



## Tìotal: Ciorramachd agus dàimhean – an t-ionnsachadh RSHP againn am-bliadhna

### Ìre: TREAS/CEATHRAMH

#### Ceanglan CfE

Ao-coltach ri gnìomhan eile sa ghoireas seo chan eil sinn a' dèanamh cheanglaichean ri Eolasan/Builean sònraichte no ri Slatan-tomhais oir tha an gnìomh seo na ro-ràdh air curraicealam slàn RSHP. Nuair a tha sibh a' libhrigeadh a' chuspair/na tèamaichean air a bheilear a' toirt cunntas aig an ìre seo agus ìrean eile, tha na ceanglaichean air an toirt seachad.

#### Amasan ionnsachaidh

- Gum faigh daoine' òga ciorramach fios gum bi iad ag ionnsachadh mu dhàimhean, fallaineachd feise agus pàrantachd sa bhliadhna sgoile/teirm a tha romhaibh.
- Gum faigh daoine' òga fios mu raon agus nàdar foghlaim RSHP.

#### Slatan-tomhais Soirbheachaidh

- Tha fios agam gum bi mi a' gabhail pàirt ann am foghlaim RSHP sa bhliadhna sgoile seo, tha beachd agam dè tha seo a' ciallachadh san fharsaingeachd.
- 'S urrainn dhomh ceistean fhaighneachd mun ionnsachadh seo.

#### Goireasan-taic

- Slaighdean PowerPoint

#### NÒTA DO THIDSEARAN/LUCHD-LÌBHRIGIDH

Tha am plana-gnìomh seo a' toirt cunntas air seisean a tha na ro-ràdh gu curraicealam RSHP do luchd-ionnsachaidh le ciorraman.

'S dòcha gun cleachd thu an seisean seo ma thu a' faireachdainn gu bheil mì-thuigsinn, iomagain no glè bheag a dh'èolas de thopaigean agus tèamaichean co-cheangailte ri curraicealam RSHP.

Mar thoiseach-tòiseachaidh, faodaidh tu an seisean gu lèir no pàirtean dheth a chleachdadh a rèir feumalachdan an luchd-ionnsachaidh – obraichidh an seisean ma tha e air a libhrigeadh ann am pìosan thairis air latha no seachdain.

Chan eil an seisean a' gabhail àite ionnsachadh air topaigean sònraichte a tha air an tabhann aig an Treas/Ceathramh Ìre, ach tha e a' togail air feadhainn dhe na tèamaichean a nochdas ann an leasan nas fhaide air adhart.

## Obair

1. Cleachd a' chiad slaighd agus an uair sin slaighdean 2, 3 agus 4 (teacs gu h-ìosal) airson amas an leasain innse – 's e ro-ràdh a th' ann chun an ionnsachaidh RSHP sam bi na daoine' òga a ' gabhail pàirt san teirm bliadhna sgoile. Stad agus dèan cinnteach à tuigse às dèidh gach slaighd.

*Tha an leasan seo na ro-ràdh dhan ionnsachadh a bhios sinn a' dèanamh air an topaig ris an can sinn: Dàimhean, fallaineachd-feise agus pàrantachd.*

Bidh sinn a' dèanamh nan leasan air dàimhean, fallaineachd feise agus pàrantachd oir tha na h-aon chòraichean daonna aig daoine ciorrach 's a th' aig daoine eile.

Agus bhon a tha na leanas fìor:

- Gum bi daoine le ciorrach a' dol an sàs ann an dàimhean agus gum bi iad ann an gaol.
- Nuair a bhios iad sean gu leòr (agus ma tha iad airson), faodaidh daoine le ciorrach a bhith ri feise, faodaidh iad pòsadh agus faodaidh teaghlach a bhith aca.
- Ann an dàimh, tha còir aig a h-uile duine a bhith fallain, toilichte agus sàbhailte.

2. Air slaighdean 5, 6 agus 7 (teacs gu h-ìosal) tha am fòcas air a bhith ag ionnsachadh eileamaidean de fhoghlam RSHP a tha mu dhàimhean, nòisean agus gaol. A-rithist stad agus brosaich còmhraidh mar tha freagarrach dhan bhuidheann/chlas agad.

*Sna leasan bidh sinn a' bruidhinn mu nòisean a bhith again air neach. Nuair a tha cuideigin a' còrdadh riut 's dòcha gum bi thu gam meas tarraingeach.*

- 'S dòcha gum bi nòisean agad air cuideigin.
- 'S dòcha gun tèid thu a-mach còmhla riutha.
- 'S dòcha gun can thu/sibh gu bheil sibh ann an dàimh.
- 'S dòcha gum bi thu/sibh a' faireachdainn gu bheil thu/sibh ann an gaol!

Dè na h-òrain, a' bhàrdachd, na filmichean agus na sgeulachdan air an smaoinich thu a tha mu dhàimhean no mu ghaol?

Nuair a bhios sinn ag ionnsachadh còmhla, bidh sinn a' smaoinich agus a' bruidhinn air mar a bhios daoine ciorrach a' làimhseachadh gaol agus dàimhean.

3. A' togail air a' chòmhradh thuige seo, ann an slaighdean 8 agus 9 thathar ag iarraidh air daoine' òga bruidhinn air na tha iad a' faicinn anns na dealbhan de gach cupal. Faodaidh iad caractaran/sgeulachdan a chruthachadh timcheall air gach cupal.
4. Tha earrann agus ceist air Slaighd 10, ag iarraidh air na daoine' òga smaoinich air mar a dh'fhaodadh pàrantan no luchd-cùraim a bhith a' faireachdainn nuair a tha neach òg ciorrach ann an dàimh. Sa chòmhradh faodaidh an neach-lìbhrigidh aideachadh gu bheil e uaireannan doirbh bruidhinn mun phàirt iom-fhillte/doirbh seo den bheatha.

Uaireannan nuair a tha neach ciorrach, faodaidh iomagain a bhith air am pàrantan no an luchd-cùraim aca mu dhàimhean.

*Carson nad bheachd-sa a bhiodh iomagain orra?*

5. Sa chòmhradh faodaidh an neach-libhrigidh aideachadh gum faod e bhith doirbh bruidhinn air an eileamaid cho-thoinnte seo nar beatha:

Nuair a bhios sinn ag ionnsachadh còmhla, canaidh sinn cuideachd gu bheil e ceart gu leòr mura h-eil thu airson a bhith ann an dàimh còmhla ri neach eile.

*A bheil thu a' smaoinichadh gu bheil daoine òga a' faireachdainn cuideam gum bu chòir bràmair a bhith aca?*

6. Till am fòcas air ais gu ciorramachd agus dàimhean; tha earrann agus ceistean air slaighd 12 air an dèan sibh còmhradh còmhla. Tha Slaighd 13 a' sealltainn dhòighean anns am faod buaidh a bhith aig daoine eile air ciorramaich agus an dàimhean. A-rithist airson còmhradh

*Ciorramachd agus Daimhean*

Uaireannan nuair a tha ciorram ort tha rudan cudromach ann air am feum thu smaoinichadh.

Bidh buaidh aig cuid de na rudan seo air dàimhean.

Dè na dòighean sam faod ciorram buaidh a thoirt air dàimhean?

*A bheil sibh a' smaoinichadh gum bi na rudan seo a' tachairt do dhaoine a tha ciorramach?*

- Air sgàth 's mar a tha an comann sòisealta againn, faodar toirt air neach le ciorram a bhith a' faireachdainn dona mun deidhinn fhèin.
- Faodaidh e bhith gum bi daoine eile gan cur sìos.
- Faodaidh seo an neach fhàgail a' faireachdainn aonranach no ìosal. Faodaidh cion misneachd a bhith orra.
- Nuair a tha rudan mar seo a' tachairt dhut no nuair tha na faireachdainnean seo agad, tha e doirbh a dhol a-mach gu sòisealta agus tachairt air daoine eile.

7. Tha slaighdean 14, 15 agus 16 a' dèiligeadh ri ciorramachd agus dàimhean feiseil. Faodaidh tu cur romhad mar neach-libhrigidh co-dhiù a tha thu an eileamaid seo dhen churraicealaim a thoirt a-steach an seo, no na slaighdean seo a chleachdadh an dèidh dhut cuid de na stuthan RSHP a libhrigeadh, a tha an toiseach mu eileamaidean eile de dhàimhean. Tha slaighdean 15 & 16 a' tabhann diofar dhòighean sam faod ciorramachd buaidh a thoirt air dàimhean feiseil, 's dòcha gun aontaich daoine òga no nach aontaich iad idir, 's dòcha gum bi rudan eile aca ri ràdh, tha seo uile na phàirt den chòmhradh a dh'fhaodas tu a bhrosnachadh.

*Nuair a tha sinn ag ionnsachadh còmhla, bidh sinn a' bruidhinn mu dhàimhean feiseil.*

Nuair a tha iad sean gu leòr (agus ma tha iad deònach) 's urrainn do dhaoine ciorramach a bhith ri feise, 's urrainn dhaibh pòsadh agus 's urrainn dhaibh teaghlach a bhith aca.

Uaireannan nuair a tha thu ciorramach bidh rudan cudromach ann air am feumar smaoinichadh nuair a thathas a-mach air a bhith ann an dàimh feiseil.

Dè a' bhuidh a chanadh sibh a dh'fhaodadh buaidh a thoirt air dàimhean feiseil?

*Ciamar a dh'fhaodadh ciorram bodhaig buaidh a thoirt air dàimhean agus feise?*

- 'S dòcha gum bi e nas duilghe coinneachadh ri daoine no faighinn a-steach a chuid a dh'àiteachan far am bi daoine a' coinneachadh.

- Faodaidh buaidh a bhith aig comas gluasaid air mar a bhios neach ri feise.
- Faodaidh trioblaidean conaltraidh a bhith a' ciallachadh gu bheil e nas duilghe dhut thu fhèin a chur an cèill no a bhith air do thuigsinn.
- Faodaidh cuid de stuthan meadaigeach buaidh a thoirt air seasamhan buid, casg-gin, leatromachd agus planaichean airson clann a bhith aig daoine.

*Ciamar a dh'fhaodadh ciorram inntinn no ionnsachaidh buaidh a thoirt air dhàimhean agus feise?*

- 'S dòcha nach bi cothroman aig neach tachairt air daoine.
- 'S dòcha gum bi e doirbh conaltradh no bruidhinn ri daoine ùra.
- 'S dòcha gum bi feum air taic a bharrachd airson ionnsachadh mu fheise agus mu dhàimhean.
- 'S dòcha gum bi feum aig cuid de dhaoine air fiosrachadh a tha furasta a leughadh air dhàimhean, casg-gin agus pàrantachd.
- Faodaidh cuid de stuthan meadaigeach buaidh a thoirt air seasamhan buid, casg-gin, leatromachd agus planaichean airson clann a bhith aig daoine.

8. Tha na h-eileamaidean mu dheireadh dhen leasan, slaighdean 17 agus 18, ag innse cho cudromach 's a tha e bruidhinn agus cuideachadh, taic agus fiosrachadh a shireadh nuair tha feum air. Faodaidh daoine òga cuideachd innse ma tha ceistean a bu chòir dhan tidsear/neach-lìbhrigidh dèiligeadh ris san t-seisean seo no ann an seiseanan nas fhaide air adhart.

*'S e toiseach tòiseachaidh goirid a bha an seo dhan ionnsachadh a bhios sinn a' dèanamh mu dhàimhean, fallaineachd feise agus pàrantachd.*

Nuair a tha sinn ag ionnsachadh còmhla tha e cudromach cuimhneachadh gum faod thu bruidhinn ri cuideigin ma tha ceist agad no ma tha iomagain ort mu dhàimhean.

Cò ris a bhruidhneadh tusa?

Gheibhear cuideachd tòrr fiosrachaidh an seo: <https://www.easyhealth.org.uk/>

*A bheil ceistean sam bith agad mun ionnsachadh RSHP a bhios sinn a' dèanamh am-bliadhna?*

### **Ceangal ris an dachaigh**

Tha fiosrachadh do phàrantan sa ghoireas RSHP mu bhith ag ionnsachadh san sgoil agus ag ionnsachadh san dachaigh aig gach ìre. Bidh structaran agaibh sna sgoiltean agaibhse a thaobh a bhith a' conaltradh ri pàrantan mu ionnsachadh RSHP.

## Nòtaichean Tidseir

