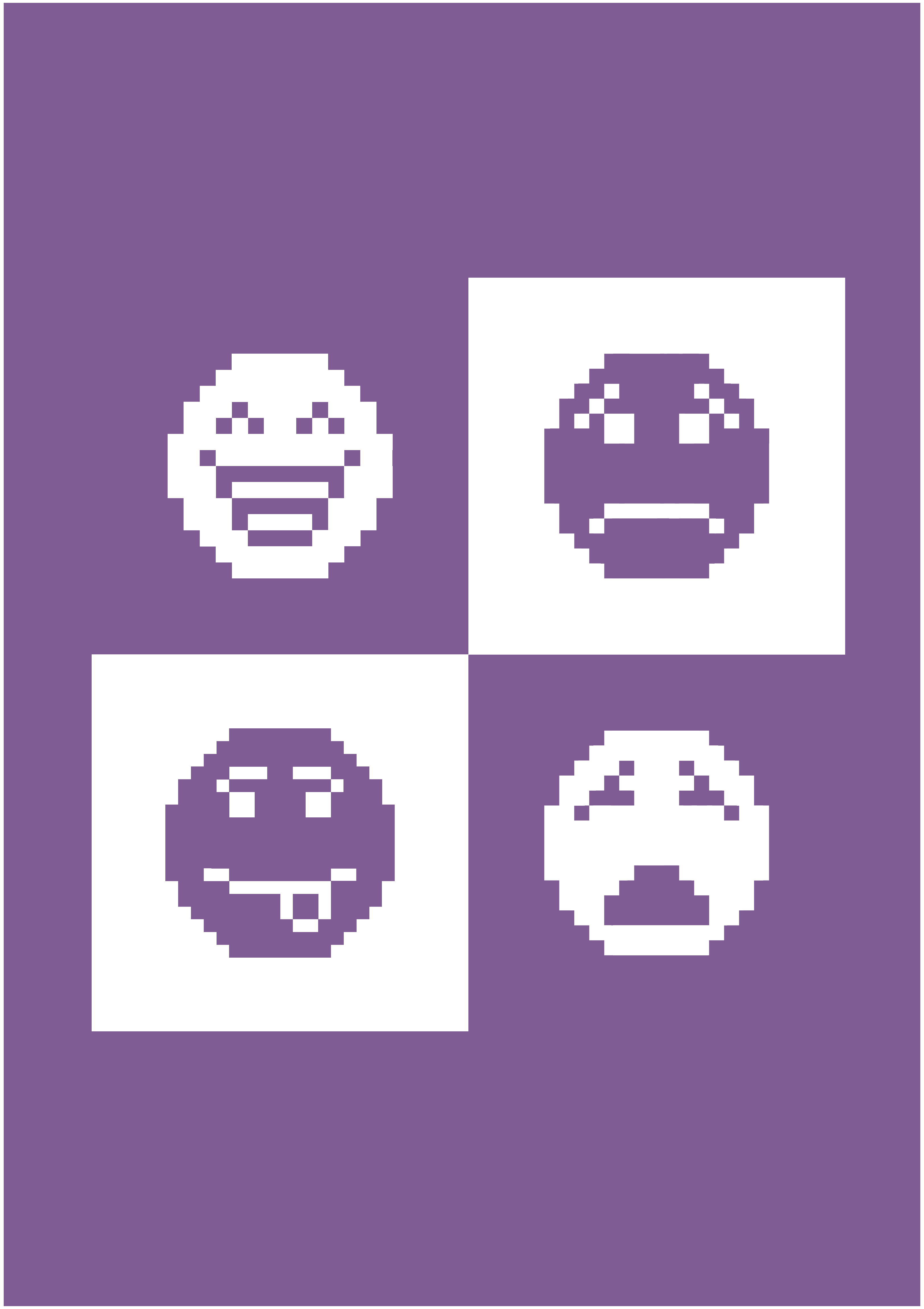
#UP2US

LÁMHLEABHAR DO MHÚINTEOIRÍ AR FHRITHBHULAÍOCHT

AN TSRAITH SHÓISEARACH OSPS



Clár Ábhar

Réamhrá 06

Mapáil curaclaim 14

Measúnú 19

Clár Scoileanna na nGardaí 21

Ceacht 1: Bulaíocht – An Tionchar 23

Ceacht 2: Príobháideach agus gan ainm 28

Ceacht 3: Rudaí a thaitníonn leat / nach dtaitníonn leat 36

Ceacht 4: Cé atá páirteach? 44

Ceacht 5: Tuairisciú: #Up2Us 51

Ceacht 6: Buntáistí agus míbhuntáistí an idirlín 56

Ceacht 7: Na rialacha a athscríobh 59

Ceacht 8: Frithbhulaíocht a léiriú 61

Ceacht 9: Seasamh a ghlacadh in aghaidh na cibearbhulaíochta, Cuid 1 64

Ceacht 10: Seasamh a ghlacadh in aghaidh na cibearbhulaíochta, Cuid 2 68

Aguisín 72

ISBN: 0-9538851-8-6

BROLLACH ÓN STIÚRTHÓIR

Tá rochtain ar an idirlíon ina cuid dhílis dár mbeatha go léir anois. Laistigh de thimpeallacht na scoile, is minic a dhéantar maoirseacht ar rochtain ar an idirlíon agus is féidir rochtain ar sheirbhísí líonraithe shóisialta agus ar sheirbhísí teachtaireachta bunaithe ar an ríomhaire a rialú leis na socruithe scagadh faisnéise a chuireann Líonra Leathanbhanda na Scoileanna ar fáil. Mar thoradh ar an dul chun cinn atá déanta ar fheidhmiúlacht na ngléasanna láimhe, tá an spleáchas ar líonra leathanbhanda na scoile chun dul ar an idirlíon ag laghdú. Baineann ríthábhacht le béim a chur ar úsáid fhreagrach na teicneolaíochta ag gach leibhéal sa scoil. Is mór an trua gur féidir teicneolaíocht faisnéise agus cumarsáide a úsáid go mífhreagrach chun bulaíocht a dhéanamh ar dhaoine agus is dúshlán don tsochaí é sin.

Cé go dtarlaíonn cibearbhulaíocht go minic sa bhaile agus istoíche, is minic a bhraitear a hiarmhairtí ar scoil. Ina theannta sin, is féidir le cibearbhulaíocht a bheith ina shíneadh ar bhulaíocht thraidisiúnta ar scoil agus, dá bhrí sin, tá ról ag scoileanna, agus iad ag obair leis an bpobal scoile níos leithne agus le tuismitheoirí go háirithe, chun dul i ngleic leis an tsaincheist seo. Le curaclam an Oideachais Shóisialta, Phearsanta agus Sláinte (OSPS), cuirtear deis ar leith ar fáil do dhaoine óga scileanna agus inniúlachtaí a fhorbairt chun foghlaim fúthu féin, chun aire a thabhairt dóibh féin agus do dhaoine eile agus chun cinntí eolacha a dhéanamh faoina sláinte agus faoina bhfolláine iomlán. Cé gur féidir nach luaitear tagairtí do chibearbhulaíocht go soiléir, ní mór ár dtuairimí faoi chibearbhulaíocht a bhreithniú i gcomhthéacs roinnt cur chuige a ghlacaimid chun déileáil le bulaíocht.

Tá an Acmhainn Frith-Chibearbhulaíochta Up2Us deartha chun cur ar chumas daltaí forbairt a dhéanamh ar dhea-bhraistint fúthu féin agus ar thiomantas d'aire a thabhairt dóibh féin agus do dhaoine eile. Beartaíodh an tacar seo de dheich bplean ceachta le go n-úsáidfeadh múinteoirí agus scoileanna ar mian leo aghaidh a thabhairt ar shaincheist na bulaíochta ina hiomláine iad, agus aird ar leith ar shaincheist na cibearbhulaíochta. Féachann an acmhainn seo le teagmháil a dhéanamh le daltaí faoi chibearbhulaíocht trí úsáid a bhaint as modheolaíochtaí gníomhacha agus tarraingteacha agus as faisnéis atá cothrom chun dáta agus ábhartha. Tugann an clár seo, trí phlé agus trí ghníomhaíochtaí i ngrúpaí beaga, aghaidh ar na scileanna saoil a bhaineann le sábháilteacht phearsanta, le freagracht shóisialta agus le húsáid eiticiúil an idirlín i measc daoine óga. Cuireann an cur chuige sin ar chumas daltaí foghlaim óna bpiaraí agus cóid eiticiúla chleachtais a bhunú dóibh féin ina n-aonar.

Is é aidhm an phaca acmhainní seo ná daltaí a chumhachtú chun dul i mbun gnímh in aghaidh cibearbhulaíochta trína ngníomhartha agus trína n-iompar dearfach féin agus trí chabhrú le timpeallacht frith-chibearbhulaíochta a chruthú ar leibhéal scoile agus sa domhan mór. Beidh deiseanna ag daltaí a úsáideann an acmhainn seo ionbhá a bheith acu leo siúd a d'fhulaing bulaíocht agus machnamh a dhéanamh ar conas atá bulaíocht ar líne difriúil le foirmeacha eile bulaíochta. Chomh maith leis sin, cruthaíonn idirghabhálacha atá dírithe ar an seomra ranga, ar nós na hidirghabhála seo, dea-chaidreamh idir múinteoirí agus daltaí agus cabhraíonn siad le múinteoirí tionchar na cibearbhulaíochta ar dhaoine óga a thuiscint.

Tabharfaidh an acmhainn seo deis do dhaltaí cur le beartas frithbhulaíochta agus le polasaí úsáide inghlactha (AUP) an idirlín de chuid na scoile, agus aird á tabhairt ar na torthaí foghlama ó na ceachtanna sin. D'fhéadfaí deis a thabhairt do dhaltaí dul i mbun feachtas frithbhulaíochta ar fud na scoile chun timpeallacht níos uileghabhálaí a chothú. Tá sé tábhachtach go gcuirimid deiseanna ar fáil do dhaltaí dea-thosca agus dea-thimpeallacht scoile a chur chun cinn agus is féidir é sin a shíneadh chuig an timpeallacht ar líne.

D'oibrigh Webwise,
arb é tionscnamh sábháilteachta idirlín an SFGM – Teicneolaíocht san Oideachas é, agus Foireann Folláine an SFGM (Seirbhís Tacaíochta OSPS roimhe sin) le chéile ar bhealach an-dearfach chun forbairt a dhéanamh ar na hacmhainní oideachais seo a mbainfidh scoileanna úsáid astu chun an curaclam OSPS a chur chun feidhme sa tSraith Shóisearach. Chabhraigh an tacaíocht a thug Clár Sábháilteachta Idirlín an AE agus an Rannóg Oideachais Múinteoirí de chuid na Roinne Oideachais agus Scileanna lenár dtionscadal comhoibríoch.

Creidim go soláthróidh na ceachtanna eiseamláire, na hacmhainní agus na hábhair theagaisc tacaíocht chuimsitheach do mhúinteoirí chun cabhrú leo a ndaltaí a threorú agus chun cur ar chumas ár ndaoine óga cur le hathrú dearfach inár bpobail.

Ciara O'Donnell,
Stiúrthóir,
An tSeirbhís um Fhorbairt Ghairmiúil do Mhúinteoirí

'Baineann ríthábhacht le béim a chur ar úsáid fhreagrach na teicneolaíochta ag gach leibhéal sa scoil. Is mór an trua gur féidir teicneolaíocht faisnéise agus cumarsáide a úsáid go mífhreagrach chun bulaíocht a dhéanamh ar dhaoine eile agus is dúshlán don tsochaí é sin.'

TÚS EOLAIS AR AN GCIBEARBHULAÍOCHT AGUS AR AN ACMHAINN SEO

Forbraíodh an acmhainn oideachais seo go páirteach mar fhreagairt ghníomhach do thuarascáil an Phlean Gníomhaíochta ar an mBulaíocht, a chuir an Grúpa Oibre Frithbhulaíochta faoi bhráid an Aire Oideachais agus Scileanna i mí Eanáir 2013. Cuirtear pleananna ceachta ar fáil do mhúinteoirí d'fhonn aghaidh a thabhairt ar shaincheist na bulaíochta agus, ina theannta sin, tacaítear le beartais frithbhulaíochta a fhorbairt i scoileanna. Tá an ghníomhaíocht deiridh a bhaineann le múscailt feasachta nasctha freisin leis an bhfeachtas frith-chibearbhulaíochta Bí Aireach faoi do Spás.

Is féidir an acmhainn seo a úsáid:

- chun an rannóg frithbhulaíochta de ghearrchúrsa nua OSPS na Sraithe Sóisearaí a theagasc;
- chun riachtanas straitéisí oideachais agus coiscthe na nGnásanna Frithbhulaíochta Bunscoile agus Iar-bhunscoile, a foilsíodh i mí Mheán Fómhair 2013, a chomhlíonadh;
- chun daoine óga a spreagadh le teicneolaíocht a úsáid ar bhealach dearfach agus níos sábháilte;
- chun cur ar chumas daoine óga a bheith chun tosaigh agus aghaidh a thabhairt ar shaincheist na bulaíochta ina dtimpeallacht áitiúil trí fheachtais feasachta a reáchtáil amhail an feachtas a dtacaíonn an paca póstaer idirghníomhach leis, trí shuíomh gréasáin Bí Aireach faoi do Spás agus tríd an bhfeachtas #Up2Us;
- chun daltaí a chur san áireamh agus forbairt á déanamh ar bheartas frithbhulaíochta na scoile agus ar a treoirlínte maidir le sábháilteacht idirlín agus ar a polasaí úsáide inghlactha (AUP) freisin.

TÚS EOLAIS AR AN GCIBEARBHULAÍOCHT AGUS AR AN ACMHAINN SEO

Treoirlínte maidir le dea-chleachtas

01. Cuirtear san áireamh sa phaca seo ábhar íogair a bhfuil oiliúint múinteoirí speisialaithe ag teastáil ina leith. Chuige sin, tá sé inmholta go bhfaigheann múinteoirí oiliúint sula dteagascann siad na ceachtanna seo. Ba cheart do mhúinteoirí atá ag freastal ar an oiliúint sin an cúrsa dhá lá um thús eolais ar OSPS a bheith curtha i gcrích acu roimhe seo freisin.

02. Mar thoradh ar chineál íogair an ábhair seo, is gá don mhúinteoir ullmhúchán a dhéanamh roimh gach ceacht.

03. Seiceáil conas atá daltaí ó thaobh mothúcháin de roimh gach ceacht agus ina dhiaidh. Tá sé tábhachtach go bhfuil múinteoirí eolach ar bheartas na scoile um chosaint leanaí agus go leanann siad na gnásanna go cúramach i gcásanna ina ndéanann daltaí nochtadh íogair sa rang OSPS.

04. Bíodh aithne mhaith agat ar do dhaltaí agus bí eolach ar aon fhadhbanna féideartha a d'fhéadfadh a bheith acu sula dteagascann tú gach ceacht.

05. Bí eolach ar na tacaí uile atá ar fáil duitse agus do na daltaí i do scoil. Tá sé tábhachtach a bheith an-eolach ar bheartas agus ar ghnásanna frithbhulaíochta na scoile sula dteagascann tú na ceachtanna sa phaca seo.

06. Tabhair eolas do do dhaltaí faoi na tacaí atá ar fáil dóibh agus leag béim ar conas is féidir teacht ar gach taca. Más gá, eagraigh seisiún réamheolais sula reáchtáiltear ceachtanna. D'fhéadfadh sé a bheith inmholta an liosta tacaí a chuirtear san áireamh in Aguisín 4 a dháileadh nó é a chrochadh ar chlár fógraí sa seomra ranga agus aird na daltaí a tharraingt ar an acmhainn seo.

07. Déan teagmháil leis an treoirchomhairleoir nó le teagascóir ranga sula dtugann tú faoin gclár seo.

08. Tá sé ríthábhachtach go bhfágann tú am le haghaidh mioncheistiú ag deireadh na gceachtanna. Is féidir go dtógfaidh na gníomhaíochtaí molta níos mó ama ná atá léirithe. Tá fáilte romhat gníomhaíochtaí a athrú agus a fhágáil ar lár chun a chinntiú go dtugann tú aghaidh ar shainriachtanais do ranga.

09. Pléigh ábhar na gceachtanna sin leis an bhfoireann OSPS ar do scoil. Is féidir nach bhfuair gach duine díobh oiliúint faoi conas na ceachtanna sin a sholáthar nó faoi conas OSPS a theagasc.

10. Cinntigh go bhfuil an príomhoide agus na tuismitheoirí eolach ar an gclár #Up2Us agus ar cén uair a theagascfar é sa scoil.

11. Leag bunrialacha síos maidir le hiompar sa seomra ranga agus le béasaíocht sula ndéanann tú iarracht tús eolais a thabhairt ar na hábhair íogaire a bpléitear leo sa chlár seo. Féach Aguisín 1 le haghaidh bunrialacha samplacha.

12. Tabhair am do do dhaltaí leibhéal na litearthachta mothúchánaí atá ag teastáil chun an t-ábhar ar fad a úsáid a fhorbairt. Moltar gan tús eolais a thabhairt ar an ábhar seo go dtí go bhfuil a scileanna litearthachta mothúchánaí forbartha ag daltaí i modúil amhail 'Cé Mise? A Bheith i m'Ógánach'.

13. Lean na treoirlínte maidir le cuairteanna scoile (féach Aguisín 5) má tá cuireadh le tabhairt do dhuine éigin chun labhairt faoi ábhar na bulaíochta. Is iomaí duine a labhraíonn faoin ábhar seo ach ní chomhlíonann gach duine acu caighdeáin na Roinne Oideachais agus Scileanna (DES).

Sainmhínithe ar bhulaíocht agus ar chibearbhulaíocht

Cé go bhfuil cibearbhulaíocht le feiceáil ó leathadh an idirlín, is le blianta beaga anuas a d'éirigh an pobal i gcoitinne eolach ar na hábhair imní atá i gcibearbhulaíocht do dhaoine óga agus do dhaoine fásta araon. I mí Mheán Fómhair 2013, thug an Roinn Oideachais agus Scileanna soiléiriú oifigiúil ar na sainmhínithe ar an mbulaíocht agus ar an gcibearbhulaíocht ina *Gnásanna Frithbhulaíochta Bunscoile agus Iar-Bhunscoile*. Ós rud é go mbíonn teicneolaíocht ag síorathrú, tá sé doiligh coinneáil ar an eolas faoi na forbairtí is déanaí. Mar sin féin, cuireann na gnásanna sin treoir ar fáil maidir le conas bulaíocht a aithint ar na suíomhanna líonraithe shóisialta a ghlacann roinnt mhaith dár gcuid ama agus mar thoradh orthu, tá sé ina cheanglas oifigiúil ar scoileanna aghaidh a thabhairt ar bhulaíocht, lena n-áirítear cibearbhulaíocht.

Is é an sainmhíniú a thugann an Roinn Oideachais agus Scileanna ar an mbulaíocht ná 'iompar diúltach neamhiarrtha, bíodh sé i bhfoirm iompar briathartha, síceolaíoch nó fisiciúil, a dhéanann duine aonair nó grúpa in aghaidh duine (nó daoine) eile, agus a dhéantar arís agus arís eile' (an Roinn Oideachais agus Scileanna, 2013: 5). Cé go n-admhaítear nach sainmhíniú uileghabhálach é, cuireann an Roinn Oideachais agus Scileanna béim go gcuirtear na teagmhais bhulaíochta seo a leanas san áireamh faoin sainmhíniú sin ar bhulaíocht:

- → duine a fhágáil as an áireamh d'aon ghnó;
- → gabháil do chúlchaint mhailíseach agus do chineálacha eile caidreamh bulaíochta;
- → cibearbhulaíocht;
- → bulaíocht bunaithe ar aitheantas, ar nós bulaíocht homafóbach, bulaíocht chiníoch, bulaíocht bunaithe ar bhallraíocht den Lucht Siúil agus bulaíocht ar dhuine faoi mhíchumas nó ar dhuine a bhfuil riachtanais speisialta oideachais aici/aige.

Ón sainmhíniú ar bhulaíocht thuas, is féidir a fheiceáil gur cineál bulaíochta í cibearbhulaíocht agus go léiríonn sí cuid mhaith de na patrúin, de na saintréithe agus de na modhanna céanna a léiríonn bulaíocht thraidisiúnta. Tarlaíonn sí nuair a dhéantar iompar bulaíochta trí úsáid a bhaint as teicneolaíochtaí faisnéise agus cumarsáide amhail ríomhphost, fóin phóca, teachtaireachtaí meandracha (IManna), suíomhanna gréasáin líonraithe shóisialta, aipeanna agus teicneolaíochtaí ar líne eile. Is ag éabhlóidiú i gcónaí atá an chibearbhulaíocht agus tá sé ag éirí níos deacra déileáil léi toisc go dtéann sí níos faide i gcéin ná teorainneacha traidisiúnta na timpeallachta scoile. Níl teagmháil duine le duine ag teastáil ón gcibearbhulaíocht agus, dá bhrí sin, is féidir léi tarlú am ar bith in aon áit ar bith. Tá cineálacha éagsúla cibearbhulaíochta i gceist, lena n-áirítear imeaglú pearsanta, léiriú carachtair, eisiamh, náiriú pearsanta agus tuairisciú bréagach.

Tugann an Roinn Oideachais agus Scileanna soiléiriú ar a gcuimsíonn an bhulaíocht agus na meáin shóisialta á n-úsáid: 'Féachfar ar theachtaireacht, íomhá nó ráiteas poiblí goilliúnach aon uaire ar shuíomh Gréasáin líonra poiblí nó ar fhóram poiblí eile ar féidir an teachtaireacht, an íomhá nó an ráiteas sin a fheiceáil air agus/nó a bheith athráite ag daoine eile mar iompar bulaíochta' (an Roinn Oideachais agus Scileanna 2013: 9). I gcodarsnacht leis sin, ní bhreithnítear le teagmhais aonraithe ná teagmhais aon uaire d'iompar diúltach d'aon turas, lena n-áirítear téacsteachtaireacht mhaslach nó goilliúnach aon uaire nó teachtaireachtaí príobháideacha nach féidir le daoine eile a fheiceáil ná a athrá, a chur san áireamh faoin sainmhíniú seo ar bhulaíocht.

D'ainneoin moltaí a rinne an Dr Geoffrey Shannon, rapóirtéir speisialta an Rialtais maidir le cosaint leanaí, gur cheart coir a dhéanamh den chibearbhulaíocht, ní hamhlaidh atá cúrsaí faoi láthair in Éirinn. Mar sin féin, d'fhéadfadh gur ionann teagmhais bhulaíochta agus ciapadh go minic, rud a choisctear go dleathach i scoileanna faoin reachtaíocht um chomhionannas. Is é is ciapadh ann ná aon fhoirm iompair neamhiarrtha a bhaineann le ceann ar bith de na naoi bhforas idirdhealaitheacha:

01. inscne, trasinscne san áireamh;
02. stádas sibhialta
03. stádas teaghlaigh;
04. claonadh gnéasach;
05. reiligiún
06. aois;
07. míchumas;
08. cine;
09. ballraíocht den Lucht Siúil.

TÚS EOLAIS AR AN GCIBEARBHULAÍOCHT AGUS AR AN ACMHAINN SEO

An cás in Éirinn

40%

Leanaí 9 mbliana d'aois a thuairiscigh go ndearnadh bulaíocht orthu

24.3%

Leanaí idir 10 mbliana d'aois agus 17 mbliana d'aois a ndearnadh bulaíocht orthu ar scoil uair amháin ar a laghad

27.3%

An ráta bulaíochta in Éirinn

4%

Leanaí idir 9 mbliana d'aois agus 16 bliana d'aois a d'fhulaing bulaíocht ar líne

13.9%

Leanaí idir 12 bhliain d'aois agus 16 bliana d'aois a ndearnadh bulaíocht orthu in 2012

Léirítear sa staidéar *Growing Up in Ireland (Ag Fás Aníos in Éirinn)* gur thuairiscigh 40 faoin gcéad de leanaí naoi mbliana d'aois go ndearnadh bulaíocht orthu sa bhliain roimhe sin. Cé gur fhulaing buachaillí agus cailíní rátaí cosúla íospartha, d'fhulaing siad cineálacha difriúla bulaíochta. Ba mhó seans gur tháinig buachaillí ar bhulaíocht bhriathartha agus fhisiciúil agus gur fhulaing cailíní bulaíocht bhriathartha agus gur fágadh ar lár iad. Maidir le leanaí níos sine agus le déagóirí, thuairiscigh 24.3 faoin gcéad díobh siúd idir 10 mbliana d'aois agus 17 mbliana d'aois i staidéar in 2010 go ndearnadh bulaíocht orthu ar scoil uair amháin ar a laghad (Kelly et al. 2012).

I gcomparáid idirnáisiúnta ar fud 39 tír agus réigiún, ba é 29.2 faoin gcéad an meánchéatadán de leanaí 11 bhliain d'aois, 13 bliana d'aois agus 15 bliana d'aois a thuairiscigh go ndearnadh bulaíocht orthu ar scoil uair amháin ar a laghad le cúpla mí anuas. Sa staidéar sin, bhí an ráta bulaíochta in Éirinn beagáinín faoin meán ag 27.3 faoin gcéad (an Roinn Leanaí agus Gnóthaí Óige, 2012).

Maidir leis an gcibearbhulaíocht, léiríodh sa staidéar Éireannach le haghaidh Pháistí an AE ar Líne gur fhulaingt 4 faoin gcéad de leanaí idir naoi mbliana d'aois agus 16 bliana d'aois in Éirinn an chibearbhulaíocht i gcomparáid le meán 6 faoin gcéad an AE. Cé gur aimsíodh nach ndearnadh bulaíocht ar fhormhór mór na leanaí ar an idirlíon, tugtar le fios i dtaighde níos déanaí a rinne an tOll. Mona O'Moore gur féidir go bhfuil an chibearbhulaíocht ag méadú. Ina staidéar ó 2012, tuairiscíodh go ndearnadh bulaíocht ar 13.9 faoin gcéad de leanaí idir 12 bhliain d'aois agus 16 bliana d'aois agus gur 'aimsíodh go raibh dalta amháin as gach cúigear páirteach inti mar chibearbhulaí, mar chibearíospartach, nó an dá cheann acu' [aistriúchán neamhoifigiúil] (O'Moore 2012: 1).

D'fhulaing déagóirí níos sine na leibhéil chibearbhulaíochta ba mhó: 9 faoin gcéad ar an idirlíon agus 10 faoin gcéad trí fhón póca. Is iad suíomhanna líonraithe shóisialta agus, go pointe níos lú, aipeanna teachtaireachtaí meandracha agus suíomhanna gréasáin cluichíochta, na príomhardáin le haghaidh foirmeacha bulaíochta ar líne.

Tá roinnt tosca síceolaíocha ann a fhágann go bhfuil sé níos deacra déileáil leis an gcibearbhulaíocht ná leis an mbulaíocht thraidisiúnta as líne. Mar thoradh ar dhí-urchoilleadh, tá níos lú fadhbanna ag daoine óga páirt a ghlacadh inti ar líne toisc nach bhfeiceann siad na droch-iarmhairtí a bhaineann le hiompar bulaíochta go díreach. Is gnách nach mbraitheann daoine óga a chuireann teachtaireachtaí ar an idirlíon chomh freagrach as a gcuid gníomhartha ná focal ar líne agus a bhraithfidís ar shlí eile. Chomh maith leis sin, tá claonadh acu faisnéis níos dlúithe a nochtadh fúthu féin ar líne nuair atá siad i riocht féinfheasachta príobháidí níos airde, rud a fhaigheann siad agus iad ar líne. Déantar an tsaincheist seo níos deacra toisc go mbíonn an ghlúin seo daoine óga ag déileáil le méid cumarsáide ollmhór nach ngabhann tuin ghutha ná comharthaíocht choirp leo – imríonn an dá rud seo ról tábhachtach maidir leis an dóigh a mbainimid ciall as teachtaireachtaí.

Gné eile den idirlíon a fhéadann iarmhairtí ar leith a bheith aici i leith cibearbhulaíochta is ea neamhainmníocht. Ós rud é go bhfuil siad ábalta gníomhú agus cumarsáid a dhéanamh gan ainm, baintear roinnt de na constaicí a chuirfeadh cosc ar leanaí páirt a ghlacadh sna cásanna sin ar shlí eile. Laghdaíonn sé an eagla a bhíonn ar bhulaithe roimh dhroch-iarmhairtí agus méadaíonn sé an fad síceolaíoch idir iad agus a gcuid gníomhartha. I móramh na gcásanna, bíonn aithne ag na cibearbhulaithe ar na daoine a bhfuil siad ag díriú orthu, ach ní i gcónaí a bhíonn a fhios acu siúd cé hiad na cibearbhulaithe. Is féidir le leanaí agus le daoine óga a bheith amhrasach faoina bpiaraí uile agus coimhthithe uathu mar thoradh air sin.

Mar thoradh ar chineál na meán digiteach, táimid ceangailte leis na billiúin duine agus is féidir an t-ábhar sin a chomhroinnt leo go léir ar an toirt. Ciallaíonn sé sin gur féidir le nithe dul ó smacht go mear ar líne, rud as a dtagann cibearmhabáil. Féadann sé sin bheith treascrach do dhaoine aonair a fhaigheann nótaí tráchta diúltacha agus féadann sé bheith dochrach fiú nuair a scaiptear ábhar treampánach fúthu.

Mar fhocal scoir, is deacra déileáil leis an gcibearbhulaíocht ná an bhulaíocht thraidisiúnta as líne mar nach bhfuil an t-idirdhealú idir féachadóirí agus rannpháirtithe gníomhacha chomh soiléir i gcomhthéacs na bulaíochta ar líne. Tagraíonn neamhghníomh an tslua do theagmhais nuair nach gcabhraítear le duine aonair a bhfuil cúnamh ag teastáil uaidh mar go nglactar leis go gcabhróidh duine eile leis. Is minic a bhíonn freagracht ar dhaoine eile de bhreis ar an duine a dhéanann ábhar dochrach a chruthú agus a phostáil ar líne. Is féidir a mheas freisin gur iompar bulaíochta atá in ábhar a roinnt nó trácht a dhéanamh ar ábhar ar shuíomhanna gréasáin líonraithe shóisialta, nó i bhfoinsí ábhair ar líne atá beartaithe chun daoine aonair a uirisliú nó díobháil a dhéanamh dóibh a úsáid nó a leanúint.

TÚS EOLAIS AR AN GCIBEARBHULAÍOCHT AGUS AR AN ACMHAINN SEO

Cibearbhulaíocht i scoileanna

Cé go mbíonn ról mór ag tosca baile chun cosc a chur ar an mbulaíocht, is ríthábhachtach é ról na scoile maidir le hobair choisctheach agus níor cheart é seo a ligean i ndearmad. Is gá go mbaintear timpeallacht foghlama shábháilte amach i gcomhair scoileanna chun an t-eispéireas oideachais is fearr is féidir a chur ar fáil do dhaltaí. Déanann iompar bulaíochta an timpeallacht shábháilte sin a chur i mbaol agus an bonn a bhaint di. Nuair atá sí i láthair, féadann bulaíocht tionchar gearrthéarmach agus fadtéarmach a bheith aici ar fholláine fhisiceach agus mheabhrach na ndaltaí, ar chaidreamh gníomhach na ndaltaí le scoil, ar fhéinmhuinín na ndaltaí agus ar an gcumas chun uaillmhianta nó spéiseanna a shaothrú.

I scoileanna, rinneadh bearta cheana féin ag leibhéal na scoile iomláine chun a chinntiú go dtugtar treoir dhíreach don tsaincheist agus go n-éascaítear í, agus go bhfuil comhtháthú ann ar fud ábhair scoile trí bheartais agus straitéisí oideachais éifeachtacha a chur chun feidhme. Ó tugadh an tAcht Oideachais (Leas), 2000, isteach, ceanglaítear ar gach scoil cód iompair a bheith i bhfeidhm acu. De réir an Achta agus na dtreoirlínte a d'eisigh an Bord Náisiúnta um Leas Oideachais, ceanglaítear ar gach scoil beartas frithbhulaíochta a bheith acu laistigh de chreat a gcóid iompair iomláin.

Ó forbraíodh Líonra Leathanbhanda na Scoileanna, cuireadh scagaire láraithe ábhair chun feidhme. Tugann an tseirbhís sin an deis do mhúinteoirí leas a bhaint as cumhacht an idirlín le haghaidh teagaisc agus foghlama gan an baol go nochtfar a ndaltaí d'ábhar míchuí. Is féidir an córas scagtha sin a úsáid freisin chun cosc a chur ar na suíomhanna líonraithe shóisialta, ar a mbíonn formhór na dteagmhas cibearbhulaíochta. Ní mór do gach scoil polasaithe úsáide inghlactha a bheith acu a ndéantar athbhreithniú agus monatóireacht rialta orthu agus a comhaontaíodh le tuismitheoirí, le baill foirne agus le daltaí.

Tugann na beartais sin aghaidh ar gach ceart, pribhléid, freagracht agus smachtbhanna a bhaineann leis an idirlíon i scoileanna. Sainaithníonn an polasaí úsáide inghlactha straitéis na scoile maidir le húsáid shábháilte an idirlín a chur chun cinn, agus sainíonn sé na paraiméadair iompair agus sonraíonn sé iarmhairtí shárú na bparaiméadar sin.

Tá cuir chuige oideachais fhoirmiúla chun déileáil le cibearbhulaíocht dea-bhunaithe sa churaclam in Éirinn. Déileálann an curaclam OSPS ag an leibhéal bunscoile agus iar-bhunscoile le saincheisteanna sábháilteachta pearsanta, bulaíocht san áireamh, a théann i bhfeidhm ar dhaoine óga de réir mar a bhíonn siad ag gníomhú sa domhan mór. Chomh maith leis sin, déileálann sé le saincheisteanna a bhaineann le cumarsáid bhéasach, le grúpdhinimic agus le freagracht phearsanta trí na modúil a bhaineann le muintearas agus le comhtháthú. Cuirtear béim ar chosaint agus ar chumasú araon. Cuireann Oideachas Saoránach Sóisialta Polaitiúil (OSSP) scóip ar fáil chun saincheisteanna príobháideachais agus cearta agus freagrachtaí ar líne a iniúchadh ag leibhéal iar-bhunscoile.

Tagann na *Gnásanna Frithbhulaíochta Bunscoile agus Iar-bhunscoile* a foilsíodh i mí Mheán Fómhair 2013 in áit na *dTreoirlínte ar Iompar Bulaíochta a Chosc i mBunscoileanna agus in Iarbhunscoileanna* a foilsíodh i 1993. Tá sé mar chuspóir ag gnásanna 2013 treo agus treoir a thabhairt d'údaráis agus do phearsanra scoile chun iompar bulaíochta scoilbhunaithe i measc a daltaí a chosc agus dul i ngleic leis agus chun déileáil le haon tionchar diúltach laistigh den scoil a thagann as iompar bulaíochta a tharlaíonn in áit eile. Ní mór do gach bord bainistíochta beartas frithbhulaíochta a chomhlíonann ceanglais na ngnásanna sin go huile a ghlacadh agus a chur chun feidhme go foirmeálta.

Ceanglaíonn na gnásanna ar gach scoil tiomnú d'eochairphrionsabail dea-chleachtais chun bulaíocht a chosc agus chun dul i ngleic léi ina mbeartas frithbhulaíochta. Is iad seo na heochairphrionsabail sin:

- → cultúr agus atmaisféar dearfach scoile a chruthú;
- → ceannaireacht éifeachtach;
- → cur chuige ar fud na scoile;
- → tuiscint chomhroinnte ar a bhfuil i gceist le bulaíocht agus ar a tionchar;
- → straitéisí oideachais agus coisc a chur chun feidhme (lena n-áirítear bearta múscailte feasachta);
- → maoirseacht agus monatóireacht éifeachtach ar dhaltaí;
- → tacaí le haghaidh baill foirne;
- → taifeadadh, imscrúdú agus iar-mheasúnú comhsheasmhach ar iompar bulaíochta (lena n-áirítear úsáid a bhaint as straitéisí idirghabhála bunaithe);
- → measúnú leanúnach ar a éifeachtaí atá an beartas frithbhulaíochta.

Cuireann na gnásanna chun cinn an tábhacht a bhaineann le cur chuige ar fud na scoile, ina bhfuil ról le himirt ag tuismitheoirí agus daltaí, chomh maith le múinteoirí agus lucht bainistíochta na scoile, in iompar bulaíochta a chosc agus in aghaidh a thabhairt air. Mar chuid dá mbeartas frithbhulaíochta, ní mór do scoileanna na straitéisí oideachais agus coisc atá á gcur chun feidhme a thaifeadadh i ndoiciméad. Ní mór do na straitéisí sin déileáil go follasach le saincheisteanna na cibearbhulaíochta agus na bulaíochta bunaithe ar aitheantas, lena n-áirítear bulaíocht homafóbach agus thrasfóbach go háirithe.

'Déanann iompar bulaíochta timpeallacht shábháilte na scoile a chur i mbaol agus an bonn a bhaint di. Nuair atá sí i láthair, féadann bulaíocht tionchar gearrthéarmach agus fadtéarmach a bheith aici ar fholláine fhisiceach agus mheabhrach na ndaltaí, ar chaidreamh gníomhach na ndaltaí le scoil, ar fhéinmhuinín na ndaltaí agus ar an gcumas chun uaillmhianta nó spéiseanna a shaothrú.'

MAPÁIL CURACLAIM

Is é aidhm an phaca acmhainní seo ná daltaí a chumhachtú chun dul i mbun gnímh in aghaidh na cibearbhulaíochta trína ngníomhartha agus trína n-iompar dearfach féin agus trí chabhrú le timpeallacht frith-chibearbhulaíochta a chruthú ar leibhéal scoile.

Torthaí Foghlama

01. Beidh ionbhá ag daltaí leo siúd a d'fhulaing bulaíocht agus déanfaidh siad machnamh ar conas atá bulaíocht ar líne difriúil le foirmeacha eile bulaíochta.

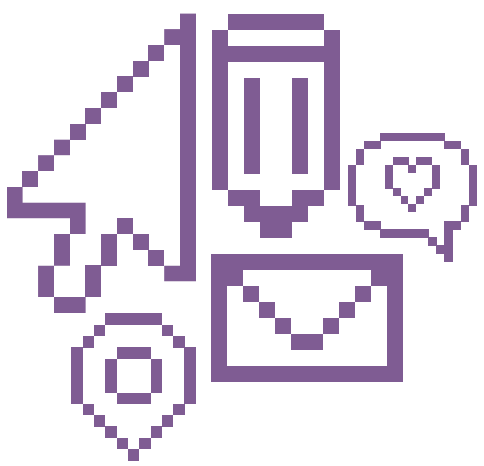
02. Beidh daltaí níos freagraí maidir leis an mbulaíocht ar líne a fheiceann siad a thuairisciú.

03. Déanfaidh daltaí athrú chun dáta ar bheartas frithbhulaíochta agus ar pholasaí úsáide inghlactha idirlín na scoile, agus aird á tabhairt ar thorthaí an chúrsa seo.

04. Beidh daltaí i mbun feachtas frith-chibearbhulaíochta ar fud na scoile chun timpeallacht níos uileghabhálaí a chothú.

Pobal

Múinteoirí agus daltaí OSPS na Sraithe Sóisearaí



Cur Síos

Beartaíodh an tacar seo de dheich bplean ceachta le go n-úsáidfeadh múinteoirí agus scoileanna ar mian leo aghaidh a thabhairt ar shaincheist na bulaíochta ina hiomláine iad, agus aird ar leith ar shaincheist na cibearbhulaíochta. Tabharfaidh na ceachtanna cumhacht do dhaltaí beart a dhéanamh in aghaidh na cibearbhulaíochta trí ghníomhartha dearfacha agus cruthaitheacha.

Féachann an acmhainn seo le teagmháil a dhéanamh le daltaí faoi chibearbhulaíocht trí úsáid a bhaint as modheolaíocht ghníomhach agus tharraingteach agus as faisnéis atá cothrom chun dáta agus ábhartha.

Dearadh an modúl seo le go gcomhlíonann sé na torthaí foghlama do rannóg frithbhulaíochta ghearrchúrsa OSPS na Sraithe Sóisearaí de chuid na Comhairle Náisiúnta Curaclaim agus Measúnachta. Ba cheart go dtáirgfeadh na gníomhaíochtaí arna bhforbairt an iomad déantán a bhféadfadh daltaí úsáid a bhaint astu ina bpunann mheasúnaithe shuimithigh. Ina theannta sin, tagraíonn an acmhainn seo do roinnt mhaith torthaí foghlama eile ar fud snáitheanna eile, lena n-áirítear:

- → Cumarsáid bhéasach;
- → Mo chearta agus cearta daoine eile;
- → Conas a fhéachaim orm féin;
- → Déileáil le tréimhsí deacra.

D'fhéadfaí an cúrsa a oiriúnú go héasca le haghaidh modúil le daltaí na Sraithe Sinsearaí nó lena úsáid mar chuid de thionscnaimh scoile iomláine in aghaidh cibearbhulaíochta, agus go háirithe mar thionscnamh oideachais mar chuid de chur chun feidhme na ngnásanna frithbhulaíochta do scoileanna ar scoil.

Ráitis foghlama

Ráiteas	Samplaí d'fhoghlaim ábhartha sa chúrsa
Déanann an dalta beart lena f(h)olláine féin agus le folláine daoine eile a chosaint agus a chur chun cinn. RF11	Déanann daltaí machnamh ar a luachanna, ar a ndearcthaí agus ar a n-iompar agus ar an tionchar a bhíonn acu siúd ar a sláinte agus ar a bhfolláine féin agus ar shláinte agus ar fholláine daoine eile.
Tá feasacht ag an dalta ar luachanna pearsanta agus tuiscint ar an bpróiseas cinnteoireachta ar bhonn morálta. RF5	Glacann daltaí páirt i raon gníomhaíochtaí a chuireann iompar freagrach chun cinn agus a chabhraíonn leo scileanna a fhorbairt chun cinntí pearsanta agus grúpa a dhéanamh a thugann ómós dá ndínit féin agus do dhínit daoine eile.
Tuigeann an dalta agus tá meas aige/aici ar conas a chuir luachanna, creidimh agus traidisiúin éagsúla leis na pobail agus leis an gcultúr ina gcónaíonn sé/sí. RF6	Trí mhachnamh, trí phlé agus trí pháirt a ghlacadh i raon gníomhaíochtaí foghlama, tá deiseanna ag daltaí tuilleadh ionbhá a bheith acu le daoine eile.

Litearthacht agus uimhearthacht

Sa chúrsa seo, forbraíonn daltaí a scileanna litearthachta de réir mar a ghlacann siad páirt in obair i ngrúpaí, in imirt ról, in iniúchadh cásanna, i gcás-staidéir agus i machnamh. Teastaíonn scileanna litearthacht béil uathu sin go léir. Forbraíonn siad a scileanna litearthacht scríofa, go háirithe agus an phunann oibre agus na tascanna measúnaithe á dtáirgeadh acu. Feabhsaíonn siad a litearthacht léitheoireachta de réir mar a fhoghlaimíonn siad le taighde a dhéanamh ar fhoinsí éagsúla i gcomhair faisnéis sláinte agus folláine agus i gcomhair comhairle athraithe chun dáta faoi shaincheisteanna sábháilteachta idirlín freisin.

Sa chúrsa seo, forbraíonn daltaí a scileanna uimhearthachta de réir mar a chruinníonn siad faisnéis trí cheistneoirí, trí shuirbhéanna agus trí thaifid phearsanta agus de réir mar a chuireann siad na torthaí i láthair i bhformáid ghrafach do phobail éagsúla. Chomh maith leis sin, foghlaimíonn siad le faisnéis a chuirtear i láthair i bhfoirm ghrafach a léirmhíniú. Foghlaimíonn daltaí le patrúin a aithint i bhfaisnéis fhíorasach agus foghlaimíonn siad le fadhbanna a réiteach.

MAPÁIL CURACLAIM

Mapáil OSPS

Ábhar ceachta	Snáithe agus toradh foghlama	Modheolaíocht	Eochairscileanna
01. Bulaíocht: an tionchar	**Snáithe 3: Frithbhulaíocht:** Déan measúnú ar na dóigheanna ina ndéanaimid daoine eile a chur san áireamh agus a eisiamh agus ar an tionchar a bhíonn aige sin. **Torthaí foghlama breise:** **Snáithe 1:** Conas a fhéachaim orm féin agus ar dhaoine eile. Pléigh raon tionchar ar a bhféinmheas agus ar a bhféiníomhá. **Snáithe 4:** Meabhairshláinte agus folláine. Mínigh na naisc idir smaointe, mothúcháin agus iompar.	Anailís ar fhíseán Grafadh Obair i mbeirteanna/ plé ranga uile Clár taispeána/ cruthú póstaer	Dul i mbun cumarsáide Obair le daoine eile Eolas agus smaointeoireacht a bhainistiú Uimhearthacht
02. Príobháideach agus gan ainm	**Snáithe 3: Frithbhulaíocht:** Déan measúnú ar na dóigheanna ina ndéanaimid daoine eile a chur san áireamh agus a eisiamh agus ar an tionchar a bhíonn aige sin. **Torthaí foghlama breise:** **Snáithe 2:** Cumarsáid bhéasach. Déan idirdhealú idir cumarsáid fhulangach, cumarsáid threallúsach agus cumarsáid ionsaitheach. **Snáithe 1:** Mo chearta agus cearta daoine eile. Déan díospóireacht ar shaincheisteanna faoina gcearta pearsanta agus sóisialta, lena n-áirítear an ceart chun mothú sábháilte, mar a bhaineann siad leo féin agus le daoine eile.	Díospóireacht ar cois Gníomhaíocht ionsamhlúcháin Machnamh pearsanta/ scríofa	Mé féin a bhainistiú Fanacht folláin Dul i mbun cumarsáide Obair le daoine eile Eolas agus smaointeoireacht a bhainistiú
03. Rudaí a thaitníonn leat / rudaí nach dtaitníonn leat	**Snáithe 3: Frithbhulaíocht:** Forbair treoirlínte chun timpeallacht uileghabhálach a chur chun cinn agus freagairtí comhchoiteanna do bhulaíocht; scrúdaigh ról na rannpháirtithe agus na bhféachadóirí i dteagmhais bhulaíochta. **Torthaí foghlama breise:** **Snáithe 4:** Déileáil le tréimhsí deacra. Leag béim ar straitéisí chun déileáil le dúshláin an tsaoil. **Snáithe 1:** Mo chearta agus cearta daoine eile. Pléigh an tábhacht a bhaineann le hiompar measúil agus uileghabhálach chun timpeallacht atá saor ó chlaonadh agus ó idirdhealú a chur chun cinn.	Anailís ar chásanna Ransú smaointe grúpaí Vótáil	Mé féin a bhainistiú Fanacht folláin Dul i mbun cumarsáide Bheith cruthaitheach Obair le daoine eile Eolas agus smaointeoireacht a bhainistiú Litearthacht

Ábhar ceachta	Snáithe agus toradh foghlama	Modheolaíocht	Eochairscileanna
04. Cé atá Páirteach?	**Snáithe 3: Frithbhulaíocht:** Scrúdaigh ról na rannpháirtithe agus na bhféachadóirí i dteagmhais bhulaíochta. **Torthaí foghlama breise:** **Snáithe 1:** Mo chearta agus cearta daoine eile. Déan díospóireacht ar shaincheisteanna faoina gcearta pearsanta agus sóisialta, lena n-áirítear an ceart chun mothú sábháilte, mar a bhaineann siad leo féin agus le daoine eile; pléigh an tábhacht a bhaineann le hiompar measúil agus uileghabhálach chun timpeallacht atá saor ó chlaonadh agus ó idirdhealú a chur chun cinn.	Anailís ar fhíseán Grafadh Obair i mbeirteanna/plé ranga uile Clár taispeána/ cruthú póstaer	Dul i mbun cumarsáide Obair le daoine eile Eolas agus smaointeoireacht a bhainistiú Mé féin a bhainistiú Fanacht folláin Bheith cruthaitheach Litearthacht
05. Tuairisciú: #Up2Us	**Snáithe 3: Frithbhulaíocht:** Scrúdaigh ról na rannpháirtithe agus na bhféachadóirí i dteagmhais bhulaíochta; forbair treoirlínte chun timpeallacht uileghabhálach a chur chun cinn agus freagairtí comhchoiteanna do bhulaíocht. **Torthaí foghlama breise:** **Snáithe 4:** Déileáil le tréimhsí deacra. Forbair scileanna lorgtha cúnaimh, lena n-áirítear eolas faoi na seirbhísí agus na tacaí meabhairshláinte atá ar fáil ag an leibhéal áitiúil, réigiúnach agus náisiúnta. **Snáithe 1:** Cé mise? Cuir scileanna cinnteoireachta i bhfeidhm i gcásanna éagsúla.	Anailís ar líonraí sóisialta Obair i mbeirteanna Taighde ar líne Liosta scríofa a chur le chéile	Fanacht folláin Obair le daoine eile Eolas agus smaointeoireacht a bhainistiú Bheith cruthaitheach Litearthacht
06. Buntáistí agus míbhuntáistí an idirlín	**Snáithe 3: Frithbhulaíocht:** Pléigh beartas frithbhulaíochta agus treoirlínte maidir le sábháilteacht idirlín na scoile i dtaca lena n-impleachtaí i leith a n-iompair agus a sábháilteachta pearsanta féin; forbair treoirlínte chun timpeallacht uileghabhálach a chur chun cinn.	Suirbhé Torthaí a chóimheas Colláis Aiseolas don ghrúpa	Fanacht folláin Dul i mbun cumarsáide Bheith cruthaitheach Obair le daoine eile Eolas agus smaointeoireacht a bhainistiú Uimhearthacht

MAPÁIL CURACLAIM

Ábhar ceachta	Snáithe agus toradh foghlama	Modheolaíocht	Eochairscileanna
07. Na rialacha a athscríobh	**Snáithe 3: Frithbhulaíocht:** Pléigh beartas frithbhulaíochta agus treoirlínte maidir le sábháilteacht idirlín na scoile i dtaca lena n-impleachtaí i leith a n-iompair agus a sábháilteachta pearsanta féin; forbair treoirlínte chun timpeallacht uileghabhálach a chur chun cinn.	Láithreoireacht Ransú smaointe Anailís ar théacs i mbeirteanna Obair i ngrúpaí chun rialacha a cheapadh	Dul i mbun cumarsáide Fanacht folláin Bheith cruthaitheach Obair le daoine eile Eolas agus smaointeoireacht a bhainistiú Litearthacht Uimhearthacht
08. Frithbhulaíocht a léiriú	**Snáithe 3: Frithbhulaíocht:** Forbair treoirlínte chun timpeallacht uileghabhálach a chur chun cinn.	Obair léarscáile agus grafadh Obair i mbeirteanna Láithreoireacht	Mé féin a bhainistiú Fanacht folláin Dul i mbun cumarsáide Bheith cruthaitheach Obair le daoine eile Eolas agus smaointeoireacht a bhainistiú Litearthacht
09. Seasamh a ghlacadh in aghaidh na cibearbhulaíochta (Cuid 1)	**Snáithe 3: Frithbhulaíocht:** Forbair treoirlínte chun freagairtí comhchoiteanna do bhulaíocht a chur chun cinn. **Torthaí foghlama breise: Snáithe 4:** Déileáil le tréimhsí deacra. Leag béim ar straitéisí chun déileáil le dúshláin an tsaoil.	Láithreoireacht Grúp-dhíospóireacht Vótáil Obair i ngrúpaí Taighde idirlín	Fanacht folláin Dul i mbun cumarsáide Bheith cruthaitheach Obair le daoine eile Eolas agus smaointeoireacht a bhainistiú
10. Seasamh a ghlacadh in aghaidh na cibearbhulaíochta (Cuid 2)	**Snáithe 3: Frithbhulaíocht:** Forbair treoirlínte chun freagairtí comhchoiteanna do bhulaíocht a chur chun cinn. **Torthaí foghlama breise: Snáithe 4:** Déileáil le tréimhsí deacra. Leag béim ar straitéisí chun déileáil le dúshláin an tsaoil.	Measúnú/scóráil déantán Plé ranga	Fanacht folláin Dul i mbun cumarsáide Bheith cruthaitheach Obair le daoine eile Eolas agus smaointeoireacht a bhainistiú

MEASÚNÚ

Déantar measúnú ar dhul chun cinn na ndaltaí in OSPS trí mhodh measúnaithe mhúnlaithigh agus trí mhodh measúnaithe shuimithigh araon. Cé nach gá gach toradh foghlama a mheasúnú, cuireann gach toradh foghlama deis ar fáil le haghaidh measúnú múnlaitheach. Is ann do roinnt torthaí foghlama a chuireann deiseanna ar fáil le haghaidh measúnú suimitheach. Tá sé beartaithe go gcuirfidh daltaí fianaise ar a bhfoghlaim ar fáil ar bhealaí éagsúla, lena n-áirítear láithreoireachtaí béil, obair ealaíne, na meáin dhigiteacha agus píosaí scríofa. Comhpháirt bhunriachtanach den fhoghlaim sa chúrsa seo is ea rannpháirtíocht ghníomhach an dalta in obair i ngrúpaí agus i dtionscadail atá bunaithe ar an rang.

Measúnú múnlaitheach

Mar chuid den chlár frithbhulaíochta seo, cuirtear mórán deiseanna ar fáil do dhaltaí chun machnamh a dhéanamh ar a bhfoghlaim agus chun cuspóirí agus spriocanna soiléire a shocrú, bunaithe ar an aiseolas dírithe a fhaigheann siad. Nuair a ghlacann daltaí páirt i ngníomhaíochtaí amhail cás-staidéir a anailísiú, teachtaireachtaí agus acmhainní frithbhulaíochta a chruthú agus tascanna measúnaithe piaraí, is féidir leo an áit a bhfuil siad sa phróiseas foghlama a shainaithint agus a gcéad chéimeanna eile a phleanáil. Cruthaíonn agus bainistíonn daltaí punann oibre, a fhorbraíonn siad le himeacht ama. Ba cheart go mbeadh fianaise ar thascanna éagsúla measúnaithe san áireamh sa phunann sin. Is féidir go mbainfidh daltaí leas as fillteán a úsáid i gcomhair a bpunainne oibre le gur féidir leo na bileoga oibre, an obair ealaíne, na tionscadail agus na póstaeir go léir a bhailiú agus a choinneáil go héasca. Is féidir déantáin ó phunanna na ndaltaí a roghnú ag deireadh an chúrsa chun críocha measúnú suimitheach.

Measúnú suimitheach

In OSPS, tá deis ag daltaí a bhfoghlaim a thaispeáint ag deireadh gach snáithe freisin trí thascanna measúnaithe shuimithigh bunaithe ar thoradh foghlama amháin nó níos mó sa snáithe. Is féidir cinneadh a dhéanamh ar thascanna measúnaithe i gcomhairle leis na daltaí. Tiomsaíonn daltaí punann sárthaispeántais faoina bhfoghlaim in OSPS. Ina dhiaidh sin, roghnaíonn siad ceithre thasc measúnaithe chomhlánaithe (déantán agus machnamh) óna bpunann oibre a léiríonn foghlaim phearsanta shuntasach dá gcuid i dtrí shnáithe ar a laghad in OSPS. Leithdháiltear marcanna as an déantán (15 faoin gcéad) agus as an machnamh (10 faoin gcéad).

Molaimid trí thasc measúnaithe éagsúla is féidir a dhéanamh i gcomhar leis an gclár seo. Moltar do mhúinteoirí agus do dhaltaí a dtascanna measúnaithe féin a cheapadh freisin, bunaithe ar na ceachtanna a foghlaimíodh trí chur i gcrích an chláir seo. Aon tascanna measúnaithe molta nár cuireadh isteach i gcomhair na punainne sárthaispeántais, ba cheart iad a chur leis an bpunann oibre.

MEASÚNÚ

Tasc Measúnaithe Molta 1

Dear feachtas feasachta ar na nithe seo:

→ tionchar na bulaíochta

→ conas cibearbhulaíocht a aithint

→ conas cibearbhulaíocht a stopadh.

Torthaí foghlama gaolmhara:

→ Déan measúnú ar na dóigheanna ina ndéanaimid daoine eile a chur san áireamh agus a eisiamh agus ar an tionchar a bhíonn aige sin.

→ Forbair treoirlínte chun timpeallacht uileghabhálach a chur chun cinn agus freagairt chomhchoiteann do bhulaíocht.

Ba cheart go gcabhródh ceacht 1, ceacht 2, ceacht 9 agus ceacht 10 go háirithe le daltaí a ullmhú i gcomhair chur i gcrích an taisc seo.

Tasc Measúnaithe Molta 2

Dear bileog a chuireann comhairle ar fáil faoi na rudaí ba cheart a dhéanamh agus nár cheart a dhéanamh chun deireadh a chur leis an gcibearbhulaíocht.

Torthaí foghlama gaolmhara

→ Scrúdaigh ról na rannpháirtithe agus na bhféachadóirí sna teagmhais bhulaíochta.

→ Forbair treoirlínte chun timpeallacht uileghabhálach a chur chun cinn agus freagairt chomhchoiteann do bhulaíocht.

Ba cheart go gcabhródh ceacht 3, ceacht 4 agus ceacht 5 go háirithe le daltaí a ullmhú i gcomhair chur i gcrích an taisc seo.

Tasc Measúnaithe Molta 3

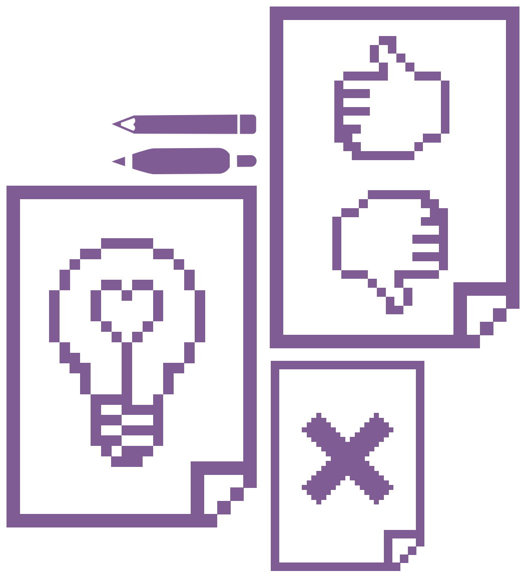
Tiomsaigh cairt ranga le haghaidh úsáid dhearfach an idirlín nó chun crios frith-chibearbhulaíochta a dhéanamh de do scoil.

Torthaí foghlama gaolmhara

→ Pléigh beartas frithbhulaíochta agus treoirlínte maidir le sábháilteacht idirlín na scoile i dtaca lena n-impleachtaí i leith a n-iompair agus a sábháilteachta pearsanta féin.

→ Forbair treoirlínte chun timpeallacht uileghabhálach a chur chun cinn agus freagairt chomhchoiteann do bhulaíocht.

Ba cheart go gcabhródh ceacht 6, ceacht 7 agus ceacht 8 go háirithe le daltaí a ullmhú i gcomhair chur i gcrích an taisc seo.



CLÁR SCOILEANNA NA NGARDAÍ

Réamhtheachtaí féideartha i gcomhair an chláir sin is ea iarraidh ar na Gardaí an chaint faoi Nasc le Meas a sholáthar mar chuid de Chlár Scoileanna na nGardaí. Cuireann sé sin faisnéis ar fáil do dhaoine óga maidir le sábháilteacht phearsanta agus le húsáid substaintí. Baintear é sin amach nuair a thugann na Gardaí cuairt ar an seomra ranga chun dul i mbun plé leis na daltaí. Tá Clár Scoileanna na nGardaí ina chuid chomhtháite den chlár OSPS.

Caint faoi Nasc le Meas

Tá sé mar aidhm ag an acmhainn Nasc le Meas cabhrú le daltaí in iar-bhunscoileanna tuiscint a fháil ar an tionchar is féidir leis an gcibearbhulaíocht a imirt ar dhaoine éagsúla agus a aithint gur do-ghlactha atá an chibearbhulaíocht. Tá sé mar aidhm aici an cineál seo iompair a chosc agus cur ar chumas daoine freagairt go héifeachtach air má tharlaíonn sé dóibh. Tá sé mar aidhm ag an gcaint seo dearcadh féachadóirí a athrú le go mbeidh sé níos dóichí go ndéanfaidh siad idirghabháil go dearfach agus go héifeachtach i gcásanna bulaíochta ar líne.

Is é croíphíosa an phaca seo ná an scannán *Let's Fight It Together*. Gearrscannán (seacht nóiméad) atá bunaithe ar dhearcadh ilchodach ar fhíor-imeachtaí atá curtha le chéile ag Childnet International is ea é. Insítear scéal an déagóra a éiríonn ina íospartach bulaíochta tríd an idirlíon agus trína fhón póca.

Comhtháthú curaclaim

Bíonn an éifeacht is mó ag clár OSPS nuair a roinntear an fhreagracht i measc tuismitheoirí, múinteoirí, leanaí agus daoine ábhartha den phobal, amhail an Garda Síochána. Tá an paca seo ceaptha le haghaidh úsáid na nGardaí agus iad ar cuairt ar dhaltaí na Sraithe Sóisearaí in iar-bhunscoileanna ar fud na tíre mar chuid den churaclam OSPS.

Tá sé mar aidhm ag an gceacht seo deiseanna a chur ar fáil le machnamh agus plé a dhéanamh ar na héifeachtaí a bhaineann leis an gcibearbhulaíocht agus le cur ar chumas daltaí cinnteoireacht fhreagrach a fhorbairt nuair a fheiceann siad í ag tarlú. Agus an ceacht seo críochnaithe acu, beidh na daltaí ábalta an méid seo a leanas a dhéanamh:

→ na dóigheanna éagsúla ar féidir cibearbhulaíocht a dhéanamh ar dhaoine ar scoil agus lasmuigh den scoil a shainaithint;

→ aird a tharraingt ar na héifeachtaí díobhálacha a bhíonn ag an gcibearbhulaíocht ar an duine aonair;

→ na hiarmhairtí a bhaineann leis an gcibearbhulaíocht a shainaithint;

→ gníomhú go sábháilte mar fhéachadóir chun cabhrú leis an gcibearbhulaíocht a chosc;

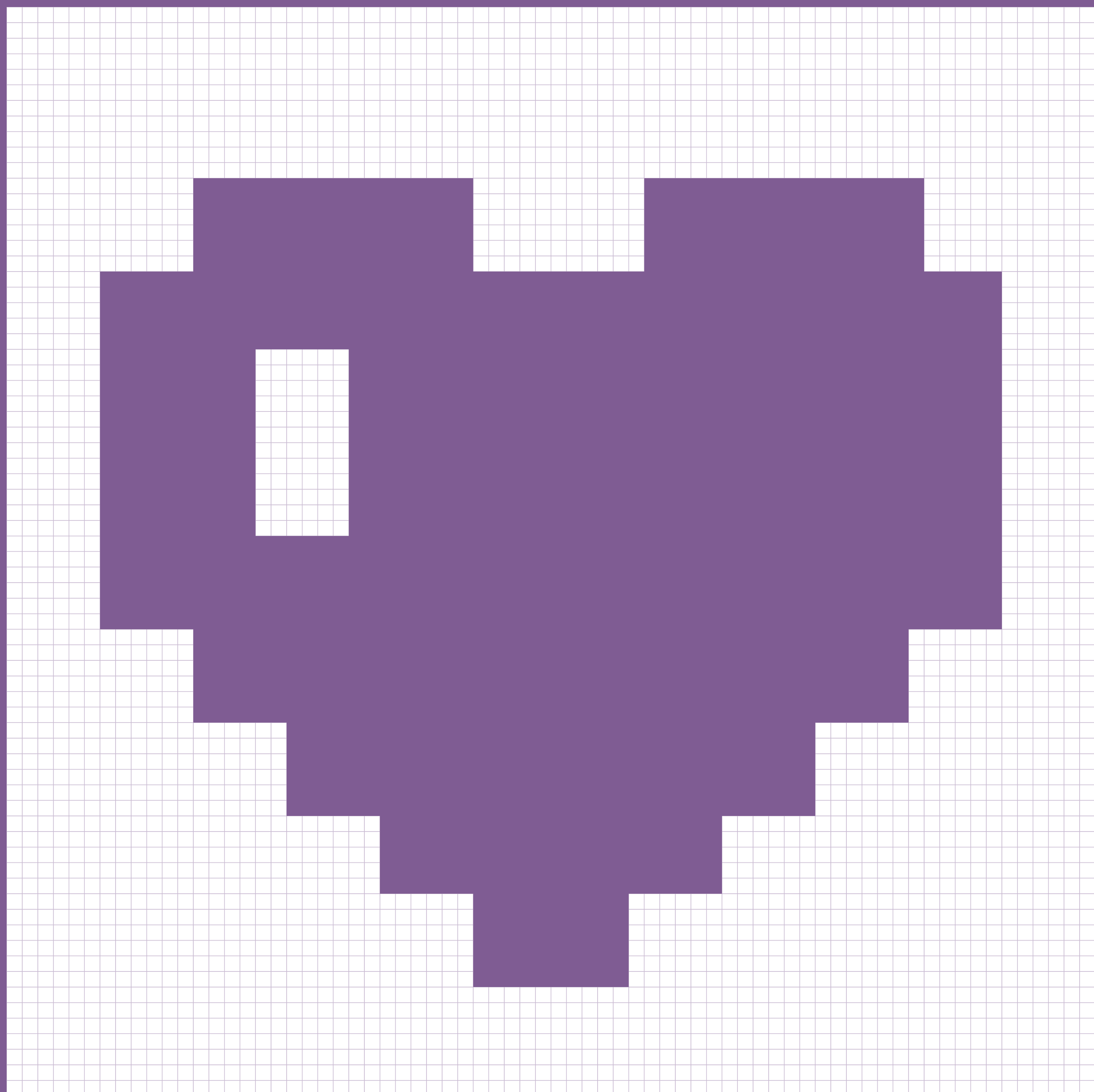
→ cabhair agus tacaíocht a lorg nuair a thagann siad ar an eolas faoi chibearbhulaíocht.

Teacht ar Chainteanna Scoileanna na nGardaí faoi Nasc le Meas

Chun eolas a fháil faoi conas teacht ar cheann de na cainteanna seo, déan teagmháil le stáisiún na nGardaí is gaire duit, nó le Clár Scoileanna na nGardaí, Caidreamh Pobail, Cearnóg Fhearchair, Baile Átha Cliath 2.

01 6663891
childrenandyouthaffairs@garda.ie

CEACHTANNA 1 - 10



CEACHT 1
BULAÍOCHT: AN TIONCHAR

Acmhainní

- Gearrthóg físe ón bhfíseán *Let's Fight it Together* a úsáidtear i gClár Scoileanna na nGardaí*
- Clár póstaer
- Uirlisí dathadóireachta
- Cóipeanna de Bhileog Oibre 1.1.

Modheolaíocht

- Anailís ar fhíseán
- Obair i mbeirteanna
- Plé ranga uile
- Grafadh
- Déanamh póstaer

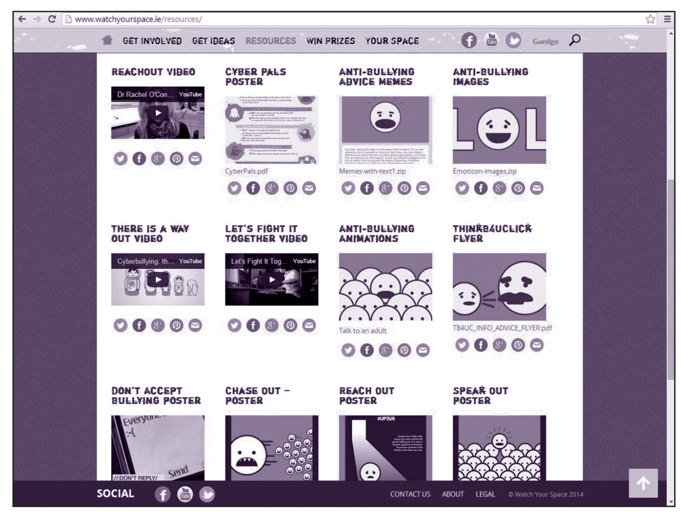
Torthaí Foghlama

- Beidh daltaí báúil le dhaoine atá páirteach i mbulaíocht.
- Beidh daltaí ábalta a mhíniú cén fáth agus cén dóigh a ndéanann daoine bulaíocht.
- Beidh daltaí feasach ar thionchar na bulaíochta.

*ar fáil ar líne ag http://digizen.org/resources/cyberbullying/films/uk/lfit-film.aspx nó an leagan téacs de Scéal Joe (féach Aguisín 3). Chomh maith leis sin, gheobhaidh tú gearrthóg físe agus raon acmhainní digiteacha eile a thacaíonn le soláthar an chúrsa seo ag www.webwise.ie/up2us.

Tabharfaidh an ceacht seo tús eolais do dhaltaí ar ábhar na bulaíochta agus ar ábhar na cibearbhulaíochta go háirithe. Tabharfaidh an ceacht deis do dhaltaí machnamh a dhéanamh ar fhadhb na bulaíochta, agus cabhróidh sé leo an tionchar a fhéadann a bheith ag an gcibearbhulaíocht a thuiscint.

D'fhéadfadh sé bheith inmholta cuireadh a thabhairt do na Gardaí teacht agus Clár Scoileanna na nGardaí 'Nasc le Meas' a sholáthar roimh an tacar seo ceachtanna a thosú. Tá sé mar aidhm ag Clár Scoileanna na nGardaí cabhrú le daltaí tuiscint a fháil ar an tionchar is féidir leis an gcibearbhulaíocht a imirt ar dhaoine éagsúla agus féachann sé le cur ar chumas daltaí freagairt go héifeachtach má thagann sí aníos. Tá an ceacht dírithe ar dhaltaí na Sraithe Sóisearaí agus is dea-phointe tosaigh é le saincheist na cibearbhulaíochta a scrúdú. Baineann Clár Scoileanna na nGardaí 'Nasc le Meas' leas as an bhfíseán céanna a úsáidtear sa cheacht seo. Más rud é gur labhair na Gardaí le daltaí cheana féin, d'fhéadfadh sé bheith ciallmhar roinnt den phlean ceachta ar leith seo a fhágáil ar lár.



www.watchyourspace.ie/resources

CEACHT 1
BULAÍOCHT: AN TIONCHAR

Gníomhaíocht 1: Tionchar na cibearbhulaíochta a bhreithniú trí úsáid a bhaint as anailís ar fhíseán

15 nóiméad

01. Iarr ar na daltaí go léir amharc ar an scannán *Let's Fight It Together*.

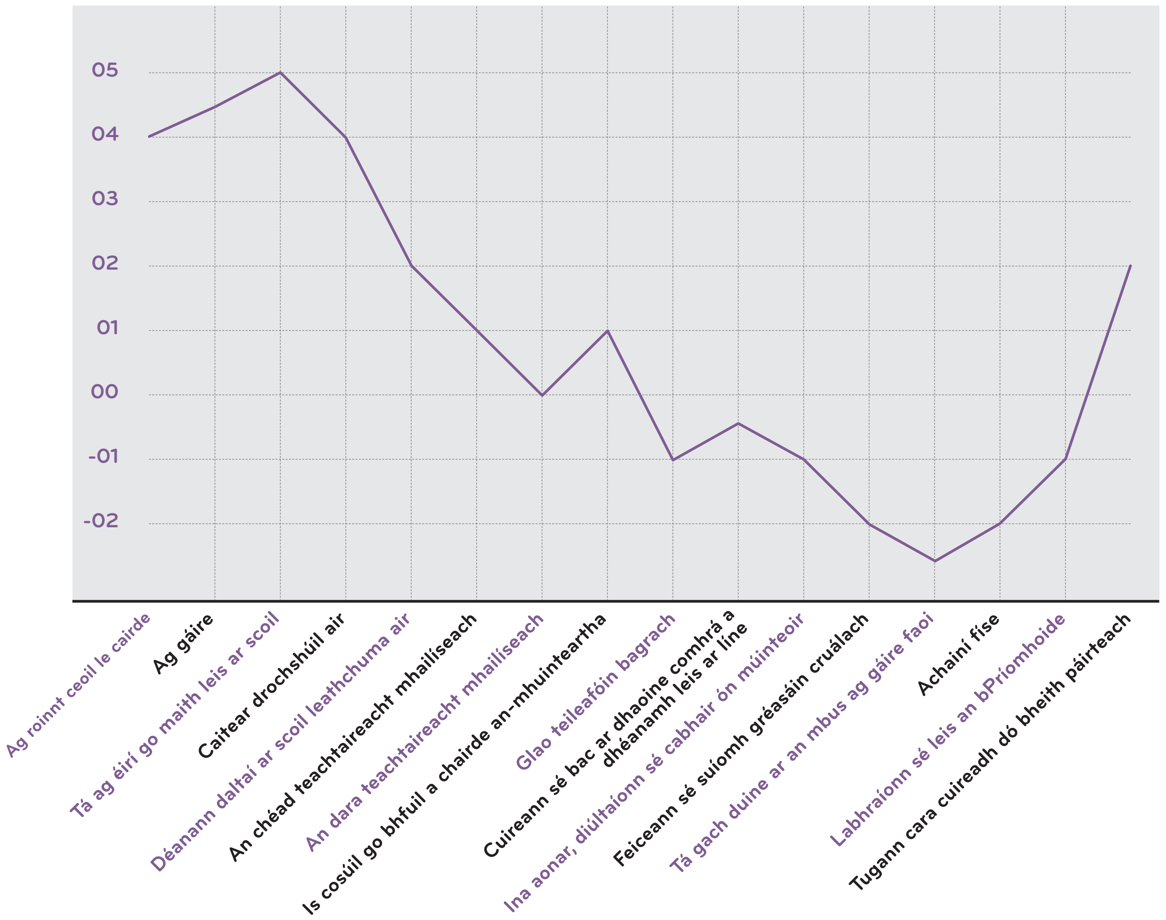
02. De réir mar a amharcann siad ar an scannán, ba cheart do na daltaí folláine mhothúchánach Joe a léiriú ar chairt (féach fíor 1.1), agus aird á tabhairt acu ar aon teagmhais shuntasacha a chuaigh i bhfeidhm ar a mhothúcháin agus ar a ghiúmar. Is féidir go mbeadh gá amharc ar an scannán arís le haghaidh na gníomhaíochta seo. Ba cheart an t-agallamh tosaigh a choinneáil amach as an gcairt agus, ina ionad sin, ba cheart an chairt a thosú nuair a thosaíonn an t-amhrán.

03. Agus a gcairteacha críochnaithe acu, ba cheart do na daltaí tionchar na bulaíochta a bhreithniú trí aiseolas ó bhéal a thabhairt ar an ngníomhaíocht agus trí na ceisteanna seo a leanas a fhreagairt:

? Conas a d'athraigh folláine Joe le linn an scannáin?

Freagra molta: D'athraigh Joe ó bheith ina dhuine sona a bhain taitneamh as am sosa lena chairde agus a bhí muiníneach agus é ag labhairt amach sa rang go duine a bhí an-bhrónach, cúlánta agus uaigneach. De réir mar a d'éirigh an bhulaíocht níos measa, go háirithe tar éis a cruthaíodh an suíomh gréasáin faoi Joe, ba chosúil go raibh dubhéadóchas air agus gur bhraith sé go raibh sé i staid gan dóchas, beagnach. Ag druidim le deireadh an scannáin, thosaigh biseach ag teacht ar a chuid folláine tar éis dá mháthair foghlaim faoin mbulaíocht agus cabhair a iarraidh ón scoil. Ag an deireadh, feictear Joe agus é ag miongháire agus ag gáire le cara arís.

Fíor 1.1



? Cad a chuaigh i bhfeidhm ar mhothúcháin Joe agus ar an ngiúmar a bhí air?

Freagra molta: Tá liosta anseo a leanas de na nithe agus de na himeachtaí a chuaigh i bhfeidhm ar mhothúcháin Joe agus ar an ngiúmar a bhí air:

- a bheith in ann gáire agus ceol a roinnt le cairde;
- go raibh ag éirí go maith leis sa rang;
- leathchuma a bheith á déanamh ag iarchairde air arís agus arís eile;
- a bheith ag fáil teachtaireachtaí mailíseacha agus glaonna bagracha teileafóin;
- go raibh sé ar shuíomh gréasáin bulaíochta;
- gach duine ar an mbus a bheith ag faireach ina dhiaidh;
- a bheith ag labhairt leis an bPríomhoide chun cabhair a fháil;
- nuair a fuair sé cuireadh ó chara chun bheith páirteach.

? An ndeachaigh an dóigh ar caitheadh le Joe i bhfeidhm ar dhuine ar bith eile?

Freagra molta:

- Tháinig imní ar a mháthair.
- Bhí an múinteoir buartha.
- Díríodh ar dhalta eile nuair a luadh ar an suíomh gréasáin bulaíochta é.
- Bhí imní ar dhaoine eile ach ní raibh a fhios acu cad a d'fhéadfaidís a dhéanamh.
- Bhí riail an tslua i réim i measc na leanaí ar an mbus.
- Bhí straidhn ar Kim faoi iarmhairtí a cuid gníomhartha nuair a tháinig na póilíní go dtí an scoil.

Nóta don mhúinteoir

D'fhéadfaí béim a leagan ar thionchar na bulaíochta trí phóstaer mór 'Tionchar na Bulaíochta' a chruthú. Ba cheart go soláthródh an t-aiseolas ón ngníomhaíocht a bhaineann le folláine Joe moltaí d'ábhar tosaigh an phóstaeir sin. D'fhéadfaí cur leis an bpóstaer agus é a leasú le linn an chláir cheachtanna seo. D'fhéadfaí deis a thabhairt do dhaltaí nithe a chur leis an bpóstaer ina gcuid am agus spás pearsanta. Cuirfidh an póstaer tionchar na bulaíochta i gcuimhne do chách. Táthar ag súil go gcuimhneoidh na daltaí ar smaointe agus ar nithe a chuirfidh deireadh iomlán le tionchar na bulaíochta tríd an bpóstaer sin a chlúdach.

CEACHT 1
BULAÍOCHT: AN TIONCHAR

Gníomhaíocht 1.2: Scrúdú a dhéanamh ar cén fáth a ndéanann daoine bulaíocht

15 nóiméad

01. Ba cheart do dhaltaí plé a dhéanamh ina mbeirteanna ina dhiaidh sin ar an dóigh agus ar an bhfáth a ndéantar bulaíocht ar dhaoine. Ba cheart go spreagfadh an scannán an díospóireacht sin. Ba cheart na ceisteanna seo a leanas a úsáid chun an díospóireacht a threorú:

? Cén dóigh a ndéantar bulaíocht ar dhaoine?

Freagra molta:

- Bulaíocht fhisiciúil
- Ainmneacha maslacha a thabhairt orthu
- Leathchuma
- Imeaglú
- Léiriú carachtair
- Ísliú pearsanta
- Tuairisciú bréagach
- Teachtaireachtaí bagracha
- Bulaíocht ar líne
- Bulaíocht as líne.

? Cén fáth a ndéantar bulaíocht ar dhaoine?

Freagra molta:

- Cine
- Inscne (trasinscne san áireamh)
- Gnéasacht
- Féiniúlacht reiligiúnach
- Méid
- Míchumas
- Éirim
- Gnaoi na ndaltaí eile
- Leochaileacht phearsanta
- Leibhéal aibíochta
- Easaontas
- Toisc go ndearnadh bulaíocht ar an mbulaí roimhe sin.

02. Ba cheart do dhaltaí aiseolas óna ndíospóireachtaí féin a chur ar fáil don ghrúpa mór. Nuair is cuí, ba cheart moltaí a chur leis an bpóstaer 'Tionchar na Bulaíochta'.

Nóta don mhúinteoir

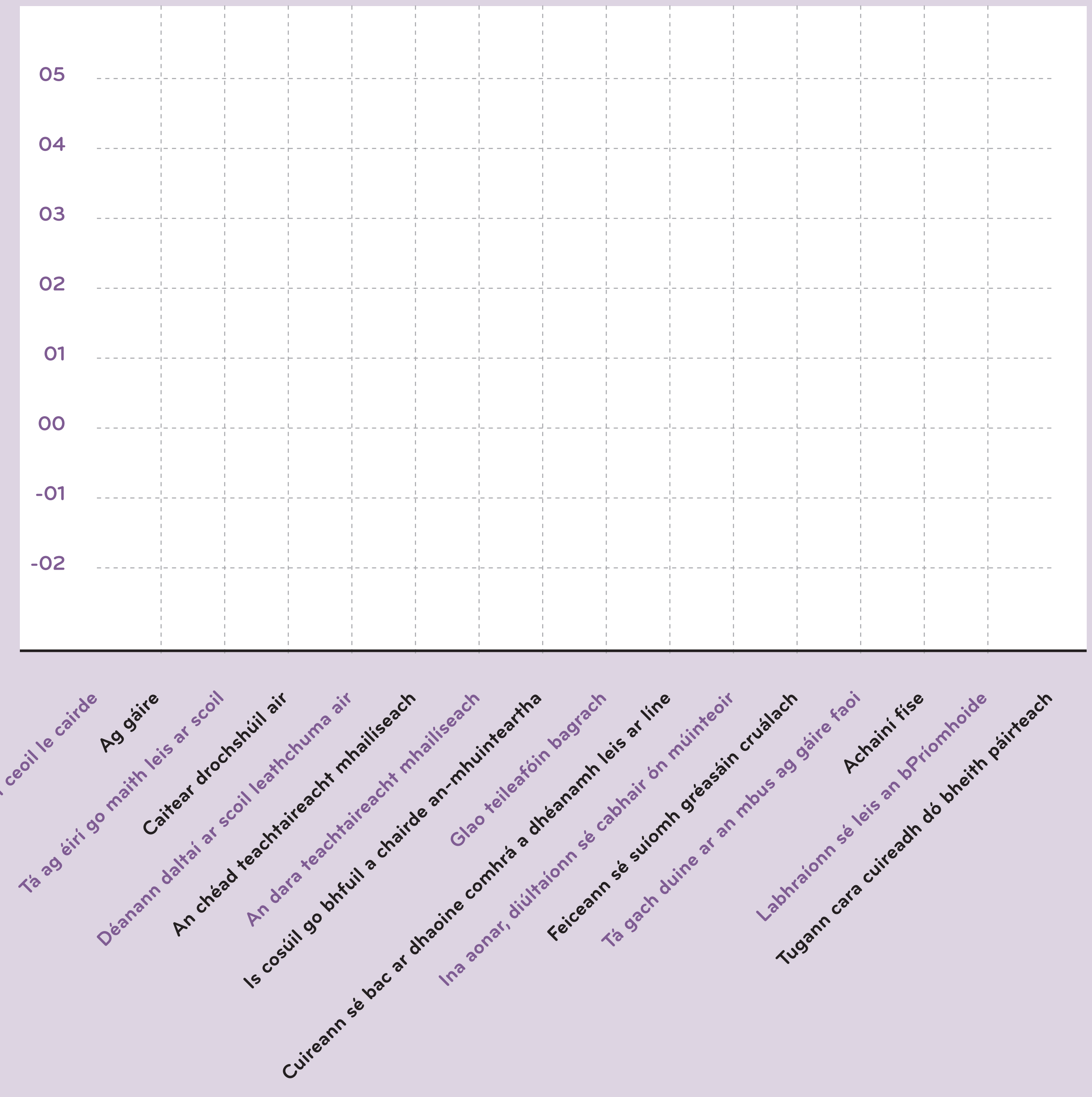
Baineann tábhacht ar leith leis an bhfáth a ndéantar bulaíocht ar dhaoine toisc go dtosaítear ag féachaint ar an gceist a bhaineann leis an mbulaíocht atá bunaithe ar fhéiniúlacht. Luaitear in *Plean Gníomhaíochta ar an mBulaíocht agus in Gnásanna Frithbhulaíochta Bunscoile agus Iar-Bhunscoile* araon gur cheart tagairt a dhéanamh don bhulaíocht atá bunaithe ar fhéiniúlacht sa sainmhíniú ar an mbulaíocht. Luaitear in *Plean Gníomhaíochta ar an mBulaíocht* gur cheart do scoileanna fáilte a chur roimh éagsúlacht agus a bheith ag obair chun bulaíocht homafóbach agus trasfóbach a chosc agus chun dul i ngleic leis na cineálacha sin bulaíochta go háirithe.

Measúnú

Ba cheart do dhaltaí punann oibre a thosú chun faisnéis a bhailiú don tasc measúnaithe. Ba cheart go mbeadh faisnéis ar thionchar na bulaíochta an-úsáideach maidir le Tasc Measúnaithe 1 a chur i gcrích. Tar éis an cheachta seo, ba cheart do dhaltaí an graf a bhaineann leis an díobháil a d'fhulaing Joe a chur ina bpunann oibre.

BILEOG OIBRE 1.1

CÉN DÓIGH AR THÁINIG ATHRÚ AR FHOLLÁINE JOE?



CEACHT 2

PRÍOBHÁIDEACH AGUS GÁN AINM

Acmhainní

- Póstaerchlár
- Póstaer ón gceacht roimhe
- Cóipeanna de Bhileog Oibre 2.1.

Modheolaíocht

- Gníomhaíocht ionsamhlúcháin
- Díospóireachtaí ar cois
- Machnamh scríofa

Torthaí Foghlama

- Beidh díospóireacht déanta ag daltaí ar cheisteanna a bhaineann le neamhainmníocht, le príobháideachas agus le saoirse cainte ar líne, de réir mar a bhaineann siad leis an gcibearbhulaíocht go háirithe.
- Beidh machnamh déanta ag daltaí ar an tionchar a imríonn an chibearbhulaíocht go sonrach.

Tabharfaidh an ceacht seo deis do dhaltaí iniúchadh níos doimhne a dhéanamh ar nádúr na cibearbhulaíochta agus sa dóigh a bhfuil sí éagsúil leis an mbulaíocht thraidisiúnta as líne trí fhéachaint go sonrach ar cheisteanna a bhaineann le neamhainmníocht, le príobháideachas agus le saoirse cainte.

Nóta don mhúinteoir

Tá tábhacht ar leith le dea-bhunrialacha seomra ranga (féach Aguisín 1) a leagan síos sula dtugtar faoi na gníomhaíochtaí sa cheacht seo le rang. Tabharfar saoirse do dhaltaí iad féin a chur in iúl sa cheacht seo, ach tá sé tábhachtach nach ndéanfaidh siad buannaíocht leis an tsaoirse sin.

Is dóigh go sáróidh na gníomhaíochtaí sa cheacht seo am an ranga. Is féidir le múinteoirí gníomhaíochtaí a fhágáil ar lár agus an ceacht a chur in oiriúint do riachtanais an ranga. Mar shampla, má bhíonn fadhb ann le teachtaireachtaí gan ainm ar líne, d'fhéadfadh múinteoirí díriú ar Ghníomhaíocht 2.2 agus Gníomhaíocht 2.1 a fhágáil ar lár.

Mínigh go mbeimid ag féachaint sa cheacht seo ar roinnt de na gnéithe den idirlíon ar féidir leo an chibearbhulaíocht a dhéanamh níos measa.
Cé go dtabharfar an tsaoirse do dhaltaí iad féin a chur in iúl, tá sé tábhachtach nach ndeir siad aon rud in am ar bith a chuirfeadh isteach ar dhuine eile sa rang nó a chuirfeadh stuaic ar dhuine eile sa rang. Is dea-rudaí iad tuairimí, idir dhiúltach agus dearfach, ach is gá iad a chur in iúl ar bhealach maorga, agus teanga mheasúil dhea-roghnaithe a úsáid.

Gníomhaíocht 2.1: Príobháideach ar líne

10 nóiméad

01. Iarr ar na daltaí suí ina ngrúpaí do chéad ghníomhaíocht an ranga.

02. Scaip Bileog Oibre 2.1 ar an rang agus iarr ar na daltaí an bhileog oibre a chomhlánú. Níor cheart do na daltaí labhairt le chéile agus an tasc á chur i gcrích acu. Den chéad uair riamh, agus seans nach dtarlóidh sé riamh arís i dtimpeallacht fhoirmiúil ranga, beidh cead ag na daltaí nótaí a thabhairt dá chéile. Is féidir leo teachtaireachtaí a scríobh nó pictiúir a tharraingt, ach ní mór an chumarsáid ar fad a bheith i scríbhinn. Leag béim ar an bpointe gur príobháideach atá na nótaí agus, mar sin, is féidir leis na daltaí labhairt faoi cibé rud ar mian leo labhairt faoi, ach é a bheith réasúnta. Tá sé tábhachtach go gcoinnítear na nótaí sin príobháideach agus go scriosann na daltaí iad chomh luath agus atá an ghníomhaíocht thart. Níor cheart na nótaí ná na próifílí a léamh amach don rang ach amháin má thairgeann na daltaí sin a dhéanamh.

03. Agus na bileoga oibre comhlánaithe ag na daltaí, faigh tuairimí go gasta ar an gceist seo a leanas:

? An mbeifeá sásta an fhaisnéis atá scríofa ar do bhileog oibre nó ar do nótaí a roinnt

→ le cairde?

→ ar chlár fógraí scoile?

→ in ionad siopadóireachta?

→ ar shuíomh gréasáin na scoile?

04. Ba cheart díospóireacht ranga a dhéanamh ansin ar gach ceann de na ceisteanna seo a leanas:

? Ar cheart an cineál sin faisnéise a roinnt ar líne?

Freagraí molta:

→ Ba cheart; dá roinnfí an cineál sin faisnéise ar líne, d'fhéadfá an t-eispéireas ar líne is oiriúnaí do do chuid riachtanais a bheith agat.

→ Ba cheart; dá roinnfí an cineál sin faisnéise ar líne, d'fhéadfadh daoine cabhrú leat in am an ghátair.

→ Ba cheart; dá roinnfí an cineál sin faisnéise ar líne, chabhrófaí liom í a chur díom.

→ Níor cheart; dá roinnfí an cineál sin faisnéise ar líne, d'fhéadfá a bheith leochaileach dá bhfaigheadh an duine mícheart greim ar an bhfaisnéis sin.

→ Níor cheart; dá roinnfí an cineál sin faisnéise ar líne, d'fhéadfadh go ndéanfaí díobháil do dhuine éigin dá bharr.

→ Níor cheart; dá roinnfí an cineál sin faisnéise ar líne, d'fhéadfainn a bheith so-ghabhálach i leith camscéimeanna ar líne.

? Cad iad na rioscaí a bhaineann le faisnéis den sórt sin a roinnt?

Freagraí molta: D'fhéadfadh duine éigin nach bhfuil aithne agat air mealladh a bhaint asat nó dúshaothrú a dhéanamh ort go héasca. D'fhéadfadh go gcuirfí bobghlaonna teileafóin ort agus go seolfaí turscair chugat dá bharr. Má dhéanann tú tuilleadh faisnéis phearsanta a nochtadh fút féin ar líne, bíonn an baol ann go ndéanfar cibearbhulaíocht ort ar bhealach níos pearsanta agus níos goilliúnaí.

? Conas a d'fhéadfaí cur leis an gcibearbhulaíocht dá roinnfí faisnéis phearsanta ar líne?

Freagraí molta: Dá mhó faisnéis phearsanta a phostálann tú ar líne, is amhlaidh is mó an baol go gciapfar thú. Trí fhaisnéis phearsanta a phostáil ar líne, tugann tú deis do dhaoine plé leis an bhfaisnéis sin agus labhairt faoin bhfaisnéis sin: d'fhéadfaidís tuairimí a ghoillfeadh ort a rá mar thoradh air sin. D'fhéadfadh ráflaí mailíseacha teacht as faisnéis phearsanta a postáladh ar líne. Má phostálann tú faisnéis phearsanta, mar shampla, do sheoladh, is féidir go mbeidh tú i mbaol bulaíocht fhisiciúil.

CEACHT 2
PRÍOBHÁIDEACH AGUS GAN AINM

Gníomhaíocht 2.2: Gan ainm ar líne

10 nóiméad

01. Cuir pictiúir de dhaoine cáiliúla éagsúla in airde ar fud an tseomra nuair atá na daltaí ag cur an taisc roimhe seo i gcrích. Ba cheart na pictiúir a chur ar phíosaí móra páipéir chun go mbeidh spás ag na daltaí teachtaireachtaí gearra a scríobh. Ba cheart cúig phictiúr ar a laghad a bheith agat. Ba cheart go n-aithneodh na daltaí na daoine cáiliúla go léir go héasca. Bain úsáid as meascán de dhaoine a mbíonn an-tóir ag déagóirí orthu ó spórt agus ó cheol agus scannáin agus de pholaiteoirí agus de dhaoine poiblí eile. Déan iarracht roinnt daoine conspóideacha a bhféadfadh tuairimí measctha a bheith ag na daltaí fúthu a roghnú.

02. Tabhair am do na daltaí bogadh ar fud an tseomra ansin chun féachaint ar na pictiúir. Le linn an ama sin, iarr ar na daltaí cibé rud is mian leo a rá leis na daoine sna pictiúir 'a chur díobh' trí theachtaireachtaí nó straoiseoga gan ainm a fhágáil ar na pictiúir. Is féidir idir theachtaireachtaí diúltacha agus teachtaireachtaí dearfacha a scríobh.

03. Tar éis do na daltaí roinnt teachtaireachtaí gan ainm a fhágáil, iarr orthu suí síos ina ngrúpaí. Ba cheart ceann amháin de na póstaeir a bhfuil teachtaireachtaí scríofa orthu a thabhairt do gach grúpa chun gur féidir leo iad a léamh agus a phlé. Ba cheart do na daltaí machnamh a dhéanamh ar na ceisteanna seo a leanas:

Nóta don mhúinteoir

Ag brath ar an spás fisiciúil atá ar fáil, d'fhéadfadh gur ghá do na daltaí fanacht ina suí agus Gníomhaíocht 2.2 á cur i gcrích acu. Sa chás sin, d'fhéadfá iarraidh ar na daltaí na póstaeir a chur thart ó dhuine go duine chun a gcuid teachtaireachtaí gan ainm a scríobh agus ansin dul ina ngrúpaí chun na ceisteanna machnaimh a fhreagairt.

? Conas a mhothaigh tú nuair a bhí deis agat tuairimí a chur díot trí nótaí gan ainm a scríobh?

Freagraí molta:

- Mhothaigh mé go raibh an-saoirse agam cibé rud ar mhian liom a rá a chur in iúl.
- Mhothaigh mé go raibh guth níos láidre agam, ní raibh mé buartha go bhféadfainn duine a ghoilleadh ná go nochtfaí mé mar gheall ar mo chuid tuairimí.
- Mhothaigh mé beagán míchompordach toisc go raibh an méid a scríobh mé micheart.
- Bhain mé sult as a bheith ag scríobh cibé rud ar mhian liom a scríobh gan aon bhaol go mbéarfaí orm.

? Conas a mhothódh an duine atá i gceist dá léifeadh sé nó sí na nótaí, go háirithe na nótaí diúltacha, meas tú? D'fhéadfadh na daltaí straoiseoga a úsáid chun an cheist sin a fhreagairt.

Freagraí molta:

- D'fhéadfadh go dtiocfadh imní nó fearg ar an duine.
- D'fhéadfadh go mothódh an duine nach dtuigtear é nó í.
- D'fhéadfadh go mothódh an duine go bhfuil tromaíocht mhíchothrom á déanamh air nó uirthi.
- D'fhéadfadh go mothódh an duine neamhdhaingean faoin gcuma atá air nó uirthi nó faoi na gníomhartha atá déanta aige nó aici.
- D'fhéadfadh go mbainfeadh an duine taitneamh as na nótaí.
- D'fhéadfadh go spreagfaí an duine glacadh le cur chuige nua.

? Cad iad na buntáistí agus na míbhuntáistí a bhaineann le neamhainmníocht?

Freagraí molta: Tugann neamhainmníocht an tsaoirse duit faisnéis a nochtadh gan milleán a bheith á chur ort as an bhfaisnéis sin a scileadh. Agus tú ag gníomhú gan ainm, ní bhíonn tú chomh cotúil agus trácht á dhéanamh agat ar fhóram poiblí. Agus tú ag gníomhú gan ainm, is féidir go mbíonn sé níos corraithí teachtaireachtaí a sheoladh toisc go ngabhann mistéir leis. Is féidir le neamhainmníocht an tsaoirse a thabhairt do dhaoine gníomhú ar bhealach mífhreagrach agus labhairt ar bhealach níos maslaí. Is féidir le tuairimí gan ainm an duine dá dtagraítear sna tuairimí a shuaitheadh agus go gcreidfeadh sé go bhfuil gach duine ina aghaidh dá bharr. Fágann neamhainmníocht go mbíonn sé deacair an milleán a chur ar aon duine nuair a théann rud éigin amú.

D'fhéadfadh go gcabhródh na ceisteanna forlíontacha seo leis na daltaí smaoineamh ar bhealach níos criticiúla agus níos cuimsithí faoi neamhainmníocht. D'fhéadfá na ceisteanna seo a úsáid chun freagraí na ndaltaí a stiúradh sa chás go mbíonn deacracht ag na daltaí freagra a thabhairt ar an gceist a bhaineann leis na buntáistí agus na míbhuntáistí a bhaineann le neamhainmníocht:

- **An mbíonn braistint mhéadaithe saoirse agat tuairimí tábhachtacha a chur in iúl mar gheall ar neamhainmníocht?**
- **An gcreideann tú go dtugann neamhainmníocht ar líne tuilleadh muiníne duit gníomhú ar bhealach ba mhaith leat gníomhú?**
- **An gcreideann tú go bhfuil an t-idirlíon níos corraithí mar gheall gur féidir leat idirghníomhú le daoine gan ainm ar líne?**
- **An ngníomhaíonn daoine níos meargánta agus níos neamhfhreagraí nuair a bhíonn a n-aitheantas i bhfolach?**
- **Nuair a dhéantar bulaíocht ar líne, an gcreideann tú nach féidir déileáil leis an gcás ar bhealach éifeachtach mar gheall ar neamhainmníocht na ndaoine lena mbaineann?**

CEACHT 2
PRÍOBHÁIDEACH AGUS GAN AINM

Gníomhaíocht 2.3: Díospóireachtaí ar cois ar neamhainmníocht, ar phríobháideachas agus ar an gcibearbhulaíocht

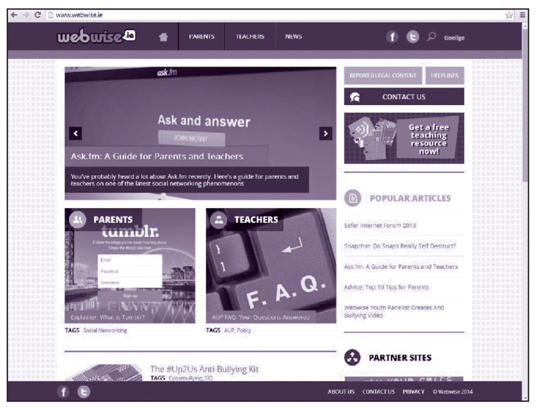
15 nóiméad

01. Cuir dhá chomhartha (ceann amháin a bhfuil 'Aontaím' scríofa air agus ceann eile a bhfuil 'Ní Aontaím' scríofa air) in airde ar an dá thaobh den seomra ranga. Mínigh do na daltaí conas a dhéantar na díospóireachtaí ar cois:
   - Léifidh tú rún.
   - Caithfidh na daltaí vóta ar an rún sin ansin trína bheith ag bogadh go taobh amháin den seomra ranga, ag brath ar cé acu a aontaíonn nó nach n-aontaíonn siad leis an ráiteas.
   - Tabharfar deis do dhaltaí ansin cur ina luí ar dhaoine eile taobhanna a athrú.
   - Is féidir le daltaí taobhanna a athrú tráth ar bith le linn na díospóireachta.
   - Is féidir leat teorainn ama a chur le hábhar, ag brath ar líon na n-ábhar ar mhaith leat díospóireacht a dhéanamh orthu. Cinnfear buaiteoirí na díospóireachta de réir líon na vótaí atá ag an dá thaobh nuair a bhaintear an teorainn ama amach.

Rúin a bhféadfaí díospóireacht a dhéanamh orthu:

- Is dea-rud í neamhainmníocht ar líne.
- Is ar chuideachtaí teicneolaíochta atá an milleán as an gcibearbhulaíocht.
- Ba cheart cead a bheith ag daoine cibé rud is mian leo a phostáil ar líne.
- Is le daoine, agus ní leis an idirlíon, a bhaineann fadhb na cibearbhulaíochta.
- Is measa an chibearbhulaíocht ná an bhulaíocht thraidisiúnta.
- Má ghníomhaíonn duine ar bhealach mífhreagrach, is ceart go náireofar iad ar líne.
- Féachaim ar an idirlíon mar spás príobháideach de mo chuid.
- Mairfidh faisnéis ar líne go deo.

> "Is dea-rud í neamhainmníocht ar líne?"



www.webwise.ie

Faisnéis bhreise do mhúinteoirí

Is é is aidhm don fhaisnéis bhreise seo a leanas ná cabhrú le múinteoirí díospóireachtaí spéisiúla a threorú agus a stiúradh. D'fhéadfadh go mbeadh sé úsáideach duit an fhaisnéis bhreise seo a scaipeadh ar na daltaí.

Is dea-rud í neamhainmníocht ar líne

Táthar idir dhá chomhairle i gcónaí maidir leis an gceist sin. Gabhann a lán buntáistí le neamhainmníocht ach, ag an am céanna, tá sí nasctha le blianta beaga anuas le roinnt cásanna a bhaineann le hiompar an-mhaslach ar líne.

Ar son na neamhainmníochta

Tugann neamhainmníocht deiseanna iontacha do dhaoine a bheith páirteach agus tuairim a chur in iúl ar chúrsaí reatha agus ar ábhair leasa phoiblí. Tá easpa muiníne, easpa deise nó córas leatromach ina mbacainní a choisceann daoine ar bheith ag gníomhú agus ag labhairt gan bac. Tugann neamhainmníocht ar líne deis do dhaoine a gcuid tuairimí a thabhairt gan an baol go mbéarfar orthu ná go ndéanfar iad a iomardú nó a phionósú mar gheall ar an dearcadh atá acu. Bíonn neamhainmníocht úsáideach go háirithe do dhaoine cotúla a mbíonn eagla orthu roimh labhairt os ard go poiblí agus do dhaoine nach gcloíonn leis na gnásanna nó leis na rialacha a fhorchuireann sochaithe neamhdhaonlathacha. Tugann an t-idirlíon deis do dhaoine cotúla neamh-mhuiníneacha iad féin a chur in iúl. Baineann roinnt samplaí cáiliúla de neamhainmníocht ar líne a úsáid go dearfach leis an suíomh gréasáin Wikileaks. Is é an aidhm atá le Wikileaks ná seans a thabhairt do dhaoine aird a tharraingt ar éagóracha ar fud an domhain agus cosaint a thabhairt don sceithire (an duine a nochtann na sonraí faoin éagóir sin) ag an am céanna trí neamhainmníocht idirlín. Cé go raibh dea-rún taobh thiar de, ní raibh an suíomh gréasáin slán go leor i ngach cás chun aitheantas an sceithire a chosaint agus chuir sé daoine eile i mórchontúirt freisin trí éagóracha áirithe a nochtadh.

In aghaidh na neamhainmníochta

Cé go mbaineann a lán buntáistí le neamhainmníocht, tá an oiread céanna fadhbanna ag baint léi freisin. Bhain cás an-cháiliúil in Éirinn leis an suíomh gréasáin Ask.fm, suíomh a gcuirtear ceisteanna agus freagraí gan ainm isteach air. D'éascaigh an suíomh cibearbhulaíocht fhíorchruálach a thug ar roinnt déagóirí lámh a chur ina mbás féin. Sa chás nach gá do rannpháirtithe a n-ainm a shíniú chun trácht a dhéanamh, is minic a bhíonn siad níos macánta ach, ach ag am céanna, is minic a bhíonn siad an-ionsaitheach. Murab ionann agus comhrá duine le duine, ní bhíonn siad cúramach lena gcuid focal go minic agus, dá bhrí sin, bíonn siad an-nimhneach agus tuairimí á gcur in iúl acu. Is féidir le bagairtí báis a dhéantar gan ainm ar líne a bheith an-suaiteach toisc go bhféadfadh an t-íospartach a bhraith nach bhfuil sé nó sí sábháilte sa bhaile fiú dá bharr. Mar thoradh ar ghuth a bheith ag gach duine, gné dhiúltach eile de neamhainmníocht ar líne is ea gur féidir le ráflaí bréagacha, le gríosú agus le bréagaisnéis teacht chun cinn agus gur féidir iad a scaipeadh, rud is cúis le mórshuaitheadh agus le histéire. Mar fhocal scoir, fadhb eile a bhaineann le neamhainmníocht ar líne is ea nach ngearrtar pionós go minic ar dhaoine a théann i mbun gníomhaíocht mhaslach neamhdhleathach ar líne de bharr easpa faisnéise.

> 'Cé go mbaineann a lán buntáistí le neamhainmníocht, tá an oiread céanna fadhbanna ag baint léi freisin.'

CEACHT 2
PRÍOBHÁIDEACH AGUS GAN AINM

Is ar chuideachtaí teicneolaíochta atá an milleán as an gcibearbhulaíocht. Cuideachtaí beaga nuathionscanta ar dtús ba ea formhór na gcuideachtaí teicneolaíochta, ar nós Facebook agus Twitter, a ghabhann ceannas ar ár gcuid cumarsáid ar líne sa lá atá inniu ann. Ní raibh méid mór acmhainní acu, agus bhí gach a raibh acu tiomanta d'fhorbairt a dtáirge. Tá cáil ar Mark Zuckerberg, bunaitheoir Facebook', mar gheall ar an teoiric a leanann sé – is é sin, 'bog go gasta agus bris rudaí'. Molann sé táirgí a sheoladh go tapa agus iad a athscagadh tráth níos déanaí. Mar gheall ar an rath atá ar Facebook, tá a lán cuideachtaí teicneolaíochta tar éis glacadh leis an teoiric sin, go háirithe iad siúd atá lonnaithe in Silicon Valley agus iad siúd atá sa réimse líonraithe shóisialta. Mar gheall ar an gcur chuige sin, níor chuir formhór na gcuideachtaí teicneolaíochta ceisteanna sábháilteachta san áireamh ar dtús; níor féachadh ar na ceisteanna sin go dtí an próiseas athscagtha ina dhiaidh, seachas iad a bheith mar chuid den dearadh bunaidh. Is minic nach gcaitheann cuideachtaí le ceisteanna sábháilteachta na n-úsáideoirí mar cheist thromchúiseach agus nach dtugann siad feidhmeanna tuairiscithe agus scagtha níos sofaisticiúla isteach a chabhraíonn le dul i ngleic leis an gcibearbhulaíocht go dtí go mbíonn siad réasúnta bunaithe. Ar an drochuair, tugtar feidhmeanna cuimsitheacha sábháilteachta isteach rómhall do dhaoine áirithe. Cúis eile a gcuirtear an milleán ar na cuideachtaí teicneolaíochta as an gcibearbhulaíocht is ea go mbíonn sé doiligh go minic na téarmaí agus coinníollacha agus na polasaithe eile a n-aontaíonn úsáideoirí cloí leo nuair atá an tseirbhís á húsáid a thuiscint. Bíonn sé doiligh freisin fanacht cothrom le dáta le hathruithe ar na polasaithe sin, rud a fhágann gur féidir nach dtuigfidh úsáideoirí go bhfuil siad leochaileach i leith na cibearbhulaíochta mar gheall ar a socruithe cuntais.

Ag an am céanna, is féidir a rá gur annamh a bhíonn sé mar aidhm ag táirge cibearbhulaíocht a spreagadh. Ina ionad sin, tá an chibearbhulaíocht ina hiarmhairt thubaisteach a thagann as an dóigh a roghnaíonn daoine iad féin a iompar nuair a úsáideann siad an táirge.

> **'...tá an chibearbhulaíocht ina hiarmhairt thubaisteach a thagann as an dóigh a roghnaíonn daoine iad féin a iompar nuair a úsáideann siad an táirge.'**

Gníomhaíocht 2.4: Gníomhaíocht obair bhaile – Tacaíocht a fháil

01. Déan taighde ar thrí eagraíocht (dhá eagraíocht Éireannacha ar a laghad) a thugann tacaíocht do dhaoine a ndearnadh cibearbhulaíocht orthu.

BILEOG OIBRE 2.1
MO PHRÓIFÍL

Ainm:

Aois:

Dáta breithe:

Seoladh:

Scoil:

Cár mhaith leat a bheith ag crochadh thart?

Cad iad na leabhair is fearr leat?

Cad iad na spóirt is fearr leat?

Cad iad na scannáin is fearr leat?

Cén sórt ceoil is maith leat?

An bhfuil tú singil nó tógtha?

Chuirfinn síos orm mar dhuine:

Táim:

Smaoiním:

Mothaím:

Tá súil agam:

Bíonn fearg orm nuair:

Tá sé ar intinn agam:

Is é an rud a chuireann an brón is mó orm:

Bím ciaptha nuair:

Is breá liom:

Is fuath liom:

Sínithe: **Dáta:**

CEACHT 3

RUDAÍ A THAITNÍONN LEAT / RUDAÍ NACH DTAITNÍONN LEAT

Acmhainní

- Cás-staidéir
- Páipéar póstaeir agus uirlisí dathadóireachta
- Cóipeanna de Bhileog Oibre 3.1 agus 3.2.

Modheolaíocht

- Cluiche drámaíochta
- Anailís ar chás-staidéar
- Ransú smaointe i measc an ghrúpa
- Bileog chomhairle a dhearadh

Torthaí Foghlama

- Beidh tuiscint níos fearr ag na daltaí ar nádúr seasmhach an idirlín agus ar na hiarmhairtí a bhíonn ag an nádúr sin ar an mbulaíocht.
- Comhaontóidh na daltaí ar roinnt treoirlínte coiteanna ba cheart a leanúint chun deireadh a chur leis an gcibearbhulaíocht.
- Cruthóidh na daltaí bileog ina bhfuil na rudaí ba cheart agus nár cheart a dhéanamh (na 'rudaí a thaitníonn leat' agus na 'rudaí nach dtaitníonn leat' sa chás seo) ó thaobh na cibearbhulaíochta de.

Tabharfaidh an ceacht seo deis do dhaltaí machnamh a dhéanamh ar cad ba cheart do dhuine a dhéanamh chun bulaíocht agus cibearbhulaíocht a chosc.

Gníomhaíocht 3.1: Cluiche a úsáid chun nádúr an idirlín a iniúchadh

7 nóiméad

01. Tabhair cóip de Bhileog Oibre 3.1 do na daltaí. Inis do na daltaí nach bhfuil ach dhá nóiméad acu an tasc a chur i gcrích agus go bhfuil sé an-tábhachtach go gcríochnaítear é in am. Más mian leat, is féidir leat comórtas a dhéanamh den tasc agus barra seacláide a thairiscint don chéad duine a chríochnaíonn an bhileog.

02. Agus na daltaí ag iarraidh an tasc a chur i gcrích, déan rudaí éagsúla chun cur isteach orthu. Mar shampla: cuir ceisteanna orthu; iarr orthu léim suas agus síos ar an spota; iarr orthu a súile a dhúnadh; cas ceol ar siúl chun aire na ndaltaí a bhaint. Déan gach rud is féidir leat chun nach mbeidh na daltaí in ann an tasc a chur i gcrích in am.

03. Ina dhiaidh sin, fiafraigh de na daltaí conas a mhothaíonn siad tar éis an eispéiris sin.

? Conas a mhothaigh tú mar thoradh ar an eispéireas sin?
Freagraí molta:

- Bhí mearbhall orm toisc nár dual an t-iompar don mhúinteoir agus toisc gur chosúil nach raibh cúis leis.
- Bhí frustrachas orm agus mhothaigh mé ciaptha toisc nach raibh mé in ann leanúint ar aghaidh le mo chuid oibre.
- Bhí mé corraithe toisc gur bhraith mé go raibh tromaíocht á déanamh orm.
- Bhí mé náirithe mar gheall ar nádúr poiblí na ngníomhartha ar cuireadh iallach orm iad a dhéanamh.
- Bhraith mé go raibh an t-eispéireas sultmhar agus beagán aisteach.

04. Mínigh dóibh go bhfuil sé sin cosúil leis an dóigh ar féidir leis an idirlíon dul i bhfeidhm ar gach gné dá saol. Iarr orthu ansin machnamh a dhéanamh ar an gceist seo a leanas. Is féidir leo straoiseoga a úsáid chun freagairt freisin.

? Conas a mhothófá dá mbeadh sruth tuairimí bulaíochta ag cur isteach ort ar bhonn leanúnach?
Freagraí molta:

- Bheinn an-neamhdhaingean fúm féin agus bheadh amhras orm faoi gach rud is eol dom a bheith fíor.
- Mhothóinn faoi bhagairt agus bheinn corraithe. Bheadh náire orm, go háirithe dá ndéanfaí an bhulaíocht ar fhóram poiblí.
- Bheinn tinneallach agus ní bheinn in ann mo scíth a ligean, fiú amháin sa bhaile.
- Bheinn in ísle brí agus mhothóinn gan mhaith toisc go gcaithfeadh gur dhírigh na bulaithe orm ar chúis éigin.
- Bheadh fearg orm mar gheall ar an tromaíocht a bheadh á déanamh orm. Bheinn mearbhlach toisc nach mbeadh a fhios agam cad a rinne mé chun ionsaí den sórt sin a spreagadh.

Eochairfhocail: Bain úsáid as eochairfhocail chun leid a thabhairt do na daltaí, nuair is gá. Ba cheart deis a thabhairt do na daltaí cur leis an bpóstaer Tionchar na Bulaíochta ag an am seo.

- gan mhaith
- neamhdhaingean
- náirithe
- íslithe
- in ísle brí
- tinneallach
- tinn
- feargach
- frustrachas
- mearbhlach
- dúshlánach
- misniúil
- gan gnaoi na ndaoine eile

'Conas a mhothófá dá mbeadh sruth tuairimí bulaíochta ag cur isteach ort ar bhonn leanúnach?'

CEACHT 3
RUDAÍ A THAITNÍONN LEAT / RUDAÍ NACH DTAITNÍONN LEAT

Gníomhaíocht 3.2:
Na rudaí a thaitníonn leat agus na rudaí nach dtaitníonn leat faoin gcibearbhulaíocht

15 nóiméad

01. Roinn an rang i ngrúpaí de cheathrar nó de chúigear. Ba cheart cás-staidéar a thabhairt do gach grúpa (féach Bileog Oibre 3.2). Iarr orthu comhairle a thabhairt maidir le conas a d'fhéadfaí deireadh nó cosc a chur leis an mbulaíocht sa chás ar leith sin

? Conas a d'fhéadfaí deireadh nó cosc a chur leis an mbulaíocht sa chás seo? Déan tagairt do na bearta iompraíochta agus do na bearta teicniúla araon ba cheart a dhéanamh.

Freagra molta

Bearta iompraíochta

Ba cheart don duine ar a bhfuil bulaíocht á déanamh féachaint leis an bhfadhb a réiteach ar dtús trí labhairt leis an duine atá i mbun na bulaíochta, a fhad is a bhraitheann sé go bhfuil sé sábháilte sin a dhéanamh. Ba cheart a mhíniú nach bhfuil sé sásta leis an méid a dúradh nó a rinneadh agus gur mhaith leis a fháil amach cad atá ar siúl. Uaireanta, d'fhéadfaí míchiall a bhaint as teachtaireachtaí téacs nó b'fhéidir gur cuireadh ábhar ar líne le chéile go gasta gan mothúcháin daoine eile a chur san áireamh. Sa chás go roghnaíonn an duine a bhfuil bulaíocht á déanamh air labhairt leis an mbulaí ar dtús, tá sé tábhachtach nach ngníomhaíonn sé féin ar bhealach bagrach.

Sa chás nach gcuireann a leithéid deireadh leis an mbulaíocht, tá sé tábhachtach go lorgaíonn an duine cabhair ansin. D'fhéadfadh múinteoir, meantóir níos sine nó treoirchomhairleoir nó séiplíneach, fiú, a bheith ar an duine is fearr le labhairt leis. Is féidir leis na daoine sin athmhuintearas a chruthú agus an fhadhb a réiteach nó is féidir go mbeidh siad san áit is fearr chun an duine a threorú chuig seirbhísí tacaíochta níos oiriúnaí. Sa chás go mbaineann bagairtí leis an mbulaíocht, d'fhéadfadh gur gá cabhair a iarraidh ar an nGarda Síochána.

Bearta teicniúla:

- Sábháil na teachtaireachtaí bulaíochta mar fhianaise lena n-imscrúdú. Is féidir iad a shábháil trí ghabháil scáileáin a ghlacadh.
- Tuairiscigh an t-ábhar chun go mbainfear an t-ábhar bulaíochta ó shuíomhanna líonraithe shóisialta.
- Méadaigh do chuid socruithe príobháideachais ar do chuntas líonraithe shóisialta chun tuilleadh smachta a fháil ar an ábhar a phostáiltear fút ar líne.
- Díchumasaigh an rogha a fhágann gur féidir le daoine postálacha gan ainm a dhéanamh ar do chuntas líonraithe shóisialta chun go mbeidh sé níos fusa duit a fháil amach cé atá páirteach i gcásanna bulaíochta.
- Cuir bac ar dhaoine ar líne chun idirghníomhú bulaíochta gan iarraidh le daoine ar leith a chosc. Is féidir iarraidh ar chuideachtaí fón póca bac a chur ar uimhreacha áirithe.
- Athraigh do phasfhocal chun nach féidir le haiceálaithe rochtain a fháil ar do chuntas líonraithe shóisialta.

Tar éis dóibh a bheith ag obair ina ngrúpaí ar feadh cúig nóiméad, ba cheart do na grúpaí a gcuid freagraí a léamh amach don ghrúpa mór. Ba cheart aiseolas a thaifeadadh ar an gclár agus é a chatagóiriú mar rudaí ba cheart a dhéanamh (rudaí a thaitníonn leat) agus mar rudaí nár cheart a dhéanamh (rudaí nach dtaitníonn leat).

Nóta don mhúinteoir

Is féidir leat na cás-staidéir a phléann leis na ceisteanna is oiriúnaí don rang a roghnú. Ná bain úsáid as cás-staidéir a d'fhéadfadh cur isteach ar dhalta ar leith nó a d'fhéadfadh dalta ar leith a chur faoi réir bulaíochta. Tá sé i gceist go mbeidh Cás-Staidéar 3 agus Cás-Staidéar 5 inrochtana do léitheoirí laga.

Gníomhaíocht 3.3:
Bileog chomhairle frith-chibearbhulaíochta a dhéanamh

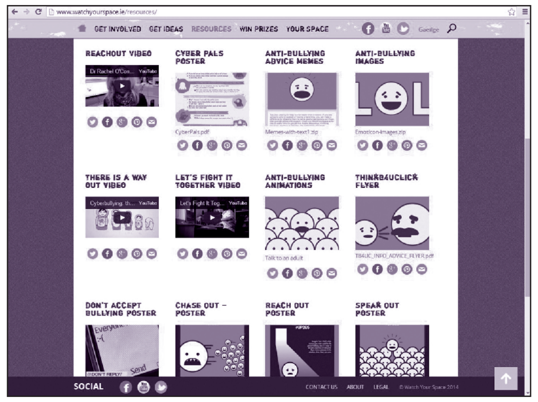
10 nóiméad

01. Agus úsáid á baint as faisnéis ón díospóireacht, ba cheart do na daltaí tosú ag scríobh téacs dá mbileog chomhairle féin chun deireadh nó cosc a chur leis an gcibearbhulaíocht. Ba cheart an bhileog chomhairle a dhíriú ar dhaltaí eile agus ba cheart leideanna iompraíochta agus leideanna teicniúla araon a thabhairt inti chun deireadh a chur leis an gcibearbhulaíocht. Ba cheart na heagraíochtaí éagsúla a ndearna na daltaí taighde orthu do Ghníomhaíocht 2.4 a chur san áireamh sa bhileog freisin.

Ní chuirfear na bileoga i gcrích go dtí tar éis an chéad ranga eile ach, ar deireadh, ba cheart gach ceann acu a chur ar an bpóstaer Tionchar na Bulaíochta. Ba cheart go mbeadh an gníomh sin ina shiombail ar an dóigh ar féidir le daltaí obair le chéile chun deireadh a chur le tionchar na bulaíochta.

Measúnú

Moltar tabhairt faoi bhileog chomhairle a chruthú toisc go gcomhlíonann an tasc sin roinnt de na torthaí foghlama sa chuid seo den chúrsa OSPS.



www.watchyourspace.ie/resources

BILEOG OIBRE 3.1

CUARDACH FOCAL CIBEARBHULAÍOCHTA

P	E	D	X	X	I	T	L	I	Á	E	B	I	L	C
O	I	R	G	O	L	H	K	A	L	N	K	U	H	N
T	U	A	F	H	R	C	K	P	C	V	O	H	M	A
D	Í	U	R	C	H	O	I	L	L	E	A	D	H	I
S	K	L	S	L	N	Í	D	G	X	F	T	A	P	N
R	S	H	É	B	H	N	H	E	C	F	G	P	J	M
S	B	W	F	I	D	M	C	X	R	K	B	A	Y	B
A	S	F	U	U	R	N	A	U	E	L	O	I	S	R
I	V	C	U	M	K	I	L	I	A	Z	L	C	A	É
H	U	F	M	J	E	A	Ú	D	S	K	U	C	A	I
Z	B	B	U	B	R	H	H	D	T	I	Ó	D	S	G
U	K	K	M	B	D	M	C	L	U	P	E	Q	K	E
J	N	X	I	W	A	A	K	E	N	I	U	S	J	C
D	T	K	U	D	X	E	B	Ó	V	R	N	A	T	Y
F	B	X	H	X	E	N	F	U	Z	A	Z	E	C	F

Aimsigh na deich bhfocal seo a bhaineann leis an gcibearbhulaíocht agus tabhair sainmhíniú ar gach ceann acu ina dhiaidh sin. D'fhéadfá roinnt focail fholaithe eile a bhaineann leis an gcibearbhulaíocht a aimsiú. Féach cé mhéad focal is féidir leat a aimsiú!

01. neamhainmníocht:
02. ainm bréige:
03. clibeáil:
04. léiriú duine:
05. bladhmadh:
06. eisiamh:
07. ciapadh:
08. dí-urchoilleadh:
09. fón póca:

BILEOG OIBRE 3.2

CÁS-STAIDÉIR CHIBEARBHULAÍOCHTA

01 SCEIMHLE TEACHTAIREACHTAÍ AR LÍNE A FUAIR MARTA

Tá cónaí ar Marta in Éirinn ó bhí sí ina lapadán. Tá sí an-lúthchleasach agus roghnaíodh í le linn an earraigh chun ionadaíocht a dhéanamh d'Éirinn ag Craobhchomórtas Sóisearach Lúthchleasaíochta na hEorpa. Bhí Marta ag tnúth le dul go dtí an tSualainn ach tá amhras tagtha uirthi faoi le déanaí. I dtús báire, chuir iomaitheoir eile, nach bhfuil aithne cheart aici air ar chor ar bith, teachtaireacht ar líonra sóisialta a dúirt 'gur cheart do na comhlachtaí rialaithe teastais bhreithe daoine a sheiceáil sula dtugtar áit dóibh ar fhoireann na hÉIREANN'. Níor thug sí aon aird ar an teachtaireacht ar dtús. Tá Marta ina saoránach Éireannach le níos mó ná deich mbliana anuas agus measann sí gur Éireannach amach is amach í. Ó shin i leith, áfach, tá roinnt teachtaireachtaí téacs agus teachtaireachtaí príobháideacha ar líne faighte ag Marta inar insíodh di filleadh ar an áit as ar tháinig sí agus gur cheart di rith ar son a beatha. Níl a fhios aici cé a bhíonn ag scríobh na dteachtaireachtaí. Toisc gur teachtaireachtaí príobháideacha iad, níl a fhios aici conas is féidir léi iad a thuairisciú. Tá drochthionchar ag na teachtaireachtaí ar a cuid traenála agus tá sí ag smaoineamh anois faoi éirí as an bhfoireann.

02 CÓISIR CHALAOISEACH STIOFÁIN

Tá Stiofán ina dhea-dhalta i gcónaí. Oibríonn sé go crua toisc go bhfuil sé mar aidhm aige a bheith ina mhúinteoir tar éis dó an scoil a fhágáil. D'fhreastail sé le déanaí ar chóisir chun ceiliúradh a dhéanamh ar 16ú breithlá a charad le slua mór ón scoil. Agus iad ag imirt Fírinne nó Dúshlán, tugadh a dhúshlán buachaill eile sa ghrúpa a phógadh. Agus é ag iarraidh an rud a chríochnú chomh luath agus ab fhéidir, d'fhéach Stiofán ar Ben in aice leis agus thug sé póigín beag dó. Shíl sé go ndéanfaí dearmad air roimh i bhfad, ach ghlac duine éigin a bhí i láthair grianghraf den phóg agus scaip sé méim den phictiúr agus 'fíor-aerach' scríofa uirthi. Tá an pictiúr le feiceáil gach aon áit ar an idirlíon anois, in éineacht lena lán teachtaireachtaí ina ndúradh go bhfuil Stiofán 'dúnta i ngrá le Ben'. Níl a fhios ag Stiofán cad is féidir leis a dhéanamh. Tá sé ag iarraidh an grianghraf a scriosadh, ach ní cosúil gur féidir é sin a dhéanamh. Tá sé buartha faoi cad a shílfidh a thuismitheoirí má thagann siad ar an ngrianghraf. Leis an fhírinne a rá, níl a fhios aige cad a shíleann sé féin toisc nach bhfuil sé fíorchinnte an bhfuil sé heitrighnéasach nó nach bhfuil. Is é an príomhábhar imní atá air ná gur féidir le fostóir an pictiúr a fheiceáil agus go rachaidh sé ina aghaidh amach anseo. I ndeireadh na dála, níor tháinig Stiofán ar mhúinteoir homaighnéasach riamh.

BILEOG OIBRE 3.2
CÁS-STAIDÉIR CHIBEARBHULAÍOCHTA

03 NAIMHDE GAN AINM FHIONA

Tá a fhios ag gach mac máthar gur saineolaí popcheoil í Fiona. Bíonn sí ar an eolas i gcónaí faoi cé atá ag barr na gcairteacha agus d'fhreastail sí ar gach ceann de na cúig cheolchoirm dheireanacha de chuid Líne Chabhrach na Leanaí. Casann daoine áirithe a súile agus deir siad nach bhfaigheann sí deis freastal orthu ach amháin mar gheall go bhfuil Siondróm Down uirthi, ach tá a fhios ag Fiona go dtéann sí toisc go bhfuil sí ar an leantóir is mó! Le déanaí, thosaigh Fiona ag fáil ceisteanna agus teachtaireachtaí gan ainm ar cheann de na suíomhanna líonraithe shóisialta is fearr léi. Is ar mhaithe leis an ngreann atá formhór na gceisteanna, ach náiríonn ceisteanna áirithe í toisc go gcuirtear ceist uirthi an bhfuil sí ag siúl amach le buachaillí áirithe ina rang. Ceann de na príomhchúiseanna nach dtaitníonn na ceisteanna sin léi ná go gcuireann siad isteach ar na buachaillí agus, uaireanta, cuireann siad an fhearg atá orthu in iúl trí theachtaireachtaí maslacha a fhágáil ar a leathanach. I dteachtaireachtaí eile, cuirtear ceist uirthi nach bhfuil sí róshean chun an oiread sin spéise a chur i bpopcheol agus insítear di fás aníos. Bíonn na teachtaireachtaí ag cur isteach ar Fiona anois toisc nach bhfuil a fhios aici cé a bhíonn á scríobh agus cén fáth a mbíonn daoine ag gáire fúithi. An bhliain seo caite, bhí spéis ag gach duine i bpopcheol agus bhí meas acu uirthi mar gheall gur fhreastail sí ar na ceolchoirmeacha sin.

04 DROCH-CHOINNE TOM

Ní raibh Tom compordach riamh agus é ag labhairt le cailíní. Is dual dó bheith cotúil, tá sé beag dá aois agus, murab ionann agus roinnt de na leaideanna eile, níl sé in ann scéalta grinn a insint go nádúrtha. Chinn sé triail a bhaint as seomraí comhrá ar líne. Agus é ar cuairt ar sheomra comhrá do dhéagóirí, thosaigh sé ag labhairt le cailín an-deas darb ainm Rebecca. Bhí splanc eatarthu láithreach nuair a fuair siad amach go raibh spéis ag an mbeirt acu i dtumadóireacht scúba agus go raibh siad araon ag ullmhú don Teastas Sóisearach. Tar éis teachtaireachtaí a sheoladh chuig a chéile ar feadh cúpla seachtain, d'aontaigh Tom agus Rebecca go gcuirfidís glao físe ar a chéile chun go bhfeicfidís an duine eile den chéad uair. Bhí an-imní ar Tom faoin nglao agus rinne sé deimhin de gur úsáid sé go leor de ghlóthach ghruaige a dhearthár níos sine sula labhródh sé léi. Nuair a chuir sé glao ar Rebecca, loic a ríomhaire agus ní oibreodh a ceamara físe. Chuala Tom a lán gáire sa chúlra ach ghlac sé leis gurb í Rebecca a bhí ag gáire toisc go raibh sí chomh neirbhíseach leis. Tar éis do Rebecca a rá go raibh cuma mhaith ar Tom, dúirt sí gurbh fhearr léi níos mó a fheiceáil de. Agus í á spreagadh, bhain Tom de a chuid éadaí ar fad seachas a fhobhríste. Ba chosúil go raibh Rebecca an-sásta leis sin. Bhí gach duine ar scoil ar an eolas an lá dár gcionn faoin gcoinne físe a bhí ag Tom le Rebecca ach ní raibh a fhios ag Tom cén fáth. Ní raibh ann go dtí go bhfaca Tom an físeán ina raibh sé ag baint de a chuid éadaí go bhfuair sé amach nárbh ann do Rebecca agus gur thaifead roinnt de na daoine ar scoil a 'choinne' físe. Ní raibh Tom chomh híslithe sin riamh. Tá an físeán feicthe ag gach duine sa sráidbhaile ar fad, chomh maith leis na teachtaireachtaí ar fad faoin bhfíseán gur bhreathnaigh Tom cosúil le buachaill ocht mbliana d'aois.

05 FÉIGNIÚ AMHÁIN DE BHARRAÍOCHT DO SHEÁN

Bíonn Seán agus a chuid cairde i gcónaí ag amaidí thart ar líne. Bíonn siad ag iarraidh an féigniú is fearr a bhaint amach agus bíonn siad i gcónaí ag iarraidh an lámh in uachtar a fháil ar a chéile. Bhí an chraic go maith go dtí le déanaí nuair a fuair duine de na leaideanna smacht ar chuntas meán sóisialta Sheáin. D'athraigh sé an pasfhocal freisin. Níl Seán in ann dul isteach ina chuntas ó shin i leith ach lean na leaideanna le postálacha a dhéanamh faoina ainm. Is cuma leis cad a deir siad faoi féin ach thosaigh siad ag scaipeadh a lán ráflaí agus cúlchainte faoina ainm. Tá na nithe sin ag tarraingt míghnaoi ar Sheán ar scoil. Díríodh ar mhúinteoirí i gcuid den chúlchaint agus, tar éis don Phríomhoide a chluinstin gurb é Seán foinse na cúlchainte, is cinnte go mbeidh sé i dtrioblóid.

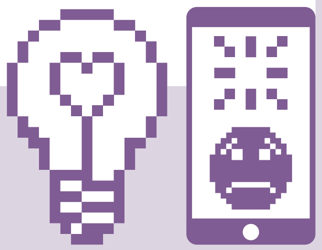
BILEOG OIBRE 3.2
CÁS-STAIDÉIR CHIBEARBHULAÍOCHTA

06 CLIBEÁILTEAR SAM

Is é an rud is mó a chuireann isteach ar Sam ná lipéid. Tá intinn oscailte aici i gcónaí. Tá a tuismitheoirí sásta ligean di a cinntí féin a dhéanamh, agus is dea-rud é sin – ní bheadh Sam in ann cloí le gnásanna fiú amháin dá mba mhian léi é sin a dhéanamh. Is í an cineál duine í a bhfuil an dúil chéanna aici i gceol trom-mhiotalach agus atá i mbannaí buachaillí popcheoil. Tá a fhios aici cé hí agus tá sí compordach leis sin. Áit amháin a mbíonn fadhbanna ag Sam ná ar scoil. Freastalaíonn sí ar scoil áitiúil na gcailíní toisc gurb í an scoil is fearr sa cheantar í, ach bíonn deacracht aici gníomhú agus í féin a ghléasadh ar bhealach a mheasann an scoil a bheith oiriúnach. Is fearr léi a cuid gruaige a choinneáil gearr agus spíceach, agus cé go n-éilíonn an scoil ar na daltaí sciortaí a chaitheamh, caitheann sí a bríste culaith spóirt nuair is féidir. Le déanaí, tá roinnt de na cailíní tar éis í a chiapadh faoin dóigh a ngníomhaíonn sí. Rinne cailín amháin trácht ar roinnt dá pictiúir ar líne, inar cuireadh ceist uirthi cén fáth nach féidir léi gléasadh ar an dóigh ar cheart di gléasadh. Thosaigh cailín eile ag seiceáil Sam isteach ar líne sa scoil áitiúil na mbuachaillí gach maidin. Chlibeáil sí Sam freisin isteach i bpictiúir ó scoil na mbuachaillí, cé nach bhfuil Sam le feiceáil i gceann ar bith de na pictiúir. Nuair a chuir Sam ceist ar an gcailín cén fáth a bhfuil sí á dhéanamh sin, dúirt an cailín, 'Bhuel, má ghléasann tú cosúil le buachaill, bheadh sé chomh maith agat freastal ar scoil na mbuachaillí.' Thosaigh an rud ar fad ag cur isteach ar Sam. Tá sí buartha go dtosóidh daoine ag smaoineamh go bhfuil sí ar scoil na mbuachaillí nuair a chlibeálann na cailíní eile í sa scoil sin agus go gcoinneofaí istigh í de bharr múitseála. Is é an rud deireanach atá uaithi ná cúis eile a bheith ag an scoil chun í a chiapadh.

07 FÁGTAR CATHY AR LEATAOBH ÓN GCOMHRÁ

Tá Cathy tar éis aistriú go scoil nua agus deir a tuismitheoirí go mbeidh siad ag fanacht mar a bhfuil siad an t-am seo. Ar deireadh, tá súil ag Cathy go mbeidh sí in ann cairde a dhéanamh le daoine ar comhaois léi. Tá ag éirí go maith léi ar scoil roimh i bhfad agus faigheann sí uimhreacha fón póca ó roinnt cailíní a bhfuil cuma dheas orthu. Ba mhaith léi crochadh thart leis na cailíní tar éis na scoile nó ag an deireadh seachtaine in ionad a bheith ag tabhairt aire dá deartháireacha agus dá deirfiúracha. Cuireann na cailíní teachtaireachtaí téacs chuig a chéile gach oíche agus tá sé beartaithe acu dul ag siopadóireacht ag an deireadh seachtaine roimh i bhfad. Tabharfaidh deirfiúr níos sine de chuid duine de na cailíní síob dóibh chuig an mbaile. Tugann Cathy a seoladh dóibh agus bíonn sí ag tnúth leis na cailíní a fheiceáil Dé Sathairn. Níl aon duine le feiceáil ar an Satharn, áfach. Cuireann Cathy glaoch ar an cailíní ach ní fhreagraíonn siad a nguthán. Nuair a fhiafraíonn sí de na cailíní Dé Luain ar scoil cad a tharla, déanann duine acu leithscéal gur bhain siad úsáid as aip theachtaireachtaí faoi choinne an chomhrá téacs agus gur cosúil nach bhfuil an aip sin aicise. Deir siad go bhfuil sé níos éasca agus níos saoire rudaí a phleanáil trí úsáid a bhaint as an aip sin agus go gcaithfidh sí í a fháil más mian léi a bheith páirteach sa todhchaí. Tá a fhios ag Cathy nach bhfuil an t-airgead ag a tuismitheoirí chun fón cliste maisiúil a cheannach di. Mar sin féin, mothaíonn sí go bhfuil na cailíní ag iarraidh í a fhágáil as an ngrúpa. Tá cleachtadh maith aici ar an gcineál seo iompair siocair gur duine den lucht siúil í.



CEACHT 4

CÉ ATÁ PÁIRTEACH?

Acmhainní

- *Let's Fight it Together* (físeán)
- Póstaer faoi rudaí a thaitníonn leat agus nach dtaitníonn leat
- Cóipeanna de litreacha chuig an gcomhairleoir croí chráite (Bileog Oibre 4.1).

Modheolaíocht

- Ceistiúchán
- Plé ranga
- Scríobh litreacha
- Obair i mbeirteanna

Torthaí Foghlama

- Beidh ionbhá ag na daltaí leis na páirtithe éagsúla a bhfuil baint acu le bulaíocht.
- Scríobhfaidh daltaí freagairtí ar an tslí a bhféadfadh daoine éagsúla cúnamh a lorg agus deireadh a chur le bulaíocht.
- Beidh na daltaí in ann cur síos a dhéanamh ar na nósanna imeachta ar cheart d'fhéachadóirí cloí leo chun an bhulaíocht a chosc.
- Beidh muinín ag na daltaí astu féin idirghabháil a dhéanamh agus beidh a fhios acu conas cabhair a fháil nuair a fheiceann siad bulaíocht.

Déantar scrúdú sa cheacht seo ar ról na ndaoine éagsúla a bhfuil baint acu le bulaíocht agus ar conas is féidir féachadóirí a spreagadh chun idirghabháil a dhéanamh. Má cuireadh an ceacht 'Nasc le Meas' i láthair an ranga mar chuid de Chlár Scoileanna na nGardaí, b'fhéidir nach gá na gníomhaíochtaí uile sa cheacht seo a dhéanamh. Déantar mionscrúdú sa cheacht Nasc le Meas ar ról na ndaoine éagsúla a bhfuil baint acu le bulaíocht.

Gníomhaíocht 4.1: Slabhra na bulaíochta

15 nóiméad

01. Iarr ar na daltaí cuimhneamh ar an bhfíseán faoi Joe, a taispeánadh sa chéad rang.

02. Agus úsáid á baint as an bhfíseán sin, nó as a n-eispéiris féin ar bhulaíocht, mar fhoinse faisnéise, iarr ar na daltaí smaoineamh faoi na ceisteanna seo a leanas agus iad a fhreagairt ina dhiaidh sin. B'fhéidir gurbh fhiú do na daltaí breathnú ar Bhileog Oibre 1.1.

? Cé a rinne iarracht idirghabháil a dhéanamh nó cé a thug cabhair nuair a bhí bulaíocht á himirt ar Joe?

Freagra molta: Bhí imní ar mháthair Joe a luaithe agus a thug sí faoi deara go raibh athrú tagtha ar a iompar. Cé gur mhaigh sí go luath go raibh sí buartha, chonlaigh Joe isteach ann féin ag an tús. Níor thuig sí i gceart cad a bhí ar siúl go dtí go bhfuair sí a fhísdialann. Ghlac sí mar chúram uirthi féin an bhulaíocht a stopadh trí labhairt go hoscailte le Joe agus trí dhul go dtí príomhoide na scoile chun cabhair a fháil. Thug múinteoir i scoil Joe faoi deara freisin go raibh Joe trína chéile i gclós na scoile. Rinne sí iarracht labhairt leis chun a fháil amach cad a bhí ag cur as dó. Ní raibh an múinteoir seo ábalta mórán cabhrach a thabhairt do Joe ach oiread ós rud é go ndúirt sé, is cosúil, go raibh sé i gceart agus gur mhaith leis a bheith leis féin.

? Cé a bhí ábalta cabhrú le Joe ach nár chabhraigh leis ar chor ar bith?

Freagra molta: B'iomaí duine a bhí ábalta cabhrú le Joe ach nár chabhraigh leis ar chor ar bith. D'fhéadfadh aon duine dá chuid iarchairde a chonaic Kim ag imirt bulaíochta ar Joe é a chosaint agus tacaíocht a thabhairt dó tríd an dlúthpháirtíocht. D'fhéadfadh duine ar bith a chonaic an suíomh gréasáin bulaíochta é a thuairisciú ar líne nó do dhuine fásta freagrach. D'fhéadfaí é sin a dhéanamh ar bhealach discréideach gan ainm a lua ionas nach n-imreofaí bulaíocht ar an duine a thuairiscigh an bhulaíocht. D'fhéadfadh na daltaí eile ar an mbus cabhair a thabhairt do Joe ach an bhulaíocht a thuairisciú do dhuine fásta freagrach nó do mheantóir daltaí nó thiocfadh leo lámh chúnta a thabhairt dó ach labhairt leis nó suí lena thaobh ar an mbus. Mar a tharla sé, bhraith Joe go raibh sé go hiomlán ina aonar ar an mbus agus shíl sé go raibh fuath ag gach aon duine dó.

03. Ina dhiaidh sin, ba cheart don mhúinteoir iarraidh ar na daltaí machnamh a dhéanamh ar an gcás seo – cad a dhéanfaidís dá dtiocfaidís ar thimpiste bhóthair ar a mbealach chun na scoile? An dtiomáinfidís thairsti nó an stopfaidís chun cabhair a thabhairt? Cad a tharlódh mura stopfadh duine ar bith? Bíonn an rogha chéanna ag daoine nuair a fheiceann siad bulaíocht ar siúl.

Ag an bpointe seo, ba cheart an téarma 'féachadóir' a chur i láthair na ndaltaí. Is iad na féachadóirí na daoine a fheiceann an bhulaíocht – ní déantóirí ná íospartaigh na bulaíochta iad. Dá mhéad daoine a fheiceann rud éigin ar bun is ea is lú seans go ndéanfaidh daoine aonair rud éigin faoi – sin a bhfuil i gceist le neamhghníomh an tslua agus is minic a tharlaíonn sé.

Ba cheart do na daltaí machnamh a dhéanamh ar na ceisteanna seo a leanas ansin:

? Cad a d'fhéadfadh cosc a chur ar dhaoine idirghabháil a dhéanamh i gcásanna bulaíochta?

Freagraí molta:

- D'fhéadfaí cosc a chur ar dhaoine idirghabháil a dhéanamh toisc go bhfuil faitíos orthu go n-imreofar bulaíocht orthusan.
- Síleann siad nach bhfuil an scéal iomlán ar eolas acu agus ní ghlacann siad páirt san aighneas dá bharr.
- Déantar bagairt orthu nuair a dhéanann siad iarracht cúnamh a thabhairt. Ní bhíonn a fhios acu cad ba cheart a dhéanamh.
- Ní aithníonn siad an saghas bulaíochta atá i gceist. Is mian leo a bheith mór leis an drong a bhfuil gean orthu. Tá siad ag iarraidh a bheith neamhspleách ar na grúpaí.
- Tá siad páirteach i mbulaíocht agus tá eagla orthu go mbeidh siad i dtrioblóid má dhéanann siad idirghabháil.

? Conas is féidir le féachadóirí cúnamh a thabhairt gan a n-aitheantas a nochtadh?

Freagraí molta: Is féidir le féachadóirí cúnamh a thabhairt ach cibearbhulaíocht a thuairisciú ar líne. Próiseas gan ainm é seo de ghnáth. Tig le féachadóirí cabhrú freisin trí mheantóir daltaí nó duine fásta freagrach a chur ar an eolas faoin eachtra bulaíochta. Is féidir leis an bhféachadóir a chur ina luí gur mhaith leis nó léi a ainm nó a hainm a choinneáil faoi rún ionas nach n-imreoidh na bulaithe bulaíocht airsean nó uirthise an chéad uair eile. Féadfaidh an féachadóir an scéal a fheabhsú trí lámh chúnta agus tacaíocht a thabhairt don duine ar a bhfuil bulaíocht á déanamh. Cuirfear in iúl do na bulaithe go bhfuiltear ar an eolas faoina n-iompar agus nach gcuirfear suas léi má labhraítear amach go socair agus go tacúil gan díoltas a lorg ar líne. Má thugtar tacaíocht d'íospartach na bulaíochta go príobháideach, b'fhéidir go mbeadh sé de mhisneach aige nó aici cúnamh a lorg.

? Conas a théann féachadóir dearfacha chun leasa do bhulaithe?

Freagraí molta: Téann féachadóir dearfach chun leasa do na daoine sin toisc go gcabhraíonn idirghabhálacha féachadóra le fadhbanna a nochtadh agus go n-eascraíonn réitigh dhearfacha astu. Is minic a dhéanann daoine bulaíocht mar go bhfuil deacrachtaí dá gcuid féin acu. Nuair a dhéanann féachadóir idirghabháil, d'fhéadfadh sé tarlú go dtabharfar an tacaíocht don bhulaí a theastaíonn uaidh nó uaithi. Cabhraíonn idirghabhálacha féachadóra freisin le deireadh a chur le coimhlint a d'fhéadfadh a bheith ag cur as don duine a dhéanann bulaíocht.

> **"Nuair a dhéanann féachadóir idirghabháil, d'fhéadfadh sé tarlú go dtabharfar an tacaíocht don bhulaí a theastaíonn uaidh nó uaithi."**

CEACHT 4
CÉ ATÁ PÁIRTEACH?

Gníomhaíocht 4.2:
Comhairleoir Croí Chráite na Bulaíochta — 10 nóiméad

01. Ba cheart an rang a roinnt ina mbeirteanna anois agus ba cheart dornán litreacha chuig an gComhairleoir Croí Chráite a thabhairt do gach beirt (féach Bileog Oibre 4.1). B'fhéidir gurbh fhiú freisin liosta a dháileadh de na heagraíochtaí cabhracha agus de na gníomhaíochtaí a d'fhéadfadh féachadóir a dhéanamh go héasca atá san áireamh in Aguisíní 4 agus in Aguisín 6. Tá nótaí a scríobh an t-íospartach, an bulaí agus roinnt féachadóirí éagsúla sna litreacha seo.

02. Ba cheart do na daltaí, i ngach cás, iarracht a dhéanamh trí bhlúirín comhairle a thabhairt ina gcuid freagraí ar na daoine a scríobh na litreacha. Tar éis do gach bheirt dhá litir a fhreagairt, ba cheart dóibh aiseolas agus comhairle a thabhairt don ghrúpa mór.

Nóta don mhúinteoir

Tá sé tábhachtach go bpléann an múinteoir freagraí na ndaltaí leo ionas go gcuirfear freagraí ionsaitheacha nó neamhéifeachtacha as an áireamh. Ba cheart go sonrófaí straitéisí idirghabhála i ngach freagra agus ba cheart go luafaí iontu freisin cé leis ar cheart don údar teagmháil a dhéanamh chun cabhair a fháil. Seo a leanas traidhfil pointí tábhachtacha ar cheart don mhúinteoir béim a leagan orthu maidir le féachadóirí ar mian leo idirghabháil a dhéanamh:

- Is tábhachtach go gcuirtear sábháilteacht an fhéachadóra san áireamh i dtólamh. Níor cheart go mbeadh féachadóirí i gcás choíche ina bhfuil siad i mbaol mí-úsáid fhisiciúil ná ionsaithe.
- Is tábhachtach freisin go mbíonn féachadóirí láidir, treallúsach agus dearfach le linn idirghabhála i gcásanna bulaíochta agus nach mbíonn siad ionsaitheach mar gur bulaíocht ann féin a bheadh ansin.

Gníomhaíocht 4.3: Rudaí ba cheart agus nár cheart d'fhéachadóirí a dhéanamh
10 nóiméad

01. Ba cheart go gcruthódh an rang rudaí ba cheart agus nár cheart d'fhéachadóirí a dhéanamh tráth na hidirghabhála i gcásanna bulaíochta. Ba cheart go gcuirfí na treoirlínte a chuireann na daltaí i dtoll a chéile leis na bileoga ina luaitear na rudaí a thaitníonn agus nach dtaitníonn leo.

Measúnú

Ba cheart go dtabharfadh na freagraí scríofa i dtaca leis an tslí le hidirghabháil a dhéanamh i gcásanna bulaíochta deis do mhúinteoirí freagairtí cuí na ndaltaí ar an mbulaíocht a mheas. Sna ceisteanna tosaigh, ba cheart go mbeadh na múinteoirí in ann a fheabhas a d'éirigh leis na daltaí sna gníomhaíochtaí roimhe seo a mheas agus an bhfuil na daltaí den tuairim go bhfuil sé de fhreagracht orthu uile deireadh a chur le bulaíocht. Féadtar Bileog na rudaí a thaitníonn leat / nach dtaitníonn leat a úsáid mar uirlis measúnachta. B'fhéidir go mbeidh ar na daltaí dearadh na bileoige a chríochnú ag an mbaile.

BILEOG OIBRE 4.1
COMHAIRLEOIR CROÍ CHRÁITE NA BULAÍOCHTA

Scríobh nótaí mar fhreagra ar gach ceann de na litreacha seo. Ba cheart trí bhlúirín comhairle a lua sna nótaí.

Litir 1

A Chomhairleoir Croí Chráite, a chara,
Is breá liom mo ghuthán agus líonrú sóisialta go háirithe, ach thosaigh mé ag fáil an-dúrúda teachtaireachtaí bagracha gan ainm le déanaí. Deirtear na rudaí seo a leanas sna teachtaireachtaí, 'Táimid ag teacht faoi do choinnese má dhéanann tú aon rud eile', 'Táimid ag teacht faoi choinne do dheirféarsa ansin' agus 'Cén fáth nach mbailíonn tú leat as an mbaile seo?'. Níl tuairim dá laghad agam cé atá ag seoladh na dteachtaireachtaí seo agus is cinnte nach bhfuil a fhios agam cén fáth a bhfuilim á bhfáil! Inis dom cad is féidir liom a dhéanamh chun rudaí a chur ina gceart. Is cuma liom fúmsa ach tá eagla orm faoi cad a tharlóidh do mo theaghlach.

Míle buíochas,
Jack

A Jack, a chara,
Seo an chomhairle atá agam duitse:
1. ______
2. ______
3. ______
Chomh maith leis sin, tig leat dul i dteagmháil le ______, ______
nó le ______
i gcomhair tuilleadh comhairle. Cuimhnigh má bhíonn eagla ort riamh nó mura mbíonn a fhios agat cad ba cheart a dhéanamh, labhair le duine fásta freagrach.

Coinnigh do mhisneach,
Comhairleoir Croí Chráite na Bulaíochta

Litir 2

A Chomhairleoir Croí Chráite, a chara,
Craic ar bith leat? Nílim bródúil as a bhfuil déanta agam. Sílim go bhfuilim i bponc ceart agus níl a fhios agam cé eile a thiocfaidh i gcabhair orm. Tá cailín inár mbliain-ne atá ábhairín aisteach. Caitheann sí éadaí atá ar nós éadaí páiste, tá boladh ait uirthi agus is gnách go gcuireann sí anrud ceisteanna nach bhfuil bun ná barr leo ar scoil. Chuir sí isteach orainn an oiread sin le déanaí gur shocraíomar blag a dhéanamh fúithi maidir leis na dóigheanna a gcuireann sí soir muid. Ní raibh ann ach cleas magaidh, ach tá an blag go hiomlán as smacht anois agus tá gach duine sa bhaile ag postáil air. Síleann cuid acu go bhfuil sé greannmhar agus seolann daoine eile teachtaireachtaí chugainn ag rá gur bulaithe sinn. Chuala mé ráfla freisin gur thosaigh an cailín á gearradh féin mar go bhfuil sí chomh trína chéile sin faoin mblag. Tá aiféala orm anois agus táim an-scanraithe faoi cad a thitfidh amach.
CABHRAIGH LIOM le do thoil!
Duine gan Ainm gan Dóchas

A Dhuine gan Ainm gan Dóchas, a chara,
Seo an chomhairle atá agam duitse:
1. ______
2. ______
3. ______
Chomh maith leis sin, tig leat dul i dteagmháil le ______, ______
nó le ______
i gcomhair tuilleadh comhairle. Cuimhnigh má bhíonn eagla ort riamh nó mura mbíonn a fhios agat cad ba cheart a dhéanamh, labhair le duine fásta freagrach.

Coinnigh do mhisneach,
Comhairleoir Croí Chráite na Bulaíochta

BILEOG OIBRE 4.1
COMHAIRLEOIR CROÍ CHRÁITE NA BULAÍOCHTA

Litir 3

A Chomhairleoir Croí Chráite, a chara,
Teastaíonn do chuid comhairle uaim! Is as an Nigéir do mo chara Nadine. Ghlac an bheirt againn páirt i gceoldráma na scoile le déanaí agus bhí an-spórt againn. Nuair a bhíomar ag feitheamh lenár radharc taobh thiar den ardán, thosaigh roinnt againn ag glacadh grianghraf dínn ag cur gothaí orainn féin le teann spraoi. Tar éis an tseó, chuir ceann de na cailíní na grianghraif go léir ar líne ionas go bhféadfaimis sult a bhaint as na cuimhní arís. Ní raibh caighdeán na ngrianghraf thar mholadh beirte toisc go raibh an soilsiú go dona taobh thiar den ardán. Tá an caighdeán chomh dona sin nach féidir ach súile agus fiacla Nadine a fheiceáil i ndáiríre i gcuid de na grianghraif agus ní a haghaidh ar fad. Thosaigh corrdhuine ag roinnt na ngrianghraf faoin teideal: 'STAD! Ní fios riamh cad atá ag néaladóireacht taobh thiar díot'. Tá cuid mhór daoine tar éis na grianghraif a fheiceáil ar líne agus tá drochspion orm de thoradh go bhfuil siad chomh ciníoch sin. Cad ba cheart dom a dhéanamh?

Le dea-mhéin,
Roz

A Roz, a chara,
Seo an chomhairle atá agam duitse:
1. ______________________
2. ______________________
3. ______________________
Chomh maith leis sin, tig leat dul i dteagmháil le
______________________,
____
nó le ______________________
i gcomhair tuilleadh comhairle. Cuimhnigh má bhíonn eagla ort riamh nó mura mbíonn a fhios agat cad ba cheart a dhéanamh, labhair le duine fásta freagrach.

Coinnigh do mhisneach,
Comhairleoir Croí Chráite na Bulaíochta

Litir 4

A Chomhairleoir Croí Chráite, a chara,
Rinne mé cinneadh mór cúpla mí siar nuair a d'fhógair mé gur leispiach mé. Tá mo chuid cairde ar scoil ag tabhairt an-tacaíocht dom agus ní chuireann sé isteach ná amach ar mo theaghlach fiú. Mar sin féin, ó tháinig mé amach, thosaigh duine amháin de mo chairde ag postáil nótaí tráchta ar mo chuid grianghraf ar líne á rá go bhfuil rudaí 'chomh haerach'. Sílim go bhfuil sí ag iarraidh a thaispeáint nach gcuireann sé isteach uirthi gur leispiach mé, ach tá na nótaí tráchta sách maslach toisc go bhfuil sí ag leagan béime ar steiréitíopaí dar liom. Tá sí de shíor ag postáil nasc a bhaineann le gnéasacht ar m'amlíne freisin, lena n-áirítear naisc le roinnt físeáin mhíchuí. Conas ba cheart dom déileáil leis seo? Nílim ag iarraidh goilleadh uirthi ach measaim gur ciapadh atá ann san am i láthair!

Tá súil agam gur féidir leat cuidiú liom.
Le grá, T.

A T, a chara,
Seo an chomhairle atá agam duitse:
1. ______________________
2. ______________________
3. ______________________
Chomh maith leis sin, tig leat dul i dteagmháil le
______________________,
____
nó le ______________________
i gcomhair tuilleadh comhairle. Cuimhnigh má bhíonn eagla ort riamh nó mura mbíonn a fhios agat cad ba cheart a dhéanamh, labhair le duine fásta freagrach.

Coinnigh do mhisneach,
Comhairleoir Croí Chráite na Bulaíochta

BILEOG OIBRE 4.1
COMHAIRLEOIR CROÍ CHRÁITE NA BULAÍOCHTA

Litir 5

A Chomhairleoir Croí Chráite, a chara,

Conas is féidir an cás seo a réiteach do bharúil? Bhain ár bhfoireann iománaíochta cluiche ceannais chraobh an chontae amach anuraidh. Rinneadh an cluiche ar fad a thaifeadadh. Ar an drochuair, ní raibh an lá linn agus chailleamar. Ní raibh an locht ar dhuine áirithe amháin. Bhíomar uile uafásach. Tá an físeán ag duine éigin a rinne eagarthóireacht ar chuid na botúin ba mhó a rinne Kevin, duine de na lánchúlaithe. Chuir sé nó sí an teideal Sár-Iománaíocht ar an bhfíseán agus déantar ceap magaidh dó ann toisc go leagtar béim ar a chuid botún. Ní lúthchleasaí ná imreoir den scoth é ach déanann sé a dhícheall agus mothaím an-trua dó. I mo thuairim féin, duine ón bhfoireann eile a rinne é. An bhfuil comhairle ar bith agat dom amach seach díoltas a bhaint amach ar an bpáirc an bhliain seo chugainn?!

Conchubhar

A Chonchubhair, a chara,
Seo an chomhairle atá agam duitse:
1. ______________________
2. ______________________
3. ______________________
Chomh maith leis sin, tig leat dul i dteagmháil le
______________________,
____
nó le ______________________
i gcomhair tuilleadh comhairle. Cuimhnigh má bhíonn eagla ort riamh nó mura mbíonn a fhios agat cad ba cheart a dhéanamh, labhair le duine fásta freagrach.
Coinnigh do mhisneach,
Comhairleoir Croí Chráite na Bulaíochta

Litir 6

A Chomhairleoir Croí Chráite, a chara,

Tá m'iarchara is fearr ag siúl amach le m'iarbhuachaill, agus tá sé do mo chur soir! Bhí a fhios aici go raibh aird agam air go fóill ach phóg sí é ar aon nós. Tá siad ag siúl amach le chéile anois agus tá paidir chapaill á déanamh aici den rud ar fad lena cuid clibeanna agus grianghraf ar líne. Níl inti ach fealltóir. Is FUATH liom í. Ní bheimid inár gcairde arís choíche. Chinn mé ceacht a mhúineadh di trí bhradail a dhéanamh ar a próifíl líonraithe shóisialta agus trí únfairt thart lena cuntas. Rinne mé eagarthóireacht Photoshop ar chuid dá grianghraif fiú le cuma níos raimhre a chruthú di toisc gur sin go díreach atá inti ... BRÉAGADÓIR mór bradach! Grr! Cad eile ba cheart dom a dhéanamh le sásamh a bhaint aisti? Caithfidh gach duine a bheith ar an eolas faoin gcineál duine atá inti.

Aisling xoxo

A Aisling, a chara,
Seo an chomhairle atá agam duitse:
1. ______________________
2. ______________________
3. ______________________
Chomh maith leis sin, tig leat dul i dteagmháil le
______________________,
____
nó le ______________________
i gcomhair tuilleadh comhairle. Cuimhnigh má bhíonn eagla ort riamh nó mura mbíonn a fhios agat cad ba cheart a dhéanamh, labhair le duine fásta freagrach.
Coinnigh do mhisneach,
Comhairleoir Croí Chráite na Bulaíochta

Litir 7

A Chomhairleoir Croí Chráite, a chara,

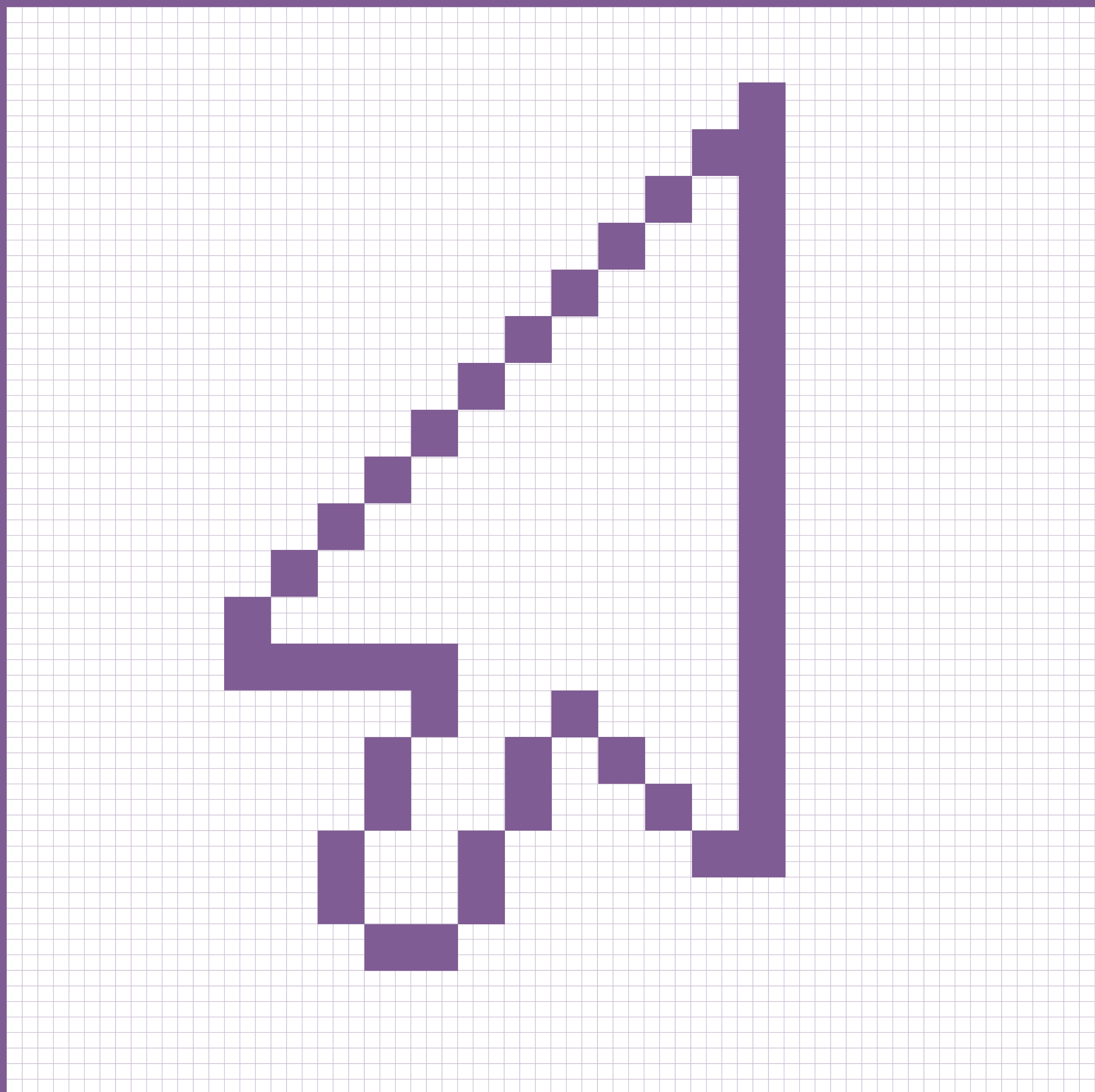
B'fhéidir gur aisteach é domsa scríobh chugatsa de thairbhe gur múinteoir mé ach is cosúil go bhfuil an oiread sin tuisceana agat ar dhéagóirí gur fiú dul i dteagmháil leat! Tá a fhios agam go bhfuil bulaíocht á himirt ar chuid de mo dhaltaí. D'éirigh siad an-chiúin agus chaill siad cuid mhór muiníne. Am ar bith a fhiafraím díobh faoi, tugann siad an chluas bhodhar dom ach tá a fhios agam go bhfuil cabhair uathu. Sílim go mb'fhéidir go bhfuil an bhulaíocht ar siúl ar líne cionn is go bhfaca mé teachtaireachtaí gránna ar na líonraí sóisialta oscailte a mbaineann cuid de na daltaí úsáid astu. Nílim ag brathadóireacht thart orthu ach tá an-imní orm fúthu ós rud é gurb eol dom an oiread dochair is féidir leis an mbulaíocht a dhéanamh. Cad ba cheart a dhéanamh dar leat?

Míle buíochas,

Iníon Ní Ch.

A Iníon Ní Ch., a chara,
Seo an chomhairle atá agam duitse:
1. ______________________
2. ______________________
3. ______________________
Chomh maith leis sin, tig leat dul i dteagmháil le
______________________,
____
nó le ______________________
i gcomhair tuilleadh comhairle. Cuimhnigh má bhíonn eagla ort riamh nó mura mbíonn a fhios agat cad ba cheart a dhéanamh, labhair le duine fásta freagrach.
Coinnigh do mhisneach,
Comhairleoir Croí Chráite na Bulaíochta

CEACHT 5
TUAIRISCIÚ:#UP2US



CEACHT 5
TUAIRISCIÚ: #UP2US

Acmhainní

- Rochtain ar an idirlíon do gach dalta
- Cóipeanna de Bhileog Oibre 5.1 agus 5.2

Modheolaíocht

- Anailís ar líonraí sóisialta
- Obair i mbeirteanna
- Taighde ar líne
- Tuairisciú ar líne
- Liosta scríofa a chur le chéile

Torthaí Foghlama

- Gheobhaidh na daltaí léargas ar a bhfuil i gceist le ról an rannpháirtí agus le ról an fhéachadóra i dtaca le cibearbhulaíocht.
- Beidh daltaí aireach in aghaidh na cibearbhulaíochta.
- Beidh a fhios ag daltaí conas bulaíocht a thuairisciú ar shuíomhanna líonraithe shóisialta agus beidh a fhios acu cad atá i gceist le tuairisciú.

Foghlaimeoidh na daltaí cad atá le gceist le ról an fhéachadóra agus le ról an rannpháirtí i dtaca le bulaíocht ar líne agus múinfear dóibh conas dul i gcoinne na cibearbhulaíochta trí thuairisciú ar líne.

Gníomhaíocht 5.1: Cuma na bulaíochta agus féachadóirí ar líne

10 nóiméad

Is é cuspóir na gníomhaíochta seo go mbunóidh daltaí na gníomhartha ar bulaíocht ar líne iad.

01. Iarr ar na daltaí líonra sóisialta a phiocadh le ceisteanna a fhreagairt faoi. Agus iad ina mbeirteanna, iarr ar na daltaí Bileog 5.1 a chomhlánú i ndáil leis an líonra sóisialta is rogha leo.

02. Faigh aiseolas ó na daltaí chun dearcthaí a fháil ón dúrud líonraí sóisialta. D'fhéadfadh go mbeadh gá lena chinntiú go bhfuil éagsúlacht mhaith le sonrú sna líonraí sóisialta a roghnófar sula gcuirfear tús leis an tasc seo.
Ba cheart go spreagfaí na daltaí le hiompar bulaíochta a dtagann siad uirthi ar líne a thuairisciú. Is é aidhm na chéad ghníomhaíochta eile cabhrú leo dul i dtaithí ar an bpróiseas tuairiscithe ar líne ionas nach mbraithfidh siad neirbhíseach faoi.

Nóta don mhúinteoir

Tá sé fíorthábhachtach na daltaí a chur ar an eolas faoi nósanna imeachta tuairiscithe na scoile maidir le bulaíocht roimh thús an cheachta seo. Ba cheart na daltaí a spreagadh le heachtraí bulaíochta a thuairisciú ar líne agus ar scoil.

CEACHT 5
TUAIRISCIÚ:#UP2US

Gníomhaíocht 5.2: Bulaíocht a thuairisciú ar líne

15 nóiméad

01. Cuir na daltaí i ngrúpaí agus iarr orthu taighde a dhéanamh ar fhreagraí Bhileog Oibre 5.2 trí úsáid a bhaint as an idirlíon. Tá sé tábhachtach a thabhairt faoi deara go gcuireann an leibhéal scagtha ábhair a úsáideann bunús na scoileanna cosc ar dhaltaí dul ar shuíomhanna líonraithe shóisialta ar scoil. Ciallaíonn sé seo go mb'fhéidir gur gá do dhaltaí fanacht go dtí go bhfilleann siad abhaile sula mbeidh siad in ann cuid de na ceisteanna ar an mbileog oibre seo a chomhlánú.

? Cad is brí le nótaí tráchta, grianghraif, físeáin agus ábhair eile ar líne a thuairisciú?
Freagra molta: Is é is ciall le nótaí tráchta, grianghraif, físeáin agus ábhair eile ar líne a thuairisciú ná úsáid a bhaint as na gnéithe tuairiscithe ar shuíomh gréasáin chun an suíomh gréasáin a chur ar an eolas faoi ábhar maslach. Nuair a thagann úsáideoirí ar ábhar neamhdhleathach, maslach nó míchuí ar shuíomh líonraithe shóisialta, ba cheart dóibh leas a bhaint as na próisis tuairiscithe drochíde chun an t-ábhar a chur in iúl don suíomh líonraithe shóisialta. Athbhreithníonn modhnóirí an tsuímh ghréasáin faoi chaibidil an t-ábhar ansin i bhfianaise na tuairisce agus baineann siad ábhar ar bith a sháraíonn a mbeartais den suíomh. Ba cheart cibearbhulaíocht ar bith a fheictear ar shuíomh gréasáin líonraithe shóisialta a thuairisciú don suíomh gréasáin sin.

? Cén t-ábhar ba cheart a thuairisciú?
Freagra molta: Ba cheart aon ábhar neamhdhleathach, míchuí nó maslach a thuairisciú. Áirítear leis an ábhar sin iompar cibearbhulaíochta, léiriú bréige agus aon íomhánna nó faisnéis a d'fhéadfadh duine a chur i mbaol. Is samplaí iad pornagrafaíocht leanaí, ciapadh, ábhar maslach, iompar bulaíochta, turscar agus cuntais bhréige.

? Cad a tharlaíonn nuair a thuairiscíonn tú mí-úsáid ar líne don líonra sóisialta faoi chaibidil?
Freagra molta: Athbhreithníonn modhnóirí an tsuímh ghréasáin faoi chaibidil an t-ábhar ansin i bhfianaise na tuairisce agus baineann siad ábhar ar bith a sháraíonn a mbeartais den suíomh.

? Conas a thuairiscíonn tú ábhar nó iompar míchuí ar líne?
Freagra molta: Is féidir leat ábhar nó iompar míchuí ar líne a thuairisciú ach an cnaipe 'Tuairiscigh Mí-úsáid' a chliceáil agus aon sonraí riachtanacha a chomhlánú. Mura mbíonn rogha 'Tuairiscigh Mí-úsáid' ar shuíomh gréasáin, d'fhéadfá ríomhphost a chur chuig an suíomh agus fiafraí díobh faoin nós imeachta a thiocfadh leat a leanúint. Is féidir, agus ba cheart go deimhin, aon ábhar atá neamhdhleathach dar leat a thuairisciú do Hotline.ie agus don Gharda Síochána freisin.

? An mbeidh a fhios ag bulaithe gur tusa an duine a thuairiscigh an t-ábhar?
Freagra molta: Ní bheidh. Nuair a thuairiscíonn tú ábhar ar shuíomh gréasáin, ní nochtar d'ainm. Ní nochtfar d'aitheantas ach amháin má chinneann tú é á insint don duine tú féin.

? Cad ba cheart duit a dhéanamh, nuair a thuairiscíonn tú ar líne, mura mbíonn tú sásta leis an gcaoi a réitítear an cás?
Freagra molta: Ba cheart duit stádas do thuairisce a sheiceáil ar dtús. Corruair, tógann sé cúpla lá le haghaidh a thabhairt ar thuairiscí. Má tá an t-ábhar a thuairiscíonn tú neamhdhleathach, ba cheart duit labhairt leis na Gardaí agus le Hotline.ie. Má tá an t-ábhar maslach agus má bhíonn seans ann nach bhfuil sé neamhdhleathach, ba cheart duit duine fásta freagrach a chur ar an eolas faoi agus inseoidh seisean nó sise duit cad ba cheart duit a dhéanamh. Má bhraitheann tú nach bhfuil aon duine ann a chabhróidh leat, is seirbhís den scoth í Líne Chabhrach na Leanaí.

Webwise

Ba cheart go gcabhródh suíomhanna gréasáin um shábháilteacht idirlín, mar shampla www.webwise.ie, le daltaí an ghníomhaíocht seo a chomhlánú. Is é Webwise tionscnamh na Roinne Oideachais agus Scileanna um shábháilteacht idirlín atá dírithe ar fheasacht a spreagadh ar shaincheisteanna i leith sábháilteacht idirlín. Is iomaí alt agus acmhainn ar shuíomh gréasáin Webwise, www.webwise.ie, a thabharfaidh eolas do thuismitheoirí, do mhúinteoirí agus don aos óg faoi ábhair éagsúla i ndáil le cibearbhulaíocht. Is acmhainn úsáideach é an suíomh gréasáin seo do dhaltaí atá ag lorg eolais ar ábhair éagsúla i dtaobh sábháilteacht idirlín, amhail tuairisciú.

? Cén cineál ábhair nár cheart a thuairisciú ar líne?
Freagra molta: Níor cheart duit duine a thuairisciú as mí-úsáid mura bhfuil tú cinnte dearfach go ndearna sé nó sí rud éigin mícheart. Corruair, is éasca easaontas pearsanta a thabhairt ar líne. B'fhéidir go mbeifeá den tuairim gur díoltas cóir é dá ndúnfaí próifíl duine éigin, ach tá a leithéid de thuairisciú bréagach mífhreagrach agus d'fhéadfadh iarmhairtí a bheith i ndán duit féin agus don úsáid a bhaineann tú as líonraí sóisialta éagsúla dá thoradh.

? An féidir bulaíocht a thuairisciú i dteachtaireachtaí príobháideacha?
Freagra molta: Corruair is féidir. Braitheann ábaltachtaí tuairiscithe ar an suíomh gréasáin faoi chaibidil. Beidh ort a sheiceáil má ligeann na suíomhanna is fearr leat duit mí-úsáid i dteachtaireachtaí príobháideacha a thuairisciú.

? Cé na buntáistí a bhaineann le huirlisí tuairiscithe ar líne?
Freagra molta: Is bealach gasta, éasca agus discréideach iad uirlisí tuairiscithe chun mí-úsáid a thuairisciú gan d'ainm a nochtadh. Déantar cinnte de gur áit níos dearfaí í do thimpeallacht dhigiteach má dhéantar mí-úsáid a thuairisciú. Lena chois sin, tugann tuairisciú deis duit céim réamhghníomhach a ghlacadh chun cibearbhulaíocht agus cineálacha eile mí-úsáide ar líne a stopadh.

? Cé na míbhuntáistí a bhaineann le huirlisí tuairiscithe ar líne?
Freagra molta: Is féidir le fiosrúcháin ar thuairiscí ar líne a bheith mall, ag brath ar acmhainní an tsuímh ghréasáin i gceist. Ina theannta sin, cé gur féidir le suíomhanna gréasáin an t-ábhar a bhaint, bíonn sé ró-mhall go minic toisc go gcóipeáiltear an t-ábhar nó, i gcásanna áirithe, d'fhéadfadh sé a bheith mearscaipthe. Is beag tionchar atá ag na daoine a dhéileálann le tuairiscí freisin ó thaobh bunchúis na faidhbe a réiteach. Teastaíonn meascán de thréanchláir oideachais, de chomhlachtaí forfheidhmithe dlí tacúla, de bhreathnóirí freagracha agus de theiripeoirí cáilithe chun aghaidh a thabhairt ar an iompar is bunchúis don mhí-úsáid ar líne. Ábhar ar bith a sháraíonn a gcuid beartas.

Gníomhaíocht 5.3: Sárleideanna maidir le bulaíocht ar líne a thuairisciú

10 nóiméad

01. Iarr ar na daltaí liosta leideanna a thiomsú maidir le bulaíocht ar líne a thuairisciú. Ba cheart go n-áireofaí leis na leideanna sin an cineál ábhair ba cheart a thuairisciú, conas ba cheart do dhaltaí ábhar a thuairisciú agus aon bhearta eile ba cheart do dhaltaí a dhéanamh ionas nach mbeidh siad ina bhféachadóir i gcás bulaíochta.

02. Ba cheart na treoirlínte sin a chur leis an mbileog frith-chibearbhulaíochta ina dhiaidh sin (féach Gníomhaíocht 3.3). Ba cheart na bileoga sin a chríochnú ansin agus iad a ghreamú den phóstaer 'Tionchar na Bulaíochta'.

Measúnú

De thoradh na mbileog comhairle a tháirgeadh, beidh tú ábalta tuiscint na ndaltaí ar ról éagsúla na rannpháirtithe agus na bhféachadóirí a bhfuil baint acu le bulaíocht, a mheas. Dírítear sa cheacht seo go háirithe ar iompar bulaíochta ar líne agus ar an gcaoi a ngníomhaíonn na rannpháirtithe éagsúla i gcomhthéacs ar líne. Beidh tú in ann measúnú a dhéanamh ar threoirlínte na ndaltaí maidir le timpeallacht níos uileghabhálaí a chruthú a bhuíochas leis an mbileog chomhairle freisin.

BILEOG OIBRE 5.1

CUMA NA BULAÍOCHTA

Roghnaigh líonra sóisialta agus mínigh cuma na bulaíochta de réir dhearcadh na ndaoine éagsúla i gceist.

Líonra sóisialta:

An tÍospartach	An Bulaí	An Féachadóir
01. Nótaí tráchta gránna a fháil ar an leathanach	01. Grianghraif mhaslacha a athraíodh a phostáil/a nascadh	01. Gan ábhar maslach a thuairisciú
02.	02.	02.
03.	03.	03.
04.	04.	04.
05.	05.	05.

Roghnaigh líonra sóisialta agus mínigh cuma na bulaíochta de réir dhearcadh na ndaoine éagsúla i gceist.

Líonra sóisialta:

An tÍospartach	An Bulaí	An Féachadóir
01. Nótaí tráchta gránna a fháil ar an leathanach	01. Grianghraif mhaslacha a athraíodh a phostáil/a nascadh	01. Gan ábhar maslach a thuairisciú
02.	02.	02.
03.	03.	03.
04.	04.	04.
05.	05.	05.

BILEOG OIBRE 5.2

QUIZ: BULAÍOCHT A THUAIRISCIÚ AR LÍNE

**Cuir tic leis na freagraí cuí ar fad.
Corruair, tá níos mó ná freagra ceart amháin ann.**

1 Cad is brí le nótaí tráchta, grianghraif, físeáin agus ábhair eile ar líne a thuairisciú?
- ☐ Tuairisc nuachtáin a scríobh ar ábhar idirlín.
- ☐ Duine fásta a chur ar an eolas faoi ábhar maslach a fheiceann tú ar líne.
- ☐ Úsáid a bhaint as na gnéithe tuairiscithe ar shuíomh gréasáin chun an suíomh gréasáin a chur ar an eolas faoi ábhar maslach.

2 Cén t-ábhar ba cheart a thuairisciú?
- ☐ Ábhar neamhdhleathach
- ☐ Ábhar maslach
- ☐ Iompar bulaíochta
- ☐ Ábhar atá greannmhar domsa ach a d'fhéadfadh goilleadh ar dhaoine eile
- ☐ Turscar
- ☐ Cuntais bhréige
- ☐ Postálacha faoi chearta daonna

3 Cad a tharlaíonn nuair a thuairiscíonn tú mí-úsáid ar líne don líonra sóisialta faoi chaibidil?

4 Conas a thuairiscíonn tú ábhar nó iompar míchuí ar líne?

5 An mbeidh a fhios ag bulaithe gur tusa an duine a thuairiscigh an t-ábhar?
- ☐ Beidh
- ☐ Ní bheidh
- ☐ Beidh a fhios acu corruair

6 Cad ba cheart duit a dhéanamh, nuair a thuairiscíonn tú ar líne, mura mbíonn tú sásta leis an gcaoi a réitítear an cás?

7 Cén cineál ábhair nár cheart a thuairisciú ar líne?

8 An féidir bulaíocht a thuairisciú i dteachtaireachtaí príobháideacha?
- ☐ Is féidir
- ☐ Ní féidir
- ☐ Is féidir corruair

9 Cé na buntáistí a bhaineann le huirlisí tuairiscithe ar líne?

10 Cé na míbhuntáistí a bhaineann le huirlisí tuairiscithe ar líne?

CEACHT 6

BUNTÁISTÍ AGUS MÍBHUNTÁISTÍ AN IDIRLÍN

Acmhainní

- Irisí agus nuachtáin
- Páipéar A3
- Pritt Stick
- Siosúr
- Cóipeanna de Bhileog Oibre 6.1.

Modheolaíocht

- Plé ranga
- Colláis
- Suirbhé

Torthaí Foghlama

- Beidh daltaí in ann liosta a dhéanamh dá n-ábhair imní i dtaobh an idirlín.
- Nochtfaidh daltaí a ndearcadh ar an idirlíon trí chólláis agus trí shuirbhé ar bhuntáistí an idirlín.

Spreagtar daltaí sa cheacht seo chun smaoineamh ar bhuntáistí agus ar mhíbhuntáistí an idirlín. Ba cheart go mbeadh na hábhair imní a chuirtear in iúl ina mbunús le beartas bulaíochta agus treoirlínte maidir le sábháilteacht idirlín na scoile a fhorbairt agus a bheachtú.

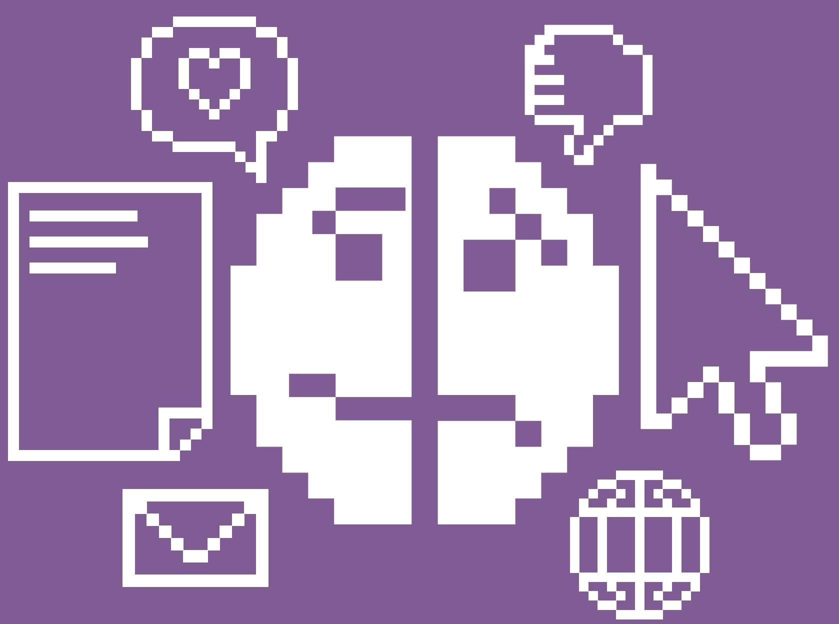
Gníomhaíocht 6.1: An t-idirlíon iar-apacailipteach

15 nóiméad

01. Iarr ar na daltaí a shamhlú go bhfuil siad ag maireachtáil i ndomhan iar-apacailipteach ina bhfuil an ainriail i réim. Fúthusan atá sé rialacha a cheapadh le haghaidh an idirlín.

02. Ba cheart do gach dalta trí bhuntáiste a bhaineann leis an idirlíon ba mhaith leo a chosaint a lua i dteannta trí mhíbhuntáiste a chuireann imní orthu.

03. Tar éis do gach dalta an tasc seo a chur díobh, ba cheart dóibh a liostaí a phlé leis an rang ar fad.



Gníomhaíocht 6.2: Buntáistí agus míbhuntáistí an idirlín de réir pictiúr agus uimhreacha

20 nóiméad

01. Ba cheart na daltaí a roinnt ina ngrúpaí de réir a gcuid ábhair spéise. Ba cheart na daltaí ar spéis leo ealaín agus cruthaitheacht a chur ag obair i ngrúpaí chun colláisí a chruthú le gearrtháin irise. Ba cheart go ndéanfaí cur síos sna colláisí ar bhuntáistí agus ar mhíbhuntáistí an idirlín. Ba cheart go mbeadh na daltaí réidh lena saothar ealaíne a chur i láthair a gcomhdhaltaí ag tús an chéad ranga eile.

Idir an dá linn, ba cheart do dhaltaí arbh fhearr leo matamaitic agus eolaíocht an suirbhé ar Bhileog Oibre 6.1 a dhearadh agus a riar ar an gcuid eile den rang chun roinnt staitisticí a thiomsú maidir leis an úsáid a bhaineann na daltaí as an idirlíon. Ba cheart go mbeadh na daltaí in ann na freagairtí agus na ranganna a chur in oiriúint do riachtanais an ranga. Tar éis an fhaisnéis sin a thiomsú, ba cheart dóibh í a chóimheas agus na torthaí a chur i láthair an chuid eile den rang an chéad lá eile.

Cé go bhféadfadh baint a bheith ag gach dalta sa ghrúpa suirbhéireachta le cumadh an tsuirbhé, ba cheart do ghrúpa níos lú na freagraí a bhailiú. Ba cheart do na daoine eile sa ghrúpa na freagairtí a chóimheas agus na torthaí a thaispeáint ar chairteacha. D'fhéadfaí na suirbhéanna a riar ó bhéal nó i scríbhinn.

Ba cheart go gcabhródh gníomhaíochtaí an cheachta seo le daltaí breithniú a dhéanamh ar na gnéithe den idirlíon atá tábhachtach dóibh agus ar na gnéithe is gá a bheith cúramach leo. Ba cheart go gcuirfeadh an t-iniúchadh seo ar chumas na ndaltaí a bheith críonna nuair atá beartais scoile á n-anailísiú agus á mbeachtú sna chéad cheachtanna eile.

> **'Ba cheart go gcabhródh gníomhaíochtaí an cheachta seo le daltaí breithniú a dhéanamh ar na gnéithe den idirlíon atá tábhachtach dóibh agus ar na gnéithe is gá a bheith cúramach leo.'**

Measúnú

Ullmhóidh na gníomhaíochtaí a chuirfear i gcrích sa cheacht seo na daltaí le haghaidh an taisc mheasúnachta maidir le beartais bhulaíochta agus treoirlínte maidir le sábháilteacht idirlín a scoile a athbhreithniú agus chun a gcairt ranga féin a scríobh i gceachtanna ina dhiaidh sin.

BILEOG OIBRE 6.1

CÁ MHINICE A DHÉANANN TÚ...

Cuir tic sna boscaí cuí thíos

Gníomhaíocht	Cúpla uair gach lá	Gach lá nó beagnach gach lá	Gach seachtain ar a laghad	Ní dhéanaim riamh é / go fíorannamh	Níl a fhios agam / b'fhearr liom gan a rá
Do phróifíl líonraithe shóisialta a nuashonrú					
Alt ar líne a léamh					
An tIdirlíon a úsáid le haghaidh obair scoile					
Ábhar gréasáin a chruthú (blag nó físeán)					
Grianghraf a uaslódáil					

CEACHT 7

TUAIRISCIÚ: #UP2US

Acmhainní

- Cóipeanna de bheartas bulaíochta, de AUP agus de threoirlínte maidir le sábháilteacht idirlín na scoile
- Póstaeir a tháirgtear i nGníomhaíocht 6.2

Modheolaíocht

- Láithreoireacht
- Ransú smaointe
- Anailís ar théacs i ngrúpaí
- Obair i ngrúpaí chun rialacha a cheapadh

Torthaí Foghlama

- Cuirfidh na daltaí a saothar ealaíne agus torthaí an tsuirbhé i dtaobh bhuntáistí agus mhíbhuntáistí an idirlín i láthair.
- Déanfaidh na daltaí beartas bulaíochta, AUP agus treoirlínte maidir le sábháilteacht idirlín na scoile a anailísiú agus a bheachtú.
- Bainfidh na daltaí sochar as an eolas agus as an léargas a fuarthas i gCeacht 6 chun feabhas a chur ar bheartais na scoile.

Spreagfaidh an ceacht seo na daltaí chun beartas bulaíochta, AUP agus treoirlínte um shábháilteacht idirlín na scoile a anailísiú agus a bheachtú trí úsáid a bhaint as eolas a fhaightear i gCeacht 6.

Gníomhaíocht 7.1: An t-idirlíon de réir pictiúr agus uimhreacha — 10 nóiméad

01. Ba cheart do dhaltaí na smaointe a léirítear sa saothar ealaíne agus torthaí an tsuirbhé a chur i láthair an ranga ar fad. Ba cheart do na daltaí nóta a dhéanamh de na príomhthorthaí agus de na príomhtheachtaireachtaí uile lena n-úsáid sa dara leath den rang. Ba cheart an saothar ealaíne ar fad a chur in airde sa seomra ranga ansin ionas gur féidir leis na daltaí na teachtaireachtaí a fheiceáil agus athbhreithniú a dhéanamh orthu ní ba dhéanaí.

Gníomhaíocht 7.2: Na beartais a scrúdú — 20 nóiméad

01. Ba cheart na daltaí a roinnt ina ngrúpaí. Ba cheart cóip den bheartas bulaíochta, den AUP nó de na treoirlínte maidir le sábháilteacht idirlín a thabhairt do gach grúpa lena léamh agus lena hanailísiú.

02. Ba cheart do na daltaí na beartais a phlé ina ngrúpaí agus iad a leasú más gá, de réir a n-ábhar imní faoi chibearbhulaíocht agus faoin idirlíon mar a léirítear sa chur i láthair, agus de réir impleachtaí a n-iompair agus a sábháilteachta pearsanta féin.

CEACHT 7
NA RIALACHA A ATHSCRÍOBH

Ceisteanna is féidir le daltaí a bhreithniú tráth na beartais a athbhreithniú:

- **An bhfuil an beartas seo cothrom le dáta? An léirítear na forbairtí is déanaí ar an teicneolaíochtann?**
- **An ligeann an beartas seo duit teicneolaíocht a úsáid go héifeachtach agus an oiread leasa agus is féidir a bhaint as an idirlíon?**
- **An dtugtar aghaidh sa bheartas seo ar an imní atá ort faoin idirlíon? Mura dtugtar, cad iad na hathruithe ba cheart a dhéanamh?**
- **An gceapann tú go spreagann nó go spreagfaidh an beartas seo daoine chun iad féin a iompar ar bhealach a chuireann timpeallacht frithbhulaíochta agus úsáid dhearfach na teicneolaíochta chun cinn?**
- **An dtacaíonn an beartas seo le sábháilteacht phearsanta gach duine sa scoil (daltaí, múinteoirí, tuismitheoirí agus foireann chúnta)?**

03. Tar éis oibriú lena chéile, ba cheart do dtabharfadh gach grúpa aiseolas don rang ar fad maidir lena moltaí le haghaidh athruithe ar bheartais. Ba cheart achoimre ar an aiseolas a bhreacadh síos ar an gclár.

Gníomhaíocht 7.3: Moltaí agus cinntí a dhéanamh i dtaobh bheartais na scoile

5 nóiméad

01. Ba cheart go gcomhaontódh na daltaí ar na hathruithe beartais ba cheart a mholadh do lucht bainistíochta na scoile, dar leo. D'fhéadfaí é seo a dhéanamh trí vótáil ar na moltaí éagsúla a dhéantar.

02. Ba cheart scata daltaí a ainmniú chun bualadh le lucht bainistíochta na scoile lena gcur ar an eolas faoi mholtaí an ranga. Ba cheart an cruinniú sin a thionól tar éis Cheacht 8, nuair a chruthóidh na daltaí a rialacha ranga féin.

Measúnú

Ullmhóidh na gníomhaíochtaí a chuirfear i gcrích sa cheacht seo na daltaí le haghaidh an taisc mheasúnachta maidir lena gcairt ranga féin a scríobh i gCeacht 8.

Gníomhaíocht 7.4: Gníomhaíocht d'obair bhaile

01. Ba cheart do gach dalta trí áit ar scoil agus trí áit ar an idirlíon a shainaithint ina dtagann siad ar iompar bulaíochta. Beidh an fhaisnéis sin ag teastáil le haghaidh Cheacht 8.

CEACHT 8
FRITHBHULAÍOCHT A LÉIRIÚ

Acmhainní

- Rochtain ar an idirlíon do na daltaí
- Soláthairtí ealaíne
- Léarscáil na scoile, más ann di
- Cóipeanna de Bhileog Oibre 8.1.

Modheolaíocht

- Obair léarscáile agus grafadh
- Obair i ngrúpaí
- Láithreoireacht

Torthaí Foghlama

- Cruthóidh na daltaí léirithe amhairc ina dtaispeántar ceantair mhóra bulaíochta na scoile agus na timpeallachta ar líne dá gcuid freisin.
- Tosóidh na daltaí ag smaoineamh ar an dóigh ar féidir leo dul i ngleic le fadhbanna bulaíochta ar leith ina dtimpeallachtaí fisiciúla agus fíorúla féin.

Spreagtar na daltaí sa cheacht seo chun tuiscint a fháil ar an mbulaíocht ina dtimpeallacht féin trí na ceantair mhóra bulaíochta ar scoil agus ar líne a shainaithint. Spreagtar iad ansin chun rud éigin a dhéanamh faoin mbulaíocht trí chairt ranga a chur le chéile d'fhonn crios frith-chibearbhulaíochta a dhéanamh den scoil.

Gníomhaíocht 8.1: Bulaíocht a mhapáil

10 nóiméad

01. Agus iad i ngrúpaí, ba cheart do na daltaí comparáid a dhéanamh idir na freagraí ar Ghníomhaíocht 7.4.
02. Ina dhiaidh sin, ba cheart dóibh na ceantair mhóra bulaíochta a shainaithint.
03. Ba cheart dóibh an fhaisnéis sin a chur ar léarscáil nó ar ghraf ansin.

Gníomhaíocht 8.2: Cairt i gcomhair scoil frithbhulaíochta

15 nóiméad

01. Bunaithe ar an bhfaisnéis a bailíodh i nGníomhaíocht 8.1 agus ar an bhfaisnéis a cuireadh i láthair sa saothar ealaíne a táirgeadh i gCeacht 7, ba cheart do na daltaí tabhairt faoina gcairt féin a fhorbairt le crios frithbhulaíochta a dhéanamh den scoil (féach Bileog Oibre 8.1). D'fhéadfaí na cairteacha sin a chur ar crochadh sna seomraí ranga agus sna ceantair mhóra bulaíochta (go háirithe sa ríomhlann chun dul i ngleic leis an gcibearbhulaíocht).

02. Sula gcuirtear i mbun oibre i ngrúpaí iad, ba cheart do gach dalta cúpla nóiméad a chaitheamh chun na trí ní is tábhachtaí le haghaidh cairt ranga éifeachtach, dar leo, a liostú.

Nuair atá na cairteacha sin á scríobh, ba cheart do na daltaí iad a dhéanamh achomair, cothrom le dáta agus sothuigthe. Ba cheart do na daltaí dianmhachnamh a dhéanamh ar na smaointe seo a leanas:

→ Cén chuma atá ar chrios frithbhulaíochta?

→ Cén cineál iompair agus cleachtas a mbeifí ag dréim leis i do rogha chrios frithbhulaíochta?

CEACHT 8
FRITHBHULAÍOCHT A LÉIRIÚ

Gníomhaíocht 8.3: Cairt i gcomhair scoil frithbhulaíochta a chur i láthair

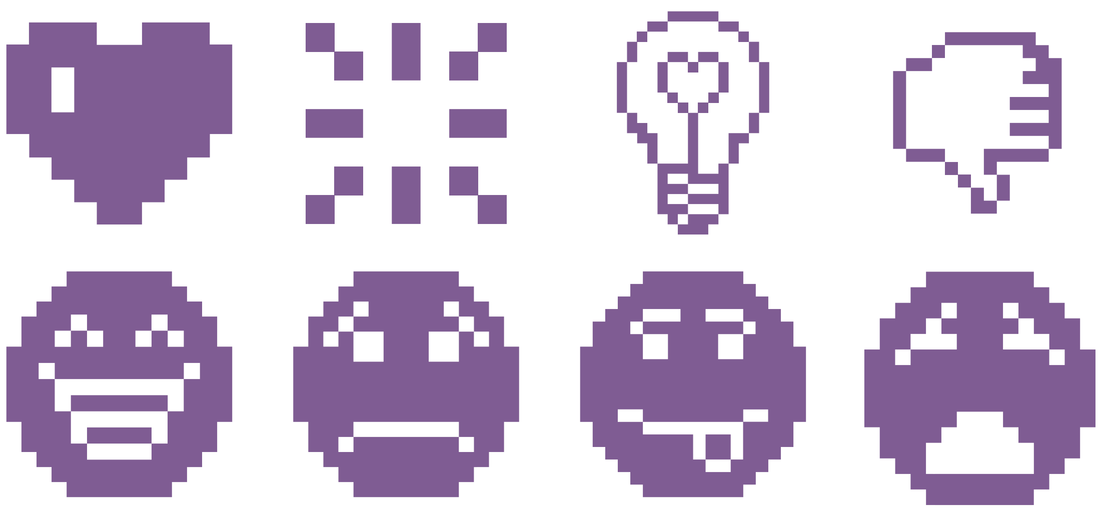
10 nóiméad

01. Ina dhiaidh sin, ba cheart go gcuirfeadh gach grúpa a gcairt frithbhulaíochta i láthair an ghrúpa mhóir agus ba cheart dóibh an áit a bhfuil an chairt le crochadh a chur in iúl.

02. Ba cheart go dtabharfadh an rang aiseolas do na grúpaí i dtaobh a gcairteacha. Tig le daoine na línte nó na pointí a raibh aird áirithe acu orthu a lua.

03. Ba cheart don rang cinneadh a dhéanamh ansin ar chairt amháin nó ar chairt a dhéanamh as meascán de na pointí is fearr a chuir na grúpaí éagsúla i láthair.

04. Má táthar ag baint úsáide as an gcairt mar thasc measúnachta, beidh ar na daltaí measúnú a dhéanamh ar a gcairteacha agus ar an eispéireas a bhí acu le linn na gníomhaíochta seo.



BILEOG OIBRE 8.1
CAIRT FRITHBHULAÍOCHTA

An Chairt seo againne i gcomhair Crios Frithbhulaíochta

CEACHT 6

SEASAMH A GHLACADH IN AGHAIDH NA CIBEARBHULAÍOCHTA CUID 1

Acmhainní

- Osteilgeoir
- Rochtain ar an idirlíon, más féidir
- Suíomh gréasáin Bí Aireach faoi do Spás: www.watchyourspace.ie
- Cóipeanna de Bhileog Oibre 9.1

Modheolaíocht

- Cur i láthair
- Grúpdhíospóireacht mhór
- Vótáil
- Obair i ngrúpaí
- Taighde idirlín.

Torthaí Foghlama

- Déanfaidh na daltaí taighde agus measúnú ar fhiúntas na bhfeachtas éagsúil frithbhulaíochta.
- Cinnfidh na daltaí ar fheachtas a rachaidh i ngleic le bulaíocht ina bpobalsan.
- Tosóidh na daltaí ag dearadh gnéithe den fheachtas agus ag déanamh a n-éifeachtacht a mheas.

Roghnóidh daltaí sonraí an fheachtais frithbhulaíochta ar fud na scoile chun freagairt chomhchoiteann a thabhairt ar bhulaíocht.

Comórtas feachtas feasachta a fhógairt

Abair leis an rang go roinnfear ina ngrúpaí iad agus go mbeidh ar gach grúpa feachtas frithbhulaíochta a eagrú. Cruthóidh gach grúpa déantán agus beidh sé mar aidhm acu an oiread freagartha comhchoitinne agus is féidir don bhulaíocht a fháil.

Rachaidh na grúpaí san iomaíocht lena chéile. Roghnófar na buaiteoirí de réir dhá chritéar: caighdeán na ndéantán a tháirgeann siad agus an líon daoine a spreagann siad chun páirt a ghlacadh ina bhfeachtas.

Beidh seachtain ag na daltaí lena bhfeachtas a reáchtáil, ag tosú ó rang an lae inniu. (Is féidir leat seachtain eile a thabhairt do na daltaí lena bhfeachtas a reáchtáil ionas go mbeidh rang breise acu chun ábhair an fheachtais a ullmhú.)

Gníomhaíocht 9.1: Ransú smaointe i dtaobh feachtas feasachta frithbhulaíochta

15 nóiméad

01. Ba cheart na daltaí a roinnt ina ngrúpaí. Ba cheart Bileog Oibre 9.1 a thabhairt do gach grúpa mar chabhair lena gcuid smaointe a fhorbairt agus a bheachtú.

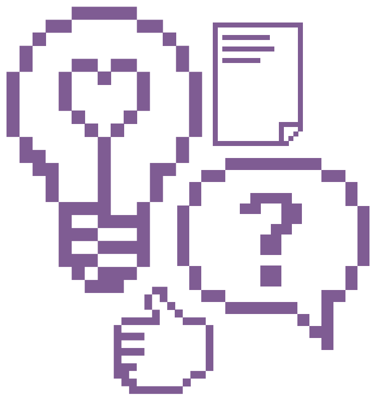
02. Ba cheart go mbainfeadh na daltaí sochar as an am seo lena gcuid smaointe le haghaidh feachtais frithbhulaíochta a roinnt. Tar éis a gcuid smaointe a roinnt lena chéile, ba cheart do na daltaí an bhileog oibre a chomhlánú chun cuidiú leo struchtúr a chur ar a gcuid feachtas. B'fhearr dá mbeadh rochtain ag na daltaí ar an idirlíon chun ligean dóibh taighde a dhéanamh ar fheachtais eile.

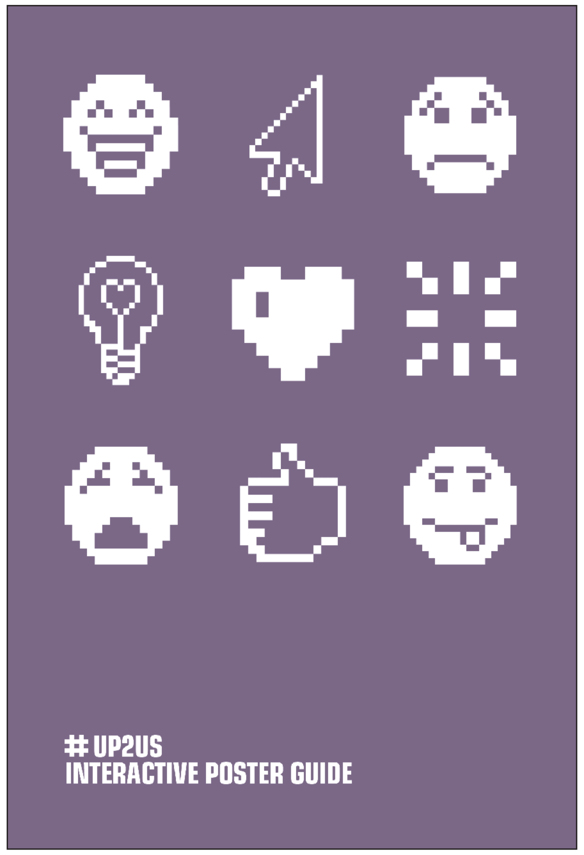
03. Nuair a chríochnaíonn daltaí an bhileog oibre ba cheart go mbeidís réidh lena gcuid smaointe a chur i láthair an ranga chun aiseolas a fháil.

Gníomhaíocht 9.2: Cur i láthair smaointe

10 nóiméad

01. Ba cheart go bhfaigheadh gach grúpa nóiméad amháin chun a smaoineamh a chur i láthair agus nóiméad amháin chun tuairimí agus moltaí a fháil óna gcomhscoláirí. Ba cheart go gcuideodh an t-aiseolas óna gcomhdhaltaí lena bhfeachtais a fheabhsú.





CEACHT 9
SEASAMH A GHLACADH IN AGHAIDH NA CIBEARBHULAÍOCHTA (CUID 1)

Gníomhaíocht 9.3: Róil, spriocdhátaí agus amanna cruinnithe a leagan amach

5 nóiméad

01. Ba cheart ról a shannadh do gach dalta chun an feachtas a eagrú. Cinnfidh na daltaí na róil seo ina ngrúpaí féin. Beidh ar gach dalta a bheith páirteach i dtáirgeadh déantáin mar go dteastóidh an déantán uathu dá dtasc measúnaithe. Ba cheart go dtagródh an déantán do cheann amháin ar a laghad de na torthaí foghlama frithbhulaíochta agus ba cheart go n-úsáidfí eolas a d'fhoghlaim na daltaí sna ceachtanna roimhe sin.

02. Ba cheart go gcaithfeadh na daltaí an chuid eile den rang lena bhfoireann agus a bhfeachtas á phleanáil acu.

Suíomh gréasáin Watch Your Space

Tógadh www.watchyourspace.ie le tacú le daoine óga agus a bhfeachtais feasachta frithbhulaíochta féin á rith acu. Cuireann an suíomh gréasáin acmhainní ar fáil le tacú le tionscnaimh frithbhulaíochta treoraithe ag piaraí, comhairle le déileáil le bulaíocht agus spreagadh ó dhaoine óga timpeall na hÉireann a bhfuil iarrachtaí ar bun acu cheana féin chun deireadh a chur leis an mbulaíocht.

Ó am go ham, ritear comórtais tríd an suíomh gréasáin chun daoine óga a spreagadh le hacmhainní feasacht frithbhulaíochta a chruthú agus cuidiú lena scoileanna a bhunú mar chriosanna frithbhulaíochta. Is iondúil go mbíonn sé an-éasca cur isteach ar chomórtas agus gurb é a bhíonn i gceist pictiúir dá n-iarrachtaí a chur ar shuíomhanna gréasáin líonraithe shóisialta le #Up2Us nó sonraí a chur isteach ar an bhfoirm ar an suíomh gréasáin.

Gheobhaidh gach duine a chuireann isteach ar an gcomórtas bandaí rosta agus suaitheantais, agus beidh duaiseanna níos mó don iontráil aonair agus don ghrúpa is fearr. Seiceáil an suíomh gréasáin chun sonraí a fháil le cur isteach ar an gcomórtas.

Measúnú

Déanfar measúnú ar dhaltaí as caighdeán an déantáin a tháirgeann siad agus as éifeachtacht an fheachtais chun freagairt chomhchoiteann ar bhulaíochta a spreagadh

Gníomhaíocht 9.4: Gníomhaíocht d'obair bhaile

01. Ba cheart go mbeadh tascanna ról sonracha le déanamh ag gach dalta roimh an gcéad rang eile.

02. Ba cheart go leagfadh an múinteoir amach cad leis a bhfuiltear ag súil agus amlínte do gach grúpa.

03. Ba cheart go nglacfadh daltaí roinnt ama le machnamh a dhéanamh ina ndialanna ar an taithí
a bhaineann leis an tasc a roghnú agus ar an gcaoi a bhfuil ag éirí leo leis an tionscadal.

BILEOG OIBRE 9.1
FEACHTAS FRITHBHULAÍOCHTA A FHORBAIRT

1 Cé na scileanna atá agat a bheadh úsáideach agus feachtas feasachta á rith agat agus iarracht á déanamh agat go leor daoine a fháil le dul i ngleic leis an tsaincheist?

- ☐ Ealaín
- ☐ Ceol
- ☐ Físghrafadóireacht
- ☐ Caint phoiblí
- ☐ Drámaíocht
- ☐ Scríbhneoireacht
- ☐ Dearadh
- ☐ Meáin Dhigiteacha
- ☐ Na Meáin Shóisialta
- ☐ Eile

2 Cén gníomh a bhfuil suim ar leith agat a fhiosrú i d'fheachtas?

- ☐ Daoine a chur ar an eolas faoi thionchar na bulaíochta
- ☐ Tacaíocht agus comhairle a thabhairt do dhaoine a ndéantar bulaíocht orthu
- ☐ Féachadóirí a spreagadh le hidirghabháil a dhéanamh nuair a fheiceann siad bulaíocht
- ☐ Daoine a chur ar an eolas faoi fhadhb na cibearbhulaíochta go háirithe
- ☐ Daoine a spreagadh le bulaíocht ar líne a thuairisciú
- ☐ Daoine a chur ar an eolas faoi na contúirtí a bhaineann le neamhainmníocht agus le socruithe príobháideachais éagsúla ar líne
- ☐ Comhairle a chur ar dhaoine ionas go mbeidh taithí mhaith dhearfach ar líne acu atá saor ó bhulaíocht
- ☐ Faisnéis a thabhairt do dhaoine faoinar cheart dóibh a dhéanamh chun bulaíocht a stopadh
- ☐ Eile

3 Cé ar a ndíreofar d'fheachtas?

____

4 Cén teachtaireacht a bheidh ag d'fheachtas?

____

____

5 Cén treoir chun gnímh a bheidh ag d'fheachtas? (e.g. Déan teagmháil, Déan é mar sin, Seas in aghaidh...)

____

____

6 Seo a leanas moltaí d'fheachtas frithbhulaíochta ar fud na scoile. Roghnaigh ceann nó forbair do bhealach uathúil féin chun daoine a chur ar an eolas faoi bhulaíocht agus faoi chibearbhulaíocht. Is fearr do chur chuige a roghnú bunaithe ar scileanna agus ar shuimeanna na ndaoine i do ghrúpa.

- ☐ Feachtas póstaeir idirghníomhaigh a reáchtáil leis na hacmhainní atá ar fáil.
- ☐ Bileoga eolais nó irisí a chruthú agus a dháileadh.
- ☐ Feachtas póstaeir a reáchtáil a spreagann daoine le gníomh áirithe a ghlacadh in aghaidh bulaíochta.
- ☐ Feachtas frithbhulaíochta a reáchtáil ar na meáin shóisialta.
- ☐ Acmhainn físe a chruthú chun timpeallacht frithbhulaíochta a chur chun cinn.
- ☐ Cabhrú le daltaí geallltanas frithbhulaíochta a dhéanamh agus a thaifeadadh.
- ☐ Spás frithbhulaíochta a chruthú inar féidir le daltaí a bheith ar a suaimhneas.
- ☐ Óráid a thabhairt do dhaltaí níos óige agus do phiaraí a ardaíonn feasacht ar cheist na cibearbhulaíochta.
- ☐ Imeacht a reáchtáil le daoine a spreagadh chun stop a chur le bulaíocht go hiomlán.
- ☐ Feachtas a reáchtáil a léiríonn na hathruithe a mholtar ar bheartais na scoile maidir le bulaíocht agus sábháilteacht idirlín.
- ☐ Meascán de na moltaí thuas ar fad.
- ☐ Eile.

7 Roghnaigh dhá fheachtas bulaíochta agus dhá fheachtas nach mbaineann leis an mbulaíocht agus abair cad is maith leat agus cad nach maith leat faoi gach feachtas. Ba cheart go dtabharfadh sé seo roinnt inspioráide duit chun d'fheachtas feasachta féin a fhorbairt.

Feachtais Bhulaíochta	Rudaí a thaitníonn leat	Rudaí nach dtaitníonn leat
01.		
02.		

Feachtais nach mbaineann leis an mbulaíocht	Rudaí a thaitníonn leat	Rudaí nach dtaitníonn leat
01.		
02.		

CEACHT 10

SEASAMH A GHLACADH IN AGHAIDH NA CIBEARBHULAÍOCHTA CUID 2

Acmhainní

- Bileoga measúnaithe dalta agus múinteora (Bileog oibre 10.1).

Modheolaíocht

- Measúnú agus scóráil dhéantáin na hoibre
- Plé grúpa maidir leis an mbealach is fearr chun timpeallacht uileghabhálach saor ó bhulaíocht a chur chun cinn.

Torthaí Foghlama

- Déanfaidh daltaí measúnú ar a ndéantáin frithbhulaíochta agus ar éifeachtach a bhfeachtas frithbhulaíochta.
- Scríobhfaidh daltaí treoirlínte chun freagairt chomhchoiteann a thabhairt ar bhulaíocht bunaithe ar a dtaithí lena bhfeachtas frithbhulaíochta féin.
- Ba cheart go mbeadh na treoirlínte agus na measúnuithe ar dhéantáin agus ar fheachtais mar bhunús le machnamh na ndaltaí mar chuid den tasc measúnaithe.

Roghnóidh daltaí sonraí an fheachtais frithbhulaíochta ar fud na scoile chun freagairt chomhchoiteann a thabhairt ar bhulaíocht.

Gníomhaíocht 10.1: Na feachtais frithbhulaíochta a scóráil

15 nóiméad

01. Ba cheart go dtabharfadh gach grúpa a ndéantáin agus fianaise ar rath a bhfeachtais don mhúinteoir. D'fhéadfadh staitisticí i dtaobh rath ar mheáin shóisialta, físeáin nó grianghraif a léiríonn go raibh daoine páirteach san fheachtas a bheith i gceist leis an bhfianaise.

02. Ba cheart na déantáin a chur timpeall an tseomra ansin, agus ba cheart do ghrúpaí measúnú a dhéanamh ar dhéantáin a chéile, le Bileog Oibre 10.1. Ba cheart rátáil réalta a thabhairt don fhaisnéis, teachtaireacht, dearadh amhairc, oiriúnacht agus d'úrnuacht an choincheapa agus ba cheart nóta tráchta gearr a chur isteach faoi obair gach grúpa. Ní féidir le grúpaí scór a thabhairt dá ndéantáin féin.

03. I rith an ama seo, ba cheart don mhúinteoir measúnú a dhéanamh ar rath na bhfeachtas éagsúil freagairt chomhchoiteann a fháil ar bhulaíocht.

Gníomhaíocht 10.2: Freagairt chomhchoiteann ar bhulaíocht a spreagadh

15 nóiméad

01. Agus scrúdú déanta acu ar obair a chéile, agus ag tarraingt óna dtaithí ar fheachtas feasachta a reáchtáil, ba cheart go gcuirfeadh gach grúpa liosta treoirlínte le chéile a cheapann siad a bheadh ina fhreagairt chomhchoiteann éifeachtach ar bhulaíocht. Ba cheart go gcuirfeadh daltaí san áireamh láidreachtaí agus laigí a bhfeachtas go háirithe agus na rudaí a d'fhoghlaim siad óna dtaithí.

Gníomhaíocht 10.3: Deireadh a chur leis an mbulaíocht

5 nóiméad

01. Nuair atá na marcanna curtha le chéile do na déantáin agus tar éis iad a chur leis na marcanna as freagairt chomhchoiteann ar bhulaíocht a chothú, ba cheart an fhoireann agus an feachtas buacach a fhógairt.

02. Ba cheart go mbeadh plé gearr ann ansin ina léirítear láidreachtaí an fheachtais sin.

Gníomhaíocht 10.4: Gníomhaíocht taispeántais roghnach

Chomh maith le measúnú piara na ndaltaí ar dhéantáin a chéile, smaoineamh maith a bheadh ann chomh maith taispeántas déantán a oscailt do thuismitheoirí agus do dhaltaí eile sa scoil. Chuideodh sé seo leis an rang lucht féachana níos leithne a fháil dá dteachtaireachtaí frithbhulaíochta agus chuideodh sé chomh maith freagairt chomhchoiteann ar fhrithbhulaíocht a chur chun cinn sa phobal. Má tá an pacáiste póstaeir idirghníomhaigh á úsáid, d'fhéadfadh an rang iarradh ar chuairteoirí a bheith páirteach chomh maith agus póstaeir idirghníomhacha dá gcuid féin a chruthú ina bhfuil teachtaireachtaí frithbhulaíochta.

D'fhéadfaí an déantán a thaispeáint i láthair phoiblí chun Lá na Sábháilteachta Idirlín a cheiliúradh i mí Feabhra.

> **"D'fhéadfaí an déantán a thaispeáint i láthair phoiblí chun Lá na Sábháilteachta Idirlín a cheiliúradh i mí Feabhra."**

Measúnú

Déanfar measúnú piara ar chumas na ndaltaí déantán frithbhulaíochta a tháirgeadh agus freagairt a chothú ar bhulaíocht sa cheacht seo. Ba cheart do na daltaí an t-aiseolas a chothaítear sa cheacht seo a úsáid ansin chun an measúnú ina dtasc measúnaithe a scríobh.

BILEOG OIBRE 10.1

MEASÚNÚ A DHÉANAMH AR ÁR NDÉANTÁIN FRITHBHULAÍOCHTA

Bileog Mheasúnaithe do Dhaltaí: Tabhair rátáil réalta do gach déantán (1-5) as na gnéithe éagsúla

Ainm an Fheachtais	Teach-taireacht (1–5)	Faisnéis (1–5)	Dearadh (1–5)	Oir-iúnacht (1–5)	Úrnuacht (1–5)	Iomlán (1–25)	Tuairim
01.	☆	☆	☆	☆	☆	☆	
02.	☆	☆	☆	☆	☆	☆	
03.	☆	☆	☆	☆	☆	☆	
04.	☆	☆	☆	☆	☆	☆	
05.	☆	☆	☆	☆	☆	☆	
06.	☆	☆	☆	☆	☆	☆	
07.	☆	☆	☆	☆	☆	☆	
08.	☆	☆	☆	☆	☆	☆	
09.	☆	☆	☆	☆	☆	☆	
10.	☆	☆	☆	☆	☆	☆	

BILEOG OIBRE 10.2

MEASÚNÚ A DHÉANAMH AR ÁR NDÉANTÁIN FRITHBHULAÍOCHTA

Bileog Mheasúnaithe do Mhúinteoirí: Déan measúnú ar rath na ndaltaí chun freagairt chomhchoiteann a fháil agus ar chaighdeán a ndéantán

Ainm an Fheachtais	Freagairt chomhchoiteann (1–15)	Meánscór na ndaltaí (1–25)	Iomlán (1–40)	Tuairim
01.				
02.				
03.				
04.				
05.				
06.				
07.				
08.				
09.				
10.				

AGUISÍN 1
BUNRIALACHA SAMPLACHA

Bunrialacha samplacha

- Léirigh meas ar chách.
- Tabhair deis labhartha do gach duine.
- Éist go gníomhach agus go géar le gach duine.
- Iarr soiléiriú má tá mearbhall ort.
- Ná cuir isteach ar dhuine eile atá ag caint.
- Tabhair dúshlán do chomhdhaltaí, ach déan é go measúil.
- Tabhair critíc ar smaointe, ní ar dhaoine.
- Ná tabhair tuairimí gan fianaise tacaíochta.
- Ná cur síos aon duine (fiú más ag magadh atá tú).
- Glac freagracht as caighdeán na cainte.
- Tóg ar an méid a deir do chomhscoláirí; oibrigh i dtreo tuiscint roinnte.
- Bíodh na hábhair a theastaíonn don rang agat i gcónaí.
- Ná monaplaigh na cainteanna.
- Labhair ó do thaithí féin, gan a bheith ginearálta.
- Ná roinn an iomarca faisnéise fút féin.
- Féadfaidh gach duine a dtuairim a athrú bunaithe ar an bplé machnamhach.
- Má mhaslaíonn aon rud a deirtear i rith na díospóireachta thú, abair láithreach é.

AGUISÍN 2
GLUAIS

- **aip:** Is é is aip (feidhmchlár) ann, clár bogearraí. Tagraíonn aip de ghnáth do bhogearraí a úsáidtear ar fhóin chliste, ar tháibléid nó ar ghairis shoghluaiste eile. Úsáidtear na téarmaí 'aip gréasáin' nó 'aip ar líne' go minic i dtimpeallacht ghnó chun cur síos a dhéanamh ar bhogearraí ar féidir leat a úsáid agus a rochtain agus tú ar an idirlíon. Is iondúil go mbíonn aipeanna ar fáil trí ardáin seachadta feidhmchláir a fheidhmíonn úinéir an chórais feidhmithe soghluaiste, cosúil le Apple App Store, Google Play, Windows Phone Store agus Blackberry App World. Tá roinnt aipeanna saor in aisce agus caithfear roinnt eile a cheannach.
- **Ask.fm:** Is shuíomh gréasáin líonraithe shóisialta é Ask.fm inar féidir le húsáideoirí ceisteanna a chur ar a chéile, agus rogha neamhainmníochta acu. Bhí baint ag an suíomh gréasáin le roinnt cásanna cibearbhulaíochta a raibh an-chaint fúthu in Éirinn agus sa Ríocht Aontaithe.
- **AUP:** Is comhaontú scríofa é Polasaí Úsáide Inghlactha (AUP) nach mór don úsáideoir comhaontú leis chun rochtain a fháil ar ghréasán (gréasán scoile mar shampla). D'fhéadfadh an chaoi ar féidir gléasanna eile cumarsáide, ar nós fóin phóca agus ceamaraí digiteacha, a úsáid ar áitreabh na scoile a bheith i gceist chomh maith. Go ginearálta, déanann daltaí, a dtuismitheoirí agus a múinteoirí an Polasaí Úsáide Inghlactha a shíniú. Tugtar cuntas ann ar na téarmaí agus coinníollacha a bhaineann le húsáid inghlactha teicneolaíochtaí faisnéise agus chumarsáide.
- **bac:** Is bealach é bac a chur ar dhuine chun idirghníomhaíochtaí gréasáin sóisialta a stopadh leis an duine sin. Tá bacadh úsáideach chun turscar a sheachaint agus chun cosc a chur ar dhaoine cur as duit nó bheith do do chiapadh ar líne. Cé nach ndeirtear láithreach le daoine a gcuireann tú 'bac' orthu nach féidir leo do phróifíl ar líne a fheiceáil ná idirghníomhú leat, tig leo a fháil amach go héasca go bhfuil bac orthu nuair nach féidir leo idirghníomhú leat. Dá bhrí sin, tá sé tábhachtach na hiarmhairtí a bheadh ag bac a chur ar dhuine ar líne do ghnáth-idirghníomhaíochtaí leis an duine a chur san áireamh. Is féidir bac a chur ar dhuine ó idirghníomhú leat ar roinnt fóin phóca chomh maith.
- **féachadóirí:** Is iad na féachadóirí na daoine a fheiceann an bhulaíocht – ní déantóirí ná íospartaigh na bulaíochta iad. Is éard a bhíonn i gceist le neamhghníomh an tslua ná dá mhéad daoine a fheiceann rud éigin ar bun is ea is lú seans go ndéanfaidh daoine aonair rud éigin faoi.
- **seomra comhrá:** Is ionad idirlín é seomra comhrá inar féidir le daoine labhairt le chéile i bhfíor-am. Is é sin, nuair a chlóscríobhann tú an comhrá feiceann an duine eile láithreach é agus is féidir leo freagra a thabhairt air láithreach.
- **Chatroulette:** Is suíomh gréasáin comhrá ar líne é Chatroulette a chuireann beirt as aon áit ar fud an domhain le chéile go randamach le comhrá a bheith acu ar cheamara gréasáin. Tosaíonn cuairteoir comhrá ar líne le cuairteoir eile ar an suíomh. Tig le ceachtar páirtí deireadh a chur leis an gcomhrá trí chomhrá randamach eile a thosú.
- **líonra sóisialta dúnta:** Is é is líonra sóisialta dúnta, líonra sóisialta atá eisiach do chairde fíoraithe duine. Tig le daoine sa líonra sóisialta dúnta comhráite a bheith acu trí theachtaireachtaí príobháideacha nó grúpa. Áirítear aipeanna teachtaireachta cosúil le WhatsApp agus Viber, agus uirlisí cumarsáide gnó cosúil le Yammer agus Hipchat le líonraí sóisialta dúnta.
- **cion coiriúil:** Ní cion coiriúil atá i gcibearbhulaíocht féin go fóill in Éirinn. Ach féadfaidh coireanna cosúil le ciapadh, ionsaí agus damáiste coiriúil tarlú de bharr bulaíochta, áfach.

AGUISÍN 2
GLUAIS

→ **dí-urchoilleadh:** Is easpa srianta atá i ndí-urchoilleadh a tharlaíonn nuair nach bhfeiceann daoine na droch-iarmhairtí a bhaineann le hiompar bulaíochta ar líne go díreach. Ní bhraitheann daoine a chuireann teachtaireachtaí ar an idirlíon chomh freagrach as a gcuid gníomhartha ná focal ar líne agus a bhraithfidís ar shlí eile.

→ **straoiseog:** Is léiriú ar ghothaí gnúise iad straoiseoga cosúil le miongháire nó grainc, a chruthaítear trí mheascáin de charachtair mhéarchláir. Is iondúil go n-úsáidtear straoiseoga i gcumarsáid leictreonach chun mothúcháin nó tuin an scríbhneora a chur in iúl.

→ **Facebook:** Is seirbhís líonra shóisialta ar líne é Facebook. I mí an Mhárta 2013, bhí 1.15 billiún úsáideoir gníomhach ag Facebook, agus é ar an líonra sóisialta is mó ar domhan. Tá a leathanach próifíle nó balla féin ag gach úsáideoir Facebook trínar féidir leo cumarsáid a dhéanamh go poiblí nó le cairde a roghnaíonn siad féin. Tá seirbhís teachtaireachta phríobháideach ag Facebook chomh maith. Spreagann Facebook úsáideoirí chun na rudaí a thaitníonn agus nach dtaitníonn leo a shonrú. Le déanaí, úsáideadh an fhaisnéis seo i gcomhair fógraíocht dírithe ar Facebook.

→ **bladhm:** Trácht gránna a dhéanamh agus tú ag caint ar líne.

→ **féigniú:** Is é is féigniú ann próifíl agus stádas duine éigin ar Facebook a athrú gan cead ón duine sin. Tarlaíonn féigniú go minic nuair a fhágann daoine a gcuntas Facebook logáilte isteach, agus bíonn siad leochaileach agus oscailte do mhí-úsáid dá bharr.

→ **grúpa:** Is é is grúpa ar líonra sóisialta, grúpa daoine a bhfuil suim acu sa rud céanna. Is féidir grúpaí a dhéanamh poiblí ionas gur féidir le húsáideoirí an líonra shóisialta bualadh le daoine nua a bhfuil suim acu sa rud céanna nó tig leo a bheith príobháideach do ghrúpa áirithe daoine.

Féadfaidh daoine idirghníomhú i ngrúpaí le daoine nach bhfuil aithne acu orthu nó le daoine ar chuir siad bac orthu breathnú ar a líonraí sóisialta.

→ **happy slapping:** Úsáidtear an téarma míthreorach seo chun cur síos a dhéanamh ar ionsaí a dhéantar ar dhuine fad agus atá an t-ionsaí á thaifeadadh ag duine eile, ar ghuthán póca de ghnáth. Déantar gearrthóga físe d'ionsaithe dá leithéid a phostáil ar an idirlíon uaireanta.

→ **haischlib:** Is focal nó frása atá i haischlib a bhfuil hais (#) roimhe, a úsáidtear ar shuíomhanna líonraithe shóisialta (Twitter den chuid is mó) chun teachtaireachtaí ar ábhar ar leith a aithint. Mura bhfuil teachtaireachtaí cosanta nó príobháideach, tig le duine ar bith a bhfuil an haischlib á leanúint acu na rudaí a scríobhann úsáideoirí eile faoin haischlib sin a fheiceáil. Spreagann an haischlib díospóireachtaí suimiúla i measc réimse leathan daoine ach nochtann sé úsáideoirí do thuairimí gránna strainséirí freisin.

→ **ciapadh:** Is coir coiriúil atá i gciapadh a tharlaíonn nuair a dhéanann duine ciapadh ar dhuine eile, gan údarás dlíthiúil, trí chur isteach orthu, imdhruid orthu nó cumarsáid a dhéanamh leo go leanúnach. Meastar go mbíonn duine á chiapadh i gcásanna ina gcuireann duine eile isteach go mór ar shíocháin agus ar phríobháideachas an duine sin nó i gcásanna ina scanraíonn duine eile an duine sin, ina ngoilleann duine eile ar an duine sin nó ina ndéanann duine eile dochar don duine sin. Baineadh úsáid as an reachtaíocht seo chun daoine a ionchúiseamh i gcásanna a bhain le ciapadh teileafóin agus le stalcaireacht agus ciapadh a rinneadh ar an idirlíon.

→ **Instagram:** Is seirbhís roinnte grianghraf agus fiseán ar líne agus líonra sóisialta é Instagram. Tá sé faoi úinéireacht Facebook anois agus ceadaíonn Instagram d'úsáideoirí scagairí a chur ar ghrianghraif agus ar fhíseáin agus an t-ábhar a roinnt ar réimse suíomhanna líonraithe shóisialta.

→ **aip teachtaireachtaí meandracha:** Ceadaíonn feidhmchlár teachtaireachtaí meandracha d'úsáideoirí téacsanna a sheoladh i bhfíoram tríd an idirlíon. Nuair a úsáidtear na feidhmchláir seo ar fhón póca, úsáidtear in áit gnáth-theachtaireachtaí téacs iad go minic toisc go bhfuil siad níos saoire.

→ **is maith liom:** Má chuireann tú in iúl ar Facebook gur maith leat ábhar is ionann sin agus an t-ábhar a fhaomhadh nó tacú leis. Tá uirlis den chineál céanna ag formhór na suíomhanna líonraithe shóisialta a cheadaíonn d'úsáideoirí ábhar a mholadh go fíorúil (ar Twitter tig leat a rá gur 'favourite' de do chuid í tvuít áirithe). D'fhéadfaí an t-ábhar a fheiceáil ar amlíne agus ar fhotha nuachta duine má chuirtear in iúl gur 'maith' leat é agus dá bhrí sin feicfidh cairde agus leantóirí nó an pobal i gcoitinne é. Chuige seo, d'fhéadfaí a mheas, i gcásanna áirithe, gur cibearbhulaíocht atá ann más 'maith' leat ábhar bagrach.

→ **Aip teachtaireachtaí grianghraif nó pictiúir:** Féadann úsáideoirí teachtaireachtaí pictiúir a sheoladh i bhfíoram tríd an idirlíon ar fheidhmchlár teachtaireachtaí grianghraif nó pictiúir.

→ **príobháideach:** Is é príobháideach an téarma a úsáidtear le cur síos a dhéanamh ar idirghníomhaíochtaí nó teachtaireachtaí ar líonra sóisialta nach gcraoltar don phobal i gcoitinne nó chuig grúpaí móra. Is féidir teachtaireacht phríobháideach a sheoladh ó úsáideoir amháin go húsáideoir eile nuair is mian leo comhrá níos príobháidí a bheith acu nó nuair atá ábhar níos íogaire ina dteachtaireachtaí. Tig le húsáideoir líonra shóisialta a bpróifíl nó ábhar ar leith a dhéanamh príobháideach. Ceadaíonn an ghné seo don úsáideoir smacht éigin a bheith acu ar na daoine a fheiceann a bpróifíl nó ábhar.

→ **próifíl:** Faisnéis phearsanta atá i gceist anseo a phostálann tú ar do leathanach líonraithe shóisialta. Áirítear leis sin do chuid sonraí, na rudaí a thaitníonn agus nach dtaitníonn leat, mar aon le rudaí a gcuireann tú spéis iontu.

→ **tuairisciú:** Nuair a thagann úsáideoirí ar ábhar neamhdhleathach, maslach nó míchuí ar shuíomh líonraithe shóisialta, ba cheart dóibh leas a bhaint as na próisis tuairiscithe drochíde chun an t-ábhar a chur in iúl don suíomh líonraithe shóisialta. Athbhreithníonn modhnóirí an tsuímh ghréasáin faoi chaibidil an t-ábhar ansin i bhfianaise na tuairisce agus baineann siad ábhar ar bith a sháraíonn a mbeartais den suíomh. Ba cheart cibearbhulaíocht ar bith a fheictear ar shuíomh gréasáin líonraithe shóisialta a thuairisciú don suíomh gréasáin sin.

→ **gabháil scáileáin:** Is é is gabháil scáileáin ann, pictiúr a ghlacann úsáideoir ríomhaire, gutháin nó táibléid chun na nithe atá ar an scáileán a thaifeadadh. Úsáidtear gabháil scáileáin go minic chun clár ríomhaireachta a léiriú nó chun fadhb theicniúil ar leith atá ag duine a mhíniú. Is féidir gabháil scáileáin a úsáid chomh maith chun fianaise de chibearbhulaíocht a thaifeadadh. Ba cheart go mbeadh daltaí ar an eolas gur féidir gabháil scáileáin a úsáid chun aon ghrianghraf nó teachtaireacht inchoiritheach ar mian leo a scriosfadh a thaifeadadh nó a chóipeáil.

→ **féinphic:** Is é is féinphic, grianghraf díot féin, a thógtar de ghnáth le ceamara digiteach nó le guthán le ceamara.

→ **gnéastéacsáil:** Is é is gnéastéacsáil, teachtaireachtaí agus grianghraif gháirsiúla a sheoladh, le fón póca de ghnáth.

→ **roinnt:** Is é atá i roinnt ar líonra sóisialta, ábhar a tháirgeann nó a sheachadann úsáideoir eile ar líonra sóisialta a roinnt le cairde nó leantóirí líonra shóisialta. Méadaíonn roinnt go mór an líon daoine a fheiceann an t-ábhar.

AGUISÍN 2
GLUAIS

→ **Skype:** Is clár nó feidhmchlár ar líne é seo a úsáidtear chun glao gutha agus físe saor in aisce a chur ar an idirlíon ar dhaoine a bhfuil Skype acu freisin. Tá Skype saor in aisce, éasca le híoslódáil agus le húsáid. Úsáideadh é, áfach, chun íospartach a thaifeadadh agus dúmhál a dhéanamh orthu i roinnt cásanna cibearbhulaíochta.

→ **fón cliste:** Is fón póca an fón cliste atá in ann go leor d'fheidhmeanna an ríomhaire a chomhlíonadh. Go hiondúil bíonn scáileán mór ar fhón cliste agus córas feidhmithe atá in ann feidhmchláir ilfheidhmeacha a rith.

→ **Snapchat:** Is é is Snapchat ann ná feidhmchlár a úsáidtear chun grianghraif, físeáin, téacs agus líníochtaí a roinnt. Tá gné amháin a fhágann go bhfuil Snapchat éagsúil le cineálacha eile téacsála agus roinnte grianghraf: féinscriosann nó téann na teachtaireachtaí as radharc ó fhón an fhaighteora tar éis cúpla soicind.

→ **Snap Save:** Feidhmchlár atá i Snap Save a cheadaíonn d'úsáideoirí 'snaps' (teachtaireachtaí Snapchat) a shábháil gan é a chur in iúl don seoltóir. Seoltar na grianghraif ag súil gur teachtaireachtaí príobháideacha iad nach mairfidh ach roinnt soicindí. D'fhéadfaí Snap Save a úsáid chun an t-ábhar a sheoltar a úsáid in aghaidh an duine a sheolann é.

→ **líonrú sóisialta:** Is é is líonrú sóisialta ceangal, cumarsáid agus comhoibriú le daoine eile ar an idirlíon trí phobail ar líne. Is áiteanna iad na láithreáin líonraithe shóisialta inar féidir le daoine a bheith cruthaitheach agus tuairimí a léiriú. Forbraítear iad de réir mar a thugann baill tosaigh cuireadh dá gcairde a bheith páirteach iontu chomh maith. Ní mór do dhaltaí a bheith cúramach agus iad ag soláthar faisnéis phearsanta ar láithreáin líonraithe shóisialta.

→ **3G:** Seasann 3G don thríú glúin agus tagraíonn sé don tríú glúin de theicneolaíocht chumarsáide soghluaiste. Tagraíonn 3G do ráta aistrithe eolais atá cothrom le 200 kbit ar a laghad. I dtéarmaí níos ginearálta, ceadaíonn 3G d'úsáideoirí rochtain a fháil ar fhaisnéis ar an idirlíon níos tapúla trína bhfóin chliste a úsáid.

→ **clibeáil:** Is eochairfhocal atá i gclib a úsáidtear chun cur síos a dhéanamh ar alt nó ar shuíomh gréasáin. I gcomhthéacs an líonraithe shóisialta, is nasc speisialta atá i gclib. Nuair a dhéanann tú clibeáil ar dhuine, cruthaíonn tú nasc lena bpróifíl líonraithe shóisialta. Mar shampla, tig leat grianghraf a chlibeáil chun na daoine atá sa ghrianghraf a léiriú nó teachtaireacht a phostáil agus a rá cé atá i do theannta. Má chlibeálann tú duine i do stádas nua, tig le duine ar bith a fheiceann an stádas sin cliceáil ar ainm do charad agus dul chuig próifíl do charad. Mar sin má chlibeáiltear grianghraf d'fhéadfadh daoine gan iarraidh a bheith ag breathnú ar phróifíl do charad nó d'fhéadfaí grianghraif a thaispeáint go poiblí nó go míchuí nach mian le do chara a roinnt.

→ **troll:** Is é is troll ann úsáideoir ar chlár teachtaireachtaí, ar líonra sóisialta nó ar rannóg tuairimí idirlín a bhíonn gríosaitheach d'aon turas. Bíonn an troll ag cur isteach ar na húsáideoirí eile agus ag cur fearg orthu trí theachtaireachtaí gríosaitheacha, coimhthíocha nó nach mbaineann le hábhar a phostáil i bpobal ar líne, agus go hiondúil bíonn sé mar aidhm ag an troll léitheoirí a spreagadh le freagra mothúchánach a thabhairt nó cur isteach ar ghnáth-chomhráite.

→ **Tumblr:** Is meascán de shuíomh líonraithe shóisialta agus de bhlag atá i Tumblr. Deirtear go minic gur 'micreabhlag' é mar go bpostálann daoine sleachta gairide téacs agus grianghraif a thógann siad go tapa de ghnáth in ionad na n-iontrálacha níos faide atá cosúil le dialann a fhaightear i mblaganna níos traidisiúnta. Is ábhar amhairc go leor den ábhar a chuirtear ar Tumblr.

→ **Twitter:** Is suíomh micreabhlagála, líonraithe shóisialta atá i Twitter. Déanann daoine nasc lena chéile trí fhothaí Twitter daoine eile a leanúint. Nuair a roghnaíonn tú fotha a leanúint, beidh rud ar bith a deir duine nó eagraíocht le feiceáil ar d'amlíne. Is éard atá uathúil faoi Twitter ná go mbíonn teorainn ar úsáideoirí teachtaireachtaí nó 'tvuíteanna' de 140 carachtar nó níos lú a phostáil. Tá na teachtaireachtaí seo láithreach; laistigh de chúpla soicind, is féidir le tvuít an domhan mór a chur ar an eolas faoi thubaistí. Go bunúsach, is cineál téacsála é Twitter. Ach in áit an téacs sin a chur chuig duine amháin, ligeann Twitter d'úsáideoirí a dteachtaireacht a chraoladh ar fud an tsuímh ar fad.

→ **mearscaipthe:** Deirtear go bhfuil ábhar (grianghraf, físeán nó píosa faisnéise de ghnáth) mearscaipthe nuair a scaiptear go tapa agus go forleathan é ó úsáideoir idirlín amháin go ceann eile.

→ **WhatsApp:** Is líonra sóisialta dúnta agus feidhmchlár teachtaireachtaí a bhfuil an-éileamh air d'fhóin phóca é WhatsApp.

→ **YouTube:** Is suíomh gréasáin saor in aisce é YouTube, a bhfuil éileamh mór air. Is féidir le húsáideoirí gearrthóga físeáin a uaslódáil, a fheiceáil nó a roinnt air. Cé gur féidir le luach oideachasúil mór a bheith le YouTube, tá cáil ar na rannóga tuairimí ó thaobh mí-úsáide agus cibearbhulaíochta de.

AGUISÍN 3
SCÉAL JOE

Haigh! Is mise Joe agus ba mhaith liom insint daoibh faoi mo thaithíse ar an gcibearbhulaíocht. Ní chreidfeá cé chomh tapa a tharla rudaí dom agus cé chomh tapa a bhí mé in ísle brí. Ar dtús, rinne mé iarracht deireadh a chur leis trí chur i gcéill go raibh sé greannmhar, ach tharla sé arís agus arís eile.

D'fhreagair mé ceist an mhúinteora lá amháin sa rang, ach níor thaitin sé sin le cailín i mo rang darb ainm Kim. Bhí drong buachaillí agus cailíní timpeall ar Kim. Bhí mé rud beag trína chéile nuair a mhaslaigh sí mé os mo chomhair i ndiaidh na scoile trí pheata múinteora a thabhairt orm. Ghoill sé sin orm, toisc go raibh gnaoi ag na daltaí eile uirthi agus nach ndearna mé rud ar bith riamh chun cur isteach uirthi. Táim cinnte gur inis sí don ngrúpa neamhaird a dhéanamh díom; nuair a rinne mé iarracht a bheith páirteach ina gcaint i ndiaidh na scoile an lá dár gcionn, níor bhreathnaigh siad orm, fiú. Ní dhearna siad ach gáire ar chúl mo chinn.

Rinneadh cibearbhulaíocht orm den chéad uair nuair a fuair mé teachtaireacht téacs ar mo bhealach abhaile ar an mbus scoile. Bhí "You little kiss-ass" scríofa air. Bhí mearbhall orm agus bhí mé rud beag paranóiach toisc nach raibh a fhios agam an raibh an duine a sheol an teachtaireacht ar an mbus nó nach raibh. Ní raibh a fhios agam cad chuige go ndéanfadh duine é sin agus ní raibh a fhios agam cé hiad na daoine a bhféadfainn muinín a bheith agam astu. Faoin am a bhain mé an teach amach an tráthnóna sin, thosaigh mé ag fáil níos mó teachtaireachtaí téacs. Níor cheap mé go raibh sé seo tábhachtach go leor le hinsint do dhuine ar bith. Mar sin nuair a chuir mo mháthair ceist orm conas a d'éirigh liom ar scoil níor inis mé di faoin méid a tharla.

Ach bheadh an scéal i bhfad níos measa roimh i bhfad. Agus mé ar scoil an lá dár gcionn, cheap mé go raibh Kim agus an drong ag déanamh cairdis liom, ach bhuail Kim bob orm chun grianghraf díom a fháil ar a fón póca. Níor rith sé liom ag an am go n-úsáidfí é chun goilleadh orm sa todhchaí. Bhí an bhulaíocht níos pearsanta i ndiaidh na scoile an lá sin. Thosaigh daoine gan ainm ag cur glao orm chun caitheamh anuas orm go díreach. Bhí na glaonna níos gangaidí agus níos scanrúla ná mar a bhí na teachtaireachtaí téacs. Toisc go raibh eagla orm, ní raibh mé ag iarraidh dul abhaile ar an mbus scoile. Bhraith mé níos sábháilte agus mé i m'aonar.

Ach ní raibh mé in ann a bheith i m'aonar! Chuir cibearbhulaíocht isteach ar gach gné de mo shaol. Thosaigh mé ag fáil postálacha mailíseacha gan ainm ar mo ríomhaire sa bhaile. Dona go leor a bhí rudaí amhail "I'm your worst nightmare", agus "Loser", ach ba iad na bagairtí faoi na rudaí a tharlódh dom na rudaí ba mhó a chuir isteach orm. Dúradh liom go marófaí mé i dteachtaireacht amháin. Cé gur bhraith mé chomh dona sin fúm féin, go raibh an-eagla orm agus go raibh mé i m'aonar, choinnigh mé gach rud i bhfolach. Ní raibh muinín agam as duine ar bith ar scoil. Chuir mo mháthair ceist orm an raibh mé ceart go leor, b'fhéidir gur bhraith sí go raibh rud éigin mícheart, ach níor inis mé di faoi. Tá a fhios agam gur bhraith duine de na múinteoirí ar scoil go raibh rud éigin cearr freisin, agus chuir an múinteoir ceist orm an raibh gach rud i gceart, ach bhí eagla orm rud ar bith a rá. Ní raibh mé ag iarraidh cabhair a fháil ón múinteoir sin – thosaigh an rud seo ar fad toisc gur tugadh peata an mhúinteora orm.

Bhí an suíomh gréasáin, www.joeisaloser.com, a chum siad fúm ar an rud is measa. Tháinig fonn goil orm nuair a chonaic mé é. Bhí teachtaireachtaí imeaglaithe uafásacha agus grianghraif mhaslacha díomsa agus de mo mhúinteoir air. Níor cheap mé riamh go ndéanfaí ciapadh orm mar sin. Ba chosúil gur ghlac gach duine sa scoil páirt sa bhulaíocht. Nuair a chuaigh mé ar an mbus scoile ba ghnách le gach duine gáire go hoscailte fúm. Chan gach duine m'ainm agus shuigh Kim agus an drong siar chun taitneamh a bhaint as. Níor sheas aon duine an fód ar mo shon, cé go bhfuilim cinnte nár cheap gach duine go raibh sé cothrom. Ba san am sin a thosaigh mé ag brath chomh dona sin gur thaifead mé teachtaireacht ar mo cheamthaifeadán. Dúirt mé i mo theachtaireacht nach raibh mé in ann déileáil leis an mbulaíocht a thuilleadh.

Bhí an t-ádh orm go bhfaca mo mháthair an teachtaireacht seo agus cuireadh tús le cúrsaí a réiteach. Rinne sí teagmháil leis an scoil agus thaispeáin sí asphrionta den suíomh gréasáin agus fianaise eile go ndearnadh cibearbhulaíocht orm don phríomhoide. Bhí cuid de na rudaí seo chomh tromchúiseach sin gur glaodh ar na póilíní.

Is minic a cheapaim faoi cé chomh difriúil a bheadh an scéal dá lorgóinn cabhair ní ba luaithe, nó dá seasfadh duine amháin sa scoil an fód ar mo shon.

Go raibh maith agaibh as éisteacht le mo scéal.

AGUISÍN 4
CÉ A THABHARFAIDH CABHAIR DUIT

Ginearálta

Barnardos
Oibríonn Barnardos le leanaí leochaileacha agus lena dteaghlaigh in Éirinn agus bíonn siad páirteach i bhfeachtais chearta leanaí.
www.barnardos.ie / 1850 222300

Líne Chabhrach na Leanaí
Cuireann Líne Chabhrach na Leanaí seirbhís fóin, seirbhís tacaíochta téacs (téacsáil 'Talk' chuig 50101) agus seirbhís comhrá ar líne ar fáil le tacú le daoine óga. Tá seirbhís téacs speisialta ar fáil chomh maith do dhaoine óga a bhfuil bulaíocht á déanamh orthu (téacsáil 'Bully' chuig 50101).
www.childline.ie / 1800 666666

SpunOut
Is suíomh gréasáin dírithe ar an óige atá i SpunOut. Díríonn sé ar fholláine agus ar mhaireachtáil shláintiúil a chur chun cinn i measc daoine óga.
www.spunout.ie

Teen-Line Ireland
Is seirbhís tacaíochta fóin atá saor in aisce atá i Teen-Line Ireland do dhéagóirí ar mian leo labhairt le duine éigin.
www.teenline.ie / 1800 833634

Meabhairshláinte agus folláine

Aware
Cuireann Aware seirbhísí tacaíochta dúlagair agus neamhord giúmair lena mbaineann ar fáil i bhfoirm grúpaí tacaíochta áitiúla, líne chabhrach agus cúrsaí oideachais éagsúla.
www.aware.ie / 1890 303302

Console
Tacaíonn Console, an carthanas féinmharaithe náisiúnta, le daoine i ngéarchéim féinmharaithe agus leo siúd ar cailleadh daoine muinteartha nó cairde leo mar gheall ar fhéinmharú trí sheirbhísí comhairleoireachta, tacaíochta agus línte cabhracha a chur ar fáil.
www.console.ie / 1800 201890

Meabhairshláinte Éireann
Tá sé d'aidhm ag Meabhairshláinte Éireann meabhairshláinte dhearfach a chur chun cinn agus tacú go gníomhach le daoine a bhfuil meabhairghalar orthu, lena dteaghlaigh agus lena gcúramóirí trína riachtanais a aithint agus trí thacú lena gcearta.
www.mentalhealthireland.ie / 01 2841166

GROW
Is eagraíocht mheabhairshláinte é GROW a chuidíonn le daoine a d'fhulaing nó atá ag fulaingt de bharr fadhbanna meabhairshláinte. Cuireann sé líne chabhrach agus grúpaí tacaíochta ar fáil go náisiúnta.
www.grow.ie / 1890 474474

MyMind
Is soláthraí seirbhísí meabhairshláinte pobalbhunaithe é MyMind.
www.mymind.org / 076 6801060

Your Mental Health
Díríonn an suíomh gréasáin seo, a d'fhorbair an HSE, ar fheasacht agus ar thuiscint ar mheabhairshláinte agus ar fholláine in Éirinn a fheabhsú.
www.yourmentalhealth.ie

ReachOut
Tá sé d'aidhm ag ReachOut faisnéis mheabhairshláinte d'ardchaighdeán agus scéalta daoine óga a chur ar fáil chun cabhrú le daoine óga eile atá faoi anacair.
ie.reachout.com / 01 7645666

Pieta House
Is ionad cónaithe atá i Pieta House chun féindochar nó féinmharú a chosc atá suite i Leamhcán, Co. Bhaile Átha Cliath. Tá ionaid for-rochtana agus ionaid sármhaitheasa acu ar fud na hÉireann.
www.pieta.ie / 01 6010000

Na Samáraigh
Tugann na Samáraigh tacaíocht do dhaoine atá ag streachailt, lena n-áirítear daoine atá ag smaoineamh ar fhéinmharú, trí líne chabhrach.
www.samaritans.org / 1850 609090

AGUISÍN 4
CÉ A THABHARFAIDH CABHAIR DUIT

An Oifig Náisiúnta um Fhéinmharú a Chosc
Déanann an Oifig Náisiúnta um Fhéinmharú a Chosc forbhreathnú ar fhorfheidhmiú 'ReachOut', comhordaíonn sí iarrachtaí chun féinmharú a chosc agus labhraíonn sí le gníomhaireachtaí agus le daoine aonair atá gníomhach i bhféinmharú a chosc.
www.nosp.ie / 01 6201672

HeadsUp
Tá sé d'aidhm ag HeadsUp cur le hiarrachtaí chun féinmharú a chosc trí fhaisnéis agus tacaíocht a sholáthar do dhaoine óga. Cuireann HeadsUp seirbhís téacs 24 uair an chloig ar fáil, a sheolann sonraí na línte cabhrach agus seirbhísí tacaíochta atá ar fáil chuig duine nuair a sheolann siad 'HeadsUp' chuig 50424.
www.headsup.ie / 01 2057200

Headstrong
Is eagraíocht neamhbhrabúis é Headstrong a thacaíonn le meabhairshláinte daoine óga in Éirinn trí abhcóideacht, trí thaighde agus trí fhorbairt seirbhíse (trí thionscadail Jigsaw).
www.headstrong.ie / 01 4727010

Let Someone Know
Is suíomh gréasáin meabhairshláinte agus faisnéis folláine é Let Someone Know a mhaoiníonn an HSE do dhaoine óga.
www.letsomeoneknow.ie

Neamhoird itheacháin

Bodywhys
Tacaíonn Bodywhys le daoine a bhfuil tionchar ag neamhoird itheacháin orthu. Cuireann sé seirbhísí faisnéise agus tacaíochta rúnda ar fáil do dhaoine a bhfuil tionchar ag neamhoird itheacháin orthu.
www.bodywhys.ie / 1890 200444

Iceberg
Tá sé d'aidhm ag Iceberg feasacht a ardú maidir le hanacair itheacháin agus neamhoird itheacháin. Cuireann an suíomh gréasáin tacaíocht tiomanta ar fáil do dhaoine atá ag fulaingt ar a mbealach chun téarnaimh.
www.eatingdisorderselfhelp.com

Inscne agus gnéasacht

Gay Switchboard Dublin
Cuireann Gay Switchboard Dublin tacaíocht éisteachta neamhthreorach ar fáil.
www.gayswitchboard.ie / 01 8721055

BeLonG To Youth Project
Tacaíonn BeLonG To Youth Project le daoine óga leispiacha, aeracha, déghnéasacha agus trasinscneacha in Éirinn.
www.belongto.org / 01 8734184

Gay and Lesbian Equality Network (GLEN)
Is eagraíocht neamhrialtasach dírithe ar bheartas agus straitéis é GLEN a bhfuil sé mar aidhm aige athrú dearfach a sheachadadh do dhaoine leispiacha, aeracha agus déghnéasacha in Éirinn.
www.glen.ie / 01 6728650

Líonra na hÉireann um Chomhionannas Trasinscne (TENI)
Tá sé mar aidhm ag TENI coinníollacha a fheabhsú agus cearta agus cothroime daoine trasinscneacha agus a dteaghlaigh a chur ar aghaidh.
www.teni.ie / 085 1477166

Líne Chabhrach LGBT
Cuireann an Líne Chabhrach LGBT tacaíocht éisteachta agus seirbhís faisnéise ar fáil do dhaoine leispiacha, aeracha, déghnéasacha agus trasinscneacha mar aon lena dteaghlaigh agus a gcairde.
www.lgbt.ie / 1890 929539

Sábháilteacht Idirlín

Hotline.ie
Soláthraíonn hotline.ie áis gan ainm don phobal chun ábhar mídhleathach a fheictear ar an idirlíon a thuairisciú.
www.hotline.ie / 1890 610710

Bí Aireach faoi do Spás
Is suíomh gréasáin é Bí Aireach faoi do Spás a léiríonn agus a thacaíonn le hobair daoine óga a bhfuil a dtionscnaimh féin á rith acu ina scoileanna agus ina ngrúpaí óige chun deireadh a chur leis an gcibearbhulaíocht.
www.watchyourspace.ie

Webwise
Is é Webwise Ionad na hÉireann um Fheasacht ar Shábháilteacht Idirlín arna mhaoiniú ag an Roinn Oideachais agus Scileanna agus ag an gClár um Idirlíon níos Sábháilte de chuid an AE. Ardaíonn sé feasacht ar shaincheisteanna sábháilteachta ar líne agus ar dhea-chleachtas i measc daltaí, a dtuismitheoirí agus a múinteoirí.
www.webwise.ie

An Coimisinéir um Chosaint Sonraí
Cinntíonn an Coimisinéir um Chosaint Sonraí go gcloíonn na daoine sin a choinníonn faisnéis le prionsabail na cosanta sonraí. Tugtar faisnéis ar an suíomh gréasáin faoi chearta daoine aonair agus ar fhreagrachtaí eagraíochtaí.
www.dataprotection.ie

An Lucht Siúil

Pavee Point
Tá Pavee Point tiomanta do chearta daonna a bhaint amach don Lucht Siúil Éireannach agus do Romaigh atá ina gcónaí in Éirinn.
www.paveepoint.ie / 01 8780255

Míchumas

An tÚdarás Náisiúnta Míchumais
Soláthraíonn an tÚdarás Náisiúnta Míchumais saineolas neamhspleách don rialtas maidir le beartas agus cleachtas míchumais.
www.nda.ie

Cumas Éireann
Oibríonn Cumas Éireann chun daoine faoi mhíchumas fisiceach a chumasú leis an neamhspleáchas, rogha agus cuimsiú is fearr is féidir a bhaint amach ina bpobail.
www.enableireland.ie

Comhionannas

An tÚdarás Comhionannais
Lorgaíonn an tÚdarás Comhionannais athrú dearfach a bhaint amach do na grúpaí agus daoine aonair sin a mhothaíonn neamhionannas trí thiomantas do chomhionannas a spreagadh agus trí thacú leis.
www.equality.ie / 1890 245545

An Coimisiún um Chearta an Duine in Éirinn (IHRC)
Cuireann an IHRC cearta an duine chun cinn agus cosnaíonn sé iad do gach duine in Éirinn.
www.ihrc.ie / 01 8589601

Rannóga um Shábháilteacht Idirlín

YouTube
www.youtube.com/yt/policyandsafety/en-GB/

Facebook
www.facebook.com/help/420576171311103

Twitter
support.twitter.com/groups/57-safety-security

AGUISÍN 5
TREOIRLÍNTE DO CHUAIRTEANNA SCOILE

(Ciorclán 0023/2010 DES)

Caithfidh cainteanna agus cláir a thugann gníomhaireachtaí nó cainteoirí seachtracha a bheith comhsheasmhach agus comhlántach le héiteas na scoile agus leis an gclár OSPS nó OSG. Ba cheart cuairteanna a phleanáil, taighde a dhéanamh orthu agus iad a fhorfheidhmiú i gcomhar le pearsanra na scoile.

Tá sé ríthábhachtach go bhfanann múinteoirí ranga sa rang le daltaí. Ba cheart go gcinnteodh láithreacht an mhúinteora sa rang go leanann an scoil na nósanna imeachta cuí le déileáil le haon saincheisteanna a eascraíonn as ionchur seachtrach.

Caithfidh na múinteoirí cuí idirchaidreamh a dhéanamh leis an cuairteoirí agus na gníomhaireachtaí seachtracha ar fad atá ag oibriú leis an scoil agus caithfidh an fhoireann ar fad a bheith ar an eolas fúthu.

Moltar go láidir go rachfaí i gcomhairle le tuismitheoirí agus go gcuirfí ar an eolas iad faoi chuairt ar bith ó dhaoine nó gníomhaireachtaí chuig seomraí ranga agus scoileanna.

Caithfear modheolaíochtaí cuí, fianaisebhunaithe le torthaí oideachais soiléire a úsáid i ngach clár agus imeacht a sheachadann cuairteoirí agus gníomhaireachtaí seachtracha. Is fearr a sheachadann daoine atá cáilithe go sonrach le hoibriú leis na daoine óga ar dearadh na cláir dóibh na cláir sin.

Ba cheart go ndéanfadh daltaí agus múinteoirí measúnú ar gach clár, caint, idirghabháil agus imeacht i dtéarmaí an ábhair, na dteachtaireachtaí, struchtúir, modheolaíochta agus torthaí foghlama beartaithe.

Áirítear le cur chuige teagaisc míchuí nár cheart do chuairteoirí chun na scoile a úsáid:

Bearta scanraithe: Tá faisnéis a scanraíonn daoine agus a dhéanann áibhéil ar iarmhairtí diúltacha míchuí agus fritorthúil.

Idirghabhálacha méaldrámatacha: Tá idirghabhálacha a thugann léargas dearfach nó spreagúil ar iompar baolach míchuí agus féadfaidh siad daoine a spreagadh le rioscaí míchuí a thógáil.

Teistiméireachtaí: Féadfaidh scéalta faoi stíl mhaireachtála chontúirteach an t-iompar a theastaigh uathu a chosc a spreagadh trí ghaiscígh a dhéanamh de na daoine a thugann na teistiméireachtaí.

Faisnéis nach bhfuil feiliúnach don aois: D'fhéadfadh sé bheith fritorthúil faisnéis a thabhairt do dhaltaí maidir le hiompair nach dócha go mbeidh siad páirteach iontu mar go bhféadfaí luachanna, meon agus iompar a athrú.

Idirghabhálacha aonuaire nó gearrthéarma: Ní bhíonn idirghabhálacha gearrthéarma, bídís pleanáilte nó ina bhfreagra ar ghéarchéim, éifeachtach.

Iompar baolach daoine óga a normalú: Má chuirtear in iúl do dhaoine óga, go díreach nó go hindíreach, go mbeidh a bpiaraí ar fad páirteach in iompar baolach d'fhéadfadh sé brú a chur orthu rudaí a dhéanamh nach ndéanfaidís murach sin.

AGUISÍN 6
SEICLIOSTA DE GHNÍOMHAÍOCHTAÍ ATÁ ÉASCA DON FHÉACHADÓIR

Rudaí ba cheart a dhéanamh

- Abair 'Ná déan' nó 'Stop' má fheiceann tú go bhfuil iompar duine éagórach.
- Inis nuair a bhíonn a fhios agat go bhfuil bulaíocht á dhéanamh ar dhalta. Ní 'sceithireacht' é seo. Insítear le bheith sábháilte.
- Cuir daoine san áireamh má bhíonn siad fágtha ar leataobh. Seans gur mhór acu do thacaíocht.
- Tuairiscigh bulaíocht ar líne leis na gnéithe chun mí-úsáid a thuairisciú.

Rudaí nár cheart a dhéanamh

- Ná bí páirteach i mbulaíocht trí bheith ag gáire, ag fonóid nó ag magadh faoi dhuine nuair a thosaíonn duine eile ag déanamh bulaíochta orthu nó trína rá gur 'maith' leat teachtaireacht bulaíochta ar líne nó trácht a dhéanamh uirthi.
- Ná mol bulaíocht ná troid.
- Ná fan i suíomh dainséarach. Faigh cúnamh láithreach ó dhuine fásta.
- Ná déan neamhaird de bhulaíocht nuair a fheiceann tú í.
- Ná déan bulaíocht ar an mbulaí.

AGUISÍN 7
TAGAIRTÍ

Tagairtí

An Roinn Leanaí agus Gnóthaí Óige (2012) *State of the Nation's Children: Ireland 2012.* Baile Átha Cliath: Foilseacháin an Rialtais.

An Roinn Oideachais agus Scileanna (2013) *Gnásanna Frithbhulaíochta Bunscoile agus Iar-Bhunscoile.* Ciorclán na Roinne, 0045/2013.

Kelly, C., Gavin, A., Molcho, M. agus Nic Gabhainn, S. (2012) *The Irish Health Behaviours in School-Aged Children (HBSC) Study 2010.* Baile Átha Cliath: An Roinn Sláinte.

Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A. agus Ólafsson, K. (2011) *Risks and Safety on the Internet: The Perspective of European Children – Full Findings and Policy Implications from the EU Kids Online Survey of 9-16 Year Olds and Their Parents in 25 Countries.* Londain: Páistí an AE ar Líne.

O'Moore, M. (2012) *'Cyber-Bullying: The Situation in Ireland', Pastoral Care in Education: An International Journal of Personal, Social and Emotional Development, 30: 209–23.*

O'Neill, B., Grehan, S. agus Ólafsson, K. (2011) *Risks and Safety for Children on the Internet: The Ireland Report.* Londain: Páistí an AE ar Líne.

Williams, J., Greene, S., Doyle, E., Harris, E., Layte, R., McCoy, S., McCrory, C., Murray, A., Nixon, E., McDowd, T., O'Moore, M., Quail, A., Smyth, E., Swords, L. agus Thornton, M. (2009) *Growing Up in Ireland: National Longitudinal Study of Children – the Lives of Nine-Year Olds.* Baile Átha Cliath: An Oifig Stáiseanóireachta.

Cómhaoinithe ag Clár Sábháilteachta Idirlín an AE agus an Roinn Oideachais agus Scileanna