

مع العيد.. إصنع ذكريات الغد



انتظارنا المترقب للـ"عيدية"، واللعب مع الأقارب الذين -ربما- لا نراهم إلا في العيد، وزياراتنا لبيتهم.. وغيرها من التفاصيل الكثيرة -المتكررة عاما بعد عاما- التي تصنع طقوس وتقاليد العيد التي تتناقلها الأجيال جيلا بعد جيل، وتصنع الرابطة بين أفراد الأسرة وتخلق الوحدة بين أفرادها. والأهم أنها تصنع هذا المعنى الخاص للحظة ما.

هل فكرت كيف تمنح هذه الذكريات لأطفالك، وتمنحهم معها فرحة العيد الحقيقية الممتدة التي لا تتبدل ولا تتغير رغم انشطار عائلاتنا الممتدة إلى أسر صغيرة.

إنها محاولة لنصنع معا ذكريات الغد لأبنائنا، على أن يكون في القلب منها نفس الالتحام والحميمة. ابدأ شيئا جديدا

حاول أن تبدأ شيئا جديدا هذا العام، وكرره عاما بعد عام ليصبح بمثابة التقليد الجديد لأسرتك:

- اعقد أول اجتماع لأسرتك:

* تخير موعدا مناسباً للجميع.

* أعلن عن سبب هذا الاجتماع (التخطيط الجماعي للعيد).

* سل كل فرد عن النقاط التي يحب مناقشتها.

- * كلف أحد أعضاء أسرتك بتعليق إعلان بموعد الاجتماع في مكان واضح (على الثلاجة مثلا) ويمكنك تحديد فترة للاجتماع (حسب أعمار أفراد أسرتك).
- * ابدءوا باختيار شعار للأسرة (الفريق مثلا).
- * ناقش أفكار كل فرد لقضاء العيد، وكلف أحد الأعضاء بتسجيل كل الأفكار والمقترحات: (أفكار للاحتفال بالعيد - الأماكن التي تودون زيارتها - الأشخاص الذين تودون الاتصال بهم - وجبات كل يوم - المشتريات - الزيارات - الملابس - أعمال المنزل - ... الخ).
- * سجل خطة تنفيذ ما اتفقتم جميعا عليه من مقترحات (العمل المحدد - خطوات تنفيذه - احتياجاته من مشتريات أو إعداد خامات - وقت تنفيذ كل خطوة - العضو المكلف بالأداء ... الخ).
- * أشرك كل الأفراد في الإعداد للعيد، ووزع الأدوار وتول إدارة فريقك الجديد، واجعل كلا منهم مسئولا حسب تميزه، وحاول أن تجعل المشروعات جماعية دوما في التخطيط والتنفيذ معا، واترك المجال للابتكارات والمفاجآت الفردية.
- تقاليد جديد لحياة سعيدة
- ناقش مع أسرتك فكرة العادات والتقاليد الجديدة التي تودون إرساءها. واسألهم مقترحات؛ ثم سجل كل مقترح وناقشه واختر معهم ما تودون أن يكون تقليدا لأسرتكم؛ مثلا:
- * عمل وجبة معينة كل سنة (اختاروها معا)؛ وتوزيعها على الأقارب والأصدقاء (سجلوهم في دفتر خاص بالعيد)؛ وكذلك دار الأيتام (كلف أحد الأعضاء بتدوين عناوين دور الأيتام القريبة منكم).
- * عمل زينة معينة للبيت؛ والاحتفاظ بها لتعليقها كل عيد، على أن يتشارك كل أفراد الأسرة في عملها، وتكون ذات طابع خاص بالأسرة.
- * حفلة الشاي والسمر ليلة العيد.
- * زيارة لتوطيد صداقة جديدة (حاول أن تحظى بصداقة جديدة كل عام)؛ واسمح بدعوة أصدقاء الأبناء ليتشاركوا فرحة العيد بصحبة الأسرة أيضا.
- * حفلة لعدد من الأسر الصديقة بهدف التعارف والتآخي المستمر.
- * اقرءوا معا نفس القصة كل عام.
- * صلاة جماعية ودعاء للمسلمين المكروبين.
- * شراء شيء جديد للمنزل.
- * التخلص من بعض الأشياء القديمة.
- * زيارة دار الأيتام القريبة (يمكن أن يشارك الأطفال في جمع التبرعات؛ وإعداد الهدايا؛ ...).
- * استرجاع ذلك كل عام.
- يوميات لحياة التواصل
- اعمل أول دفتر ليوميات الأسرة وسجل فيه أثناء جلسة الأسرة حكايتكم وقصصكم وطرائقكم الخاصة؛

- واستخدم هذا الدفتر الخاص كل عيد.. اكتب فيه كلمات التهاني؛ وصية لابن؛ أكثر ما أسعدك في العيد؛ أكثر من سعدت برؤيته ومشاركته هذا العيد؛ مفاجأة سارة؛ التقط الصور وسجل التعليقات والذكريات.
- تعهد كل فرد بإيجابية جديدة (وربما كان هذا أيضا تقليدا للأسرة كل عيد؛ أن تتعهد بإيجابية جديدة تجاه نفسك عليها طول العام؛ وتشارك في ذلك أسرته، وتسجله في الاجتماع السنوي للعيد).
- انذر من وقتك 30 دقيقة تستمع فيها بإنصات تام لأحد أفراد أسرته يحتاج لانتباهك وإنصاتك المتعاطف.
- العيد فرصة لمهارة جديدة
- يمكن أن توسع اجتماعك في العيد ليشمل الأقارب. خاصة المقربين الذين يشاركونكم أكثر الأوقات في العيد.
- ساعد الصغار في إعداد هدايا بسيطة لأفراد العائلة، خاصة تلك الهدايا التي تصنع يدويا وتحمل معنى خاصا.
- تشاركوا جميعا في كتابة خطاب جماعي لأحد أفراد العائلة (الخال الذي لم نره من زمن؛ أو خطاب اعتذار، أو تعبير عن حب لم نخبر به) ويمكن أن تضمنوه صورة أو جملا متناثرة لأفراد الأسرة أو أبياتا من شعر ألفه أحدكم أو رسما للصغير الذي لم يتعلم الكتابة بعد.. وأطلقوا خيالكم لتشاركوا وتبدعوا.
- أشرك طفلك في كتابة بطاقات شكر وتهنئة لخمس أشخاص تعلم منهم أو جعله أحدهم يشعر شعورا جميلا، أو قدم له عونا ما... الخ، وتشاركوا رسمها وكتابتها واقتراح الأسماء.
- ساعد أطفالك ليقوموا بالدور النشط في الاحتفال بالعيد، وهذه بعض الأفكار:
- * أن يقدموا أغانيهم المحببة.
- * إقامة معرض خاص لرسومهم.
- * القيام بدور الصحفي الأسري في العيد، وساعد الطفل في: إعداد الأسئلة؛ تحقيقات صحفية مع الجد والجدّة وغيرهما من أفراد الأسرة حول ذكريات العيد (ما أكثر ما تذكره عن العيد في طفولتك؟ كيف كنت تحتفل بالعيد؟ من أكثر من كنت تحب المكوث معهم في العيد؟ ما أجمل هدية جاءتلك؟...) على أن يسجل ذلك صوتيا؛ ويلتقط صوراً.
- * كتابة مذكرات العيد لكل فرد.. عمل جريدة العائلة للعيد (أخبار العيد، صور العيد، قصص من العيد مر بها كل فرد... الخ).
- * كما يمكن أن يثبت حوارا سنويا يسجل مع كل أفراد العائلة والأقارب والأصدقاء:
- ماذا تفعل لو كنت مليونيرا؛ لو كنت طائرا لطرت إلى...، واصطحبت...؛ وأخذت من الأشياء... الخ
- شعاري هذا العيد هو
- سأستمسك بصفة... من الآن فصاعدا..
- أجمل وأساء ما أذكره من العيد الماضي...

• سأحاول أن يكون... عادتي الجديدة في كل عيد

• أجمل نكتة (أو طرفة) سمعتها أمس...

العيد تواصل الأجيال

- أشرك الكبار والصغار، انشر البهجة للجميع. كرر هذه الأسئلة (وغيرها) كل عام، وشارك في بهجة

استكشاف اختلاف الإجابات كل عام.

- طالع صور العيد الماضي وشارك في التعليق عليها.

- استخرج صوراً قديمة بها أفراد عائلتك وحدث أطفالك عنهم.

- لا تنس اغتنام الفرصة لتنمية علاقاتك وتحسينها.

- أعد الرومانسية لحياتك في العيد: ورد؛ موسيقى، هدية لشريك الحياة.

- عاهد نفسك على أن تلتزم بإبهاج وإسعاد أطفالك.

- استرخ واضبط أعصابك ودع توتر العيد يمر في سلام.

اصنع ذكريات الغد، وفي القلب منها الحميمة والتشارك في التفاصيل التي تمنع معنى الحياة!!