



## Tìotal: Prìobhaideachd

### Pàirt 1: 'S ann leamsa a tha mo bhodhaig

#### Ìre: A' CHIAD

#### Ceanglan CfE

Eòlasan/Builean	Slatan-tomhais
<p>Tha mi ag ionnsachadh dè as urrainn dhomh a dhèanamh gus coimhead às dèidh mo bhodhaig agus cò as urrainn mo chuideachadh HWB1-48a</p> <p>Tha mi ag ionnsachadh mu spèis dom bhodhaig agus mu dhol-a-mach a tha ceart agus ceàrr. Tha fios agam cò ris a bhruidhneas mi ma bhios dragh orm mun seo. HWB 1-49a</p> <p>Tha fios agam gu bheil daoine nar beatha a tha a' gabhail cùram dhinn agus a tha a' coimhead às ar dèidh, agus tha mi mothachail gum faod daoine a bhith fo chùram phàrantan, luchd-cùraim no inbhich eile. HWB 1-45b</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Air chomas innse mu fheum airson prìobhaideachd, iad fhèin agus daoine eile. Explains about own and others' needs for privacy.</li> <li>Air chomas bruidhinn air an dòigh cheart air dèiligeadh ri dol-mach mì-fhreagarrach, mar eisimpleir, a' cleachdadh modail nan 3 ceumannan: can nach eil thu airson rud, gluais air falbh, bruidhinn ri cuideigin sa bheil earbsa agad.</li> <li>Air chomas innse cò ris a bhruidhneas iad ma tha dragh no iomagain orra.</li> </ul>

#### Amasan Ionnsachaidh

- Gun ionnsaich clann bun-bheachd fèin-riaghladh na bodhaig – gur ann *leothasan* a tha am bodhaig.
- Gun ionnsaich clann gu bheil pàirtean dem bodhaig prìobhaideach.
- Gun ionnsaich clann gu bheil còir aig clann/daoine eile air prìobhaideachd.
- Gun ionnsaich clann dòighean air taic a shireadh.

#### Slatan-tomhais Soirbheachaidh

- 'S urrainn dhomh bruidhinn air na tha còrdadh rium mum dhèidhinn fhìn agus mum bhodhaig.
- 'S urrainn dhomh innse gur ann leamsa tha mo bhodhaig.
- 'S urrainn dhomh innse cò thuige a rachainn nam biodh ceist agam no iomagain orm.

#### Goireasan-taic

- Slaighdean PowerPoint
- Taic: Mystery Body Challenge
- *I'm Glad I'm Me* bàrdachd le Jack Prelutsky

**NOT:** Tha goireasan eile aig a' Chiad Ìre de RSHP a' dèiligeadh ri **Faireachdainnean agus Sàbhailteachd** agus aig an dàrna ìre tha gnìomhan ann mu **A' coimhead às mo dhèidh fhìn/Droch-dhiol agus Dàimhean.**

## Obair

1. Tha ionnsachadh RSHP air a neartachadh ma dh'fhaodas a' chlann suidhe còmhla, mar a bhios iad a' dèanamh aig àm-cearcaill. Ma ghabhas e dèanamh, tòisich mar seo. Tòisich le bhith ag innse dhan chloinn gum bi iad a' smaoinichadh air na bodhaigean aca.
2. **Ciamar a bhios mi a' conaltradh rim bhodhaig?** Tòisich leis a' cheist seo air a' bhòrd-gheal. Iarr air a' chloinn àite fhaighinn dhaibh fhèin, seasamh no suidhe as fheàrr. Can riutha gun tòisich sibh le mar a bhios sinn a' dèanamh conaltradh - no ag innse rud do chuideigin eile – *ach dìreach le ar bodhaig agus gun fhaclan!* Mìnich dhaibh gun urrainn dhuinn rudan a “ràdh” le ar bodhaig gun bhruidhinn... Brosnaich a' chlann gus conaltradh a dhèanamh ri clann eile. Tha teansa gun dèan iad seo ann an dòigh gu math follaiseach agus spòrsail. Mar a tha sibh a' dol air adhart, tagh feadhainn den chloinn a tha a' cleachdadh ghluasadan gu math soilleir airson na tha iad airson a ràdh a chur an cèill. Seall seo do chàch. Bi cinnteach ùine a chur seachad a' sealltainn eisimpleirean airson na ceist mu dheireadh; tarraing aire gu gluasadan-bodhaig nach eil cho làidir. Nuair a tha a' chlann a' sealltainn nan gluasadan-bodhaig aca fhèin faodaidh sibh meòrachadh air na tha iad a' faireachdainn nuair tha iad a' cur na techdaireachd aca an cèill.
  - Ciamar a chanas tu gu bheil thu a' gabhail ri rud?
  - Ciamar a chanas tu nach eil thu a' gabhail ri rud?
  - Ciamar a chanas tu “Mar sin leat no tìoraidh”?
  - Ciamar a chanas tu “Hallò”?
  - Ciamar a chanas tu “S toigh leam sin”?
  - Ciamar a chanas tu “Cha toigh leam sin”?
3. **Ciamar a bhios mi a' coimhead às dèidh mo bhodhaig?** A-nis agus a' chlann air smaoinichadh air conaltradh, cuir an ath cheist orra. Iarr orra obrachadh còmhla ri caraid rin taobh, 's dòcha gum faod iad *post-its* a chleachdadh, no bileagan pàipeir airson beachdan a sgrìobhadh a dh'innseas iad do chàch/a thèid air postair ann am meadhan a' chearcaill.
4. **Faigh fios air ais.** Brosnaich freagairtean, gabh ris na chanas a' chlann (seach a dhol na aghaidh no a cheasnachadh,) dèan sgrùdadh a bharrachd far a bheil sin feumail. Ma tha sibh a' faireachdainn nach eil a' chlann ach ag ràdh na thathar ag iarraidh orra (Ithibh glasraich 's measan 5 tursan san latha! Na òlaibh deochan milis!) can riutha gu bheil thu ag iarraidh gun inns iad dè bhios iad a' dèanamh gu firinneach. Ma chanas a' chlann *Ag ithe biadh fallain*, faighnich dhaibh dè bhios iad ag ithe. Ma chanas iad *Barrachd* eacarsaich, faighnich dè bhios iad a' dèanamh? Dè tha a' còrdadh ri cò? Tarraing aire far a bheil ceanglaichean eadar na freagairtean, no feadhainn shònraichte. Thoir cuideachadh dhaibh tuigsinn gur e seo na rudan a bhios iad a' dèanamh gus coimhead às dèidh am bodhaigean.
5. **Cò leis a' bhodhaig:** Mìnich an gèam dhan chloinn, bidh aca ri innse mum bodhaig agus bidh aig a' chòrr dhen chlas ri obrachadh a-mach cò th' ann. Mus toir thu dhaibh duilleag nam freagairtean, thoir sùil air na ceistean (air an t-slaighd).

### Bheir sinn sùil air na ceistean mus tòisich sinn:

- A bheil thu a' smaoinichadh gu bheil thu goirid, meadhanach àrd no àrd?
- Dè an dath a tha d' fhalt?

- Dè an dath a tha do shùilean?
- Dè as toigh leat mud bhodhaig?
- Dè as urrainn dhut a dhèanamh le do bhodhaig?

Cuidichidh còmhraidh agus taic a' chlann gus smaoinichadh air freagairtean a chleachdas iad. Faodaidh a' chlann obrachadh leotha fhèin, no còmhla ri caraaid, gus taic a thoirt dha chèile. Cuir nan cuimhne gur e dùbhlann dìomhaireachd a tha seo, agus nach bu chòir dhaibh mar sin ainm a chur air na bileagan pàipeir. Fhad 's a tha iad ag obair, thoir taic do chlann sam bith aig a bheil duilgheadas, gu h-àraid leis na '3 rudan as toigh leam ...'.

Iarr air a' chloinn na bileagan aca a lìonadh, am pasgadh agus an cur dhan bhogsa/ad msaa. Tòisich le bhith ag innse gun tagh thu bileag agus gun leugh thu a-mach na rudan mu bhodhaig an neach. Aig an toiseach leugh am fiosrachadh air fad mus tòisich a' chlann air tomhas. Faodaidh a' chlann làmh a chur suas ma tha fios aca cò th' ann. Ma tha iad ceàrr, chan fhaod iad feuchainn a-rithist airson a' phàiste seo... Mar a tha thu a' dol tro na bileagan, tòisich le pìos fiosrachaidh eadar-dhealaichte airson 's gum faigh thu chun nan rudan a tha a' còrdadh ris a' chloinn no as urrainn dhaibh a dhèanamh.

6. Cluich cho fad 's a tha ùidh aca. Ma tha bileagan air fhàgail, can gun till thu thuca aig deireadh an latha/toiseach an latha a-màireach. Cuir cuideam air cho eadar-dhealaichte 's a tha gach neach, tagh rud annasach sam bith, rudan sam bith a chòrd e leat a chluinntinn.
7. **Bi deimhinneach mud bhodhaig.** Aidich gum bi clann, daoine òga agus inbhich a' fulang bigeireachd mu na bodhaigean aca. Bidh daoine uaireannan ag ràdh rudan mì-choibhneil. Cuir cuideam air cho cudromach 's a tha e a bhith deimhinneach agus meas a bhith againn air ar bodhaigean. Seo beachdan air a bhith deimhinneach mud bhodhaig – cleachd an slaighd, leugh agus soilleirich ceistean sam bith no èist ri beachdan na cloinne fhad 's a tha thu a' leughadh:
  - Tha thu nad neach fa leth. Is tusa thusa.
  - Tha còir agad a bhith cofhurtail nad bhodhaig agus led choltas.
  - Faodaidh tu faireachdainn math mu na rudan a nì do bhodhaig.
  - Faodaidh tu do dhìcheall a dhèanamh gus coimhead às dèidh do bhodhaig.
  - Bi coibhneil ri daoine eile – agus gheibh thu coibhneas air ais.

'S dòcha gum b' urrainn dhuibh an slaighd a phriontadh agus a chur suas air a' bhalla airson meòrachadh air an t-seachdain seo.

8. **I'm Glad I'm Me.** Leugh a' bhàrdachd dhan chloinn – bruidhinn mu deidhinn. 'S dòcha gum bi feadhainn dhen chloinn deònach bruidhinn air carson a tha iad toilichte a bhith mar a tha iad. Faighnich dhan chloinn: Ciamar a bha sibh a' faireachdainn an-diugh a' bruidhinn ann an dòigh cho deimhinneach mu na rudan a tha a' còrdadh rinn mu ar bodhaigean fhìn?
9. 'S dòcha gum bi gu leòr ann a' bhàrdachd a leughadh – ach dh'fhaodte gun còrdadh e ris a' chloinn a' bhàrdachd aca fhèin a sgrìobhadh: Tha mi toilichte annam fhèin? *I'm Glad I'm Me.*
10. Airson crìochnachadh, gabh mionaid no dhà air cur an cuimhne na cloinne gum faod iad bruidhinn riut ma tha ceist aca no iomagain orra mu rud. Cuir nan cuimhne, mar a dh'ionnsaich thu an-diugh, gu bheil iad uile sònraichte agus nan daoine fa leth!

## Ceangal ris an dachaigh

*Faodaidh sibh an teacsa gu h-ìosal a chleachdadh airson fios a chur dhachaigh mun obair a bhios a' chlann ag ionnsachadh sa bhloc seo:*

Tha a' chlann ag obair air a' chuspair prìobhaideachd. Tha sinn ag ionnsachadh mu mhisneachd agus mu bhith measail air na bodhaigean againn, air ar coltas agus air na nì sinn agus mu phrìobhaideachd agus dè na pairtean de na bodhaigean againn a tha prìobhaideach. Bidh sinn a' cleachdadh stuth an NSPCC *Let's Talk Pants*, 's dòcha gun cuala sibh mu dheidhinn:

**P** is for privates are private.

**A** is for always remember your body belongs to you.

**N** is for no.

**T** is for talk about secrets that upset you.

**S** is for speak up, someone can help.

No ann an Gàidhlig:

**P** airson Prìobhaideach – tha pàirtean ded bhodhaig prìobhaideach

**A** airson Agadsa - agadsa tha cead air do bhodhaig fhèin

**N** airson Na - Na dèan càil nach toigh leat

**T** airson Theirig - Theirig gu inbheach earbsach

**'S** airson 'S ann – 'S ann leatsa tha do bhodhaig

Gheibh sibh tuilleadh fiosrachaidh do phàrantan agus luchd-cùraim air làrach an NSPCC. Tha an cuspair seo gu math cudromach, ach tha sinn ga làimhseachadh ann an dòigh a tha freagarrach airson clann. Theirig chun an làraich agus ionnsaich an t-òran airson 's gun urrainn dhut seinn còmhla ri do phàiste!

<https://www.nspcc.org.uk/preventing-abuse/keeping-children-safe/underwear-rule/>

Tha ionnsachadh an teirm seo gu math cudromach a thaobh a bhith a' cuideachadh clann a' tuigsinn gu bheil gach seòrsa de dhroch dhìol ceàrr agus gum bu chòir dhaibh bruidhinn ri inbheach earbsach ma tha iomagain orra aig àm sam bith.

Coimheadaidh sinn am film goirid seo stèidhichte air an leabhar 'My body belongs to me' le Jill Starishevsky. Tha e ag innse sgeulachd balaich a tha a' fulang droch shuathadh bho inbheach agus a tha ag innse dha phàrantan: <https://youtu.be/a-5mdt9YN6I>

Ma tha dragh oirbh no ceistean agaibh mu na bhios a' chlann ag ionnsachadh, cuiribh fios thugainn.

**Tha goireasan ionnsachaidh eile rim faighinn co-cheangailte ris na stuthan curraicealaim RSHP seo:**

- Prìobhaideachd: Prìobhaideachd agus riaghailt nan drathais (PANTS)

**Notaichean Tidseir**

