

# AG IONNSACHADH SAN DACHAIGH: Beachdan do phàrantan agus luchd- cùraim mu oideachadh aig Tràth-ìre



Nuair a tha am pàist' agad ann an ionad tràth-ionnsachaidh, sgoil-àraich no ann an C1 san sgoil, canaidh sinn gu bheil iad sna tràth-ìrean. Bidh feadhainn dhen chloinn ag ionnsachadh aig an ìre seo aig aois nas sine. Tha na leanas na phàirt de ionnsachadh gach pàiste: **teaghlaichean agus càirdeasan, gu bheil gach pàiste fa leth agus sònraichte, na bodhaigean aca, faireachdainnean agus a' cur rud romhpa agus a' coimhead às dèidh rudan beò.** Tha seo na phàirt den chuspair Slàinte agus Sunnd fon ainm Càirdeasan, Fallaineachd Feiseil agus Pàrantachd.

## 'S tusa a' chiad thidsear, agus an tidsear as cudromaiche, a th' aig a' phàist' agad.

Leis gu bheil am pàiste aig ionad tràth-ionnsachaidh, ann an sgoil-àraich no san sgoil, tha cothrom ann do phàrantan/luchd-cùraim agus luchd-obrach obrachadh còmhla gus cuideachadh a thoirt dhan pàiste leis an fhoghlam aca. Tha stiùireadh sna duilleagan a leanas air mar as urrainn dhuibh an taic sin a thoirt dhaibh, tha aithrisean ann cuideachd bho phàrantan air na bhios iadsan a' dèanamh a thaobh taic-ionnsachaidh dhan chloinn aca.

Nuair a tha clann sna tràth-ìrean, bidh sinn a' sireadh cothroman ionnsachaidh a bhios ag èirigh gu nàdarra tron latha. 'S e tha seo ach amannan nach eil ann ann am plana ach far a bheil tachartas a' togail ceann a tha a' toirt cothrom fiosrachadh agus ionnsachadh a thoirt dhan chloinn. A thaobh slàinte agus sunnd 's e deagh dhòigh a tha seo air taic a chur ri ionnsachadh san dachaigh. Seo cuid de bheachdan - tha feadhainn caran sìmplidh agus bidh iad nam pàirt der beatha làitheil, ach tha sinn gan ainmeachadh bhon a tha iad a' cur taic ris na bhios a' chlann ag ionnsachadh san sgoil.

## Ag ionnsachadh mu theaghlaichean agus càirdeas

- **A' bruidhinn mu theaghlaichean.** Tha sgeulachdan mud dheidhinn-sa, nuair a bha thusa nan aois agus a' fàs, a' còrdadh ri clann, agus tha agus fios mu chàirdean às gach àite. Faodaidh sibh dealbhan a dhèanamh de chàirdean, craobh-seanchais, no gailearaidh teaghlaich/fhèineagan. Faodaidh sibh bruidhinn air mar a tha na teaghlaichean againn eadar-dhealaichte. Fad na h-ùine a' cur nan cuimhne cò aig a tha gaol orra, cò tha a' coimhead às an dèidh agus cò tha a' toirt taic dhaibh.
- **A' bruidhinn mu chàirdeas/dàimh.** San dachaigh agus sa choimhearsnachd, 's urrainn do phàrantan am pàiste a chuideachadh gus tachairt ri agus cluich còmhla ri clann eile, bhon teaghlach gu nàbaidhean agus aig buidhnean agus clubaichean spòrs. Tha e math dhan chloinn àite a bhith aca airson cluich agus fàs cleachdte ri dùbhlain leithid a bhith rèidh ri clann eile, a' co-obrachadh a thaobh dèideagan a

roinn 's msaa. Faodaidh pàrantan cuideachd a ràdh cho math 's a tha e a' chlann fhaicinn 's iad còir ri chèile, a' roinn dhèideagan agus a' co-obrachadh còmhla.

Tha cuid de na leabhraichean seo againn san sgoil. Bu chòir gun gabhadh am faighinn air iasad bhon leabharlann ionadail agaibh. Mura h-eil iad aca, bu chòir gun gabhadh am faighinn dhut. Mholadh sinn gun toireadh sibh sùil air an leabhar sibh fhèin feuch a bheil e freagarrach dhuibh aig an taigh. An dòchas gun còrd e ribh!

**The Family Book** le Todd Parr

Tha *The Family Book* a' comharrachadh a' ghaoil a th' againn dha ar teaghlaichean agus gach cruth a bhios orra.

**Families, Families, Families!** le Suzanne Lang

Ma tha gaol agaibh air a chèile, tha sibh nur teaghlach. Faic tòrr theaghlaichean gòrach bheathaichean san leabhar seo a tha a' comharrachadh a' ghaoil a gheibhear ann an teaghlaichean beag agus mòr.

**We belong together: a book about adoption and families** le Todd Parr

Tha tòrr dhiofar dhòighean ann air teaghlaichean a chur ri chèile, chan fheum sibh ach gaol.

**Do you sing twinkle? A story about remarriage and new family** le Sandra Levins

Tha an leabhar seo a' dèiligeadh ri faireachdainnean agus ceistean a bhios aig clann agus iad a' fàs cleachdte ri cruth teaghlaich ùr às dèidh sgaradh-pòsaidh agus pàrantan air ùr-phòsadh.

**Mommy, Mama and Me** le Leslea Newman

Bho fhalach-fead gu aodach coimheach, an uair sin àm amair agus pòg oidhche mhath, chan eil crìoch air na nì teaghlach toilichte còmhla.

**Do you want to be my friend?** le Eric Carle

Luchag bheag a' faighneachd 'Am bi thu nad charaid dhomh? san sgeulachd ainmeil seo.

**The boy who built a wall around himself** le Ali Redford

Thog balach balla mu thimcheall fhèin gus e fhèin a chumail sàbhailte. Air a chùlaibh bha e a' faireachdainn làidir agus air a dhìon. An uair sin thàinig Cuideigin Còir an rathad.

Seo a thuirt pàrantan eile:

*“Tha teaghlach mòr againne, bidh snin tric a’ dol tro na h-ainmean aca gus gum bi fios agus eòlas aige air na càirdean, na seann-phàrantan, antaidhean, uncailean agus co-oghaichean.”*

*“Fhuair m’ athair, a sheanair-san, lorg air dealbhan dhìomsa nuair a bha sinn an aois a tha mi-fhìn ’s e fhèin an-dràsta. Bha spòrs ann dhuinn uile; dh’ionnsaich mo mhac mu dhualchas agus bha mi-fhìn ’s m’ athair a’ gàireachdainn air fasanan nan ochdadan!*

## Ag ionnsachadh gu bheil gach pàiste fa leth agus sònraichte

- **We are all unique! Tha sinn uile gun shamhail!**

Nuair a bhios sibh a’ bruidhinn agus a’ cluich còmhla, cuir an cuimhne a’ phàiste cho cudromach agus cho sònraichte ’s a tha iad. Faodaidh tu bruidhinn air na rudan a tha iad math air, na feartan a tha sònraichte mun deidhinn agus na h-adhbharan a tha gaol agad orra. Faodaidh tu cuideachd am piobrachadh gus smaointinn air na tha sònraichte mun bràithrean, am peathraichean, an co-oghaichean agus an caraidean.

- **Being a boy or a girl. Nad bhalach no nad nighean**

Ann an suidheachaidhean tràth-ìrean agus ann an C1 san sgoil, tha clann gam brosnachadh gu bhith toilichte annta fhèin, leis an t-seòrsa nighinn no balach a th’ annta. Tha mòran chloinne a’ dol a rèir na tha dùil aig daoine ris bho nighean no balach, ach tha cuid eile nach eil. San sgoil nì sinn ar dìcheall gus gach pàiste a làimhseachadh ann an dòigh cho-ionann. San dachaigh faodaidh sibh clann a bhrosnachadh gu bhith mar a thogras iad fhèin, le bhith a’ cluich le diofar dhèideagan, a’ cur orra aodaichean annasach agus a’ dèanamh na chòrdas riutha fhèin, gus gnìomhan a dhèanamh mun taigh agus gus modh agus meas ionnsachadh do chlann eile, ge brith cò iad. Tha e cuideachd gu math cuideachail balaich agus nigheanan a bhrosnachadh gu bhith nan caraidean mas e sin a tha iad ag iarraidh, agus gun a bhith a’ bruidhinn air na dàimhean seo mar eadar bràmairean.

Cuidichidh na leabhraichean seo le ionnsachadh san dachaigh. Faighnich mun deidhinn san leabharlann ionadail agaibh:

**All about Me** le Debbie MacKinnon agus Anthea Sieveking

Ionnsaichidh clann mu na bodhaigean aca agus mun deidhinn fhèin le bhith ag ainmeachadh, a’ cunntadh, a’ lorg agus a’ dèanamh coimeas.

**Colin and Lee, Carrot and Pea** le Morag Hood

A’ cuideachadh chloinne gu bhith a’ comharrachadh na tha eadar-dhealaichte mur deidhinn, càirdeas... agus glasraich

**I love you just the way you are** le Tammi Salzano

Màthair agus a mac a’ dol tron làtha àbhaisteach aca agus na gnìomhan a bhios sinn air fad ris; a’ cur oirnn aodach, a’ leughadh, a’ peantadh agus a’ dol dhan amar.

**It’s okay to be different** le Todd Parr

Dathan snog, soilleir agus dealbhan gòrach, mu thuigse, misneachd agus gabhail ri suidheachadh.

Seo beachdan bho phàrantan eile:

*“Tha mi airson gum bi a toinisd fhèin aice mar nighean, gum faod i a toil fhèin a dhèanamh.*

*“Tha càirdeas eadar balaich agus nigheanan gu math bitheanta fo aois 5 gus am bi iad sna tràth-ìrean sa bhun-sgoil. Chan eil annta ach deagh charaidean.”*

*Bidh am balach agam tric a’ comharrachadh dhaoine a tha eadar-dhealaichte bho dhaoine a chunnaic e reimid na bheatha. Bho chionn ghoirid thuir e ‘coimheadaibh Mam, chan eil air a’ bhoireannach ud ach aon làmh’. Cha do rinn mi ach a leigeil seachad le bhith a’ ràdh gu bheil sinn air fad air ar breith ‘s sinn diofraichte bho chèile, agus cha bhi air cuid de dhaoine ach aon làmh. ‘Tha falt donn air Mamaidh agus chan eil falt idir air Dadaidh’, dìreach mar sin.*

## Ag ionnsachadh mum bodhaigean

- **Na faclan a bhios sinn a’ cleachdadh.** Ann an ionnsachadh tràth-ìre agus ann an C1 san sgoil, cleachdaidh sinn na faclan: bod, pit, tòn agus sinean. Bidh sinn a’ dhèanamh seo airson ‘s gu bheil na faclan cearta aig clann, agus mar seo tuigidh sinn a chèile. Tha seo gan cumail sàbhailte. Tha iad cuideachd ag ionnsachadh nach eil annta seo ach pàirtean bodhaig ‘s nach robh còir nàire sam bith a bhith orra mun deidhinn. Faodaidh tu na faclan seo a chleachdadh ma dh’fheumas tu bruidhinn air na pàirtean prìobhaideach dem bodhaig. Airson a bhith soilleir, bidh sinn a’ cleachdadh an fhacail pit (vulva) airson a’ phàirt de bodhaig a chì nighean. Tha am faighean air an taobh a-staigh.
- **‘S ann leamsa a tha mo bhodhaig! My body belongs to me!** ‘S e seo a’ phrìomh phuig a tha sinn airson ionnsachadh dhan chloinn. Ionnsaichidh clann gur ann len toil fhèin a dh’fhaodas neach eile suathadh annta. San dachaigh faodaidh sibh dhèanamh cinnteach gun tuig a’ chlann nach fheum iad idir pòg a thoirt do neach sam bith mar a togair iad, agus chan fheum iad suidhe air glùn neach eile mura togair iad a bharrachd. Faodaidh sibh cuideachd comhairle shoilleir a thoirt dhan chloinn gum faod iad innse dhut ma shuathas no ma dh’fheuchas neach ri suathadh sna pàirtean prìobhaideach aca. Leig fhaicinn dhaibh nach bu chòir dragh sam bith a bhith orra gum bi iad ann an trioblaid no gum bi thu crosta riutha airson a leithid innse.
- **San taigh-bheag.** Nuair a thèid do phàiste dhan taigh-bheag no dhan amar no airson fras, tha cothroman ann toirt orra smaoinichadh air na tha pearsanta agus prìobhaideach. ‘S dòcha gun cuala tu mu riaghailt nan drathais. Seo dòigh air innse do chloinn gu bheil drathais a’ còmhach nam pàirtean prìobhaideach aca. Cuideachd, mura feum thu cuideachadh a thoirt dhaibh, faodaidh clann tòiseachadh air rudan a dhèanamh dhaibh fhèin. Faodaidh iad doras an taigh-bheag a dhùnadh,

an làmhan a nighe, aodach a chur orra fhèin.

Cuidichidh na leabhraichean seo le ionnsachadh san dachaigh. Faighnich san leabharlann mun deidhinn:

**My body: Usborne Very First Words (Board Book)** le Felicity Books

San leabhar seo tha na h-ainmean airson diofar phàirtean dhen bhodhaig, na mothachaidhean, aodach, rudan a nì sinn agus na dh'fheumas ar bodhaigean airson a bhith fallain.

**Lift the flap Questions and Answers about my body** le Katie Daynes

Tha an leabhar seo làn de dh'fhiosrachadh spòrsail gus iomadh ceist mun bhodhaig a fhreagairt do chlann òg.

**It's My Body** le Lory Freeman

Leabhar ag ionnsachadh do chlann mar a sheachnas iad suathadh-bodhaig mì-chofhurtail.

**Your body belongs to you** le Cornelia Spelman

Ann an cànan sìmplidh tha an t-ùghdar ag innse gum faod clann beantainn no fàsgadh mì-chofhurtail no pòg a sheachnadh, fiù 's bho chuideigin air a bheil gaol aca, agus fhathast a bhith nan caraidean.

**My Body Belongs to Me from My Head to My Toes** le Dagmar Geisler

A' toirt misneachd do chlann gu bheil cead aca gabhail ri suathadh/fàsgadh bho dhaoin' eile, a' toirt taic dhaibh ann an suidheachaidhean doirbh.

Seo a thuirtean pàrantan eile:

*"Bidh sinn tric a' bruidhinn mu na pàirtean dem bodhaigean agus na tha prìobhaideach. Bidh sinn a' tòiseachadh san amar nuair a tha iad rùisgte."*

*"Cleachdaidh mi na faclan a tha iad ag ionnsachadh."*

## Ag ionnsachadh mu faireachdainnean agus taghadh

- **Ciamar a tha thu a' faireachdainn?** San dachaigh faodaidh sibh faighneachd mu agus bruidhinn air faireachdainnean, nuair a tha am pàiste agad toilichte no air bhioran, ach cuideachd nuair nach eil iad cinnteach mu rud no nuair a tha iad fo iomagain. 'S dòcha nach bi na faclan air fad aig pàiste airson na tha iad a' faireachdainn a mhineachadh, ach faodaidh tu an cuideachadh gus tuigsinn mar a bhios iad a' faireachdainn nam bodhaigean (no nam brù) ann an diofar suidheachaidhean. Bidh e na chuideachadh do chlann na faireachdainnean sin aithneachadh an-dràsta agus san àm ri teachd.

- **Ionnsachadh agus inbhich earbsach.** Sna tràth-ìrean agus san sgoil bidh sinn ag ionnsachadh dhan chloinn mu inbhich a chuidicheas iad agus a bheir taic dhaibh agus cò bheir cuideachadh dhaibh ma tha dragh orra mu rud sam bith. Dh'fhaodadh sibh bruidhinn san dachaigh agus leigeil fhaicinn dhaibh gu bheil sibh daonnan ann dhaibh agus gus innse dhaibh cò na h-inbhich eile nam beatha a tha measail orra agus a choimheadas às an dèidh.

Cuidichidh na leabhraichean seo le ionnsachadh san dachaigh. Faighnich san leabharlann mun deidhinn:

**I feel angry/I feel frightened/I feel sad/I'm worried** leabhraichean le Brian Moses.  
Tha na leabhraichean seo mu fhaireachdainnean ann an dòigh èibhinn.

**Little Meerkat's Big Panic: A story about learning new ways to feel calm** le Jane Evans  
Tha an leabhar seo làn dibhearsain dhan chloinn eadar aois 2 agus 6, a' toirt dhaibh diofar dhòighean air am bodhaigean agus an inntinnean a shocrachadh nuair a tha iad fo iomagain.

**The Huge Bag of Worries** le Virginia Ironside  
Ge bith càit an tèid Jenny, tha na draghan aice ga leantainn, ann am бага mòr gorm! Ach 's urrainn do Ghranaidh a cuideachadh. Còrdaidh an sgeulachd seo ri clann aig a bheil draghan cuideachd.

**My many coloured days** le Dr Seuss  
'You'd be surprised how many ways I change on different coloured days'. Tha Dr Seuss a' toirt an leughadair air cuairt tro gach sunnd a th' air.

**No Means No!** le Jayneen Sanders agus Cherie Zamazing  
'S e leabhar-dhealbh a th' ann an 'No Means No!' mu nighean bheag chumhachdach aig a bheil guth làidir agus soilleir ann an cùisean.

**Oliver who was small but mighty** le Mara Bergman agus Nick Maland  
Tha Oliver beag, ach tha miann aige a bhith mòr agus treun. Sgeulachd mu bhith a' faighinn seachad air na tha a' cur an eagail ort.

*"Chan eil e a' dèanamh taghadh no co-dhùnadh a thaobh rudan cudromach, ach cuiridh e rud roimhe son faicinn dè thachras."*

*"Nuair a tha sinn a-mach air toil, bidh mi daonnan ag innse dha mo mhac gu bheil a bhodhaig prìobhaideach agus nach fhaod duine ach esan, e fhèin, a ràdh cò dh'fhaodas suathadh ann, ie mura h-eil e airson cudail no pòg a thoirt do chàirdean no caraid, tha sin ceart gu leòr. Cha bhi a' toirt air a dhèanamh no a' leigeil le neach sam bith feuchainn ri inntinn atharrachadh. Tha mi airson leigeil fhaicinn dha gu bheil e ceart gu leòr diùltadh agus nach eil inbhich an-còmhnaidh ceart."*

**Ag ionnsachadh mu bhith a' coimhead às dèidh rudan beò**

- **A' coimhead às dèidh rudan beò.** Aig an taigh faodaidh sibh planntaichean agus glasaich fhàs agus coimhead às an dèidh, a bharrachd air peataichean. Faodaidh cuid de na gnìomhan agus dhen uallach a bhith air a' chloinn airson cùram nan gnòthaichean seo.
- **Leatromachd.** San sgoil cleachdaidh sinn feadhainn de na leabhraichean gu h-ìosal gus bruidhinn air mar a bhios leatromachd a' tòiseachadh agus mar a bhios pàiste a' fàs ann am machlag a mhàthar. Aig an dachaigh, san teaghlach no còmhla ri caraidean, dh'fhaoidte gum bi cothroman ann dhan chloinn tachairt air boireannaich a tha trom le pàiste; bidh iongnadh air clann agus ùidh aca tuilleadh fhaighinn a mach! Ma tha dùil ri pàiste eile san teaghlach, no ma thèid piuthar, bràthair no co-ogha ùr a bhreith, tha deagh chothroman agaibh airson atharrachaidhean thairis air àm leatromachd a theagasg.
- **Dè na dh'fheumas leanabh?** Ged nach eil iad ach òg iad fhèin, tha sinn ag iarraidh gun ionnsaich clann mu na tha leanabh feumach air gus a bhith fallain, toilichte agus sàbhailte. A-rithist tha cothrom agaibh eòlas pearsanta a chleachdadh gus taic a thoirt dhan phàiste 's iad ag ionnsachadh. Faodaidh tu bruidhinn orrasan nuair a bha iad nan leanabh, dè thug cofhurtachd dhaibh agus a chùim iad sàbhailte agus fallain. Ma tha bràithrean, peathraichean no co-oghaichean timcheall, leig leis a' phàiste cuideachadh len cùram gus an aithnich iad feumalachdan agus gnìomhan a chuidicheas.

Cuidichidh na leabhraichean seo le ionnsachadh san dachaigh. Faighnich san leabharlann mun deidhinn:

**I want a pet** le Lauren Child

Mar as motha a tha iarrtas agus èiginn airson peata an neach-aithris a' fàs, 's ann as gòraiche na beachdan aice!

**What Did I look Like When I Was a Baby?** le Jeanne Willis agus Tony Ross

Tha an leabhar seo a' coimhead air sgilean a bhios a' ruith tro ghinealaich agus gineachan ann an dòigh aotrom agus èibhinn.

**How did I Begin?** le Mick Manning agus Brita Granstrom

Mìneachadh blàth, càirdeil air fiosrachadh na beatha do chlann òg, a' leantainn sgeul beatha ùr bho ghineamhain gu breith leanaibh.

**Before you were born** le Jennifer Davis

Tha an leabhar toilichte, ùr-ghnàthach seo mu leatromachd.

**How are babies made?** le Alastair Smith

Tog na flapaichean air na duilleagan gus an leanabh fhaicinn ag atharrachadh mar a tha e a' fàs agus a' fàs.

**Now We Have a Baby** le Lois Rock

Ag ullachadh pàist' òg airson na buaidh a bhios aig leanabh ùr air am beatha agus an teaghlach.

*“A-nis aig aois 3 bliadhna agus Mam an dùil ri leanabh eile, tha an nighean agam a’ faighneachd cheistean mu phàirtean bodhaig, mar as trice nuair a tha i san amar no nuair a chì i Mam ’s Dad a’ gabhail fras no a’ cur orra aodach. ’S e suidheachadh gu math ùr a tha seo agus tha sinn a’ toirt nan ainmean ceart air gach nì seach far-ainmean.”*