن، ما را آسودگی (شادمانی) ببخش. پیامبر با این گفتار و رفتار مسلمانان را وقت شناس بار آورد و مدیریت زمان را به آنان یاد داد.

مدیریت زمان و سبک زندگی خانواده

مدیریت زمان با اصول و روشهایی که دارد در مورد تنظیم اوقات شبانه روز و فعالیتهای خانوادگی، از عوامل مهم در ایجاد سبک زندگی خانواده است. تقسیم امور خانواده بر اساس نیازها و حوزههای کاری در روایات معصومین علیهم السلام مورد توجه ویژه قرار گرفته که با عمل به آن روایات، هم مدیریت زمان محقق می‌شود و هم سبک زندگی خانواده شکل میگیرد. رسول خدا صلی الله علیه و آله یک مدل مدیریت زمانی چهار بخشی را برای زندگی فردی و خانوادگی ارائه داده می‌فرماید: «للعاقِلِ اللَّبِيبِ أن لا يشغَلَ نفسَهُ إلاّ فِي أربَعِ سَاعَاتٍ: سَاعَةٍ ينَاجِي فِيهَا رَبَّهُ، وَ سَاعَةٍ يحاسِبُ فِيها نَفسَهُ، وَ سَاعَةٍ يلقَى فِيهَا إخوانَهُ الَّذِينَ ينَاجِي، الَّذِينَ ينصَحُونَهُ فِي نَفسِهِ وَ يخبِرُونَهُ بِعُيوبِهِ، وَ سَاعَةٍ يخلُو بَينَ نَفسِهِ وَ بَينَ رَبِّها فِيمَا يحِلُّ و يجمُلُ» (هندی:۱۳٤۰۱ق،ح۵۳۸۱) شایستهی خردمندِ صاحب دل، کسی است که نفْس خود را جز در اوقات چهارگانه مشغول نسازد؛ زمانی که در آن با پروردگار خویش مناجات کند و وقتی که در آن به حسابرسی نفْس خود بپردازد و ساعتی که در آن به دیدار با برادران و دوستانش که خیرخواه اویند و عیبها و کاستیهایش را به وی گوشزد میکنند، بگذراند و زمانی که در آن نفْس خود را با پروردگارش در اموری که حلال و خوشایند است تنها گذارد.

در این حدیث و احادیثی از این قبیل که از امام کاظم علیه السلام (بحار:ج۷۱،ص۳۲۸) و امام رضا علیه السلام (فقه الرضا:ص۳۳۷) یک تقسیم چهار ضلعی برای اوقات شبانه روزی ارائه شده تا مردم ۲٤ ساعت زمان خود و خانواده خود را چهار قسمت نموده، کارهای عبادی، معیشتی، خانوادگی و هر گونه فعالیت سیاسی اجتماعی را در این زمانهای مخصوصِ به خود انجام دهند. روایت سه بخشی هم از امام علی علیه السلام وارد شده (نهج:ح۳۹۰) که فرد میبایست شبانه روز را به سه بازهی زمانی تقسیم کند و امور زندگیاش را در آن بازهها انجام دهد. نقطه مشترک در روایات اختصاص بخشی از وقت به عبادت و معنویت است که در همه این روایات ذکر شده و مورد تأکید قرار گرفته است.

آموزههای مدیریتی از این روایات اولاً توجه به عنصر زمان است که نباید نسبت به آن غافل بود، بلکه بهترین بهرهها را از اوقات شبانه روز باید به دست آورد. ثانیاً این روایات مربوط به ۲٤

ساعت شب و روز است، نه بیشتر از آن، چون تقسیم زمان در احادیث بر معیار ساعت تعیین شده که کمتر از یوم و لیل است و باید شب و روز به چهار یا سه قسمت زمان بندی شود. ثالثاً فعالیت عبادی معنوی بایستی بخشی از شبانه روز و حداقل یک چهارم ۲٤ ساعت را فراگیرد. بدین ترتیب که ٦ ساعت برای عبادت و معنویت، ٦ ساعت مراقبت از نفس و محاسبه امور شخصی، ٦ ساعت مصاحبت با دوستان و رفقا و به عبارتی فعالیتهای اجتماعی و ٦ ساعت بهرهمندی از لذتهای حلال مادی و دنیایی نظیر گذارندن با خانواده و فرزندان. رابعاً مقدم داشتن بخش عبادی در احادیث به نکته تربیتی اشاره دارد و آن این که هر مدیری باید حق الله را در اولویت کاری خویش قرار داده ارتباطش با پروردگار را قبل از هر کاری محکم سازد.

عمل به این روایات و تقسیم زمانی کارهای عبادی و غیر عبادی در محیط خانواده به تدریج نظامواره خاصی زمانی را در اعضای خانواده ایجاد می‌کند و در نتیجه یک سبک زندگی پایداری را در نهاد خانواده تثبیت می‌کند. با وجود چنین نظام واره زمانی همه اعضای خانواده بدون تنبلی و تغافل به موقع به انجام وظایف و بهخصوص عبادت و بندگی میپردازند. چنانکه سیره معصومین علیهم السلام نیز نشان دهنده تعهد به وظایف عبادی بر اساس زمان معین است. همان گونه که امام علی علیه السلام با تأکید بر مدیریت زمانی با سفارش به مؤمنان می‌فرماید: «وَلَيسَ لِلْعَاقِلِ أَنْ يكُونَ شَاخِصاً إِلاَّ فِي ثَلاَث: مَرَمَّة لِمَعَاش، أَوْ خُطْوَةً فِي مَعَادٍ أَوْ لَذَّةٍ فِي غَيرِ مُحَرَّمٍ» (نهج:ح۳۹۰) و سزاوار نیست که انسان عاقل حرکتش جز در سه چیز باشد: مرمت معاش، گامی در راه معاد و لذت در غیر حرام. با دقت در این کلام روشن می‌شود که فعالیتهای انسان مؤمن خارج از این سه یا چهارحوزه نیست و هر کاری که انجام دهد یا در ارتباط با تأمین امور زندگی است، یا در ارتباط با خدا و قیامت و در زمینه بهرههای حلال مادی و دنیایی قرار دارد. در نتیجه مدیریت زمان و تقسیم اوقات شبانه روز و عمل بر اساس آن سبک زندگی خانواده و اعضای آن را به خوبی ترسیم و تعیین می‌کند.

اهمیت مدیریت زمان در متون اسلامی

زمان، با ارزش ترین و گرانبهاترین سرمایه و حیاتی ترین منبعی است که در اختیار هر فردی

قرار داده شده، زندگی انسان از لحظات زمان ساخته می‌شود و تلف شدن آن، ضایعات جبران ناپذیری را برای فرد به بار میآورد. نگرش صحیح نسبت به زمان و مدیریت پذیر بودن آن، نخستین گام در مسیر استفاده بهینه از وقت است؛ زیرا برخلاف آنچه تصور می‌شود، زمان را میتوان در اختیار گرفت و کنترل کرد. در حقیقت هر ساعت و هر روز یک ظرف زمانی است که باید آن را بر حسب اولویت و به شکل حساب شده پر کرد. بنابراین، میتوان گفت که مدیریت زمان در اصطلاح به معنای در گردش نگهداشتن زمان و مفید نمودن حداکثری آن است که بر اساس آن، عملکرد انسان لحظه به لحظه نو می‌شود و رنگی جدید به خود میگیرد. دین اسلام کاملترین دین برای سعادت انسان است که در ارائه قانونهای متقن درباره سبک و روش زندگی هیچ موردی را فروگذار نکرده و همه آنچه که انسان در زندگی فردی، خانوادگی، اجتماعی و حیات انسانی خویش بدان نیازمند است را در برنامهای کامل و پویا در اختیار انسان قرار داده است.

تدبیر زندگی و مدیریت زمان، با عناوین مختلف مکرر در آیات و روایات مورد اشاره قرار گرفته و در قرآن و حدیث بر استفاده بهینه از سرمایه عمر و اوقات گرانبهای آن فراوان تأکید شده است. در سوره «عصر» خداوند با سوگند به زمان «وَ الْعَصْر» تنها مؤمنان و صالحان را از خسارت و هدردادن سرمایه عُمر خویش استثنا نموده، همه انسانهای دیگر را در زمرة زیانکاران معرفی کرده است. علت این است که اهل ایمان از سرمایه عمرشان برترین بهرهها را برده و برنامه ریزی زمانی صحیح در زندگی خود و خانواده إعمال داشتهاند. در مقابل انسانهای بیتفاوت و غیر مؤمن مدیریت زمان نداشته و عمر را مُفت از دست دادهاند. امام علی‌علیه‌السلام در این مورد می‌فرماید: «اِحذَرُوا ضِیاعَ الاَعمَارِ فِیمَا لایَبقی لَکُم، فَفائِتُها لایَعُودُ» (غررالحکم:ح۲۶۱۸» از تباه شدن عمرها در چیزی که برایتان باقی نمیماند حذر کنید، چرا که عمر رفته باز نمی‌گردد.

رسول خداصلی‌الله‌علیه‌وآله به اهمیت سرمایه عمر و به کارگیری صحیح آن ارزشمندی آن را بر سرمایه مادی بیان کرد و علت هم روشن است که لحظه لحظهی عمر برگشت ناپذیر؛ ولی پول و ثروت قابل بازیابی و کسب مجدد است. چنان علی‌علیه‌السلام به صراحت بر این موضوع اشاره کرد که اوقات

از دست رفته بر نمیگردد. ازاینرو، هر عاقلی نباید این سرمایه مهم را به ارزانی از دست بدهد و در مقابل آن چیزی با ارزشی به دست نیارد. علی‌علیه‌السلام در کلام دیگر می‌فرماید: «تَزَوَّد مِن یَومِکَ لِغَدِک، وَ اغتَنِم عَفوَ الزَّمانِ، وَانتَهِز فُرصَةَ الاِمکانِ» (همان:ج۱،ص۳۹٤) از امروزت برای فردایت توشه برگیر و کثرت وقت را غنیمت شمار، و از فرصت بودن استفاده کن. در مجموع اهمیت مدیریت زمان و استفاده درست از اوقات عمر به خوبی از آیات و روایات به دست میآید. انسان باید کاری کند که هم خود و هم خانواده از اوقات شبانه روز به صورت مطلوب بهره ببرند و در جهت رشد مادی و معنوی به کارگیرند.

یک) مؤلفه‌های فرایند مدیریت زمان در خانواده

فرایند مدیریت زمان از همان اصول و مؤلفههای بهره میبرد که در مدیریت عام سازمانی وجود دارند و دانشمندان و کارشناسان مدیریتی بر عمل به آنها تأکید ورزیدهاند. مؤلفه یا اصل به قواعد عام و لازم الاجرا در فرایند مدیریت اشاره دارد که تبعیت از آن فعالیتهای سازمانی و مدیریتی را به سامان میرساند. مؤلفه‌های مدیریت و به تبع آن مؤلفههای مدیریت زمان از منظر دانشمندان مدیریت متفاوت است و هر کدام مؤلفه‌هایی را به عنوان اصول مدیریت معرفی کردهاند. (ر.ک:احمدی:۱۳۸۶،ص۱۱۴) در این مقاله با نظر به موضوع خانواده و بهرهگیری از آیات و روایات از اصول کاربردی و مؤثر در مدیریت زمان جهت نیل به سبک عبادی معنوی سازمان مورد نظر (خانواده) استفاده می‌شود که عبارتند از: برنامه ریزی، هدف گذاری، اولویت بندی، برنامه ریزی روزانه، سازماندهی و کنترل و ارزیابی.

۱. برنامه ریزی

برنامه ریزی فرایندی است که طی آن مدیر هدف را تعیین و آینده سازمان را پیش بینی، امکانات و مسیر فعالیتهای پیشرو را مشخص می‌کند. (الوانی:۱۳۸۸،ص۱۶) برنامه ریزی دو رکن اصلی دارد که عبارتند از تعیین اهداف (goal-setting) و پیشبینی (forecasting) راهها و امکانات لازم برای رسیدن به اهداف مورد نظر. به عبارت دیگر، برنامه ریزی یعنی تعیین هدفها و پیشبینی راهها و امکانات لازم برای دستیابی به هدفهای از پیش تعیین شده. (همان) آنچه در

مدیریت زمان باید مورد توجه قرار گیرد، نگاه سیستمی و جامع به تمام اعضای خانواده به عنوان یک سازمان مدیریتی است. نگاه سیستمی یعنی نگاه از بالا به پائین و نگرش به تمام اجزای سازمان و فعالیتهای آنان به صورت سیستماتیک و یکسان؛ بهنحوی که ارتباط مدیر با اعضا و ارتباط هر عضوی با اعضای دیگر در فرایند کار سازمانی و خانوادگی مدنظر قرار گیرد. چه اینکه روابط صحیح اعضای خانواده با همدیگر مثلاً رابطه درست پدر با مادر، فرزندان با پدر و مادر و نیز فرزندان با یکدیگر میزان کارآیی و موفقیت آنها را افزایش میدهد و نتیجه کار هم به خود آنها بر می‌گردد.

چنان که خدای متعال به این مطلب اشاره کرده می‌فرماید: «إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ وَ إِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا» (اسرا:۷) اگر نیکی کنید به خود کردهاید و اگر بدی کنید باز هم به خود بدی کردهاید. این آیه در حقیقت به یک کار سازمانی با نگاه سیستمی و نتایج مثبت و منفی آن به لحاظ برنامه ریزی دلالت دارد. بدین معنا که واژگان «أَحْسَنْتُمْ» اول و «أَسَأْتُمْ» ناظر به برنامه ریزی و مدیریت زمان است که مدیر باید با نگاه کلان به زیر مجموعهها برای هرکدام از واحدها و اعضا برنامه صحیح تنظیم و به آنها ارائه دهد. از این مرحله اگر به خوبی عبور کرد، نتیجه فعالیتهای سازمان مطلوب و الا نتیجه خوشحال کننده نخواهد بود. بههر صورت نتیجه چه خوب و بد به اعضای سازمان برمیگردد. این مفهوم عام از آیه شریفه اعضای خانواده را نیز میگیرد و میتوان یک خانواده را مصداق این سازمان کوچک معرفی کرد. چرا که مخاطب گروهی از مردم هستند که حداقل ۳و۴ نفر عضو دارند و این گروه اختصاص به غیر خانواده ندارد، بلکه خانواده را هم شامل است. بنابراین، کار جمعی اعضای خانواده به عنوان یک سازمان مدیریتی اگر بر اساس برنامه ریزی درست و مدیریت زمان سنجیده انجام گیرد به لحاظ مادی و معنوی نتیجهی خوب خواهد داشت، وگرنه برایند فعالیتهای آنها مطلوب نخواهد بود.

امام علی علیه‌السلام در عهد نامه مالک اشتر که به منشور سیاسی- اداری آن حضرت شهرت یافته خطاب به مالک به عنوان حاکم و مدیر جامعه اسلامی (مصر) ملت را به گروههای مختلف تقسیم و برنامه ریزی را برای هرکدام متناسب با موقعیت آنها ضروری میداند. گروههای نامبرده

در عهد نامه عبارتند از: ارتشیان بر حق، نویسندگان عمومی و خصوصی، قاضیان عادل، مأموران با انصاف، اهل جزیه و مالیات از مسلمان و غیر مسلمان، تاجیران، صنعتگران، نیازمندان، پابرهنگان و دیگر گروههای موجود در جامعه. این گروهها هر کدام سهمی از بیت المال دارند که نباید حق آنها نادیده گرفته شود. (نهج:نامه۵۳)

این بخش از عهد نامه به دو نکته اساسی اشاره دارد: ۱) نگاه سیستمی به گروههای اجتماعی، یعنی مالک به عنوان مدیر جامعه باید از سطح بالا به پائین نگرش کلان به همه اقشار جامعه به صورت هماهنگ داشته باشد، همه گروهها را به صورت یکسان مدنظر قرار دهد، برای هر کدام حساب خاصی باز نموده حقوق آنها را بدون اتلاف و تأخیر بپردازد. ۲) طبیعی است این کار نیاز به برنامه ریزی، حساب و کتاب دقیق دارد تا همه گروهها و مخصوصاً طبقات پائین جامعه و محرومان و نیازمندان به حقوق خود برسند. به فرموده امام علی‌علیه‌السلام همه اصناف موجود در جامعه به یکدیگر وابسته اند و بینیاز از هم نیستند؛ والی جامعه باید همه آنها را مثل اجزای یک سیستم در نظر بگیرد و نیاز آنها را بر طرف سازد. همچنین مدیر در سازمان نیز به تمام بخشهای آن اهمیت دهد و نیاز آنها را بشناسد و با یک نگرش سیستمی به همه واحدها توجه نماید. (میانداری،۱۳۸۸).

۱. هدف گزاری

مدیریت اسلامی یکی از رشتههای علوم انسانی و به تبع آن موضوعش انسان است و هر فعالیتی که در این رشته انجام گیرد میبایست به رشد و تکامل انسان منتهی گردد. اینک سوال این است که کمال انسان چیست؟ و چگونه حاصل می‌شود؟ پاسخ به این دو پرسش به صورت اجمال این است که کمال انسان از نظر اسلام غیر از آن چیزی است که در فرهنگ غرب مطرح است. زیرا به نظر متون اسلامی یعنی آیات و روایات انسان یک موجود دو بُعدی، ترکیبی از جسم و روح و تکامل او در این دو جنبه مورد نظر اسلام است. مدیریت زمان و اداره امور زندگی خانوادگی باید به نحوی باشد که تکامل مادی و معنوی اعضای خانواده را فراهم آورد. (مصباح:۱۳۸۵،ص۲۰) این جاست که بین هدف گذاری صحیح در مدیریت زمان و رسیدن

خانواده به کمال مطلوب ارتباطی نزدیک برقرار است. هرگاه برنامه ریزی و مدیرت زمان بهنحو مطلوب انجام شود، فعالیتهای سازمانی و خانوادگی مفید و دارای آثار مثبت خواهند بود و در غیر این صورت نتیجه مطلوب به دست نخواهد آمد.

با دقت در آیات قرآن هم چیستیِ هدف و هم چگونگی دستیابی به آن به خوبی قابل فهم است. چنان که خداوند با دستور به مدیر خانواده می‌فرماید: «وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلاةِ وَ اصْطَبِرْ عَلَيها لا نَسْئَلُكَ رِزْقاً نَحْنُ نَرْزُقُكَ وَ الْعاقِبَةُ لِلتَّقْوى» (طه:۱۳۲) خانواده خود را به نماز فرمان ده و بر انجام آن شکیبا باش! از تو روزی نمی‌خواهیم (بلکه) ما به تو روزی می‌دهیم و عاقبت نیك برای تقواست. نکات مهمی در این آیه وجود دارد که هم شناخت هدف و کمال و هم فرایند هدف گذاری را برای مدیر روشن می‌کند. اولاً دستور به اعضای سازمان به شمول مدیر یک دستور مدیریتی است که جایگاه برتر نسبت به زیر دستان دارد. زیرا خطاب به مرد و سرپرست خانواده است در مورد نماز که از آنها بخواهد به موقع با رعایت اول وقت، فریضه نماز را بهجا آورند. ثانیاً کمال مطلوب و هدف نهایی در مدیریت خانواده رسیدن اعضا به تقوا و پرهیزگاری است که کمال حقیقی انسان شمرده می‌شود. ثالثاً راه دستیابی به تقوا و رسیدن به کمال معنوی، نماز و انجام عبادات الهی است. رابعاً صبر و بردباری و رابطه حسنه با اعضای سازمان به عنوان روش اجرای مدیریت در خانواده، مسیر نیل به هدف و کمال واقعی را هموار میسازد. خامساً در صورت مدیریت زمان و عمل به وظایف اسلامی خداوند ضامن تأمین هزینه زندگی و رزق و روزی اعضای خانواده است که از این جهت هیچ گونه جای نگرانی نیست. مدیر خانواده هم باید نفقه و هزینه زندگی را برای اعضای آن فراهم سازد و همزمان به مدیریت زمان و تقسیم اوقات نسبت به انجام فعالیتهای آنان بپردازد. البته هدف گذاری حداقل در سه بازه زمانی: کوتاه مدت، میان مدت و بلند مدت قابل انجام است که در این مقاله به دلیل پرهیز از اطاله کلام تنها هدف گذاری کوتاه مدت مورد بررسی قرار میگیرد.

۲. برنامه ریزِی روزانه

برنامه ریزی روزانه همان مدیریت زمان است که در بازه زمانی ۲٤ ساعت تنظیم و جهت اجرا

به اعضای خانواده ارائه میگردد. برنامه ریزی روزانه و به عبارتی مدیریت زمان شبانه روز کاربُردی ترین بخش مدیریت و برنامه ریزی سازمانی است که در صورت اجرای درست، مؤثرترین گام برای تهیه مناسب تنظیم وقت به شمار می‌رود. چرا که اهداف میان مدت و بلند مدت سازمان که در هفته، ماه و سال محقق می‌شود از همین اوقات شبانه روز آغاز میگردد. بر این اساس، برنامه ریزی روزانه باید به گونهای طرح ریزی شود که در راستای تحقق هدفهای کوتاه مدت و بلند مدت قرار گیرد. یعنی هم اوقات شبانه روز پُر شود و هم گامی در جهت نیل به اهداف مورد نظر بر دارد. چنین برنامهای در شبانه روز و عمل به آن در تنظیم فعالیتهای فردی، خانوادگی و اجتماعی فرد، نقش اساسی دارد و موجب رشد مادی و معنوی وی می‌شود.

قرآن کریم به برنامه ریزی شبانه روز اشاره نموده اوقات نمازهای یومیه را برای نماز گزاران به عنوان یک وظیفه دینی و الهی این گونه معین می‌کند: «أَقِمِ الصَّلاةَ لِدُلُوكِ الشَّمْسِ إِلى غَسَقِ اللَّيْلِ وَ قُرْآنَ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كانَ مَشْهُوداً» (اسراء:۷۸) نماز را از زوال خورشید تا نهایت تاریکی شب (نیمه شب) برپا دار، و همچنین قرآن فجر (نماز صبح) را؛ چرا که قرآن فجر مورد مشاهده (فرشتگان شب و روز) است. در این آیه به تعیین اوقات نماز یومیه پرداخته و نمازهای ظهر و عصر که از زوال خورشید (دلوک) شروع می‌شود و نماز مغرب و عشا که تا نیمه شب وقت دارد، مشخص شده است. در نهایت نماز صبح را هنگام طلوع فجر (قرآن الفجر) باید به جا آورد. در این آیه مدیریت زمان به صورت دقیق و روشن انجام شده که در ۲٤ ساعت شبانه روز در اوقات معین باید نماز خواند و نه در غیر آن. اگر کسی در خارج از زمانهای تعیین شده نماز بخواند باطل است. (ر.ک:مکارم:۱۳۷٤،ج۱۲،ص۲۲۲) همچنین در آیه دیگر به تعیین سه نماز اشاره کرده می‌فرماید: «وَ أَقِمِ الصَّلاةَ طَرَفَيِ النَّهارِ وَ زُلَفاً مِنَ اللَّيْلِ» (هود:۱۱٤) در دو طرف روز، و اوایل شب، نماز را برپا دار. دو طرف نهار اشاره به نماز صبح و مغرب و «زُلَفاً مِنَ اللَّيْلِ» اشاره به نماز عشا است. (همان:ج۹،ص۲٦٥)

از این آیات مدیریت زمان در مورد نماز اعضای خانواده بهعنوان برترین عبادت الهی استفاده می‌شود و وقت نمازهای یومیه را بهخوبی کرده است. روایتی از امام محمد باقر علیه‌السلام در تفسیر آیه شریفه آمده و همان زمان را برای نمازهای یومیه بیان کرده می‌فرماید: «أَقِمِ الصَّلاةَ

طَرَفَیِ النَّهارِ» و طرفاه المغرب و الغداة «وَ زُلَفاً مِنَ اللَّیلِ» و هی صلوة العشاء الاخرة» نماز را در دو طرف نهار یعنی صبح و مغرب برپا دار و اوائل شب که نماز عشا است. (حویزی:۱٤۱۵ق،ج۲،ص٤۰۱) امام علی علیه‌السلام در کلامی مدیریت زمان را در شب و روز ضروری دانسته می‌فرماید: «إِنَّ لَیْلَکَ وَ نَهَارَکَ لَایَسْتَوْعِبَانِ لِجَمِیعِ حَاجَاتِکَ فَاقْسِمْهَا بَیْنَ عَمَلِکَ وَ رَاحَتِک» (آمدی:۱۳۶۶،ص٤۸۰) همانا شب و روز تو فرصت کافی برای رسیدن به همه امور و نیازهایت نیست؛ پس آنها را میان کار و استراحت خود تقسیم کن. زیرا هر کس در شبانه روز کارهای زیادی در نظر دارد که میخواهد انجام دهد، ولی ۲٤ ساعت ظرفیت انجام همه آنها را ندارد؛ ازاینرو، بایستی برنامه ریزی و اولویت گذاری کند و یک نوع تقسیم زمان در نظر بگیرد تا هم بتواند به کارهایش برسد و هم استراحت کافی داشته باشد. پدر بهعنوان مدیر خانواده باید طبق آیات و روایات پیش گفته اوقات نماز را به اهل خانه ابلاغ و به آنان تفهیم نماید تا فرزندان ضمن انجام دیگر وظایف به امتثال عبادات و مخصوصاً نماز با میل و اراده بپردازند.

۳. اولویت گذاری

اولویت گذاری از جمله مؤلفه‌های مهم در فرایند مدیریت زمان و فعالیتهایی است که مدیر میخواهد در یک برههای از زمان انجام دهد. چرا که هر کس معمولاً کارهای متعددی برای انجام دادن دارد که میخواهد در یک مدت کوتاه عملیاتی کند، ولی همزمان به همه آنها نمیرسد. در این صورت فرد با مشکل مواجه می‌شود؛ چون همه کارها را در مدت کوتاه نمیتواند انجام دهد، متحیر میماند که چکار کند؟ آیا همه کارها را رها کند یا کار غیر مهم را نخست انجام دهد؟ معلوم است که این دو راه، منطقی نیست. ناگزیر باید از باب قاعده «الاهم فالاهم» راه سوم را در پیش گیرد، (ر.ک:صدر:۱۴۰۶ق،ج۲،ص۲۱۵) یعنی کاری را که اولویت دارد و از همه مهمتر است، مقدم بدارد. (انجمن:۱۳۹۲،ص۲۰۷) اولویت سنجی از وظایف مهم مدیر سازمان است تا بتواند با تعیین اولویت با کمترین هزینه و کمترین زمان به نتایج مطلوبی دستیابد. البته اولویت سنجی نیازمند تعیین ملاکهای اولویت گذاری است که با توجه به مبانی نظری مدیریت و ارزش‌های مورد قبول باید مشخص گردد.

اولویت گذاری و ملاک اولویت سنجی در آیات و روایات به خوبی انجام شده که توجه به آنها میتواند راه روشنی را در مقابل مدیر خانواده قرار دهد تا بتواند فرایند مدیریت زمان را در امور خانوادگی به خوبی انجام دهد. آخرت مداری از جمله ملاکهای تعیین اولویت است که در قرآن کریم به آن اشاره شده و خداوند در این زمینه می‌فرماید: «وَ ابْتَغِ فِيمَا آتاكَ اللَّهُ اَلدَّارَ الآخِرَةَ وَ لا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيا» (قصص:۷۷) و در آنچه خدا به تو داده، سرای آخرت را بطلب و بهره‌ات را از دنیا نیز فراموش مکن. طبق این آیه هدف اصلی باید راه یابی به سرای آخرت و بهرهمندی از نعمتهای اخروی باشد و در کنار آن زندگی دنیا هم به صورت فرعی مدنظر قرار گیرد. به عبارت دیگر نگاه به دنیا نگاه ابزاری باشد و مدیر خانواده بایستی به عنوان یک وسیله به حیات دنیایی بنگرد و تمام همَّتَش زمینه سازی برای زندگی آخرت باشد. (ر.ک:مکارم:۱۳۷٤،ج۱٦،ص۱۵۵) چنان که امام علی‌علیه‌السلام در این زمینه می‌فرماید: «مَن أبصَرَ بِهَا بَصَّرَتهُ وَ مَن أبصَرَ إلَيهَا أعمَتهُ» (نهج:خطبه۸۲) کسی که به دنیا به عنوان یك وسیله بنگرد چشمش را بینا می‌کند، و کسی که به عنوان یك هدف نگاه کند نابینایش خواهد کرد؟

بنابراین، مهمترین ملاک اولویت گذاری از منظر قرآن و حدیث تقدیم امور مربوط به حیات اخروی بر زندگی مادی و دنیایی است. چرا که حیات اخروی ابدی است و انتهایی برای آن وجود ندارد و زندگی دنیایی موقت و زودگذر است؛ هیچ عاقلی چیزی زود گذر را بر شیء ابدی و ماندنی ترجیح نمیدهد. چنان که در روایات تقسیم اوقات شبانه روز، همین اولویت گذاری رعایت شده است. امام حسین‌علیه‌السلام در روایتی با نقل از پدرش امام علی‌علیه‌السلام در مورد سیره خانوادگی رسول خدا‌صلی‌الله‌علیه‌وآله می‌فرماید: «جَزَّأَ دُخولَهُ ثَلاثَةَ أجزَاءٍ: جُزءاً لِلّهِ وَ جُزءاً لِأهلِهِ وَ جُزءاً لِنَفسِهِ» (بحار:ج۱٦،ص۱۵۰) اوقات خود را به سه بخش تقسیم میکرد: بخشی را به [عبادت] خدا اختصاص میداد و بخشی را به خانوادهاش و بخشی را به خودش. در همه روایات تقسیم زمان، اولویت پیامبر‌صلی‌الله‌علیه‌وآله به عبادت خدای متعال، آنگاه خانواده و سپس امور شخصی ذکر شده است. همین طور در دیگر روایات مربوط به مدیریت زمان شبانه روز اولویت به بخش عبادی و ارتباط با خدای متعال است، به دلیل اینکه این بخش مربوط به حیات اخروی است و از منظر قرآن و روایات مقدم بر بخشهای دیگر مانند روابط خانوادگی با زن و فرزند و امور شخصی میباشد.

۴. تصمیم گیری

تصمیم گیری به معنای انتخاب یک راه از میان راههای موجود برای رسیدن به هدف معین از جمله مؤلفه‌های مهم در فرایند مدیریت زمان است که در تمام اجزای آن حضور دارد. تصمیم گیری نیاز به گردآوری اطلاعات لازم در زمینه راههای مختلف و شناخت مناسبترین راه است که باید مدیر معلومات کافی در ارتباط با موضوع، هدف، امکانات و راههای دستیابی به هدف را داشته باشد. (الوانی:۱۳۸۸،ص۵۴) به تعبیر بعضی کارشناسان مدیریت، جایگاه تصمیم گیری در فرایند مدیریت زمان همانند منزلت خون در دستگاه بدن است که در همه اجزای مدیریت و مدیریت زمان حضور دارد؛ هم در برنامه ریزی، هدف گذاری، اولویت گذاری، سازماندهی، ارزشیابی و... آنچه در تصمیم گیری ضرورت دارد این است که تصمیمهای مدیر باید از روی اراده و اختیار و بر اساس آگاهی کامل صورت گیرد، وگرنه تصمیم جاهلانه یا ناشی از اکراه و فشار بیرونی به نتیجه مطلوب نمیرسد. (انجمن:۱۳۹۲،ص۲۱۷)

خدای متعال انسان را موجود مختار آفریده و اوست که با محاسبه سود و زیان نسبت به کاری، ابتدا انگیزه باطنی پیدا می‌کند، سپس شوق و گرایش و سرانجام در انجام آن مصمم می‌شود. خداوند در مورد تصمیم گیری انسان بعد از هدایت و راهنمایی می‌فرماید: «إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا» (انسان:۳) ما راه را به او {انسان} نشان دادیم، خواه شاکر باشد (و پذیرا گردد) یا ناسپاس و نپذیرد. بعد از هدایت خداوند به وسیله ارسال انبیا و انزال کتب آسمانی علم به حقانیت دین توحیدی برای همگان حاصل می‌شود، در عین حال او با اراده و اختیار و تجزیه و تحلیل باید تصیمم بگیرد که راه حق را بپذیرد یا راه باطل را. چه اینکه از نظر اسلام «لا إِكْراهَ فِي الدِّين» (بقره:۲۵۵) هیچ إکراهی در پذیرش دین نیست. تصمیم گیری با اراده و اختیار و انگیزه باطنی است که برای فرد مسئولیت میآورد و به رفتار او ارزش میدهد؛ و إلا عملی از راه اکراه و بدون انگیزه درونی نه ثواب دارد و نه عقاب.

تصمیم گیری در مدیریت سازمان، اغلب با کمبود زمان مواجه است و مدیر با زمانی که در اختیار دارد میخواهد کار سازمان یا پروژه معین را به اتمام رساند. اما به دلایل مختلف ممکن است کار در آن وقت معین به پایان نرسد. شاید به علت کمکاری نیروهای عملیاتی،

کمبود امکانات و امثال آن؛ این جاست که پیشبینی، برآورد امکانات، تأمین هزینه و ... از مؤلفههای مهم تصمیم گیری درست شمرده میشوند. اما در مدیریت خانواده به عنوان یک سازمان و تقسیم اوقات کاری میان اعضای خانواده با درایت و تدبیر مدیر آن، یعنی پدر در صورتی که با مشورت و نظرخواهی از معاون یعنی بانوی خانه و فرزندان همراه باشد، کار چندان سختی نخواهد بود. امام باقرؑ در حدیثی نسبت به مدیریت زمان در روزه داری کودکان بر اساس توان آنها می‌فرماید:

وَ نَحْـنُ نَأمُرُ صِبْيانَنـا بِالصَّـوْمِ اِذاكانوا بَنى سَبْعِ سِنينَ بِما اَطاقوا مِن صيامِ الْيومِ اِن كانَ اِلى نِصْفِ النَّهارِ اَوْ اَكْثَرَ مِنْ ذلِكَ اَوْ اَقَلَّ، فَاِذا غَلَبَهُمُ الْعَطَشُ وَ الْغَرَثُ اَفْطَروا، حَتّى يتَعَوَّدُوا الصَّومَ وَ يطيقوه (کلینی:۱٤۱۳ق،ج۳،ص٤۰۹) ما کودکان خود را وقتی هفت ساله‌اند، به روزه وامی داریم، به اندازهای که توان دارند، چه نصف روز باشد یا بیشتر یا کمتر. وقتی تشنگی و گرسنگی بر آنان چیره شد، افطار می‌کنند تا این که به روزه، عادت کنند و توان آن را بیابند.

این روایت مدیریت زمان را بر معیار سن و شبانه روز معین کرده است که آغاز روزه داری کودکان از هفت سالگی و از روز کامل تا نصف روز و کمتر از آن بر حسب توان کودک تنظیم می‌شود. این کار صرفاً یک کار تمرینی برای عادت به روزه داشتن است که میبایست کودک با آن آشنا گردد تا هنگام رسیدن به سن تکلیف برایش سنگینی نکند. یعنی مدیر خانواده یک روز را از ابتدای صبح طبق قدرت و شرایط سنی کودک مدیریت کند و هر اندازه که توان داشت بر همان اساس بدون اینکه بر او سنگینی کند تقسیم اوقات نموده کودک را به روزه داری تشویق نماید.

۵. کنترل و نظارت

کنترل و نظارت دو اصطلاح قریب به یک معنا هستند که در جریان کلی مدیریت و مدیریت زمان با کاربرد وسیع ضرورت انکار ناپذیر دارند. این دو، ابزار کار مدیر سازمان است که به وسیله آن میتواند کارهای انجام شده را با آنچه پیشبینی شده و بناست تحقق یابد، مقایسه کند و در صورت انحراف از برنامه، تجدید نظر و اصلاحات نسبت به آینده انجام دهد. کنترل و نظارت فعالیتی است که بایدها را با موجودها مقایسه می‌کند و تصویر روشن از اختلاف یا

تشابه آن دو را در اختیار مدیر قرار می‌دهد. (الوانی:۱۳۸۵،ص۱۲۰) مدیر بر اساس نتیجه به دست آمده از فرایند کنترل و نظارت در جهت رفع نواقص و اصلاح فرایند مدیریت اقدام می‌کند. در فضای خانواده هم همین روند برقرار است و مدیر خانواده با نظر به زمان بندی و برنامه ریزی از پیش تعیین شده، کارهای انجام گرفته را با فعالیتهای باقی مانده و زمانِ از دست رفته را با زمان در اختیار مقایسه نموده اقدام اصلاحی را پی میگیرد. کنترل و نظارت در چهار بازه زمانی مربوط به عبادات، امور معیشتی، خانوادگی و فعالیت سیاسی اجتماعی صورت میگیرد که طبق زمان تعیین شده هر کدام باید در این زمانهای مخصوصِ به خود انجام شود.

مدیر خانواده وظیفه دارد فرایند کنترل و نظارت را نسبت به فعالیتهای زیر دستان و زمانهایی که باید کارها در آن اوقات به مرحله اجرا درآید، دقیقاً زیر نظر داشته باشد. چه اینکه پیامبر اسلامﷺ پدر را مدیر و مسئول امور خانواده قرار داده می‌فرماید: «وَ الرَّجُلُ راعٍ عَلی اَهلِهِ وَ هُوَ مَسئُولٌ» (بخاری:ج۳،باب نکاح) مرد (پدر) مسئول اعضای خانوادهاش است و باید بر رفتار آنان نظارت داشته باشد. چون لازمه مسئولیت، لزوم کنترل رفتارهای زیر دستان است تا مبادا در اثر غفلت و تنبلی به انحراف کشیده شوند. همان طور که امام علی بن الحسینؑ در مورد حق فرزند بر عهده پدر می‌فرماید:

> **أَنَّكَ مَسْئُولٌ عَمّا وُلّيتَهُ مِنْ حُسْنِ الْأَدَبِ وَ الدّلَالَةِ عَلَى رَبّهِ وَ الْمَعُونَةِ لَهُ عَلَى طَاعَتِهِ فِيكَ وَ فِي نَفْسِهِ** (رساله حقوق) تو نسبت به پرورش دادن خوب و راهنمایی کردن او (فرزندت) به راه پروردگارش و یاری رساندن به وی در اطاعت خداوند هم درباره خودت و هم حق او مسئول هستی.

امام سجادؑ در این روایت که در رساله حقوق آن بزرگوار آمده است، به مدیریت زمان و مراقبت از تربیت فرزند اشاره نموده و پدر را مسئول آن معرفی کرده است. چون او خطاب به پدر خانواده فرمود: «أَنّكَ مَسْئُولٌ» تو وظیفه مدیریت و مراقبت از زیر دستان و بهویژه فرزندانت را داری. در این روایت، ادب آموزی نیکو، راهنمایی در ارتباط با پرودگار، فرمان برداری فرزند از پدر و مادر و امور مربوط به خودش، از جمله حوزههای مدیریتی در فضای خانواده بیان شده که با تقسیم اوقات شبانه روزی پیش گفته در روایات قبلی انطباق دارد. بر این اساس،

کنترل و نظارت از جمله اصول مهم در مدیریت زمان و تدبیر امور خانواده است که طبق دستور خدا و اولیای خدا به عهده مدیر سازمان، یعنی پدر فرزندان گذاشته شده است. در نتیجه پدر با نظارت و مراقبت درست از عملکرد اعضای خانواده میتواند سبک زندگی آنان را در ابعاد مختلف امور خانوادگی شکل دهد و در رفتار ایشان نهادینه سازد. در این صورت، تمام خانواده، اعم از مدیر، معاون و فرزندان از آسیب‌های اخلاقی و رفتاری مصون خواهند بود.

دو) آثار مدیریت زمان در خانواده

مدیریت زمان آثار و فوائد زیادی درپی دارد که در زندگی فردی و خانواگی و نیز حیات مادی و معنوی انسان تأثیر گذار است. این بخش از مطالب به عنوان بروندادهای پژوهش ارائه میگردد و اینها برایندهایی هستند از دروندادها و فرایند مدیریت زمان که نصیب خانواده می‌شود. هر کدام از این آثار و بروندادها در آیات و روایات مصادیق متعدد دارد و در این بخش از نوشتار به برخی آنها در دو دسته مادی و معنوی اشاره می‌شود.

الف)آثار مادی و دنیایی

این دسته از بروندادها و آثار که مربوط به مادیات و حیات دنیایی است در نوع خود مختلف و دارای انواع بسیارند. با اجرای دقیق مدیریت زمان و برنامه ریزی صحیح در محیط خانواده نتایج مثبت و مفیدی عائد اعضای این نهاد کوچک اجتماعی می‌شود که هر کدام در بهبود و رشد زندگی خانواده نقش بسزا دارد. در اینجا به مهمترین آثار و بروندادهای مدیریت زمان در زندگی خانوادگی که در اداره و پیشرفت خانواده مؤثرند اشاره میگردد.

۱. تثبیت سبک زندگی

نخستین برونداد مهم مدیریت زمان که در خانواده پدید میآید و عملکرد اعضا آن را اصلاح می‌کند، تثبیت سبک زندگی در میان افرادی است که در محیط خانواده بسر میبرند. همان گونه که در مدیریت اوقات شبانه روز گفته آمد، با تقسیم ۲۴ ساعت به سه یا چهار بخش عبادی، معیشتی، امور خانواگی و سیاسی اجتماعی و در صورت استمرار تدبیر این امور، روش زندگی

هم در ارتباط با خدای متعال از طریق عبادت و مناجات و هم در ارتباط با دیگر فعالیتهای اقتصادی و اجتماعی تثبیت می‌شود. چرا که تمرین و تکرار عامل تثبیت رفتار متربی است و هر اندازه این کار بیشتر و منظمتر صورت گیرد، موجب عادت رفتاری و تثبیت آن رفتار در فراگیران می‌گردد. شرکت اعضای خانواده در انجام عبادات به صورت مکرر و منظم در وقت معین باعث می‌شود آن عمل هر روز در بازه زمانی مشخص برایش ملکه شود و بعد از آن بدون معطلی و مشکل انجام دهد. (ر.ک:سیف:۱۳۸۸،ص۲۸۶) چنان که رسول اللهﷺ با دستور خداوند و نیز اهل‌بیتعليهم‌السلام آن حضرت دائم عبادتهای الهی را سر وقت در اوقات مشخص انجام میدادند و این روش در زندگی آنها و پیروانشان ثبات یافت و تثبیت گردید. همچنین فعالیتهای غیر عبادی هم اگر به موقع و منظم انجام گیرد، برای افراد خانواده عادت می‌شود و نه اینکه برای آنها سنگین نخواهد بود، بلکه بدون سُستی و تنبلی به اجرای برنامه‌های کاری ادامه می‌دهند.

در زمینه تثبیت سلوک عبادی معنوی که در اولویت است خداوند خطاب به پیامبرش می‌فرماید:

> **فَاصْبِرْ عَلى ما يقُولُونَ وَ سَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ قَبْلَ طُلُوعِ الشَّمْسِ وَ قَبْلَ غُرُوبِها وَ مِنْ آناءِ اللَّيلِ فَسَبِّحْ وَ أَطْرافَ النَّهارِ لَعَلَّكَ تَرْضى** (طه:۱۳۰) پس در برابر آنچه{دشمنان} می‌گویند، صبر کن! و پیش از طلوع آفتاب، و قبل از غروب آن، تسبیح و حمد پروردگارت را بهجا آور و همچنین (برخی) از ساعات شب و اطراف روز (پروردگارت را) تسبیح گوی، باشد که (از الطاف الهی) خشنود شوی.

مدیریت زمان و استمرار بر آن از این آیه شریفه به خوبی به دست میآید. آیه ضمن فرمان به صبر و بردوباری به پیامبر دستور می‌دهد سحرگاهان، هنگام غروب آفتاب، برخی ساعات شب و اطراف روز تسبح و سپاسگذاری خدای متعال را بهجای آورد. ایشان نیز طبق دستور خداوند عمل نموده سیره عبادی خود را طبق برنامه الهی تنظیم می‌کند. طبیعی است که رضایت به یکبار و دوبار حاصل نمی‌شود بلکه فعالیت مستمر لازم دارد و سبک عبادی معنوی پیامبر در طول نبوت عامل حصول رضایتی است که در آیه به صورت شاید «لَعَلَّكَ تَرْضى» به آن اشاره

شده است. در محیط خانواده اگر مدیریت زمان با نظارت و کنترل مناسب اجرا شود، تردیدی نیست که موجب تثبیت سبک زندگی در همه ابعاد آن در اعضای خانواده می‌شود. به هرصورت، شکل گیری سبک زندگی در خانواده با اجرای مدیریت زمان و کنترل و نظارت بر آن به آسانی قابل انجام است. بنابراین، میتوان گفت تعیین سبک زندگی از بروندادهای مهم مدیریت زمان در خانواده قابل ارائه است.

۲. نظم و انضباط

نظم در زندگی مهمترین عامل موفقیت و پیشرفت انسان در عرصههای مختلف حیات فردی و اجتماعی است. با اجرای مدیریت زمان و نظارت مستمر مدیر خانواده بر آن به تدریج نظم و انضباط در میان اعضای خانواده شکل میگیرد و همه افراد در انجام وظایف دینی و معیشتی خود منضبط و منظم پرورش مییابند. امام علی‌علیه‌السلام در وصیتی به فرزندان و بستگان و همه مسلمانان می‌فرماید: «أُوصِيكُمَا وَ جَمِيعَ وُلْدِي وَ أَهْلِي وَ مَنْ بَلَغَهُ كِتَابِي بِتَقْوَى اللَّهِ وَ نَظْمِ أَمْرِكُمْ» (نوری:ج۱۳،ص۴۴۱) شما (حسن و حسین) و همه فرزندانم، اهلبیتم و کسانی را که وصیتم به آنها میرسد، به تقوای خدا و نظم در زندگی وصیت میکنم. مردان بزرگ طبعاً به موضوعات مهم و مفید برای عموم بشر که در حیات آنها بسیار مؤثر هستند، وصیت می‌کنند. امام علی‌علیه‌السلام طبق این روایت در واپسین لحاظات زندگی شان به دو موضوع بسیار مهم و سرنوشت ساز به عنوان وصیت به بازماندگان تأکید کرده است که عبارتند از: ۱) تقوای الهی و پرهیزگاری که بزرگترین ارزش اخلاقی در نظام اسلامی است، مورد توصیه امام علی‌علیه‌السلام قرار گرفته است. تقوا ملکه باطنی است ک همانند ترمز ماشین انسان را از درون کنترل می‌کند. ۲) نظم و انضباط موضوع دیگری است که به علت تأثیر گذاری بر زندگی آدمیان مورد توصیه حضرت علی‌علیه‌السلام قرار گرفته و خانواده و همه مردم را به آن سفارش کرده است.

نکته قابل توجه در این روایت این است که خطاب علی‌علیه‌السلام به خانواده و فرزندان ایشان است و نظم در امور خانواده را از آنان خواسته است. این، ارتباط محتوای روایت را با موضوع مدیریت زمان در خانواده و سبک زندگی اعضای آن را بیشتر تثبیت می‌کند. تقوا محصول ایمان

و باورهای قوی دینی و اعتقادی است که برای فرد حاصل می‌شود. همچنین نظم بعد از تقوا مهمترین موضوع تأثیر گذار در حیات آدمی است که مورد توصیه امام علی‌علیه‌السلام قرار گرفته و با رعایت این دو موضوع زندگی انسان رو به را می‌شود. بدیهی است که رعایت تقوا و نظم در زندگی مستلزم مدیریت زمان در خانواده است؛ بهنحوی که نظم بدون عمل به تقسیم اوقات حاصل نمی‌شود. سبک زندگی در حقیقت از این مدیریت زمان و نظارت و کنترل مداوم به وسیله مدیر خانواده به دست میآید. در نتیجه نظم و انضباط محصول مدیریت زمان در خانواده است و میتوان به عنوان مهمترین برونداد فرایند مدیریت زمان و برنامه ریزی روزانه به مخاطبان عرضه داشت.

۳. انجام به موقع فعالیتها

با رعایت نظم و انضباط در محیط خانواده و استمرار آن با برنامه ریزی دقیق و فعال کارکردهای اعضای خانواده نظام یافته هر کدام به موقع انجام میگیرد. این مورد هم از بروندادهای مهم دروندادها در مدیریت زمان نسبت به خانواده است. موفقیت خانواده محصول نظم و ترتیب و انجام به موقع وظایف به وسیله مدیر، معاون و نیروی عملیاتی خانواده است که عبارتند از پدر، مادر و فرزندان در یک خانواده چهار نفری. قرآن کریم در مورد انجام به موقع کارها در یک خطاب عمومی می‌فرماید: «**وَ لا تَقُولَنَّ لِشَیءٍ إِنّی فاعِلٌ ذلِكَ غَدًا**» (کهف:۲۳) درباره هیچ چیز و هیچ کار، نگو که من حتماً آن را فردا انجام می‌دهم. چون فردا زمان دیگری است که معلوم نیست در اختیار مدیر و اعضای خانواده باشد. چنان که نهی قرآن از تنبلی و به تأخیر انداختن کار از موقعش دلیل بر اهمیت انجام به موقع هر وظیفه‌ای در وقت خاص آن است. طبق این آیه انسان نباید کار امروز را به فردا بگذارد و در همان روز حاضر باید انجام دهد. این امر، شامل همه فعالیتها و به خصوص عبادات است که اعضای خانواده باید نماز و روزه و دیگر واجبات را در اوقات فضیلت آنها انجام دهند.

امام علی‌علیه‌السلام در مورد انجام به موقع کارها می‌فرماید: «اِمضِ لِکُلِّ یَومٍ عَمَلَهُ فَاِنَّ لِکُلِّ یَومٍ مَافِیهِ» (نهج:نامه۵۳) هر روز به کارهای همان روز بپرداز. زیرا کار هر روزی اختصاص به روز

خود دارد. (نهج‌البلاغه، نامة ۵۳) چرا که تأخیر عمل از وقتش موجب پشیمانی است و در این زمینه علی‌علیه‌السلام این گونه بیان میدارد: «أیها الناسُ ألآنَ ألآنَ مِن قَبلِ النَّدَمِ» (طوسی:۱۳۱۷ق،ص۶۸۸) ای مردم! اینك، اینك! [تا فرصت دارید کار کنید] پیش از آن که پشیمان شوید. چه اینکه به فرمودة امام باقرعلیه‌السلام: «اَلیَومُ غَنیمةٌ وَ غداً لاتَدری لِمَن هُوَ» (مجلسی:۱٤۰۳ق،ج۷۸،ص۱۷۹) روز حاضر را غنیمت بشمار، چون روز بعد را نمیدانی برای کیست. در این روایات به انجام به موقع امور تأکید شده و با تأخیر کار از وقت انجام به علت فوت عمل ممکن است فرد دچار ندامت گردد. زیرا فرصت فوت شده دوباره معلوم نیست برگردد و فرد از آن بهرهمند شود.

۴. روابط سالم خانوادگی

با توجه به بروندادهای پیش گفته و ایجاد سبک زندگی و حاکمیت نظم و انضباط و به موقع انجام دادن امور، روابط شکل گرفته در خانواده سالم و بدون اختلاف و نزاع خواهد بود. قرآن کریم و روایات اسلامی رابطه سالم اعضای خانواده را مهم دانسته برای تحقق آن راهکارهایی ارائه کرده است. راه ایجاد رابطه درست میان اعضای خانواده این است که مرد به عنوان مدیر و سرپرست، زن به منزله مددکار و مدیر داخل خانواده و فرزندان به مثابه نیروی عملیاتی این سازمان کوچک مدیریتی هستند که به همین ترتیب اگر مرتب و منظم شوند و هر کدام به مسؤلیتهای خود متعهد باشند، روابط سالم و مستحکمی میان آنها شکل خواهد گرفت. در اخلاق اسلامی روابط خانوادگی به صورت منطقی و عقلایی تنظیم شده که اگر در محیط خانواده رعایت گردد، هیچ مشکلی میان اعضای آن پیش نمیآید.

از دیدگاه آیات و روایات کانون گرم خانواده فضای ابراز عشق و عاطفه، هم‌بستگی، تعاون و هم‌فکری و هم‌کاری میان اعضای آن است. کودکان در دامان پر مهر خانواده رشد می‌کنند، بزرگ می‌شوند، هنجارها و ارزش‌های اجتماعی را از طریق خانواده دریافت می‌دارند. میان پدر و مادر و فرزندان با وظایف تعریف شده رابطه دوسویه وجود دارد که اگر آنها به آن عمل کنند، روابط صددرصد سالم در فضای خانواده برقرار خواهد شد. (گروه روانشناسی: ۱۳۸۶، ج۱،

ص۱۴۱) جامعه پذیری فرزندان در حقیقت از محیط خانواده آغاز و به تدریج در محیط اجتماعی تکامل می‌یابد. پیامبر اسلامﷺ در مورد رابطه خانوادگی می‌فرماید: «أکرِمُوا أولادَکُمْ وَ أحسِنُوا آدابَهُمْ یَغْفِرْ لَکُمْ» (عاملی:۱۴۱۲ق،ج۱۵،ص۱۹۵) فرزندان خود را احترام کنید و آدابشان را نیکو گردانید تا مورد رحمت قرار گیرید. در رساله حقوق امام سجاد حق پدر، مادر، فرزند، خواهر و برادر معین شده و بر اساس آن اگر نظام حقوقی خانواده تنظیم شود و در فضای خانواده مورد اجرا شود، هیچ ظلم و بیعدالتی نخواهد بود. بنابراین، با مدیریت زمان و رعایت حقوق اعضای خانواده از طرف مقابل یک نوع روابط سالم و قوی میان آنها پدید میآید که در هر شرایطی مستحکم و پایدار خواهد بود. این، از بروندادهای مهم مدیریت زمان در خانواده است که یقیناً موجب رشد مادی و معنوی اعضای ساکن در این نهاد مقدس است.

۵. آرامش روحی و روانی

آخرین برونداد مدیریت زمان در این مقاله آرامش روحی و روانی اعضای خانواده است که با نظارت و کنترل صحیح در محیط خانواده به وجود میآید. زیرا با تقسیم اوقات شبانه روز و استمرار آن در هفته، ماه و سال هر کدام از اعضای خانواده به انجام وظیفه خود مشغول میشوند و با احترام همدیگر به انجام فعالتیهای خاص خود میپردازند. بدین ترتیب اختلاف و نزاع که عامل عمده اختلال روان، اضطراب و افسردگی است در فضای خانواده راه پیدا نمی‌کند. در نتیجه یک فضای آرام، ساکت و بیدغدغه در میان اعضای خانواده حاکم می‌شود که هر یک آنها جز به انجام وظیفه به چیزی نمیاندیشند. چنان که به تصریح قرآن کریم، هدف ازدواج هم آرامش روحی و روانی اعضای خانواده معرفی شده است. خداوند در این مورد می‌فرماید:

وَ مِنْ آیاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَکُمْ مِنْ أَنْفُسِکُمْ أَزْواجاً لِتَسْکُنُوا إِلَیها وَ جَعَلَ بَینَکُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً إِنَّ فی ذلِکَ لآیاتٍ لِقَوْمٍ یتَفَکَّرُونَ (روم:۲۱) و از نشانه‌های او اینکه همسرانی از جنس خودتان برای شما آفرید تا در کنار آنان آرامش یابید و در میانتان مودّت و رحمت قرار داد؛ در این، نشانه‌هایی است برای گروهی که تفکّر می‌کنند.

نکاتی در این آیه نسبت به زندگی خانوادگه وجود دارند که قابل توجه است: ۱) وحدت جنسی آفرینش همسر از خود مردان، نه از غیر انسان مانند جن و ملک و امثال آن، دلیل بر

زمینه سازی آرامش روانی همسران است. ۲) این آفرینش و تشکیل خانواده از نشانههای خدای متعال در زمین است که بدین طریق میتوان خدا را شناخت و به وجود حق تعالی ایمان آورد. ۳) ایجاد آرامش رحی و روانی بهعنوان هدف عالی ازدواج مطرح است که مرد و زن با تشکیل خانواده به آرامش میرسند. ۴) ایجاد محبت و دوستی فوق العاده میان زن و شوهر ذکر شده که عامل اصلی آرامش روانی خانواده است. ۵) این نکات را ارباب عقول در زندگی خانوادگی خود عملیاتی می‌کنند. در مدیریت زمان و نظارت و کنترل درست نکات یادشده در محیط خانواده محقق می‌شود و آرامش روحی و روانی در میان اعضا به وجود میآید. بنابراین، آرامش روحی و روانی از بروندادهای مهم مدیریت زمان در خانواده است که با برنامه ریزی صحیح و هدف گذاری و اولویت بندی و نظارت کامل در میان اعضای خانواده تحقق می‌یابد.

ب) آثار معنوی و اخروی

بروندادهای معنوی و اخروی ناظر به اثراتی است که از فرایند مدیریت زمان عائد خانواده می‌شود و اغلب زمینه ساز حیات اخروی برای اعضای خانواده است. آثاری که موجب رشد روحی و معنوی همسران و فرزندان در محیط خانواده می‌شود و هر کدام آنها در زمینه عبادت و معنویت تکامل پیدا می‌کنند. نکته اساسی این دسته از بروندادها این است که همه آنها در مسیر تکامل معنوی و سعادت اخروی قرار دارند. بروندادهای زیادی در این دسته از آثار قابل ارائه است و در اینجا به مهمترین آنها اشاره می‌شود که عبارتند از تقویت ابمان دینی، انجام به موقع عبادات، تعهد عملی به ارزش‌های اخلاقی، دریافت اجر و ثواب معنوی و تکامل روحی و معنوی.

۱. تقویت ایمان دینی

از مهمترین بروندادهای مدیریت زمان در خانواده، تقویت ایمان دینی و باورهای اعتقادی است. چه اینکه با رعایت بازههای زمانی ترتیب یافته در طول زمان و تعهد عملی به آن بر ایمان قلبی اعضای خانواده افزوده می‌شود. چون عبادت و انجام دعا و مناجات و شرکت در مراسم دینی و مذهبی در فکر و اندیشه فرد اثر میگذارد و سبب تحکیم باور اعتقادی او می‌شود. خداوند در مورد تأثیر عمل صالح بر تقویت ایمان قلبی می‌فرماید:

قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَ يغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَ اللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ (آلعمران:۳۱) بگو اگر خدا را دوست می‌دارید، از من پیروی کنید. تا خدا (نیز) شما را دوست بدارد و گناهانتان را ببخشد و خدا آمرزندهی مهربان است.

طبق این آیه شریفه محبت خدا زمنیه ساز تبعیت از رسول خداﷺ و پیروی از پیامبر عامل جذب محبت خدا معرفی شده که این محبت مغفرت الهی را در قیامت به دنبال دارد. بدین ترتیب، عمل به دستور پیامبر اسلامﷺ محبت و مغفرت خدا را در پی دارد که همه ناشی از ایمان قوی به خدای متعال هستند. در نتیجه رفتار مؤمنانه عامل تقویت باورهای دینی و اعتقای است که غفران الهی بر آن مترتب می‌شود. چرا که ایمان و عمل رابطه دوسویه دارند، همان گونه که ایمان بر عمل صالح تأثیر دارد، عمل نیز بر ازدیاد ایمان ایفای نقش می‌کند.

مفاد آیه به صورت عام شامل محیط خانواده است و بر اساس آن، مدیریت زمان و رعایت آن در روز و هفته و ماه به صورت طولانی مدت، معرفت دینی و اسلامی افراد خانواده را شکوفا میسازد. چه اینکه عبادت منظم و مستمر پدر و مادر در دل فرزندان تأثیر میگذارد و در مقابل رفتار عبادی فرزندان بر اراده و تصمیم والدین اثر مثبت دارد. بهعلاوه اینکه عمل هر کدام از اعضای خانواده با نظم و معنویت بر قلب خودش تأثیر گذاشته ایمان باطنی او را تقویت می‌کند. در نهایت برایند مدیریت زمان و استمرار آن در محیط خانواده باعث تقویت نیروی باطنی آنها یعنی باورهای اعتقادی ایشان می‌شود.گوهر ایمان در اثر فعالیت عبادی و معنوی پرورش پیدا می‌کند. چنان که شناخت صفات جمال و جلال الهی عامل رشد ایمان قلبی انسان است. خداوند در سوره معارج آیه ۱۹-۲۷ دو دسته از انسانها را مطرح می‌کند که دسته اول هلوع و جزوع هنگام رسیدن بدی و منوع موقع رسیدن خوبی هستند. این گروه در واقع ایمانشان ضعیف است، و لی در مقابل، دسته دوم کسانی هستند که اهل نماز، انفاق به نیازمندان و مؤمن به روز قیامت میباشند. این گروه راضی به رضای خدایند و جزع و فزعی در برابر اراده خدا ندارند. نتیجه اینکه اعمال این دو گروه بر تقویت و تضعیف ایمان آنها تأثیر دارد و گروه اول رفتارشان باعث سستی و گروه دوم اعمالشان موجب تحکیم باورهای قلبی ایشان است. هرگاه تنظیم رفتارهای خانوادگی و عبادت و معنویت به شکل درست فراهم گردد،

بستری می‌شود برای پرورش ایمان باطنی اعضای خانواده که از برونداهای مهم مدیریت زمان در خانواده به حساب میآید. (ر.ک:داودی:۱۳۸۳،ص۱۸۴)

۲. انجام به موقع عبادات

ادای عبادات مانند نماز در اول وقت از جمله کارهای مورد سفارش در گفتار و رفتار معصومین علیهم السلام است که در محیط خانواده باید اجرایی شود. سفارش در مورد نماز و امتثال به موقع آن در آیات و روایات فراوان تذکر داده شده و مکرر مسلمانان را به اتیان حفاظت نماز اول وقت توصیه کرده است. قرآن کریم در این زمینه می‌فرماید: «حافِظُوا عَلَی الصَّلَواتِ» (بقره:۲۳۸) در انجام همه نمازها کوشا باشید. یعنی همه نمازها را باید به موقع انجام دهید و نباید از وقتش تأخیر اندازید. همین حفاظت و تداوم بر نماز اول وقت عامل رستگاری نماز گزاران است. خداوند در این مورد می‌فرماید: «وَ الَّذینَ هُمْ عَلی صَلَواتِهِمْ یحافِظُونَ» (مؤمنون:۹) و آنها که بر نمازهایشان مواظبت می‌نمایند، {رستگارند}. از این نوع آیات هم اصل وجوب نماز و هم لزوم مداومت بر آن در اول وقت استفاده می‌شود. در این صورت نماز گزار رستگار و سعادتمند دنیا و آخرت خواهد بود.

احادیث در مورد فضیلت نماز اول وقت بسیارند و هر کدام بر اتیان نماز در وقت اولش دلالت دارند. امام علی علیه السلام به فرزندش امام حسن مجتبی علیه السلام این گونه وصیت می‌کند: «**أُوصِیْکَ یَا بُنَیَّ بِالصَّلَاةِ عِنْدَ وَقْتِهَا**» (عاملی:۱۴۱۲ق،ج۳،ص۹۱) فرزندم تو را به نماز اول وقت وصیت میکنم. وصیت امام معصوم در اواخر عمر، دلیل بر اهمیت موضوع است و اینکه نماز اول وقت هم فضیلت بسیار دارد و هم زمینه عادت بر کار نیک را به نمازگزاران فراهم میآورد تا این عادت پسندیده در آنها تثبیت شود. نکته جالب اینکه وصیت امام علی علیه السلام به فرزندان است و مربوط به امور خانواده می‌شود که دقیقاً با موضوع مدیریت زمان در خانواده ارتباط مستقیم دارد. در حقیقت انجام به موقع وظایف و به ویژه نماز اول وقت مهم ترین برونداد مدیریت زمان و نظارت و کنترل آن در خانواده است که آثار رفتاری مثبت در میان اعضای خانواده به جا می‌گذارد.

۳. تعهد عملی به ارزش‌های اخلاقی

ایجاد تعهد عملی به دین و ارزش‌های اخلاقی مبتنی بر دین داری از دیگر بروندادهای مدیریت زمان در خانواده است که با برنامه ریزی صحیح در افراد ساکن در خانه به وجود میآید و در زندگی آنها تأثیر بسزا دارد. در زندگی خانوادگی دو نوع عملکرد مشاهده می‌شود. یکی گفتاری آنچه فرد به زبان می‌آورد و وعده عمل میدهد و دیگری رفتاری که در عمل از خود نشان میدهد. خیلی از افراد در محیط خانه و جامعه در زبان مدعی رفتارهایی هستند که در مقام عمل کمتر به آنه متعهدند. به همین دلیل قرآن کریم مدعیان زبانی و متخلفان عملی را این گونه مذمت می‌کند: «یا أَیهَا الَّذینَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ ما لا تَفْعَلُونَ، کَبُرَ مَقْتاً عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا ما لا تَفْعَلُونَ» ای کسانی که ایمان آورده‌اید! چرا سخنی می‌گویید که عمل نمی‌کنید. نزد خدا بسیار موجب خشم است که سخنی بگویید و به آن عمل نکنید. (صف:۱-۲) در جای دیگر می‌فرماید: «**أَ تَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَ تَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ**» (بقره:۴۴) آیا مردم را به نیکی (و ایمان به پیامبری که صفات او آشکارا در تورات آمده) دعوت می‌کنید، اما خودتان را فراموش می‌نمایید.

این آیات عمومیت دارند و فضای خانواده را نیز شامل است، بدین معنا که نباید اعضای آن بر گفتار بدون عمل اکتفا کنند. ادعای بدون عمل بر اساس این آیات موجب خشم خدای متعال است و انسان را از خدا دور میسازد. افرادی که دیگران را به نیکویی دعوت می‌کنند، ولی از خود غافل هستند، به شدت سرزنش می‌کند. بنابراین، در میان اعضای خانواده نباید به وعده و وعید زبانی بسنده کرد، بلکه میبایست افزون بر گفتار در عمل نیز متعهد باشند. چنان که امام صادق‌علیه‌السلام در بیان ارزشمندیِ عمل می‌فرماید: «**کُونُوا دُعاةَ النّاسِ بأعَمالِکُمْ وَ لاتَکُنُوا دُعَاةً بِأَلْسِنَتِکُمْ**» (مجلسی:۱۴۰۳ق:ج ۵،ص۱۹۸) مردم را با اعمال خود به خوبیها دعوت نمایید و تنها به زبان اکتفا نکنید. این حدیث تعهد عملی را از همه مردم و بهخصوص اعضای خانواده خواسته و به اجرای دستورات الهی در عمل فرمان داده است. راه عملیاتی سازی اوامر قرآن و حدیث هم مدیریت زمان و برنامه ریزی در محیط خانواده است که باید به وسیله مدیر یعنی پدر خانواده انجام گیرد.

۴. دریافت اجر و ثواب معنوی

نتیجه واقعی فرایند مدیریت زمان که ثواب معنوی است به کسانی بر میگردد که به آن برنامه عمل کنند و در محیط خانواده تعهد عملی به وظایف دینی از خود نشان داده به آن استمرار ببخشند. چه اینکه از منظر قرآن کریم نتایج اعمال هر کس به خودش بر میگردد و در قیامت بدون کم و زیاد نصیب او می‌شود. قرآن در این زمینه می‌فرماید: «**فَمَنْ يعْمَلْ مِثْقالَ ذَرَّةٍ خَيراً يرَه وَ مَنْ يعْمَلْ مِثْقالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يرَه**» (زلزال:۷-۸) پس هر کس هموزن ذرّه‌ای کار خیر انجام دهد آن را می‌بیند و هر کس هموزن ذرّه‌ای کار بد کرده آن را می‌بیند. این آیه بر نتایج اعمال دلالت دارد و اینکه هیچ عملی بدون اثر نیست و رفتاری هر چند کوچک اثرش در قیامت به صاحب آن باز میگردد. کار نیک ثواب دارد و کار بد عقاب که هر دو در روز واپسین بدون کم و زیاد به صاحب عمل بر میگردد. در این زمینه آیات قرآن بسیار زیادند و در مجموع آدمی را به آثار اخروی اعمال توجه میدهند که نباید از عواقب کارهای انجام شده غافل باشند و مبادا در زندگی کارهای بد و نسنجیده انجام دهند.

مدیریت زمان فرایندی است که اجرای آن در محیط خانواده موجب شکل گیری سبک زندگی و تعیین سلوک عبادی و معنوی می‌شود. در این فرایند تعهد عملی به عبادت و معنویت و دیگر وظایف در اعضای خانواده پدید میآید و بدین طریق واجبات و مستحبات مانند نماز و روزه و امثال آن به صورت صحیح انجام میگیرد. هر عملی که با نیت خالص از ایمان قلبی صادر شود، ثواب دارد و جزو اعمال صالح شمرده می‌شود که قطعاً پاداش مناسب بر آن مترتب است. خداوند در مورد ثواب اعمال صالح می‌فرماید: «**فَالَّذينَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحاتِ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَ رِزْقٌ كَريمٌ**» (حج:۵۰) آنها که ایمان آوردند و اعمال صالح انجام دادند، آمرزش و روزی پُر ارزشی برای آنهاست. آمرزش الهی در قیامت و رزق کریم پاداش صالحان ذکر شده که به گفته برخی کارشناسان منظور از رزق کریم ایمان، سعادت و کرامت انسان است که او را به بهشت رهسپار می‌کند. (خوزانی:۱۳۸۹،ص۲۲) تعهد رفتاری در محیط خانواده زمینه ساز عمل صالح و در نهایت ورود در بهشت و بهرهمندی از نعمتهای اخروی است. این نتیجه از بروندادهای مهم مدیریت زمان در خانواده به حساب میآید.

۵. تکامل روحی و معنوی

آخرین برونداد در حیطه معنوی و اخروی مدیریت زمان تکامل روحی و معنوی و درنهایت نیل به مقام قرب آفریدگار است که با طی مراحل برنامه ریزی اوقات روزانه و فرایند مدیریت برای افراد خانواده حاصل می‌شود. چون با عبور از فرایند مدیریت زمان به روش پیش گفته در این مقاله هر فرد از اعضای خانواده به لحاظ ایمان و تقوا رشد می‌کند. رشد ایمان قلبی و تعهد عملی به آموزههای دینی بر اساس سبک دینی و سلوک عبادی تنظیم یافته، روح انسان را قوی و معنویت او را فزونی میبخشد. قرآن کریم هم انسان با تقوا را گرامیترین فرد نزد خدا معرفی کرده می‌فرماید: «**إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقاكُمْ**» (حجرات:۱۳) گرامی‌ترین شما نزد خداوند با تقواترین شماست. بر اساس این آیه شریفه تقوا و عمل صالح آدمی را به خدا نزدیک میسادز. روشن است کسی میتواند تقرب به خدا پیدا کند که مراتب تکامل روحی و معنوی را کسب کرده باشد. این جاست که خداوند انسان مؤمن را با غیر مؤمن متفاوت دانسته می‌فرماید: «أَ فَمَنْ كانَ مُؤْمِناً كَمَنْ كانَ فاسِقاً لا يسْتَوُونَ» (سجده:۱۸) آیا کسی که با ایمان باشد همچون کسی است که فاسق است؟ نه، هرگز این دو برابر نیستند. مقایسه ارائه شده در آیه میان مؤمن و فاسق و یکسان نبودن آن دو نزد خدای متعال، امر روشنی است که جهت تفکر و تعقل به مسلمانان عرضه شده تا با تأمل در آن خود را ارزیابی نموده کاری کند که در زمرة اهل ایمان قرار گیرد.

تکامل روحی و معنوی بهعنوان آخرین برونداد مدیریت زمان در این مقاله به مخاطبان ارائه شد که در واقع نتیجه نهایی دروندادها و فرایند مدیریت در نهاد خانواده است. هر گاه انسان به لحاظ روحی و معنوی رشد کند، با بیاعتنایی به دنیا از لذتهای زود گذر مادی و جسمی صرف نظر می‌کند و به حیات اخروی دل میبندد. به همین علت کارهایی را در دنیا انجام میدهد که او را به سعادت آخروی منتهی سازند. با عبادت و مناجات و تضرع در پیشگاه ربُّ الارباب تلاش می‌کند تا به این هدف بلند دست یازد. هدفی که همه انبیا و اولیای خدا به آن دعوت کردند و پیروان آنها با تبعیت از ایشان سرانجام به آن هدف نائل شدند. به جرئت میتوان گفت اگر خانوادهها به مدیریت زمان و تربیت صحیح اولاد اهتمام ورزند، آنگاه به

آسانی میتوانند به هدف مهم زندگی که تکامل روحی و معنوی است برسند و در نهایت از سعادت ابدی و نعمتهای اخروی بهرهمند گردند.

نتیجه

در مجموع از این مقاله به نکاتی به عنوان نتایج نهایی رهنمون شدیم که به صورت فهرستوار به آنها اشاره میگردد:

۱. لزوم اجرای فرایند مدیریت زمان در خانواده به وسیله مدیر و پدر خانواده که اداره و سرپرستی این نهاد مقدس را به عهده دارد.

۲. لزوم برنامه ریزی در محیط خانواده به عنوان یک اصل در فرایند مدیریت زمان در خانواده که میبایست با مشورت اعضای خانواده صورت گیرد. منظور اینکه پدر با هماهنگی همسر و فرزندان این کار را انجام دهند و تک روی در میان اعضا نباشد

۳. لزوم همکاری و هماهنگی زن و شوهر در محیط خانه ضروری است، وگرنه هیچ کار مفیدی در خانواده انجام نخواهد شد.

۴. لزوم رعایت سلسله مراتب مدیریتی در میان اعضای خانواده، بدین معنا که پدر مسئول، مادر همکار و فرزندان نیروهای عملیاتی سازمان خانواده از مقام بالاتر اطاعت نمایند.

۵. برنامه ریزی و تقسیم اوقات شبانه روز طبق روایات معصومین علیهم السلام در بازههای زمانی سه یا چهار بخشی صورت گیرد و اولویت اول با تعیین زمان عبادات و معنویات قرار گیرد.

۶. تصمیم گیری منطقی از ناحیه مدیر خانواده اتخاذ شود و به دیگر اعضا اعلام و از آنها تعهد عملی به آن صورت گیرد.

۷. با اجرای فرایند مدیریت زمان به صورت دقیق و نظارت و کنترل درست، بروندادهای پیش گفته تحقق می‌یابد.

۸. سعادت اخروی در پی تکامل روحی و معنوی آخرین برونداد معنوی مدیریت زمان است که بعد از بروندادهای دنیایی و اخروی پیش گفته نصیب اعضای خانواده می‌شود و به مقام قرب الهی نائل می‌گردند.

کتابنامه

قرآن کریم، ترجمه آیت الله ناصر مکارم شیرازی.

نهج البلاغه، ترجمه: محمد دشتی، قم، مؤسسه تحقیقاتی امیر المؤمنین، ۱۳۷۶.

آمدی، عبد الواحد، **تصنیف غرر الحکم و درر الکلم**، قم، دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۳۶۶.

ابن حجاج نیشابوری، مسلم، **صحیح مسلم**، بیروت، المکتب الاسلامی، ۱۴۰۱ق.

ابیداود، سلیمان، **سنن ابی داود**، تحقیق: سید محمد سید، مصر، دارالحدیث، ۱٤۲۰ق/ ۱۹۹۹م.

احمدی، علیرضا، **مبانی و اصول مدیریت اسلامی**، تهران، تولید دانش، ۱۳۸۶.

اعزازی، شهلا، **جامعه شناسی خانواده**، انتشارات روشنگران ومطالعات زنان، ۱۳۷۶.

الوانی، سید مهدی، **مدیریت عمومی**، تهران، نشرنی، ۱۳۸۹.

ـــــــــ، **مدیریت در اسلام**، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۸۸.

انجمن علمیه حوزه علمیه قم، **مدیریت اسلامی**، قم، زلال کوثر، ۱۳۹۲.

بازرگان، عباس، **ارزشیابی آموزشی**، تهران، سمت، ۱۳۸۹.

باقریان خوزانی، محمد، **بازتاب دنیوی اعمال از دیدگاه قرآن**، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۹.

بخاری، محمد، **صحیح بخاری**، بیروت، دار ابن کثیر، بیتا.

پروند، محمدحسین، **مقدمات برنامه ریزی آموزشی و درسی**، تهران، انتشارات ۱۳۷۱.

پیروز، علی آقا، **مدیریت اسلامی**، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۸۸.

جمعی از نویسندگان، **مجموعه مقالات سبک زندگی اهل‌بیت**علیهم‌السلام؛ علینقی، فقیهی، پنج اصل مهم پرورش زندگی اسلامی، ۱۳۹۳.

حر عاملی، محمد، **وسائل الشیعه**، بیروت، دار احیاءالتراث العربی، ۱۴۱۲ق.

داودی، محمد، **تربیت دینی**، قم، مؤسسه پژوهشی حوزه و دانشگاه، ۱۳۸۳.

دیوید لوئس، **مدیریت زمان**، ترجمه: کامران روح شهباز، تهران، ققنوس، ۱۳۹۳.

رُس جی، **مدیریت زمان**، ترجمه: مسعود احمدی، تهران، کوهسار، ۱۳۸۶.

السید محمدباقر الصدر، **دروس فی علم الأصول**، بیروت، دارالکتاب اللبنانی، ۱٤۰٦ق.

سیف، علی اکبر، **اندازه گیری**، سنجش و ارزشیابی آموزشی، تهران، نشر دوران، ۱۳۸۵.

ـــــــــ، **روان شناسی پرورش نوین**، تهران، نشر دوران، ۱۳۸۸.

سینجر، مارکج، **مدیریت منابع انسانی**، ترجمه: فریده آلآقا، تهران، مرکز آموزش مدیریت دولتی، ۱۳۷۸.
صدوق، محمد، **الامالی**، قم، مرکز الطباعة و النشر فی مؤسسة البعثه، ۱۴۱۷ق.
طباطبایی، سید محمدحسین، **المیزان فی تفسیر القرآن**، ترجمه: سید محمد باقر موسوی همدانی، قم، جامعه مدرسین، ۱۳۷۴.
طبیبیان، حمید، **فرهنگ فرزان**، تهران، نشر پژوهش فرزان روز، ۱۳۷۸.
عبد علی، عروسی حویزی، **تفسیر نور الثقلین**، قم، اسماعیلیان، ١٤١٥ق.
علاقه‌بند، علی، **مقدمات مدیریت آموزشی**، تهران، بعثت، ۱۳۷۵.
علی بن موسی الرضاعليه‌السلام، **فقه الرضا**، قم، مؤسسة آل البیت لاحیاء التراث، ١٤٠٦ق.
فرجاد، محمدحسین، **آسیب شناسی اجتماعی خانواده وطلاق**، انتشارات منصوری، ۱۳۷۲.
فردریک، کاپلستون، **تاریخ فلسفه یونان و روم**، ترجمه: سید جلال‌الدین مجتبوی، تهران، سروش، ١٣٦٨.
القصیر، عبدالقادر، **الاسرة المتغیرة فی المجتمع المدینة العربیه**، بیروت، دار النهضة العربیه، ۱۹۹۹م.
قمی، عباس، **سفینه البحار**، بیجا، دارالاسوه، ۱۳۸۰.
کاویانی، محمد، **سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن**، قم، پژوهشگاه حوزه ودانشگاه، ۱۳۹۱.
کلینی، محمد، **اصول کافی**، بیروت، دارالاضواء، ١٤١٣ق.
گائینی، ابوالفضل و رضا نجاری، **مدیریت منابع انسانی**، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۹۲.
گروه روان‌شناسی، **تقویت نظام خانواده و آسیب شناسی آن**، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۶.
مجلسی، محمدباقر، **بحار الانوار**، بیروت، دار احیاء التراث، الطبعه الثالثه، ١٤٠٣ق.
مصباح یزدی، محمدتقی، **پیشنیازهای مدیریت اسلامی**، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۵.
مطهری، مرتضی، **حرکت و زمان در فلسفه اسلامی**، انتشارات حکمت، تهران ۱۳۷۱.
مکارم، ناصر و همکاران، **تفسیر نمونه**، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ١٣٧٤.
مورگین استرن، جولی، **مدیریت جامع زمان**، ترجمه: مهدی قراچه‌داغی، تهران، پیک بهار، ۱۳۸۳.
میانداری، کمال، **مدیریت اسلامی**، زنجان: انتشارات دانش، ۱۳۸۸.
نوری، میرزاحسین، **مستدرک الوسایل**، قم، مؤسسه آلالبیت‌عليهم‌السلام، ۱۴۰۸ق.
وهبة الزحیلی، **الاسرة المسلمة فی العالم المعاصر**، مصر، دارالفکر، ١٤٢٠ق.
هندی، علاءالدین متقی، **الکنزالعمال**، بیروت، مؤسسة الرساله، ١٤٠١ق.