ކުދިން ތަރުބިއްޔަތު ކުރުން

-ނަޒީމާ މުޙައްމަދު-

ކުޑަ ކުދިން އަންހެނުން އުފާވާ ގޮތް ގަދަ ބޭ-
ނުމީ ދުވަސް ތަރުބިއްޔަތާއި ފުރިހަމަ ސިއްޙަތުގައި އުޅެވޭ
ޙިމާޔަތާ ގޮތަށް ފުރުޞަތު ދީގެން ކުރިއަރުވައިދޭން ނޫނީ
އެވެ. މިކަމުގައި ގުޅުންހުރި ނަފްސާނީ ގޮތުން-
ނާއި ޖިސްމާނީ ތަރައްޤީ ކުރުމުގެ ގޮތުން
ކުޑަ ކުދިންނަށް ތަރުޖަމާ ބޭނުންތަކަށް ވެއެވެ. ޖިސްމާ
ކުޑަ ކުއްޖަކު އުޅޭ އުމުރުގައި، މި ތަރުޖަމާ ކުރަން-
ތަށްތަކުން، ގެއިން ބޭރުގައި ދުނިޔެއާއި ނަފްސާނީ
އަދި އެ ކުއްޖަކަށް އުޅޭ ގޮތް އުޅޭ މީހުން ސަމާލު
ކަން ދޭން ޖެހޭ އެވެ.

ފުރަތަމަ އަހަރު – އަންމަގެ ގާތުގައި

މި އުމުރަކީ ގައި ކުޑަ ކުއްޖާއަށް ގޮވުން-
ތައް ބަލަހައްޓަން ކުރާނީ ބާރުލިބޭ އަރައިގެން
މަރުޙަލާ. ގިނަ ފަހަރަށް މުޅި ކުއްޖާގެ މަސައްކަ
އެވެ. މަސައްކަތް ފަރާތުން އަތުގެ ފިޔޯއި
ބޭނުން ހިފައި ފެށު އެވެ. އަދި ގޮވުން ގިނަ ދިނުމު-
ވެސް ތެދުގައި، ކުއްޖާ އަށް ތަފާތު މީހާއަށް ނުވާތީ
ވަރަށް ހާއްސަ ގޮތަކަށް އަޑުއަހާ އެވެ. މި ދު-
ވަސްތަކު ޖިސްމާނީ ގޮތުން ބޮޑުވާ މިންވަރަ-
ނާއި ގުޅިގެން ބޭނުން އަލުން ކުއްޖާއަށް ކާނާދިނުން
ބޭނުން ކުރެއެވެ.

ތަރައްޤީ ކުއްޖާ އަށް ދަރާ މަހާ ގައި މަސް
ދިޔާއިރު ވަށް ކުރުގެ ފަހުން އަސަރާ އެވެ. އަދި ކުއްޖާ
އަށް، އެއަށް ކުރާ ހެދިފައި ފަރުވާތަކެއް ކުރާ ނަމަ ތަރުހަމަ
ޒިކުރު ފަހަށް އެވެ. އަދި ކުދިން ތަރުތީބު ބޭނުން ފަހު
އެއް ވިޔަފާރިކުރެވެ. ނަމަވެސް، ތަޢުލީމީ ގޮތް
ކަން – މި ދުނިޔެއާއި ކުއްޖާ ގައިގާ އަޑުތަކުން،
ވިސްނުމުގެ، އެހާތަކުން ފުރަތަ ކަންތައް– މިއީ
މި އުމުރު ގައި ކުރަމަ ކުއްޖާ ކަނޑައަޅަން ފަސް ބަ-
ދަލުވާ ކަންކަމެވެ. ޖީވާ، މި ދުވަސް ކުރަ
ގެންދަވާ ކާންނާ ތަރުތީބުތަކާ ގުޅުމެއް، ކުއްޖާ އަށް
ދިރިއުޅޭ ގޮތެއް ގައި ދުނިޔޭގެ ޢަމަލެވެ. ތަރުބިއްޔަތު
ފުރިހަމަ ކޮށްދީ ބަލަ ކުރާ ކުދިން ޖެހޭ ކުރު
ތަރުބިއްޔަތު ނަގަފުސާ އެކުލެވޭ މުއައްސަސާ ކަމަކީ
ކުޑަ އާއި ނުކުތާ.

ކުއްޖާ ބޮޑު ވަގުތު ދާ ދިޔަ ދުވަސް އެއި
ވާހަކަ ދައްކަވައި، ހިތްހަމަޖެހޭ ގޮތެއް ބަލަހައް
ދެއްކުން ކުރުކޮށް ބޭނުންވެ. ވާހަކަ ދައްކަ
އަޑު ގިނަ ދިނުން ވިސްނުމަށް ކުއްޖާގެ ޒިހުނަށް ބޭނު-
ވެއެވެ. އެހެން، " ވާހަކަ ވަރަ ފަހު ދިނުން އެނގޭ

ވަޒަނުގެން، ބަސް "އަހި އަހި" ހިނގަނީ ކުރުމޭދީ ނަރަސްވެ ގޮތަށް ކުރުމާދީ އިޖުރާއަތުންވެސް ނަގަނީ މި ސަބަބަކީ ޗެކަ އެވެ.

ކުޑަ ކުއްޖަކަށް އެއް އަހަރު ފުރުން ކައިރިވާ އިރު، ކުދިވަރުގެ ދުވަހުން ކަށި ފެށޭ އިތުރު ވެ އެވެ. ކަކުލުވާއި އަޑު، ކުރިޔަށްދާއި ވާހަކަދެއްކުން، މިއީ ކުށްފުޅުން ބޭނުން ކަށި-ތަކެވެ.

ފުރިޝަސްކުރުމާއި ސަކުރު ދުރުވާސަބަބު

ކުޑަބަޔާލިޔަ މި ކަ އުފުނު ގައި ވަރަށް ދުރުއްލު އެއްކޮށްލެވޭ. ސަކުރު ފަހަ އުފުނު ގައި ކުޑަ ކުދިން ވަރަށް ގިނަ ވަގުތުތަކެއް ހޭދަ ކުރަނީ ކުޑަބަޔާލިޔާގެ "ހުރަހަތަކެއް" ދަސްކުރުމުގެ އެވެ. ކުދުވާއި ވާހަކަދެއްކުމުގެ އެވެ. ކުޑުވަ-ރުން ދަސްކުރަނީ ހަރަކާތްތަކާއި އެކި ގޮތްތަކުން ކޮށްޗިޔަ ކުރުވެ. ކުޑުވަރު ގައި، ބައްޕަ އާއި މަންމަގެ ހަޑިތަކެއް ކުރާނެ އެވެ. އެހެން ކުދިން-ނާއި ގުޅުން އުފެން ދަސްކުރާނެ އެވެ. މި ދުވަސްވަރު، ކުދިންގެ އުފާވެރި އަކަމީގެން ކުދި އެއްކަލި ކުދިންނަށް ޗިލިބުން ގަނޑު ހަވާ-ޖެހެސްކުރާނެ އެވެ. އަދި ޗިޗީ އާއި ޕީޕީއެ ފިލުވާ ދަތުރުކުރަ، މިއީ ފެށޭ އެ ކުދިންގެ އުފުލަ ގަޑި، ނުފުރާ އަސްކޮރުތަކެއް ނެ ކުރަނީ ފިލުވަން ފަށަން ފަށަން އެވެ.

މި އުމުރުގައި، ހުރިހާ ބޭނުންތަކެއް ފުއް-ދައިދިނުމަށް އެހެން ހަރާކާތްތަކެއް އެދުން ޗޭހާ ވާރދުއްގެ ގޮތް ގައި ހުރުމަށް ފުރާ، އަމިއްލަ ފައި ވަކިކުރުން ތެދުވެ، ހުރިހާ ކަމެއް އެކުއްޖަކު އަ-މިއްލަ އަށް ކުރަން ފެށާ ދުވަސްވަރަކު. މި ފުރުސަތުގައި ކަމާ މަޑުން އިތުރުވެދުން ދާ ދުވަސްވަރަކު. މައިންބަފައިންނާއި، ގާތް މީހުންނާ އަދި ޗިކަމަތުގެ ހަރަކާތްތަކުން، މީހާ ކުއްޖާ އަށް ބޭނުން ވަނީ، އެހާ އަދި ކަންތައް-ތަށް ކުރުމަށް ހަރަކާތް ކަމެއް ގެބެނުން ކުރުވެ. މީހާ ކުދިން މަސައްކަތް ކުރަނީ މަސްވަ، ނުކުތަ ބައްޔަ، ނުވަތަ ހުއްބަ ގަތް މިހަކު އަތް ގޮތުން އަދުގެ އެވެ. އެ ގޮތުން ކަމެއް ކުރަމުގެ އެވެ.

މައިންބަފައިންނާއި ބެލެނި މީހުންގެ ހަރަކާތް ކުއްޖާގެ މަސައްކަތް ކުރުމަށްފަށާ ވަރަކަށް ތަމްރީނު ކުރުން ބޭނުން ވާ އެވެ. އަދި އެވަސައްކަތް ހާހަ ވެން ވެސް ބޭނުން ވެ އެވެ. މިހާ، އެހާ ކުރުވެ މަސައްކަތް ކުރި ކަމާއި، ކާމިއާބު ނުކުރުވުން ނަގަ ވެސް އެ ކަމަކަށް ސަބަބަށް ދޭން ވާން އެވެ. ތަމްރީނު ކުރު ސަބަބަށް ދޭންޖީ ހަދާ އަކަރި ކާމިޔާބީ ތަކަކަށް ނުނުވެ. އެހެން ހަދައިދިނަވަ، ކާމި-ޔާބު ނުލިބުނު ހަހަން، ކުއްޖާގެ ހިތްވަރު ދަށަ ވުމުގެ ސަބަބަކުން، ކަންތަކަށްދާނަ ނާ ކުރުމު ވާގޮތް ދިމާވާ ވާން އެވެ. ޗިކަތު ނުވަތަ ފުރައްޗަސް ވެސް މި އުމުރުގެ ކުދިންނަށް

ވަރަށް ފުރިހަމަ ދިރުނެވެ. ވަރަށް ގިނަ ގޮތް ގޮތުން
ކުއްޖާ އަށް އަރިހު ދުވަސް ދިރުނެވެ.

ކުދިން ގައި އަލިއަށް ނަފްސާނީ އިލްމު-
ބޭނުން ކުރުން އުފެދުނު ދުވަސްވަރަކީ މިއީ ކަމަށް
ވާއިރު އަދި "ހިތް ފަރުވާ" ފަދަ ބަސްތަކާއި
ނަމަތަ ކުރުން ނަހަމަ ގޮތް ނުވާނެ އެވެ.

ބައްޕާ އާއި ދަރިފުޅު ގުޅުން ... ހޯދާ-
ނަން ޖެހޭ މި އުމުރުގެ ކުދިންނަށް ނަހަމަ ކަމެއް
ނުކުރެވޭ. ވާލިދައިން އާއި ކުޑަ ކުދިންނަކީ
އުމުރުގެ ކުދިންނަށް ނަހަމަ ކަމަކަށް ނުވާ އެވެ. އެއް
ކުއްޖަކު އަނެއް ކުއްޖަކާ ވާދަކުރުމުގެ ބަދަލު ގައި
އެއް ކުއްޖަކު އަނެއް ކުއްޖަކަށް އެހީވާ ތިމާގެ
ނަފްސު އުފެއްދުން ވާ ނަހަމަ ގޮތް. ޗިލްޑްރަން ގޮތުގައި
ފަސޭހައިކަމާ ކުރުމުގެ ބަސްތަ އެހީ ... ސްކޫލު
ދުވަސް ވަރުގެ އެވެ.

ބޮޑު ވަރުން އަންހެނުން ކުދިންނަށް ކަން
ކަމާ ގުޅޭ ޖިންސާ ދާއިރާ ވާން ދަރަސް ކޮށް ދެނެވު
އުމުރަށް ވެސް މިއީ އެވެ. މިއީ ވެސް އަހަން
ހުނަރު ތަކާ އެއް ފަދަ އިން ދަރަސް ކުރަން ޖެހެ
ކަމެއް ކަމަށް ވާތީ، މި އުމުރު ގައި ކުއްޖާ
އާއި ބައްޕަ ކަންތައް ހުވާތު ކުރުން ނަހަ-
ގެކެވެ. ފިސާލާކަން، ކަޖެހިގެ ކަންތަ-
ވެސް ތަނަށް ނިޔަތި ކުރުން، ކަލާ އަށްކަލި
ބޭނުއްޖެން ފަދަ ކަންކަމެވެ. ބޮޑު ވަރުން
ދަށް ދަރިހުން އުމުރާއި އަކަތިގެން ތާ ކަންތައް

ހުވާތު ކަރަފުން ގެންދިއުން ކަރަނަމަވާ އެވެ.
ނަމަވެސް، މަދިން ބަދަލު ވެސް ހުރިހާ ކަމެއް
ބޮލުން ނަގައިޖެހުމަކަށް ނުވާނެ އެވެ.

މި އުމުރަކީ، ހުއްބަ ނަފްސާނީގެ
ގަދަ ވެފައި އުޅޭ، އާދައިން ވެސް ތަޖުރިބާ-
ތެރިކަމުގެ ފުރިހަމަ ކަން ބޮޑު ކަމަށް ކުދިން-
ނަށް ފެންނަ އުމުރެކެވެ. ނަމަވެސް، މަދިން
ބަދަލުކަމުގެ ތޯލުބާއި ދައި، ކަނޑިނާރު ކިބައި-
ގެ ދޭނަ، މިއީ ހަދަޖެހުން ކަންތައްތަކެވެ.
ތަނިމަގުގެ ނަފްސާނީ ހިއްސާ އަދި އަށޯ ކުދި
ކަންތައް ލާއް ދެ މަދިން ބަދަލު ހިއްސާ ކުރު
ކަންކަން ތަނީ ކުޑަ ކުދިން ކަނޑާލާނެ އެވެ. ވާތީއްފު ހިތްވާ ކަންތައް
ކުއްސާ ތަނަ، އެއީ މަދިން ބަދަލު ނުބައި ކަން-
ތައް ކަން ކުޑަ އަނެއް އަންގަން ގޭގުޅޭ އެވެ.
ނަމަވެސް މިހެން ސަބަބަކާ ހުރެ، ކުއްޖާ
އާބާދީ ކޮންމެވެސް ފަރާތަކުން ގެއްލިފައި މަދިން
ބަދަލުން ކޮންގެން ވާނުކަމެއް ނުކުރެވެ.

ބާރަ އަހަރުން ސޯޅަ އަހަރަށް

މި އުމުރުގެ ކުދިންނަކީ ފުރާވަރަށް
އަހަރެއްގައި ވާ ކުދިން ކުޅުގައި ތިބޭ، މިއީ
ފިސްނަހާއި ތަރުޖަމާގެ ގޮތުން އަލިއަށް ދިރި-
އުޅުމުގެ ހަތަރު ދުވަހުގެ ކުދިންނާއި ނުކުރެވެ. ނަމަ-
ވެސް، ވަރަށް ގިނަ ކުދިން، ކަލިތަކާއި ކުރާނު
ދަރަޖައް ހިތާނު ކުރަނީ މި އުމުރުގެ އެވެ. ހުއްބަ
ކޮށް ނަރަޖޭ ގައި އެތެރޭ ގޮތުގެ ގައި އަނބުރާ

ކުދިން ދިރުހުން އިންނަ ދުވަހަކީ 16 އަހަރުވެ.
މީހުންނާ އިންނަ ތަނެއް ކުދިން ނަގަހައްޓާ ތަން
ކަމަށް ބެލެވޭ، އަދި ދުވަހުގެ ކުދިންނަށް އެއް
ފަސް ބޮޑު ތަނެއް ކުދިން ކަމަށް ތަނަވަސް،
މައިން ބަފައިން ނަށް ތަރުބިއްޔަތު ދޭ ބޭނުމަށް
ފަރާ ވިސްނުމެއް، މަތީ ކުއްޖާއަށް ގައި ނުރައްކާ
ނުރައްކާތެރި އެއް.

ވީމާ، މި ދުވަސް ތަކު - ހާއްސަ ކޮށް
ސަރުކާރުން ކުރާ ދުވަސް ތަކު، ކުދިންނާ
ތަފާތު ކަންތައް ތަކު ގައި ހަމަޖެހިގެން ދޭށެވެ
ކުރިއަށް ބޭނުން ކަމެއް. އާދަޔާ އެއް
ބޮޑަށް މަސައްކަތުގައި މި ރާއްޖޭން ބައާ އިން
ތަރައް ނަގަހައްޓާ ކަމެއް. ކުދިންނަށް ދިރިއުޅޭ
އަދު ތަޢުލީމު ކުދިންނަށް، މުސްތަޤްބަލު ދާއި ކުދިންނަށް
ކަމެއް ހިއްސާ ކުރުމަށް ދޭން ޖެހޭ. މިގޮ އިއްޒަތާ
ހުރި ތަކުދިތަކެއް ނަގާ ނުލާ ނުރައްކާ ދުވަސް-
ތަކުން ދުނިޔޭގެ ތަރައްޤީ އެވެ.

މިއަދު އިންސާނުން ޒިންދަގީ ކުރުމާ ކުއްޖާ އަށް
ތަރާ މި އެކީ ދިނުމުގައި މައިން ބަފައިންގެ ބޮޑު
ގައި އެކަމަކީ ތަރުބިއްޔަތު ބޮޑު ހުނަރު އެކަށީ. ކު-
ރާން ކުއްޖާއަށް އެންމެ ހާއްސަ ބޮޑު ބައިތިއްބާ
ކަނޑުއަޅާ އިރު، އެ ކަނޑުއަޅާ ތަރާޅުމަށް
ތަނަވަސް ތަރާޅުން ކަމަށް ބެލޭ އެ ކަމުގައި މަ-
އިން ބަފައިންގެ ތަޢާލީމު ދިވެހިންނަށް. މިގޮ
ތަކުން ދިނަ މަސައްކަތް ދިރުމާ ކަމެކެވެ.
ކައިވެނީގެ އަދުގެ ތަރުބިއްޔަތު ދޭ މިގޮ ތަކަ

ތަކުން ދިނަ މަސައްކަތް އާމްމުކޮށް ހާއްޤީ
ކަމެކެވެ.

ދުނިޔޭގެ ޤައުމީ ޖަމާއަތް

● ކުދިން ތަރައްޤީ ކުރުމަށް ކުރުމުގައި
ހަރުދާނަށް ކުރަން ޖެހޭ ތަރައްޤީ އައުކަމުގައި
ކުރިން ކުއްޖާ ބޮޑު އެ ފަރާ އަހަރު ކުއްޖާކު
ނަގާ ހާއްސަ ކުއްޖާއަށް ކަމެވެ. ވީމާ އެއް
ކުއްޖާކަށް ނަގަހައްޓާ ޒަމާނީ އަހަރު ކުއްޖާކަށް
އަކީއީގެން ނަގާ ޒަމާނަށް ވެދުން އެވެ.

● ކަނޑަށް ގައި ބޭނުން ތަރުބިއްޔަތު ދުނި-
ޔާގެ ކުއްޖާކަށް ނަގަހައްޓާ އެތައް ހިތްހަމަ
ނުޖެހުން ތަކެއްގެ އަސާސެވެ.

● ކުދިން ވިނަ ކަނޑައެޅި ތަނެއް
ކުރާއިރު މައިން ބަފައިން ދައްކާ ވިސްނައިގެ
ބަލައިގަންނަން. މައިން ބަފައިން ނުރުހުން
ފާރަވެރިން ބަލައި ކުއްޖާގެ ދުވަސް އަކަށީ ގެންދާ
ޒަމާނަކަށް. އަދި އަދި މުސްތަޤްބަލު ތަރައްޤީ ގައި
އަޅާ ފަރާ އަޅާ ތަރުބިއްޔަތު ކަމާ ކުއްޖާ އަށް
އެކަށް އެކަމެއް އަނބުރާ އެވެ. ކަނޑުގައި އަޅާފައި
ވާ ޒަވާލު ތުރާކަށް މި ކަމުގައި ފަސް ގޮތުގައި
ވާން އެވެ.

● މައިން ބަފައިންގެ ތާއީދާ އަބަދުވެސް
ތިބޭނަ ކަށް ކުއްޖާ އެއް ތަރުބިއްޔަތު ވާން އެވެ.