

Tìotal: Pornografachd

Pàirt 1: Dè th' ann am porn agus dè tha e a' dèanamh oirnn?



Ìre: ÀRD

Ceanglan CfE

A thaobh a' Churraicealam airson Sàr mhathas tha an ìre seo a' leudachadh agus a' cur ris na chaidh ionnsachadh aig a' Cheathramh Ìre

Eòlasan agus builean	Slatan-tomhais
<p>Tha mi a' tuigsinn gum faod cumhachd a bhith an taobh a-staigh dhàimhean agus gum faod sin a bhith air a chleachdadh ann an dòigh mhath cho math ri dòigh dhona. HWB 4-45a</p> <p>Tha fios agam gum faod cultar cumanta an latha an-diugh, na meadhanan agus beachdan mo cho-aoisean buaidh a thoirt air mar a tha mi a' faireachdainn mum dheidhinn fhìn agus a' bhuidh a dh'fhaodas a bhith aig seo air mo dhol-a-mach. HWB 4-46b</p>	<ul style="list-style-type: none"> A' dèanamh sgaradh eadar cumhachd agus mì-fheum cumhachd ann an dàimhean, mar eisimpleir, spèis, earbsa, fòirneadh, aonta. A' mìneachadh mar a bheir ìomhaigh bodhaig dheimhinneach agus neo-dheimhinneach buaidh air slàinte, fèin-luach agus giùlan, mar eisimpleir, fèin-luach, dùilean gnìomhachas a' bhòidhchead, leasachadh bodhaig. A' dèanamh measadh air mar a tha na meadhanan, a' gabhail a-steach nam meadhanan sòisealta agus pornografachd a' toirt buaidh air slàinte bodhaig agus slàinte inntinn.

Amasan Ionnsachaidh

- Gun aithnich daoine' òga a' bhuidh a th' aig pornografachd air fèin-ìomhaigh, roghainnean agus dol-a-mach.
- Gun ionnsaich daoine' òga gur e gnìomhachas cruinneil a th' ann am pornografachd.
- Gu bheil pornografachd air fhaicinn mar rud a tha a' dèanamh mì-chleachdadh air daoine, gan gortachadh agus gan dubh-shaothrachadh.
- Gun tuig daoine' òga gu bheil roghainnean aca agus gum faod iad taghadh gun a bhith a' coimhead pornografachd.
- Gum meòraich daoine' òga air a' bhuidh a tha an lùib a bhith a' coimhead cus pornografachd air beachdan agus air leasachadh eanchainn.
- Gun smaoinich daoine' òga mum beachdan air pornografachd ann an dòigh sgrùdach.

Slatan-tomhais soirbheachaidh

- 'S urrainn dhomh cunntas a thoirt air a bhuidh a dh'fhaodas a bhith aig eòlas air pornografachd air an neach fa leth.
- 'S urrainn dhomh mìneachadh gu bheil giùlan a dh'fhaodas a bhith fòirneartach no a' cur sìos air neach an lùib pornografaidh agus nach eil an giùlan sin iomchaidh ann an dàimhean fìor.
- Tha mi a' tuigsinn an lagh air pornografachd.
- 'S urrainn dhomh mo bheachdan fhìn air pornografachd a chur an cèill.

Goireasan-taic

- Slaighdean PowerPoint
- Cairtean còmhradh CEART/CEÀRR

Chaidh na filmichean a thathas a' cleachdadh san leasain seo a dhèanamh leis a' phrògram iomairt shòisealta/foghlaim *Fight the New Drug*:

- Emma's Story: Overcoming Her Struggles with Pornography, Shame, and Self-Worth - Fight the New Drug (<https://fightthenewdrug.org/emmas-story-overcoming-her-struggles-with-pornography-shame-and-self-worth-video/>) (5 mion. 27)
- Dan's Story: "I Feel Human Again" After Quitting Porn - Fight the New Drug (<https://fightthenewdrug.org/dans-story-i-feel-human-again-after-quitting-porn/>) (3 mion. 15) (*This film mentions suicide ideation as part of Dan's mental health struggles.*)
- Paul's Story: "I'm Not Discouraged and Ashamed Anymore" by My Porn Struggle - Fight the New Drug (<https://fightthenewdrug.org/pauls-story-im-not-discouraged-and-ashamed-anymore-by-my-porn-struggle-video/>) (5 mion. 52)
- Ash's Story: How an Online Porn Habit Nearly Led to a Risky In-person Encounter - Fight the New Drug (<https://fightthenewdrug.org/ashes-story-how-an-online-porn-habit-nearly-led-to-a-risky-in-person-encounter-video/>) (3 mion. 35)

Ma tha sibh an dùil làrach-lìn mar YouTube a chleachdadh cuiribh an bhidio air dòigh ro-làimh, dèanaibh cinnteach gur e am film ceart a th' ann agus leumaibh seachad air na sanasan.

Obair

Tha na gnìomhan san t-seisean seo, comhla ri obair Pàirt 2, a' tabhann diofar dhòighean-obrach gus conaltradh a dhèanamh ris na daoine òga mu phornografachd. Tha stuthan gu leòr san t-seisean seo agus san ath fhear airson barrachd air dà sheisean a thabhann ma tha daoine òga airson a dhol an sàs ann an tòrr meòrachaidh agus deasbaid. Dh'fhaodadh an stuth a bharrachd a tha air a liostadh ann am Pàirt 2 cuideachd a bhith iomchaidh airson ur n-obair air a' chuspair seo a leudachadh gu pròiseact nas doimhne. Gu dearbh, mar a bhios sibh a' dèanamh le stuthan eile RSHP, tagh stuthan a tha freagarrach do fheumalachdan an neach-ionnsachaidh agad, a' dèanamh leudachadh nuair a bhios ùine no ùidh aig na daoine òga.

1. **Tòisich an leasan mar seo:** Gum bi na daoine òga a' cur seachad seisean no dhà air cuspair pornografachd, a' coimhead air mar as urrainn dhuinn tuigse nas fheàrr fhaighinn air agus air a' bhuaidh a dh'fhaodadh a bhith aige oirnn agus air na dàimhean againn. Daingnich nach bi ceistean pearsanta sam bith ann – gu bheil e ceart gu leòr diofar bheachdan a bhith agaibh, ach bu chòir spèis a bhith againn do phrìobhaideachd càch a chèile agus ged a bhios e èibhinn no nàireil aig amannan, bu chòir a bhith laghach ri chèile! Faighnich carson a tha sinn a' dèanamh seo? Uill ... (cleachd an slaighd):

Chaidh suirbhidh a dhèanamh am measg 500 neach de aois 18 san RA gus am beachdan fhaighinn air pornografachd. Thuirt a' mhòr-chuid de dhaoine òga a chaidh a cheasnachadh gu bheil coimhead pornografachd (gun fhiosta no a dh'aona ghnòthach) cumanta tro bhliadhnaichean na sgoile, leis a' mhòr-chuid a' tòiseachadh aig timcheall air aoisean 13 gu 15 bliadhna. Thinkuknow - https://www.thinkuknow.co.uk/14_plus/news/uk-young-peoples-views-on-porn/

2. **Porn: CEART no CEÀRR** Thoir a-steach gnìomh airson an leasan fhaighinn gu dol. Tha 8 earrannan air an duilleag/prop, faodaidh tu iarraidh air na daoine òga obrachadh leotha fhèin, mar aon bhuidheann no ann am buidhnean beaga gus cur romhpa cò na h-earrannan a tha CEART agus CEÀRR. An ceann greis, faigh fios air ais. (Tha na h-earrannan gu lèir CEART, 's dòcha gun do thuig na daoine òga sin, ach faigh beachdan bhuaipa – iognadh sam bith?)

- Tha 1 às gach 3 de dhaoine ag ràdh gu bheil iad a' faicinn porn gun iarraidh tro shanasan, *pop ups* msaa
- Tha barrachd trafaig cunbhalach air làraich porn na th' aig Netflix, Amazon agus twitter gu h-iomlan.
- Tha 1 às gach 5 lorgan air an eadar-lìon a' coimhead airson porn.
- Tha 44% de fhireannaich aois 11-16 a bhios a' coimhead porn air innse gu bheil pornografachd air-loidhne air beachdan a thoirt dhaibh air an seòrsa feise a tha iad airson fheuchainn.
- 'S e porn a th' ann an 30% den stuth a thathar a' sruthadh air an eadar-lìon.
- Tha teachd a-steach de cha mhòr \$100 bilean dolair aig gnìomhachas a' phornografachd air feadh an t-saoghail.
- Ann an sgrùdadh air porn, fhuair luchd-sgrùdaidh gu bheil fòirneart ann an 88% de sheallaidhean agus gu bheil cainnt ionnsaigheach ann an 49%.
- 'S ann aig an RA a tha an dara cuid as motha de thrafaig gu làraich-lìn porn ('S ann aig na Stàitean Aonaichte a tha a' chuid as motha).

3. Deasbad

Cleachd d' eòlas air na daoine' òga airson an dòigh-obrach as fheàrr fhaighinn airson na puingeann deasbad seo. Bidh fios agadsa an e deasbad ann am buidhnean beaga no mar aon bhuidheann as fheàrr a dh'obraicheas. Bidh fios agad cuideachd mu bhith a' cumail daoine' òga sàbhailte, gun a bhith a' cleachdadh buidhean a tha measgaichte a thaobh gnè ma bhios seo a' cur feadhainn òga ann an cunnart no gam fàgail a' faireachdainn mì-chofhurtail. Cleachd na slaighdean airson gach ceist a shealltainn agus airson deasbad – dh'fhaoite gum bi thu airson na ceistean gu lèir a chur air aon slaighd agus cothrom a thoirt dha na buidhnean cuspair a thaghadh.

- **Dè a' bhuaidh a th' aig porn air balaich?**
- **Dè a' bhuaidh a th' aig porn air nigheanan?**
- **A bheil thu/sibh a' smaoinneachadh gu bheil porn a' cur cuideam air daoine' òga gus a bhith ri feise (no gus a' ràdh gu bheil iad ris)?**

4. Eòlasan pearsanta air porn

Cuir an cuimhne na h-uile nach eil sinn ag iarraidh gun inns iad sìon pearsanta, no gun nàraich iad neach sam bith eile. Ach tha e cuideachail cluinntinn bho daoine' òga sna filmichean seo aig an robh duilgheadasan às deidh a bhith a' coimhead pornografachd. Coimheadaibh air co-dhiù dà fhilm goirid, às deidh gach fear faigh beachdan bhon bhuidheann. 'S e na prìomh chuspairean a bhios sibh airson togail air ann an còmhraidhean nas fhaide air adhart: a' faicinn no a' cluinntinn rudan nach eil sibh a' tuigsinn nuair a tha sibh nar clann; trioblaid le bhith a' faireachdainn nàire nuair a tha thar a' coimhead porn; gu bheil buaidh aig coimhead porn air slàinte inntinn agus faireachdainnean de fhèin-luach. (Tha na daoine' òga gu lèir sna filmichean air gluasad air adhart gu deimhinneach bho na thachair dhaibh.)

Emma's Story: Overcoming Her Struggles with Pornography, Shame, and Self-Worth - Fight the New Drug (<https://fightthenewdrug.org/emmas-story-overcoming-her-struggles-with-pornography-shame-and-self-worth-video/>) (5 minutes 27)

'S e oileanach, de aois 19, a th' ann an Emma, cha robh i ach 11 nuair a chunnaic i porn an toiseach. Mun àm a bha i 12, tha i ag ràdh gum biodh i ga choimhead grunn thursan gach latha air an *iPod Touch* a thug a pàrantan dhi. An cois cleacadh porn gun smachd bha faireachdainnean de nàire agus de chion-luach, a thàinig bho nighean òg ris an deach a ràdh

nach robh daoine a bha a' cleachdadh porn airidh air suirghe. Èist ri sgeulachd Emma a tha ag innse mar a fhuair i smachd air an t-strì aice le porn agus air an t-strì a thaobh gaol a bhith aice oirre fhèin.

Dan's Story: "I Feel Human Again" After Quitting Porn - Fight the New Drug (<https://fightthenewdrug.org/dans-story-i-feel-human-again-after-quitting-porn/>)

(3 mion. 15) (*Tha am film seo a' toirt iomradh air bun-bheachd fèin-mharbhadh mar phàirt de dhuilgheadasan slàinte inntinn*).

Airson sia bliadhna, bha Dan a' cleachdadh porn gu cunbhalach 2-3 tursan gach latha. Tha e ag innse mar a dh'fhàg e e a' faireachdainn "cearbach", "flat", "falamh" agus "coltach ri robot".

Tha Dan ag innse mar a dh'fhàg am fasan porn aige e "neo-sheòrsach", ag innse gun robh e air a bhrodadh le porn ach nach b' urrainn dha sin faireachdainn le daoine eile. An uair sin aig aois 2, chuir Dan roimhe a' bheatha fhaighinn air ais agus briseadh air falbh bho porn. A-nis, 's urrainn dha ceangal ri charaidean, a theaghlach agus fiù 's a bhràmair ann an dòigh air nach do shaoil e riamh. "Cha robh mi a' faireachdainn coltach ri duine airson ùine fhada, agus bha mi a-nis a' faireachdainn coltach ri duine a-rithist."

Paul's Story: "I'm Not Discouraged and Ashamed Anymore" by My Porn Struggle - Fight the New Drug (<https://fightthenewdrug.org/pauls-story-im-not-discouraged-and-ashamed-anymore-by-my-porn-struggle-video/>) (5 mion. 52) Nuair a bha e 13, fhuair Paul eòlas air pornografachd airson a' chiad uair. Mheudaich a chleachdadh faisg air deireadh na h-àrd-sgoile air sgàth 's gun robh e a' cleachdadh pornografachd mar dhòigh làimhseachaidh nuair a bha e a' faireachdainn aonranach, air a dhiùltadh, no nach robh e math gu leòr. An àite a bhith a' faireachdainn nàire mun t-strì aige, tha Pòl air caraidean a lorg gus a chuideachadh le bhith a' faighinn seachad air, a' toirt dòchas dha na thuras a' faighinn seachad air a thrioblaidean.

Ash's Story: How an Online Porn Habit Nearly Led to a Risky In-person Encounter - Fight the New Drug (<https://fightthenewdrug.org/ashes-story-how-an-online-porn-habit-nearly-led-to-a-risky-in-person-encounter-video/>) (3 mion. 35) Thug rud a thòisich mar ùidh ann am bodhaig an duine air Ash sùil a thoirt air porn a gach dàrnacha oidhche, mura tug a h-uile h-oidhche. Dh'atharraich an cleachdadh seo chan e a-mhàin an dòigh anns an robh i a' coimhead air fir ach cuideachd mar a bha i a' smaoinichadh air dàimhean san fharsaingeachd. Dh'aithnich i gun robh am fasan porn na dhuilgheadas nuair a theab i coinneachadh ri srainnsear air do thachair i ann an seòmair cabadaich eadar-lìn. Cha mhòr nach do rinn i rudeigin a dh'fhaodadh a bhith cunnartach agus na chunnart dha beatha thug seo oirre stad agus smaoinichadh, "Chan urrainn dhomh seo a dhèanamh, tha cus an seo, tha a' chùis air a dhol ro fhada." A-nis, tha i air fòcas agus toileachas a chur anns na dàimhean aice, agus tha i a' faireachdainn nas saoire na bha i a-riamh.

5. **Deasbad.** Inns gun robh rannsachadh am measg dhaoin' òga bho chionn ghoirid air ainmeachadh **'Porn is everywhere/Tha porn anns gach àite'** (cleachd an slaighd) A bheil na daoine òga ag aontachadh? Inns gu bheil seo a' ciallachadh gu ìre gu bheil ìomhaigheachd fheiseil gu math cumanta. Brosnaich còmhradh air an abairt.

6. **Obair:** Faighnich dha na daoine òga am biodh iad deònach pàirt a ghabhail ann an deuchainn. Iarr orra a bhith faiceallach sna lathaichean/san t-seachdain/chun an ath sheisean air na tha iad a' faicinn mun timcheall a thaobh ìomhaighean uabhasach seagsaidh/feiseil no fiù's feadhainn pornografach. Dh'fhaodadh seo a bhith ann am *pop-ups*, sanasan, rud sam bith a chì iad air an t-sràid, air-loidhne, ann an àite sam bith. Mar sin 's e a' cheist: *Dè na tha sinn a' faicinn nar beatha làitheil a tha feiseil no pornografach? Iarr orra cuimhne a chumail air na chì iad airson innse mu dheidhinn air an ath sheachdain.* (Mar thidsear/neach-foghlaim feumaidh tu an gnìomh seo a dhèanamh thu fhèin airson an còmhradh a stiùireadh.)
7. **Puingean cudromach mu phorn.** Nuair a tha thu a' toirt an leasain gu crìoch cleachd na 6 slaighdean PowerPoint airson ruith thairis air prìomh phuingean, a' dèanamh cinnteach à tuigse no ag èisteachd ri beachd/a' freagairt cheistean mar a tha thu a' dol air adhart. ('S dòcha gum bi beachd aig na daoine òga air co-dhiù a dh'obraicheas laghan ùr a thaobh dearbhadh aois gus stad a chur air daoine fo aois 18 bho bhith a' faighinn cothrom air pornografachd air-loidhne). Dh'fhaodadh tu na 6 slaighdean a sgaoileadh chun na daoine òga às deidh an leasain.
- Chan fheum thu porn a choimhead agus chan fheum thu a choimhead a bharrachd dìreach bhon a tha do charaidean ga choimhead. Tha taghadh agad rud sam bith a chur dheth mura h-eil thu ag iarraidh fhaicinn.
 - 'S e fantasachd a th' ann am porn, agus chan eil e da-rìreabh. Chan eil bodhaigean nàdarra aig daoine a tha ag actadh ann am porn. Faodaidh porn a bhith a' sealltainn gnìomhan feiseil neo-chumanta agus anabarrach. Cha bhith e a' sealltainn an seòrsa feise a bhios a' còrdadh ri daoine gu h-àbhaisteach. Faodaidh coimhead tòrr porn an saoghal fìor a dhèanamh nas neo-thlachdmhor.
 - 'S e gnìomhachas a th' ann am pornografachd a th' ann airson airgead a dhèanamh.
 - Faodaidh tu porn a cheannach gu laghail aig aois 18. Tha uallach air làraich porn dearbhadh gu bheil luchd-cleachdaidh nas sine na 18). Tha e mì-laghail do neach nas sine na 18 porn a shealltainn do neach a tha fo aois 18, no leigeil le neach a tha fo aois 18 a choimhead.
 - Tha seòrsachan porn ann a tha mì-laghail fiù 's do dh'inbich. 'S e ìomhaighean anabarrach pòrnografach no "extreme pornographic images" a chanas sinn riutha seo. Tha iad seo a' gabhail a-steach porn far a bheil na daoine a' dèanamh a' cur beatha neach ann an cunnart, no far a bheil na rudan a tha iad a' dèanamh a dh'fhaodas no a tha buailteach droch goirteachadh adhbhrachadh. Tha seo cuideachd a' gabhail a-steach porn a tha ag ìsleachadh, porn fhòirneartach (a' tha a' gabhail a-steach èigneachadh agus droch dhiol) no rud sam bith sab heil daoine òga fo aois 18.
 - Ma chì thu porn a tha gad fhàgail troimh-a-chèile bruidhinn ri neach earbsach. Ma bhios tu a' coimhead porn bi faiceallach mu na bhios tu a' coimhead agus mu na bhios tu a' cliogadh air, tha e gu math furasta faighinn gu àite far nach robh thu an dùil a dhol agus coimhead air rud mì-laghail no a dh'fhàgas tu troimh-a-chèile.
8. Tha an slaighd mu dheireadh a' stiùireadh dhaoin' òga gu tuilleadh comhairle
- Comhaile a dhìth? Thoir sùil air Thinkuknow - https://www.thinkuknow.co.uk/14_plus/news/uk-young-peoples-views-on-porn/

Ceangal ris an dachaigh

Air an teirm seo tha sinn a' cleachdadh 2 de na leasannan san ionnsachadh againn air Dàimhean, Fallaineachd Feise agus Pàrantachd gus bruidhinn mu phornografachd. Tha rannsachach ag innse dhuinn

gu bheil e coltach gu bheil cha mhòr a h-uile neach òg air eòlas fhaihinn air pornografachd ro mheadhan nan deugairean aca. Tha an leasan seo a' toirt cothrom do dhaoine òga meòrachadh air dè an seòrsa pornografachd a chunnaic iad, am beachdan fhèin air pornografachd a leasachadh a bharrachd air a' bhuidhe a dh'fhaodadh e a thoirt air na beachdan aca air dàimhean agus gnè.

Cuidichidh an stiùireadh seo bhon NSPCC sibh gus smaoinichadh air mar a bhruidhneas sibh ri ur pàiste mu dheidhinn pornografachd:

Cuidichidh na stuthan seo air làrach ChildLine sibh a' freagairt na ceist *dè th' ann am porn?*

<https://www.childline.org.uk/get-support/ask-sam/friends-relationships-and-sex-asksam/porn/>

Tha goireasan ionnsachaidh eile rim faighinn ceangailte ris na stuthan curraicealaim RSHP seo

- Pornografachd pàirt 2: Dè an trioblaid?

Stuthan a bharrachd

Tha *Edinburgh Rape Crisis Centre* air goireas a chruthachadh air a bheil an t-ainm 'What Do You Think'. Tha an goireas air a dhealbh do dhaoine a tha ag obair còmhla ri daoine òga gus an cuideachadh a' stiùireadh agus a' leudachadh air còmhraidhean mun bhuidhe, a' togail air agallamh le boireannach de 16 bliadhna a dh'aois a tha a' toirt cunntas air a beachdan air buaidh pornografachd air daoine òga, agus ag ath-aithris draghan a chaidh a thogail le daoine òga agus luchd-teagaisg roimhe: <http://www.ercc.scot/what-do-you-think/>

Nòtaichean Tidseir

