AG IONNSACHADH SAN DACHAIGH: Beachdan do phàrantan agus luchd-cùram mu ionnsachadh aig a' Chiad Ìre

Nuair a tha am pàiste agad ann an C2, C3 no C4, canaidh sinn gu bheil iad ag ionnsachadh aig a' Chiad Ìre. Do chuid de chlann bidh an ìre seo a' tighinn nas fhaide air adhart. Tha pàirt den ionnsachadh againn san sgoil mu **dhàimhean**, **mu fhàs, mum bodhaigean** agus rud ris an canar **sgeul a' bhèibidh**. Tha seo na phàirt den ionnsachadh Slàint' is Sunnd againn air a bheil *Dàimhean, Fallaineachd Feise agus Pàrantachd.*

'S tusa a chiad thidsear agus an tidsear as cudromaiche a th' aig do phàiste. Led phàiste san sgoil tha cothrom ann do phàrantan/luchd-cùraim agus sgoiltean obrachadh còmhla gus am pàiste a chuideachadh len ionnsachadh. Sna duilleagan a leanas tha sinn a' coimhead air mar as urrainn dhuibh taic a chur ris an ionnsachadh sin, tha beachdan ann cuideachd bho phàrantan air na bhios iadsan a' dèanamh a thaobh seo.

Ag ionnsachadh mu dhàimhean

San dachaigh faodaidh sibh na leanas a dhèanamh – tha feadhainn de na rudan seo follaiseach gu leòr agus bidh sibh gan dèanamh co-dhiù bho latha gu latha, chan eil sinn gan ainmeachachadh bhon a tha iad a' cur taic ris na tha sinn ag ionnsachadh san sgoil.

Tha sinn uile gun shamhail! Nuair a tha sibh a' còmhradh agus a' cluich còmhla cuir an cuimhne do phàiste cho cudromach agus cho sònraichte 's a tha iad. Bruidhinn air na rudan a tha iad math air agus na tha gaolach mun deidhinn. Faodaidh sibh cuideachd bruidhinn air na tha a' dèanamh am bràithrean, am peathraichean no an co-oghaichean gun samhail agus sònraichte cuideachd.

- **A' bruidhinn air teaghlaichean**. Tha e a' còrdadh ri clann a bhith a' cluinntinn sgeulachdan mud dheidhinn nuair a bha thu a' fàs, mu na càirdean aca às gach àite. 'S urrainn do theaghlaichean beaga gàirdeachas a dhèanamh bhon a tha iad dlùth. Faodaidh sibh dealbhan a dhèanamh de chàirdean, craobh-seanchais, no gailearaidh teaghlaich/fhèineagan.
- **Ag ionnsachadh mu inbhich earbsach.** San sgoil tha sinn a' cuideachadh na cloinne ag ionnsachadh mu na h-inbhich a tha gan cuideachadh agus a' toirt taic dhaibh agus mu na feadhainn a chuidicheas ma tha dragh no iomagain orra mu rud sam bith. San dachaigh faodaidh sibh bruidhinn air inbhich eile ann am beatha a' phàist' agaibh a tha a' toirt cùram agus gaol dhaibh.
- **Na do bhalach no na do nighean**. San sgoil tha sinn a' brosnachadh clann gus a bhith toilichte annta fhèin, leis an seòrsa nighinn no balach a th' annta. Tha mòran chloinne a' dol an rèir na tha dùil aig daoine ris bho nighean no balach ach tha cuid eile nach eil. San sgoil tha sinn a' dèanamh ar dìchell gus clann a' làimhseachadh ann an dòigh co-ionnan. San dachaigh brosnaich do phàiste gus a bhith mar a thogras iad

fhèin, gus cuideachadh le obair san dachaigh agus cuidich iad gus a bhith spèiseil do chlann eile, ge bith cò iad.

Seo cuid de na thuirt pàrantan eile:

“Bidh sinn a’ gabahil chothroman mar a tha iad ag èirigh airson còmhraidhean fhosgailte… rud a chì sinn air an Tbh no air taobh bus, cleachdaidh sinn e.”

“Bidh balaich ag iomlaid stiogairean ri nigheanan, bidh an dà chuid a’ dèanamh trèanadh ball-coise. Tha cùisean air atharrachadh agus tha sin na rud math.”

“Chan eil cuideam sam bith air bhuainne . Tha sinn ga bhrosnachadh cumail roimhe ris an dannsa aige; bha nàire air an toiseach ach thug sinn misneachd dha leantail air agus thuig e gun robh e ceart gu leòr.”

“Bidh mi ag innse dhi gun dèan nigheanan rud sam bith a thogras iad.”

Thàinig cuspair LGBT suas sa sgoil oir bha cuideigin a’ bruidhinn air neach ainmeil a’ ràdh gun robh e gèidh. Dh’inns mi dhaibh dè bha gèidh a’ ciallachadh agus bhruidhinn sinn air balaich aig a bheil nòisean air balaich/ nigheanan aig a bheil nòisean air nigheanan. Cha do shaoil iad gun robh sìon annasach mu dheidhinn, agus bhruidhinn sinn air am facal a sheachnadh mar chàineadh.”

Ag ionnsachadh mu fhàs agus bodhaigean

San sgoil bidh sinn a’ bruidhinn air ‘cothroman teagaisg’. Bidh amannan ann nuair a’ dh’èireas cuspair - far nach robh dùil ris agus far nach robh ionnsachadh air a’ phlanadh – a tha a’ toirt cothrom seachad ionnsachadh a thoirt do phàiste. Ann a bhith a’ dèiligeadh ri fàs agus ionnsachadh mum bodhaig ’s e deagh dhòigh a tha seo air taic a chur ri ionnsachadh san dachaigh. Seo beachd no dhà:

- **’S ann leamsa a tha mo bhodhaig!** Seo a’ phrìomh theachdaireachd a tha sinn airson ionnsachadh do chlann san sgoil. Bidh clann ag ionnsachadh nach fhaod neach sam bith suathadh annta an aghaidh an toil. San dachaigh faodaidh sibh a bhith cinnteach nach can sibh ri clann gum feum iad pòg a thoirt do dhuine no suidhe an uchd duine – faodaidh iad fhèin an toil a dhèanamh. Faodaidh sibh cuideachd a bhith soilleir gun faod iad innse dhuibh ma shuathas duine, no ma dh’fheuchas iad ri suathadh, sna pàirtean prìobhaideach aca, agus nach bidh iadsan ann an trioblaid airson innse.
- **San taigh-bheag.** Nuair a tha do phàiste a’ dol dhan taigh-bheag, no dhan amar, no dhan fhrasadair tha cothroman ann am brosnachadh gus smaoineachadh air na tha prìobhaideach. Mura h-eil cuideachadh a dhìth, faodaidh clann rudan a dhèanamh iad fhèin. Faodaidh iad dorsan a dhùnadh, an làmhan a nighe, aodach a chur orra. **Na faclan a bhios sinn a’ cleachdadh**. San sgoil bidh sinn a’ cleachdadh na faclan: bod, pit, tòn agus sinean. Bidh sinn ga dhèanamh seo airson ’s gum bi na faclan cearta aig clann agus mar sin gun tuig sinn uile a chèile. Tha seo gan cumail sàbhailte.

Tha iad ag ionnsachadh nach eil annta seo ach pàirtean dem bodhaig agus nach eil adhbhar nàire mun timcheall. Faodaidh sibh na faclan seo a chleachdadh ma dh'fheumas sibh bruidhinn mu na pàirtean prìobhaideach aca. (Dìreach airson a bhith soilleir bidh sinn a' cleachdadh an fhacail pit bhon 's gur e seo am pàirt de na buill-fhèise a chì nighean – tha am faighean air an taobh a-staigh).

- **Riaghailt nan drathais**. Tha an dòigh seo air ionnsachadh mu na pàirtean priobhaideach a' còrdadh ri clann. Thoir sùil an seo: https://www.nspcc.org.uk/preventing-abuse/keeping-children-safe/underwear-rule/

Seo earrann de na thuirt pàrantan eile:

"Tha sinn air bruidhinn air na pàirtean bodhaig aig an nighean agam agus mun diofar eadtr balaich agus nigheanan bhon a bha i a' faighneachd cheistean, shaoil mi gun robh I deiseil airson na freagairtean ma bha I a' faighneachd."

"Tha e 5 agus tha am facal bod aige. Faodaidh e fhèin taghadh dè bheir e air."

"Mar mhàthair tha seo a' cur beagan nàire orm oir tha mi caran prìobhaideach nuair atheìd e gu bhith a' bruidhinn air a' bhodhaig 's msaa ach tha mi a' tuigsinn gum feum mi a bhith fosgailte agus misneachail a thobh na tha mi a' ràdh agus tha mi airson gum bi fios aige gum faod e tighinn thugam le ceist sam bith a th' aige."

"Tha iad ag ionnsachadh seo san sgoil – gur e àite prìobhaideach dhaibhsan a san drathais aca. Tha mi toilichte gu bheil sgoiltean ga dhèanamh seo."

Ag ionnsachadh mu thoiseach beatha neach, leatromachd agus breith.

San sgoil bidh clann ag ionnsachadh mar a tha beatha a' tòiseachadh, mu leatromachd agus mu bhreith. Bidh sinn ga dhèanamh seo le bhith a' bruidhinn air planntaichean agus beathaichean, agus tha sinn a' ciallachadh bruidhinn air beatha neach cuideachd. Bidh sinn ga dhèanamh seo oir tha iognadh air clann, tha iad ag iarraidh gum fios aca agus 's e an rud as fheàrr a bhith dìreach. 'S dòcha gun deach fhaighneachd mar thà *Cò às a tha bèibidhean a' tighinn?* Seo beachdan air mar a dh'fhaodas sibh bruidhinn agus ionnsachadh mun seo san dachaigh. Seo liosta leanhraichean a chuidicheas leis na còmhraidhean seo:

- **Ciamar a tha bèibidhean gan dèanamh?** San sgoil bruidhnidh sinn air mar a tha bèibidhean air an dèanamh ann an dòigh sìmplidh a dh'innseas mu fheise agus gineamhainn. Mus dèan sinn an leasan seo seallaidh sinn dhuibh am PowerPoint agus na faclan a chleachdas sinn airson 's gun cuir sibh taic ris an ionnsachadh seo san dachaigh.
- **Leatromachd**. San sgoil, bruidhnidh sinn air mar a bhios bèibidh a' fàs ann am machlag a mhàthair. San dachaigh no san teaghlach no còmhla ri caraidean faodaidh cothroman a bhith ann do chlann coinneachadh ri agus bruidhinn ri boireannaich a tha trom; bidh iognadh orra agus bidh iad ag iarraidh tuilleadh fhaighinn a-mach! Tha cothroman an lùib leatromas aig an taigh le breith bhràithrean no pheathraichean

beaga no co-oghaichean airson tuilleadh ionnsachadh mu na h-atharrachaidhean thairis air leatrom.

- **Ciamar a tha bèibidhean air am breith?** San sgoil ionnsaichidh clann mu bhèibidh a tha gus a bhreith, a' tighinn a-nuas às a' mhachlaig agus a-mach tro fhaighean a mhàthair. San dachaigh faodaidh sibh bruidhinn air breith a' phaist' agaibh no breith pheathraichean, bhràithrean. 'S dòcha gu bheil dealbhan agaibh a sheallas sibh dhaibh.
- **Dè dh'fheumas bèibidhean?** Ged tha clann iad fhèin òg tha sinn airson gun ionnsaich iad san sgoil mu na dh'fheumas bèibidh gus a bhith fallain, toilichte agus sàbhailte. A-rithist faodaidh sibh bruidhinn air eòlas pearsanta gus am pàiste agaibh a chuideachadh ag ionnsachadh. Faodadidh sibh bruidhinn air mar a bha iad nam bèibidh, na bha a' toirt cofhurtachd dhaibh agus na chum iad fallain, toilichte agus sàbhailte.

Seo cuid de na thuirt pàrantan eile:

"Bidh mi a' mìneachadh tòrr mu ghineamhainn agus leatromachd a' cleachdadh leabhar a bh' agam fhìn nuair a bha mi trom."

"Bha an nighean agam na pàirt den phròiseas bho thoiseach nuair a chur sinn romhainn pàiste eile a bhith againn gu leatromas agus breith. Tha i gu math fiosrach air a' chuspair!"

Tha mi daonnan air a bhith firinneach agus air cuspairean a thogail nuair a bha na cothroman ag èirigh, ag innse mar a rug mi pàiste, na bha an lùib sin agus mar a tha bèibidh ga dhèanamh.

Cho cudromach 's a tha èisteachd agus còmhradh

Mar a bhios fios agaibh aig amannan chan e fheum e bhith ach gu bheil sibh san àite cheart aig an àm cheart. Aig na h-amannan sin nochdaidh do phàiste faireachdainn a thogas tu, 's dòcha gum bi coltas orra gu bheil iad airson rud innse dhut, no gu bheil ceist aca no dh'fhaoite gum faighnich iad ceist gun dùil, Chan eil teagamh nach eil e doirbh aig amannan a bhith nad phàrant no nad neach-cùraim. Ach nuair as urrainn dhut bidh timcheall airson còmhradh no gèam no leabhar ro àm-cadail.

'S e tha cudromach gum bruidhinnear air cùisean. Tha fios aige gum faod e tighinn thugamsa no gu duine sam bith san teaghlach – tha mi air innse dha nach cuspair sam bith ann air nach fhaod sinn bruidhinn.

Leabhraichean a leughas sibh còmhla

Tha cuid dhe na leabhraichean seo againn san sgoil, bu chòir gum faigh sibh tuilleadh bhon leabharlann – mura h-eil iad aca ’s dòcha gun òrdaich iad dhuibh iad. An dòchas gun cord iad ribh!

Lift the flap Questions and Answers about my Body
Katie Daynes (ISBN 9781409562108)
Tha freagairtean airson mòran de cheistean clann mum bodhaigean san leabhar tog am flap seo. Nam measg, Carson a tha fàileadh asam? Carson a bhios mi a’ brùchdail? Caroson a dh’fheumas mi mo làmhan a nighe? Carson a tha fuil dearg? Agus mòran eile.

Your body belongs to you
Cornelia Spelman (ISBN 978-0-8075-9473-5)
Ann an cànan sìmplidh, cuideachail tha an t-ùghdar a’ mìneachadh gum faod clann fasgadh càirdeil no pòg a dhiùltadh, fiù ’s bho chuideigin air a bheil gràdh aca, agus gum faod iad fhathast a bhith nan caraidean. Tha an reacsa agus na dealbhan a’ cur an cuimhne chloinne gu bheil na faireachdainnean aca a’ cunntadh. Dòigh deimhinneach agus taiceil.

Colin and Lee, Carrot and Pea
Morag Hood (ISBN 1509808949)
Dòigh sgoinneil gus clann a chuideachadh a’ dèanamh gàirdeachas mu fha-leathachas, dàimh agus glasraich!

Miles is the boss of his body
Samantha Kurtzman- Counter agus Abbie Schiller (ISBN 0989407136)
Air an 6mh co-là breith aig Miles tha a thoileachas air a lùghdachdh nuair a tha a theaghlach ga bhìdeadh, ga fhàsgadh cus, ga thogail agus ga dhiogladh an aghaidh a thoil ’s tha e a’cur roimhe gu bheil siud gu lèor! Nuair a tha Miles a’ cur roimhe gur esan ceannard a bhodhaig fhèin tha a theaglach gu lèir a’ toirt taic dha a thaobh a chrìochan pearsanta.

Who’s in a Family
Robert Skutch (ISBN 1883672139)
Tha teaghlach cudromach, ach cò th’ ann an teaghlach? ‘S iad na daoine aig a bheil gràdh! Chan eil ro-bharail sam bith san leabhar-deilbh seo mu na tha a’ dèanamh suas teaghlach.

Families, Families, Families!
Suzanne Lang (ISBN 9780552572927)
Ma tha gràdh agaibh air a chèile tha sibh nur teaghlach. Faigh a-mach mu ghrunn dhiofar theaghlaichean bheathaichean ghòrach san leabhar seo a tha a’ dèanamh gàirdeachas mun ghràdh a gheibhear ann an teaghlaichean mòr agus beag.

The Huge Bag of Worries
Virginia Ironside (ISBN 0340903171)
Ge bith càit’ an tèid Jenny, leanaidh a trioblaidean I – ann am baga mòr gorm! Tha Jenny a’ cur roimhpe gum feum iad falbh. Ach cò chuidicheas i? Còrdadidh an sgeulachd èibhinn, thaiceil seo gach pàiste aig am bi trioblaidean an dràsta ’s a-rithist.

I’m a Girl!
Yasmeen Ismail (ISBN 1408857006)
Tha a bhith a’ glèidheadh a’ còrdadh ris an nighean san leabhar seo, tha e a’ còrdadh rithe a bhith dèanmh rudan gun mòran smaoineachaidh, luath agus làidir. Nuair a tha i a’ tachairt air balach a tha titheach air a bhith a’ cluich le doileagan agus a’ cur aodach bhana-phrionnsa air tha an dithis aca a’ faighinn a-mach gu bheil ùidhean fharsaing de gach seòrsa aca. Cò thuirt gur ann do nigheanan a tha pinc agusgu bheil gorm do bhalaich?

My many coloured days
Dr Seuss (ISBN 0099266598)
Bhiodh iognadh ort nam biodh fios agad mar a bhios mise ag atharrachadh air làithean de dhiofar dath. Air cuid de lathaichean ’s dòcha gum bi thu caran donn, mar mhathan; a’ faireachdainn slaodach agus ìosal, ìosal. Ach an uair sin thig latha buidhe agus wheeeeeeee! Tha thu mar sheilean èasgaidh, aotrom. Tha an Dotair Seuss gar toirt tro ghrunn diofar shunndan.

No Means No!
Jayneen Sanders and Cherie Zamazing (ISBN 1925089223
’S e leabhar-deilbh chloinne a th’ ann an ‘No means No!’ mu nighean bheag aig a bheil beachdan làidir agus soilleir mu gach cuspair, gu h-àraid a thaobh a bodhaig agus crìochan pearsanta.

Friends
Eric Carle (ISBN 0399172068)
Uair a bha siud thbha dithis charaidean ann a bhiodh an còmhnaidh còmhla… Ach aon latha, bha am balach na aonar. Bha a charaid air falbh. Gun dragh dh’fhalbh e air cuairt a thug e tarsainn air abhainn, luath, fhuar, thairis air beinn àrd, tro phàirc fharsaing agus coille coille làn de fhaileasan dhorcha. Tha e a’ cadal fo adhar rionnagach agus ag aisling mu fhleòdradh air sgòthan mus d’ fhuair e air ais gu charaid ghràdhach.

The boy who built a wall around himself
Ali Redford (ISBN 1849056838)
Thog balach balla mu thimcheall fhèin gus e fhèin a chumail sàbhailte. Air a chùlaibh bha e a’ faireachdainn làidir agus fo dhìon. An uair sin thàinig Cuideigin Còir. Sgrìobhte do chlann eadar aoisean 4 agus 9, tha an leabhar-deilbh, dhathach, shocair   seo a’ cleachdadh meatafor gus mìneachadh a dhèanamh air mar a thogas clann a chaidh tro shuidheachadh doirbh no draghail ballachan-dìon eadr iad fhèin agus daoine eile. Cuidichidh e clann gus conaltradh a dhèanamh mu na faireachdainnean aca.

The Invisible Boy
Trudy Ludwig (ISBN 9781582464503)
Seo Brian, am balach nach fhaic duine. Cha bhith duine a’ toirt an aire gu bheil e ann no a’ smaoineachadh air a thoirt a-steach a bhuidheann no a chluic gèam no cuireadh a thoirt dha gu partaidh co-là-breith… gus an tàinig balach ùr dhan chlas. Nuair a tha Justin, balach ùr a’ tighinn ’s e Brian a tha a’ cur a’ chiad fhàilte air. Agus nuair a tha Brian agus Justin ag bair còmhla air pròiseact, tha Brian a’ faighinn cothrom soirbheachadh. Tha an sgeulachd

laghach seo a' sealltainn mar a chuidicheas rud beag coibhneas clann gus a bhith a' faireachdainn gu bheil iad nam pàirt de rud agus mar a shoirbhicheas iad air sgàth sin.

Kindness Starts with you
Jacquelyn Stagg (ISBN 1775183319)
Lean Maddy tron chiad latha aice san sgoil, far an ionnsaich do phàiste cho furasta 's a tha e coibhneas a sgaoileadh! Bho bhith a' feitheamh cothrom air na dreallagan gus bhith cinnteach gu bheil a h-uile dneach nam pairt den ghèam – tha an sgeulachd seo a' sealltainn nach eil coibhneas sam bith a nì neach, ge bith dè cho beag na chall.

What Did I look Like When I Was a Baby?
Jeanne Willis agus Tony Ross (ISBN 184270 2106)
Tha Mìcheal a' faighneachd dha mhàthair; tha am babùn a' faighneachd dha mhàthair agus tha na beathaichean eile uile a' faighneachd dha màthraichean. Tha an fhreagairt anns gach suidheachadh eirmseach agus glè shìmplidh. Tha an leabhar seo a' coimhead air rudan a bhios a' ruith ann an teaghlaichean agus gineachan ann an dòigh èibhinn agus sìmplidh. Eirmseach le fealla-dhà.

How did I begin?
Mick Manning agus Brita Granstrom (ISBN 978-0-7496-5661-4)
Fios air sgeul na beatha do chlann òg a' leantainn na sgeulachd bho ghineadh gu breith bèibidh.

Before you were born
Jennifer Davis (ISBN 0761112006)
Tha an leabhar innleachdach, eirmseach seo mu leatromachd ag innse sgeul màthair agus bèibidh bhon chiad bhuille-cridhe ga chluinntinn chun a' chiad thuras a tha iad a' coinneachadh.

How are babies made?
Alastair Smith (ISBN 0746025025)
Faigh a-mach mar a bèibidh a' fas am broinn a mhàthair. Tog na flapaichean air na duilleagan gus na hatharrachaidhean fhaicinn mar a tha am bèibidh a' fàs agus a' fàs.

Now We Have a Baby
Lois Rock (ISBN 07459 48855)
Tha bèibidh ùr san teaghlach agad. Tha uidhir de rudan cudromach ri ionnsachadh dhèanamh agus air am feumar smaoineachadh. A' toirt ionnsachadh do chlann òg mun bhuaidh a bhios aig bèibidh ùr air am beatha agus an teaghlach.

Stories for boys who dare to be different
Ben Brooks (ISBN 978-1-78747-198-6)
Sgeulachdan fìor mu bhalaich anabarrach (ainmeil agus neo-ainmeil) a dh' atharraich an saoghal.

Goodnight stories for rebel girls
Elena Favilli agus Francesca Cavallo (ISBN 978-0-141-98600-5)
Sgeulachdan mu bhoireannaich ghaisgeil bho air feadh an t-saoghail.