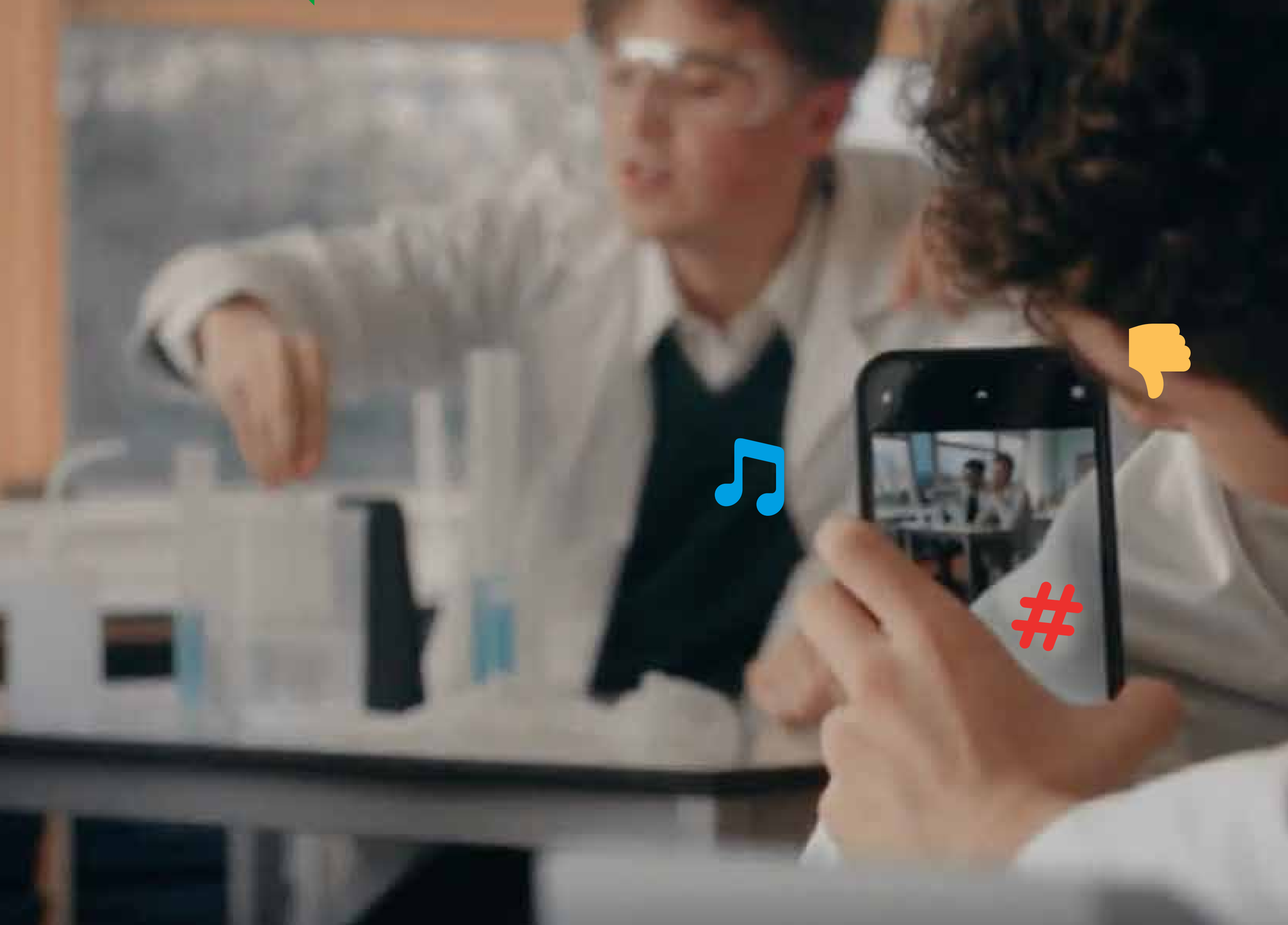
webwise.ie

# Éifeacht an Ómóis

## Ag Teacht le Chéile agus ag Déanamh Cumarsáide Ar Líne

Aonad Foghlama OSPS na Sraithe Sóisearaí



An Roinn Oideachais
Department of Education

Co-funded by the European Union

# Clár Ábhar

**Réamhrá** 5

**Maidir leis an Acmhainn** 6

**Roinn a hAon**

Eolas do Mhúinteoirí faoin mBulaíocht ar Líne 8

Treoir maidir le bheith ag Plé leis an Aonad Foghlama seo 15

**Roinn a Dó**

Aonad Foghlama Ag Teacht le Chéile & Ag Déanamh Cumarsáide Ar Líne 21

Ceacht 1. Ag Teacht le Chéile Ar Líne 22

Ceacht 2. An Tionchar a Thuiscint 31

Ceacht 3. Ar Chúl an Scáileáin 39

Ceacht 4. Comhbhá a Léiriú 47

Ceacht 5. Níl Ann Ach Magadh 56

Ceacht 6. Gníomh a Ghlacadh: Cosantóirí agus Comhghuaillithe 69

Ceacht 7. Ag Stiúradh Cairdeas 75

Ceacht 8. Tuairisc: #FúinneAtá 84

**Aguisíní** 92

# Maidir le Webwise

## Is togra sábháilteachta ar líne é Webwise de chuid na Roinne Oideachais arna chómhaoiniú ag an gCoimisiún Eorpach.

Cuireann Webwise úsáid an idirlín níos sábháilte agus níos fearr chun cinn trí chur le feasacht agus tograí oideachais a dhíríonn ar mhúinteoirí, leanaí, daoine óga agus tuismitheoirí. Forbraíonn agus scaipeann Webwise acmhainní a chabhraíonn le múinteoir an tsaoránacht dhigiteach agus an tsábháilteacht idirlín a chomhtháthú sa teagasc agus san fhoghlaim ina scoileanna. Chomh maith leis sin, cuireann Webwise faisnéis, comhairle agus uirlisí ar fáil do thuismitheoirí chun tacú leo a bheith páirteach i saol na leanaí ar líne. Le cabhair ó Phainéal Comhairleach don Óige de chuid Webwise, forbraítear acmhainní agus cláir oiliúna ardú feasachta atá dírithe ar an aos óg a chuireann an tsaoránacht dhigiteach chun cinn agus a théann i ngleic le topaicí ar nós folláine ar líne, cibearbhulaíochta agus tuilleadh.

Tá Webwise mar chuid d'Oide, seirbhís nua tacaíochta do mhúinteoirí agus ceannairí scoile, arna mhaoiniú ag an Roinn Oideachais.

## Ionad na hÉireann um Idirlíon níos Sábháilte

Tá Webwise mar chuid de chuibhreannas na hÉireann um Idirlíon níos Sábháilte agus tá siad mar chomhpháirtí ag Líne Chabhrach na Leanaí CÉCL, Hotline.ie agus an Chomhairle Náisiúnta Tuismitheoirí (CNT) atá faoi scáth Ionad na hÉireann um Idirlíon níos Sábháilte chun réimse seirbhísí sábháilteachta ar líne comhlántacha a chur ar fáil.

Is é fís Ionad na hÉireann um Idirlíon níos Sábháilte (IINS) domhan digiteach dearfach agus ionchuimsitheach ina bhfuil leanaí sábháilte agus ina gcosnaítear iad.

Is comhpháirtíocht é IINS na hÉireann de cheithre phríomheagraíocht a bhfuil de mhisean acu áit níos fearr a dhéanamh den Idirlíon do leanaí agus daoine óga, faoi chomhordú na Roinne Dlí agus Cirt, Rannóg na Cibearchoireachta.

Mar cheann de na 31 Ionad um Idirlíon níos Sábháilte sna Líonraí InSafe-InHope, cuireann IINS na hÉireann le hIdirlíon níos Fearr do Pháistí (IFP), croí-ardán seirbhíse ar fáil chun acmhainní, seirbhísí agus cleachtais a roinnt idir na hIonaid Eorpacha um Idirlíon Sábháilte agus comhairle agus eolas faoi idirlíon níos fearr a roinnt leis an bpobal i gcoitinne. De réir straitéis an Choimisiúin Eorpaigh um Idirlíon níos Fearr do Leanaí+, is í an phríomhfhís taobh thiar de chroí-ardán seirbhíse IFP ná chun idirlíon níos fearr a chruthú do leanaí agus do dhaoine óga.

## Nótaí Buíochais

Ba mhaith le Webwise buíochas ó chroí a ghlacadh le gach duine a bhí páirteach i bhforbairt na hacmhainne seo; comhaltaí Fhoireann Teicneolaíochtaí Digiteacha SFGM agus Fhoireann Sláinte agus Folláine SFGM, Foireann Taighde agus Deartha SFGM, Cigireacht na Roinne Oideachais, an Chomhairle Náisiúnta Curaclaim agus Measúnachta, agus Suzanne Graham.

# Réamhrá ón Aire Norma Foley TD

Gach lá, freastalaíonn beagnach milliún leanbh in Éirinn ar ár scoileanna.

Do mhórchuid na ndaoine, seasann an scoil do spás sábháilte, timpeallacht shábháilte ina gcothaítear fás ó thaobh intinne agus mothúchán de i dtimpeallacht chomhbhách. Is áit í ina bhforbraítear scileanna sóisialta agus ina gcothaítear cairdis saoil. Do chuid de na daoine, áfach, is í fírinne an scéil nach féidir glacadh léi ná go bhfuil an bhulaíocht ina fadhb i gcónaí. Is amhlaidh atá, faraor, in ainneoin iarrachtaí is fearr gach duine laistigh den earnáil oideachais.

Níos luaithe i mbliana chuir mé tús le Cineáltas, Plean Gníomhaíochta nuashonraithe maidir leis an mBulaíocht de chuid na Roinne. Bhain an plean nua seo leas as an Ráiteas Polasaí Folláine agus Creat Cleachtais 2019, Cur Chuige Oideachais Uile de chuid EOECNA, mar aon le taighde agus cleachtas is fearr náisiúnta agus idirnáisiúnta. Baintear leas as taithí saoil réimse leathan scoláirí a ghlac páirt sna grúpaí stiúrtha agus saineolas agus taithí an Ghrúpa Stiúrtha.

Tá Cineáltas praiticiúil, ionchuimsitheach agus tá réimse leathan gníomhartha ag baint leis a chabhraíonn linn a bheith ag obair le chéile i dtreo sochaí in Éirinn atá éagsúil, ionchuimsitheach, saor ó gach cineál bulaíochta agus ina bhfuil meas ar dhifríochtaí an duine aonair agus ina ndéantar ceiliúradh orthu. Is é an fhís atá againn ná na huirlisí riachtanacha a chur ar fáil do na scoileanna chun díriú ar agus dul i ngleic leis an gcibearbhulaíocht, an ciníochas, an bulaíocht maidir leis an bhféiniúlacht inscne nó an gnéaschiapadh, i measc réimsí eile.

Is éard atá i gceist le Cineáltas ná spiorad na hionchuimsitheachta a chothú ó aois óg, go mbeidh a fhios ag gach leanbh go bhfuil an cineáltas agus an chomhbhá chomh tábhachtach céanna leis an ailgéabar agus an léitheoireacht. Cuirtear plean ar fáil dár bpobail scoileanna uile chun a chinntiú go léirítear cineáltas dár gcuid scoláirí go léir, gan eisceachtaí, mar gur gá go mbeadh gníomhartha níos láidre ná focail.

Tá áthas an domhain orm fáilte a chur roimh Éifeacht an Ómóis - aonad foghlama na Sraithe Sóisearaí a chuirfidh acmhainn bhuan a mbeidh an-tionchar aici ar fáil do mhúinteoirí agus scoláirí araon chun tacaíocht a thabhairt dóibh ina gcuid oibre agus ina gcuid gníomhartha agus iad ag dul i ngleic leis an mbulaíocht sna scoileanna.

Forbraíodh Éifeacht an Ómóis chun a chinntiú go dtugtar tacaíocht do mhúinteoirí aghaidh chuimsitheach a thabhairt ar thorthaí foghlama laistigh de chúrsa OSPS na Sraithe Sóisearaí a bhfuil baint acu leis an mbulaíocht ar líne agus le hiompar mí-úsáide. Rinneadh eolas cruinn dá ábhar leis an taighde náisiúnta agus idirnáisiúnta is deireanaí, chomh maith leis an iliomad ábhair a cuireadh isteach chuig an gCoiste Stiúrtha Frithbhulaíochta (a mbíodh Webwise ina bhall de).

Tabharfaidh an acmhainn seo tacaíocht do chur i bhfeidhm Chineáltas. Lena chois sin, tugann sé tacaíocht don Straitéis Dhigiteach do Scoileanna agus do Churaclam nuashonraithe OSPS na Sraithe Sóisearaí.

Is iad scoláirí agus daoine óga an chloch is mó ar phaidrín Webwise agus tagann Éifeacht an Ómóis go mór leis an éiteas seo. Aithnítear nádúr casta an domhain ar líne agus na buntáistí agus dúshláin a chuirtear roimh dhaoine óga, agus ar ndóigh maidir leis an gcaoi a bhfeidhmíonn caidrimh sa spás seo.

De réir mar a dhéanann siad dul chun cinn ina gcuid foghlama, beidh scoláirí na Sraithe Sóisearaí atá i mbun staidéir ar an aonad seo cumasaithe go dearfach chun gníomhú in éadan bulaíochta ar líne trína gcuid gníomhartha agus iompraíochtaí féin. Beidh siad ullamh leis na scileanna, an mhuinín agus an t-eolas riachtanach chun cultúr a scoile a athrú agus tacaíocht a chur ar fáil dá bpiaraí.

Chun a chinntiú gur féidir freagairt éifeachtúil a thabhairt ar bhulaíocht inár scoileanna agus cosc a chur uirthi, tá an-tábhacht ag baint le hidircheangailteacht na scoile leis an bpobal níos leithne. Tagann Éifeacht an Ómóis le hoiliúint saor in aisce do mhúinteoirí, oiliúint a d'fhorbair Webwise agus an Roinn Oideachais agus tá sí ar fáil ar líne ag: webwise.ie/cyberbullying-guidance/. Chomh maith leis sin, tá réimse leathan de thuilleadh ábhair oiliúna ar fáil do mhúinteoirí, scoláirí agus tuismitheoirí trí Chlár Sábháilteacht Idirlín de chuid Webwise ag www.webwise.ie.

Norma Foley TD
An tAire Oideachais

# Maidir leis an Acmhainn

**Dearadh an acmhainn oideachais frithbhulaíochta seo chun tacú le múinteoirí dul i ngleic leis na torthaí foghlama laistigh de chúrsa OSPS na Sraithe Sóisearaí, torthaí a bhfuil baint acu leis an mbulaíocht ar líne agus le hiompar drochídeach agus chun cumhacht a thabhairt do scoláirí gníomhú in aghaidh na bulaíochta ar líne, trína gcuid gníomhartha dearfacha agus iompraíochtaí féin.**

**Beidh ar chumas an scoláire**

- **1.8 machnamh a dhéanamh ar chiall agus ar thábhacht na comhbhá agus plé a dhéanamh ar an gcaoi ar féidir í a léiriú**
- **2.7 measúnú a dhéanamh ar na buntáistí agus deacrachtaí a bhaineann lena ndomhan ar líne agus straitéisí a phlé chun dul i ngleic le réimse cásanna a d'fhéadfadh teacht aníos**
- **2.8 plé a dhéanamh ar an gcaoi ar féidir eolas, íomhánna, tuairimí agus mothúcháin phearsanta a roinnt ar bhealach sábháilte, freagrach agus measúil ar líne agus san fhíorshaol**
- **3.3 comharthaí de chaidrimh shláintiúla, mhíshláintiúla agus dhrochídeacha a aithint**
- **4.6 cineálacha éagsúla iompair dhrochídigh agus bulaíochta a aithint a d'fhéadfadh tarlú in idirghníomhaíochtaí ar líne agus san fhíorshaol**
- **4.7 an tábhacht a bhaineann le cineálacha difriúla d'iompar bulaíochta nó drochídeach a d'fhéadfadh tarlú san fhíorshaol nó ar líne a thabhairt faoi deara agus freagra a thabhairt orthu agus freagraí oiriúnacha a phlé, lena n-áirítear, cén fáth, cén chaoi, cén áit agus cén t-am ba cheart tuairisciú a dhéanamh air**
- **4.8 gníomhartha is féidir le daoine óga a dhéanamh, gan iad féin a chur i gcontúirt, nuair atá siad ar an eolas maidir le heachtraí iompair dhrochídigh nó bulaíochta atá ag tarlú agus na bacainní a bhaineann leis an bhfód a sheasamh a fhiosrú**

Beidh deiseanna ann chomh maith chun aghaidh a thabhairt ar thorthaí breise foghlama ó shnáitheanna eile de réir na dtrí ghné chrosghearrtha a thacaíonn leis an teagasc agus an fhoghlaim éifeachtach in OSPS. Tugann na ceachtanna seo tacaíocht do na scoláirí éirí níos féinfheasaí agus feasach faoi dhaoine eile, lena n-áirítear deiseanna do chomhrá sa seomra ranga, agus leideanna do scoláirí chun machnamh a dhéanamh.

Is é aidhm na hacmhainne oideachasúla seo ná scoláirí a chumhachtú chun dul i mbun gnímh in aghaidh na cibearbhulaíochta agus í a aithint trína ngníomhartha agus trína n-iompraíochtaí dearfacha féin agus trí chabhrú le timpeallacht frith-chibearbhulaíochta a chruthú ar leibhéal scoile. Is é an sprioc ná comhbhá, ómós agus teacht aniar a chothú i measc daoine óga agus cabhrú leo tuiscint a fháil ar na hiarmhairtí a bhíonn lena ngníomhaíochtaí agus tionchar na cibearbhulaíochta ar gach duine atá páirteach. Tá sé mar sprioc ag na gníomhaíochtaí foghlama litearthacht shóisialta agus mhothúchánach na scoláirí a fhorbairt sa timpeallacht ar líne agus an smaoineamh criticiúil agus an tsaoránacht dhigiteach fhreagrach a chur chun cinn.

**Ba cheart an acmhainn oideachasúil seo a úsáid mar chuid de chur chuige iomlán maidir le cosc a chur ar an mbulaíocht. Ach na ceachtanna seo a chur i bhfeidhm tá múinteoirí ag leabú an oideachais frithbhulaíochta laistigh den churaclam OSPS do scoláirí na sraithe sóisearaí.**

**Is féidir an acmhainn seo a úsáid:**

- **chun dul i ngleic le torthaí foghlama frithbhulaíochta chúrsa nuashonraithe OSPS na Sraithe Sóisearaí;**
- **chun riachtanais straitéisí oideachais agus coiscthe de chuid Cineáltas: Plean Gníomhaíochta ar an mBulaíocht 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;**
- **chun scoláirí a chur san áireamh agus forbairt á déanamh ar Pholasaí Frithbhulaíochta na scoile agus ar a Treoirlínte maidir le Sábháilteacht Idirlín agus ar a Polasaí Úsáide Inghlactha (AUP) freisin.**

# Ceachtanna

## Ceacht 1.
## Ag Teacht le Chéile Ar Líne

Sa cheacht seo déanfaidh na scoláirí measúnú ar bhuntáistí agus ar mhíbhuntáistí féideartha de na meáin dhigiteacha a úsáid chun cairdis agus caidrimh a stiúradh. Tosóidh siad ag cuimhneamh ar speictream leathan na n-iompar ar líne lena n-áirítear an taobh díobhálach de theacht le chéile ar líne, go háirithe an chibearbhulaíocht.

## Ceacht 2.
## An Tionchar a Thuiscint

Tabharfaidh an ceacht seo tuiscint do na scoláirí ar na himpleachtaí a bhaineann le hiompar bulaíochta ar líne. Tabharfaidh an ceacht deis do scoláirí machnamh a dhéanamh ar fhadhb na bulaíochta ar líne, agus cabhróidh sé leo an tionchar a fhéadann a bheith ag an gcibearbhulaíocht a thuiscint.

## Ceacht 3.
## Ar Chúl an Scáileáin

Tabharfaidh an ceacht seo deis do scoláirí iniúchadh níos doimhne a dhéanamh ar nádúr na cumarsáide ar líne agus ar an gcaoi a bhfuil sí éagsúil leis na modhanna traidisiúnta as líne trí fhéachaint go sonrach ar cheisteanna a bhaineann le neamhainmníocht agus le dofheictheacht ar líne. Cuimhneofar ar fheiniméan an dí-urchoillte ar líne agus an fáth a roghnaíonn daoine iad féin a iompar nó cumarsáid a dhéanamh ar bhealach difriúil ar líne ná mar a dhéanfaidís san fhíorshaol.

## Ceacht 4.
## Comhbhá a Léiriú

Pléann an ceacht seo an chaoi ar féidir le comhbhá le daoine eile a chur ar ár gcumas cosc a chur ar iompar bulaíochta agus freagairt a thabhairt air, ar líne agus san fhíorshaol araon. Beidh tuiscint ag na scoláirí ar an tábhacht a bhaineann le comhbhá a léiriú ina gcuid idirghníomhaíochtaí ar líne agus na bealaí ar féidir comhbhá a léiriú.

## Ceacht 5.
## Níl Ann Ach Magadh

Sa cheacht seo pléifidh na scoláirí an chuma a bhíonn ar chineálacha iompraíochtaí bulaíochta atá caolchúiseach ar líne agus cén chaoi le hidirdhealú a dhéanamh idir bheith ag magadh agus iompar bulaíochta. Aithneoidh na scoláirí comharthaí an iompair seo agus forbróidh siad straitéisí chun freagairt go oiriúnach má fheiceann siad cineálacha iompraíochtaí bulaíochta atá caolchúiseach ar líne.

## Ceacht 6.
## Gníomh a Ghlacadh: Cosantóirí agus Comhghuaillithe

Scrúdaíonn an ceacht seo na róil a imríonn daoine nuair a tharlaíonn bulaíocht, an tionchar a d'fhéadfadh a bheith ag féachadóir agus forbrófar straitéisí chun tuairisc a dhéanamh go sábháilte agus tacaíocht a thabhairt do spriocghrúpa na mí-úsáide ar líne.

## Ceacht 7.
## Ag Stiúradh Cairdeas

Cabhróidh an ceacht seo leis na scoláirí cairdis agus caidrimh shláintiúla ar líne amach anseo a aithint agus fiosrófar cén chaoi le comharthaí nósanna cumarsáide míshláintiúla agus an méid a mbítear ag súil leis ar líne a aithint.

## Ceacht 8.
## Tuairisc: #FúinneAtá

Sa cheacht seo beidh a fhios ag scoláirí cén chaoi le hiompar bulaíochta ar líne a thuairisciú agus beidh a fhios acu céard atá i gceist le tuairisciú. Déanfaidh siad anailís ar agus beachtóidh siad Polasaí Frithbhulaíochta na scoile agus AUP chun cabhrú feabhas a chur ar pholasaithe na scoile a thugann tacaíocht do scoláirí i dtimpeallachtaí ar líne agus a bheith ina saoránaigh dhigiteacha fhreagracha.

# Cuid a hAon

## Faisnéis do Mhúinteoirí faoin mBulaíocht Ar Líne

### Cad is bulaíocht ann?

**Mar atá leagtha amach i gCineáltas: Plean Gníomhaíochta ar an mBulaíocht 2022, sainmhíníonn an Roinn Oideachais bulaíocht mar seo a leanas: Bulaíocht is ea iompar spriocdhírithe ar líne nó as líne, a dhéanann dochar. D'fhéadfadh nádúr an dochair a bheith fisiciúil, sóisialta agus/nó mothúchánach. Déantar iompar bulaíochta arís agus arís thar thréimhse ama agus cuimsítear leis éagothroime chumhachta idir beirt nó idir grúpaí daoine sa tsochaí.**

Tá go leor modhanna difriúla d'iompar bulaíochta lena n-áirítear fisiciúil, ó bhéal agus foirmeacha cosúil leis sin, agus is féidir leis tarlú ar líne nó as líne. Tá go leor bunchúiseanna difriúla ann don iompar bulaíochta is féidir a thuiscint ar leibhéal an duine aonair (mar shampla mian an smachta, an stádais, an díoltais) agus/nó ar leibhéal sochaíoch (mar shampla bulaíocht bunaithe ar an bhféiniúlacht amhail bulaíocht chiníoch, bulaíocht ar dhaoine faoi mhíchumas, bulaíocht ghnéasaíoch, nó bulaíocht LADTA+). Is minic go mbíonn tionchar an-láidir ar iompar bulaíochta sna scoileanna ag na dearcthaí, na hiompraíochtaí, na gnásanna agus na dinimicí cumhachta atá fréamhaithe go domhain inár sochaí. Déantar tuilleadh cur síos ar phríomhghnéithe an tsainmhínithe anseo:

**A. Iompar spriocdhírithe:**

Is iompar tomhaiste, nach bhfuil de dhíth é an bhulaíocht a dhéanann dochar do dhaoine eile, agus bíonn a fhios ag an bpáiste nó ag an duine óg atá ag léiriú an iompair bulaíochta gur iompar dochrach é nó go gceapfaidh an páiste nó an duine óg a bhfuiltear ag déanamh bulaíochta orthu gur iompar dochrach é. Ní iompar timpisteach ná ainchríonna í an bhulaíocht. D'fhéadfadh an dochar a bheith fisiciúil (mar shampla gortú pearsanta, damáiste do nó cailleadh earraí), sóisialta (mar shampla cúlú chugat féin, uaigneas, eisiamh) agus/nó mothúchánach (mar shampla féinmheas íseal, dúlagar, imní) agus d'fhéadfadh tionchar dáiríre fadtéarmach a bheith ar an bpáiste nó ar an duine óg a bhfuiltear ag déanamh bulaíochta orthu. Má airíonn an páiste nó an duine óg a bhfuiltear ag déanamh bulaíochta orthu go bhfuil an dochar leanúnach dáiríre ach ní raibh sé sin i gceist ag an bpáiste nó an duine óg eile, ní bulaíocht é seo ach, rud atá tábhachtach, ba cheart aghaidh a thabhairt air faoi Chód Iompair na scoile.

**B. Iompar a tharlaíonn arís is arís eile:**

Bíonn pátrún iompair chórasaigh i gceist leis an mbulaíocht a tharlaíonn arís is arís eile le himeacht ama. Meastar nach bulaíocht iad eachtraí aonair as líne d'iompar diúltach beartaithe a mbaineann éagothroime chumhachta leo, ach caithfear aghaidh a thabhairt orthu fós faoi chód iompair na scoile. **Meastar, áfach, gur iompar bulaíochta é teachtaireacht/íomhá/físeán dochrach amháin a phostáil ar líne a bhfuil seans maith ann go ndéanfar é a phostáil arís nó a roinnt le daoine eile.**

**C. Éagothroime chumhachta:**

Le linn eachtraí bulaíochta, is deacair don pháiste nó don duine óg a bhfuil bulaíocht á déanamh orthu iad féin a chosaint mar thoradh ar mhí-úsáid na héagothroime cumhachta, éagothroime atá ann nó a mheastar a bheith ann. Is féidir leis an éagothroime chumhachta í féin a léiriú trí dhifríochtaí na méide, na láidreachta, na haoise, an chumais, chumhacht phiarghrúpa, an stádais eacnamaíochta, an stádais shóisialta, an reiligiúin, an chine, an bhunúis eitnigh lena n-áirítear ballraíocht na bpobal Siúil agus/nó Romach, an ghnéaschlaonta, na gcúinsí teaghlaigh, na hinscne, na féiniúlachta inscne, an léirithe inscne, na taithí sa chóras cúraim, an mhíchumais nó fáil an oideachais speisialta. Le linn eachtraí bulaíochta ar líne (nó cibearbhulaíocht), is féidir leis an éagothroime chumhachta baint a bheith aici leis an neamhainmníocht ar líne, cumas teicniúil agus seilbh ar eolas/íomhánna/físeán, agus éagumas an duine a díríodh orthu fáil réidh leis an ábhar gáirsiúil ar líne nó éalú ón mbulaíocht.[1]

## Úsáid Daoine Óga an Idirlín

Tá páistí agus daoine óga tumtha sa timpeallacht dhigiteach agus bíonn **rochtain leathan agus leanúnach acu.** Bíonn gléas digiteach pearsanta ag daoine sna haoisghrúpa go léir. Bíonn trí cheathrú de dhaoine idir 9 agus 17 ar líne go laethúil, ag caitheamh 2.1 uair an chloig ar líne i rith na seachtaine agus 3.4 uair an chloig ar líne go laethúil ag an deireadh seachtaine ar an meán.

## Dearcthaí na bPáistí agus na nDaoine Óga ar an Timpeallacht Dhigiteach

Nuair a fiafraítear díobh, bíonn dearcadh dearfach ag páistí i leith na timpeallachta digití den chuid is mó.

- **Tá a ngléas digiteach féin ag beagnach leath na bpáistí idir 9-10:** Tá fón cliste ag 41% de pháistí 9-10 mbliana (an grúpa is óige sa suirbhé seo); tá consól cluichí ag 47% agus gléas táibléid ag 44%.
- **Tá formhór na bpáistí dearfach faoin timpeallacht dhigiteach:** Deir 44% go bhfuil sé an-fhíor agus 39% go bhfuil sé sách fíor go bhfuil rudaí maithe ar líne dá n-aois.
- **Tá úsáid na meán sóisialta forleathan chomh maith; úsáideann beagnach 90% de dhaoine idir 15-17 na meáin shóisialta.**
- **Tá páistí agus daoine óga dearfach faoina gcuid scileanna digiteacha freisin** agus baineann siad 7.3 as 10 amach ar an meán ar Scála na Scileanna Idirlín. Is é 5.1 an meán dóibh siúd idir 9-10 agus 8.7 dóibh siúd idir 15-17.
- **Ach tá dearcthaí measctha ag páistí nuair a chuirtear ceist orthu an airíonn siad sábháilte ar líne:** Deir 41% go n-airíonn siad 'an-sábháilte' agus 40% 'sách sábháilte'; ach deir 11% nach n-airíonn siad 'chomh sábháilte sin'.[2]

## Bulaíocht ar Líne

Fuarthas amach sa tuairisc chéanna gur thuairiscigh 17% dóibh siúd idir 9-17 go ndearnadh cineál éigin bulaíochta orthu, bíodh sé ar líne nó as líne, le bliain anuas. Tháinig an méid is mó tuairiscí ó pháistí 13–14 bliana; dúirt 22% acu go ndearnadh bulaíocht orthu le bliain anuas. Chomh maith leis sin, deir 11% de na páistí go léir go ndearna cibearbhulaíocht orthu le 12 mhí anuas agus rinneadh an méid is mó cibearbhulaíochta ar pháistí idir 13–14, 18% a thuairiscigh go ndearnadh cibearbhulaíocht orthu. Tugann na sonraí le fios go bhfuil níos mó seans ann go ndéanfar bulaíocht ar chailíní agus go mbeidh deacrachtaí sábháilteachta ar líne acu (NACOS, 2021).[3] Ar an mbealach céanna fuarthas amach i dtuairisc de chuid EDS "Ag díriú ar shláinte agus folláine na n-ógánach" go mbíonn tionchar díréireach ag an gcibearbhulaíocht ar chailíní. Thuairiscigh níos mó ná 1 as 10 ógánach sa staidéar go ndearnadh cibearbhulaíocht orthu ar a laghad uair amháin le dhá mhí anuas.[4]

[1] Cineáltas: Plean Gníomhaíochta ar an mBulaíocht, An Roinn Oideachais 2022: https://www.gov.ie/en/publication/52aaf-cinealtas-action-plan-on-bullying/

[2] An Chomhairle Chomhairleach Náisiúnta um Shábháilteacht ar Líne Tuairisc ar Shuirbhé Náisiúnta do Pháistí, a dTuismitheoirí agus Daoine Fásta maidir leis an tSábháilteacht Ar Líne 2021: https://www.gov.ie/pdf/?file=https://assets.gov.ie/204409/b9ab5dbd-8fdc-4f97-abfc-a88afb2f6e6f.pdf#page=null

[3] An Chomhairle Chomhairleach Náisiúnta um Shábháilteacht ar Líne Tuairisc ar Shuirbhé Náisiúnta do Pháistí, a dTuismitheoirí agus Daoine Fásta maidir leis an tSábháilteacht Ar Líne 2021: https://www.gov.ie/pdf/?file=https://assets.gov.ie/204409/b9ab5dbd-8fdc-4f97-abfc-a88afb2f6e6f.pdf#page=null

[4] Inchley J, Currie D, Budisavljevic S, Torsheim T, Jåstad A, Cosma A et al., eagarthóirí. Spotlight on adolescent health and well-being: Findings from the 2017/2018 Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC) survey in Europe and Canada. International report. Volume 2. Key data. Cóbanhávan: Oifig Réigiúnach EDS don Eoraip; 2020. Ceadúnas: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

*Fuarthas amach i Suirbhé Thimpeallacht na Scoile in Éirinn 2022 de chuid BelongTo, cé go bhfuil roinnt dul chun cinn á dhéanamh againn maidir le timpeallachtaí scoile atá sábháilte agus tacúil a sholáthar do scoláirí leispiacha, aeracha, déghnéasacha, trasinscneacha agus aiteacha (nó amhrasacha) (LADTA+), go bhfuil go leor oibre fós le déanamh ag gach ball dár bpobal scoile. Cuirtear dúshláin roimh scoláirí LADTA+ fós, lena n-áirítear an méid seo a leanas; caitear go diúltach leo, cloistear rudaí homafóbacha á rá ag baill an phobail scoile, imní faoi choinneáil scoile agus críochnú scoile, agus spásanna nach bhfuil sábháilte laistigh de scoileanna (BelongTo, 2022). Thug 76% de na scoláirí LADTA+ a rinne an suirbhé le fios nach n-airíonn siad 'sábháilte ar scoil".*[5]

*Léiríonn taighde in Éirinn agus taighde idirnáisiúnta gurb é an chuma fhisiciúil an chúis is mó le bulaíocht, le cine, náisiúntacht agus dath craicinn ar an dara cúis is coitianta. Fuarthas amach go bhfuil páistí ó theaghlaigh níos boichte, imircigh, agus iad siúd atá neamh-chomhréireach ó thaobh inscne de níos leochailí i leith iompair bulaíochta (EOECNA, 2019).*[6] *Ní i gcónaí nach mbíonn ceangal ag na cúinsí seo lena chéile, mar sin is minic a chuireann cúinsí trasnacha agus ioneitneacha leis an gcaoi a mbíonn taithí acu ar an mbulaíocht (Kuldas, Foody, O'Higgins Norman, 2022).*[7]

## Bulaíocht ar Líne a Thuiscint

**Tá roinnt tosca síceolaíocha ann a bhfuil sé níos deacra déileáil leis an gcibearbhulaíocht ná an bhulaíocht thraidisiúnta as líne dá mbarr.**

**Mar thoradh ar dhí-urchoilleadh**, tá níos lú fadhbanna ag daoine óga páirt a ghlacadh inti ar líne toisc nach bhfeiceann siad na drochiarmhairtí 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 chríoch, is deacra déileáil leis an gcibearbhulaíocht ná an bhulaíocht thraidisiúnta as líne mar gheall ar an bhfíric 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 gcabhraíonn seallach le duine aonair a bhfuil cúnamh ag teastáil uaidh mar go nglacann an fianaiseach leis go n-idirghabhfaidh duine eile. 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 líonraithe shóisialta, nó i bhfoinsí ábhair ar líne atá beartaithe chun daoine a uirísliú nó chun díobháil a déanamh dóibh a úsáid nó a leanúint.

## Dul i nGleic leis an mBulaíocht ar Scoil

**Cineáltas: Plean Gníomhaíochta ar an mBulaíocht**

In 2022, sheol an Roinn Oideachais Cineáltas: Plean Gníomhaíochta ar an mBulaíocht. Tógann an plean seo ar éachtaí agus ar mhian an Phlean Ghníomhaíochta ar an mBulaíocht 2013 agus ar an obair a rinneadh le blianta beaga anuas chun a chinntiú gur áiteanna sábháilte agus sásta iad ár scoileanna dár gcuid páistí agus daoine óga go léir.

D'úsáid Cineáltas: Plean Gníomhaíochta ar an mBulaíocht an Ráiteas Polasaí Folláine agus an Creat Cleachtais 2019, Cur Chuige Oideachais Uile de chuid EOECNA, chomh maith le taighde náisiúnta agus idirnáisiúnta agus an dea-chleachtas chun straitéis láidir a fhorbairt a thugann tús áite dár gcuid páistí agus daoine óga inár bpobal scoile agus sa straitéis oideachais náisiúnta agus forbairt polasaí.

Tá Cineáltas: Plean Gníomhaíochta ar an mBulaíocht bunaithe ar cheithre eochairphrionsabal:

- **Cosc** Trí chomhbhá a spreagadh agus oiliúint a sholáthar a chuireann bunchloch ar fáil d'fhaisnéis, meas, comhionannas agus ionchuimsiú.
- **Tacaíocht:** Ábhair thacaíochta inláimhsithe agus dhírithe bunaithe ar chontanam riachtanas a chuireann creat ar fáil do phobail scoileanna le bheith ag obair le chéile.
- **Maoirseacht:** Cruthaíonn ceannaireacht infheicthe timpeallachtaí dearfacha do pháistí agus do dhaoine óga agus do gach ball dár bpobal scoile.
- **Pobal:** Pobail scoile ionchuimsitheacha a thógáil a bhfuil baint acu leis an tsochaí, agus a thacaíonn le agus a chothaíonn caidrimh agus comhpháirtíochtaí dearfacha.[8]

[5] BeLonG To Youth Services (2022) The 2022 Irish School Climate Survey—Key Findings: https://www.belongto.org/professionals/research/2022schoolclimatesurvey_keyfindings

[6] EOECNA (2019) Behind the Numbers, Ending School Violence and Bullying: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000366483

[7] Kuldas, S., Foody, M. & O'Higgins Norman, J. (2022) Does Ethnicity of Victims and Bullies Really Matter? Suggestions for Further Research on IntraEthnic Bullying/Victimisation. Int Journal of Bullying Prevention 4, 243–254: https://doras.dcu.ie/26110/1/Kuldas

[8] Cineáltas: Plean Gníomhaíochta ar an mBulaíocht, An Roinn Oideachais 2022: https://www.gov.ie/en/publication/52aaf-cinealtas-action-plan-on-bullying/

[9] EOECNA (2020) International Conference on School Bullying: recommendations by the Scientific Committee on preventing and addressing school bullying and cyberbullying: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374794

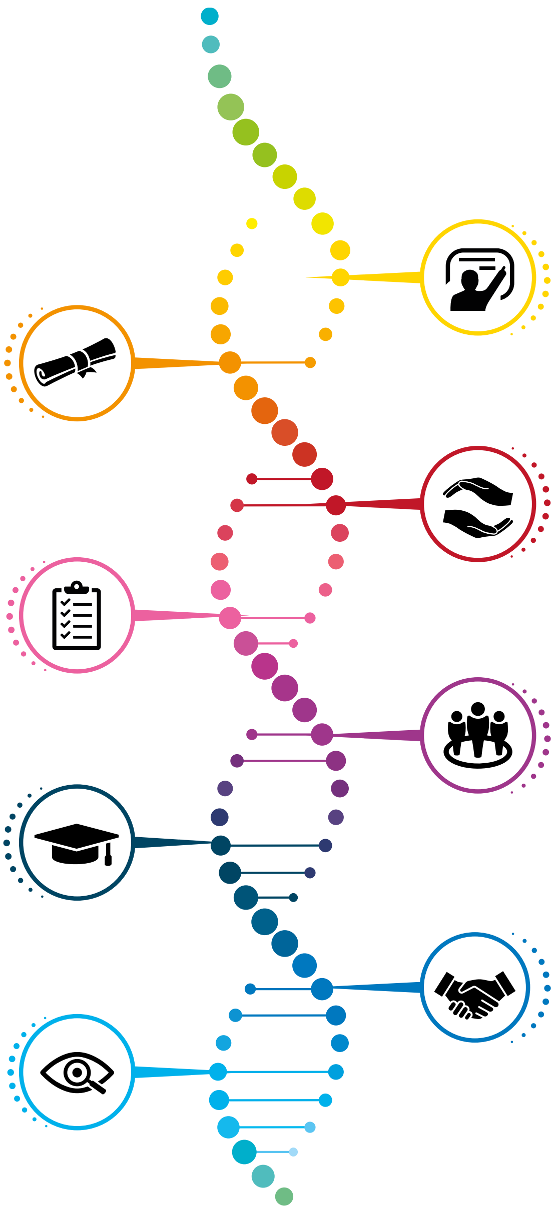
## Cur Chuige Oideachais Uile

Go hidirnáisiúnta, tá naoi gcuid i gceist le Cur Chuige Oideachais Uile de chuid EOECNA chun bulaíocht a chosc agus dul i ngleic léi a chabhraíonn chun an bhulaíocht agus an chibearbhulaíocht a laghdú go héifeachtúil (EOECNA, 2020). Cuireann an Cur Chuige Oideachais Uile seo creat aontaithe agus iomlánaíoch ar fáil chun an lucht déanta polasaithe a threorú leis na heochairchodanna agus na saintréithe de chur chuige leathan chun bulaíocht a chosc agus dul i ngleic léi.

**Cur Chuige Oideachais Uile maidir leis an mbulaíocht a chosc agus le dul i ngleic léi.** Tugann an tábla seo a leanas breac-chuntas ar na naoi bpríomhchuid a aithníodh mar chuid de chur chuige oideachais uile a fhéadann cabhrú an bhulaíocht agus an chibearbhulaíocht a laghdú go héifeachtúil.[9]

**Comhdháil Idirnáisiúnta faoin mBulaíocht ar Scoil, 2021**

9 AN CUR CHUIGE LENA MBAINEANN NGNÉ DEN CHUR CHUIGE OIDEACHAIS UILE MAIDIR LEIS AN MBULAÍOCHT AGUS AN CHIBEARBHULAÍOCHT A CHOSC AGUS AGHAIDH A THABHAIRT ORTHU



## Creat Folláine

Cuireann an Ráiteas Polasaí Folláine agus an Creat Cleachtais 2019 creat uileghabhálach ar fáil do scoileanna chun tacú le cur chuige cuimsitheach chun tacaíocht a thabhairt d'fholláine bhall an phobail scoile go léir agus chun bulaíocht a chosc agus dul i ngleic léi. Aithníonn an Roinn go mbíonn scoileanna laistigh de chóras níos leithne agus leagtar béim ar thábhacht idircheangailteachta na scoile leis an bpobal i gcoitinne sa chur chuige folláine agus go háirithe sa chosc ar an mbulaíocht agus aghaidh a thabhairt uirthi i scoileanna. Aithníonn an Polasaí Folláine ceithre phríomhréimse chun an fholláine a chur chun cinn: Cultúr agus an Timpeallacht, Curaclam (Teagasc agus Foghlaim), Beartas agus Pleanáil, agus Caidrimh agus Comhpháirtíochtaí.[10]

## An Creat Dlíthiúil

I mí Feabhra 2021 ritheadh an tAcht um Chiapadh, Cumarsáid Dhochrach agus Cionta Gaolmhara 2020. Cruthaíonn an t-acht cionta nua i dtaca le ciapadh agus cumarsáidí dochracha, ar líne agus as líne araon, agus soláthraítear neamhainmníocht d'íospartaigh na gcionta sin. 'Dlí Coco' a thugtar air, cuireann an t-acht seo cosc ar an mí-úsáid bunaithe ar íomhánna agus tá pionóis shuntasacha ag gabháil leis. Ó thaobh na cibearbhulaíochta de, cuireann an t-acht seo bearta níos láidre ar fáil in aghaidh ciaptha.

Cuireann an tAcht um Chionta Neamh-Mharfacha in aghaidh an Duine, 1997 an córas lárnach ar fáil faoi láthair chun dul i ngleic le hiompar cibearbhulaíochta, le halt 10 ag cur cosc ar chiapadh duine eile "trína leanúint, trí fhaire a  dhéanamh air nó uirthi, trína phlá nó trína plá, trí imdhruideadh a dhéanamh air nó uirthi nó trí dhul i gcumarsáid leis nó léi" ar bhealach "go hintinneach nó go meargánta, trína  chuid nó trína cuid gníomhartha, cur isteach  tromchúiseach ar shíocháin agus ar phríobháideacht an  duine eile nó scaoll a chur sa duine eile nó anó a chur air  nó uirthi nó díobháil a dhéanamh dó nó di".

Ciallaíonn Alt 4 den Acht go bhfuil an méid seo a leanas in aghaidh an dlí; cumarsáid bhagrach nó cumarsáid atá gáirsiúil, graosta a dháileadh, a fhoilsiú nó a sheoladh faoi nó chuig duine eile, le rún dochar a dhéanamh. Déanfaidh an t-alt seo coir as cumarsáidí giránna aon uaire. Baineann sé le cumarsáid a seoladh ar líne nó as líne, agus beidh táille agus/nó dhá bhliain príosúnachta i gceist leis an uasphionós.

Ní dhéantar cur síos ar chumarsáid atá gáirsiúil, graosta sa reachtaíocht. Ní téarma nua é, áfach. Mar shampla, san Acht um Oifig an Phoist, 1951 (arna leasú ag an Acht um Rialáil Cumarsáide, 2007) cuirtear cosc ar an úsáid a bhaintear as an gcóras teileafóin chun teachtaireacht atá ró-ghráiniúil nó mígheanasach, graosta nó bagrach a chur.

Is cosúil go n-athróidh an dlí reatha maidir leis an bhfuathchaint, reachtóidh dlí nua atá dírithe ar reachtaíocht reatha maidir leis an bhfuathchaint a nuashonrú do choireanna fuatha den chéad uair in Éirinn. Is é seo a leanas a dhéanfaidh an Bille um Cheartas Coiriúil (Gríosú chun Foréigin nó Fuatha agus Coireanna Fuatha) (má achtaítear é):

- **Cineálacha tromchionta coiriúla nua a chruthú a spreagtar de bharr fuatha ar shaintréith cosanta.**
- **Athbhreithniú agus nuashonrú a dhéanamh ar dhlíthe fuathchainte ó 1989 nach raibh éifeachtach ach ar éigean agus nach ndéanann machnamh ar an gcomhthéacs comhaimseartha ar líne.**
- **Cur leis na saintréithe cosanta go mbeidh inscne (lena n-áirítear féiniúlacht inscne agus léiriú inscne) míchumas, saintréithe gnéis agus ginealach i gceist.**
- **Coir a dhéanamh as cinedhíothú a shéanadh nó beag is fiú a dhéanamh de.**

Úsáideann an Garda Síochána sainmhíniú sealadach infheidhme na coireachta fuatha agus is ionann í agus aon choir choiriúil a mheasann an t-íospartach, nó aon duine eile, a spreagadh de bharr réamhchlaonta bunaithe ar aois duine, míchumas, cine, dath, náisiúntacht, eitneacht, reiligiún, gnéaschlaonadh, nó inscne. Déanfar é seo a nuashonrú chomh luath is a rithfear an reachtaíocht nua. Níl aon dlíthe ar leith a théann i ngleic le coireanna fuatha in Éirinn faoi láthair.

Tiocfaidh an dlí nua in áit an Achta um Thoirmeasc ar Ghríosú chun Fuatha, 1989.[11]

[10] An Ráiteas Polasaí Folláine agus Creat Cleachtais, an Roinn Oideachais, 2018 - 2023: https://assets.gov.ie/24725/07cc07626f6a426eb6eab4c523fb2ee2.pdf

[11] Dlí na Fuathchainte: https://www.citizensinformation.ie/en/justice/criminal-law/criminal-offences/law-on-hate-speech/#la109f

[12] An tAcht um Shábháilteacht ar Líne agus Rialúchán Meán 2022: https://www.oireachtas.ie/en/bills/bill/2022/6/

## Ról Ardáin na Meán Sóisialta

Dearadh Scéim Ghinearálta maidir leis an mBille um Sábháilteacht ar Líne agus Rialúchán Meán (SLRM) in Éirinn chun seirbhísí ar líne a rialú agus fáil an ábhair dhíobhálaigh a laghdú. Leagann an dlí nua atá beartaithe amach ionchais shoiléire maidir le seirbhísí ar líne i bhfoirm cóid cheangailteacha sábháilteachta ar líne.

Tugann cuid a trí den Bhille aghaidh ar na catagóirí scoite de 'díobhálacha ar líne'. Clúdaíonn an reachtaíocht seo ábhar mídhleathach agus catagóirí faoi leith d'ábhar nach bhfuil mídhleathach ach atá díobhálach mar sin féin. Áirítear an méid seo a leanas le hábhar na gcatagóirí seo; ábhar a bhfuil seans ann go mbeadh tionchar scáfar, bagrach, náireach nó ciapach aige ar dhuine, ábhar a bhfuil seans ann go spreagfadh nó go gcuirfeadh sé neamhord itheacháin agus féindochar chun cinn, agus ábhar a bhfuil seans ann go mbeadh tionchar scáfar, bagrach, náireach nó ciapach aige ar an duine lena mbaineann (cibearbhulaíocht). Cé go ndéantar foráil do na catagóirí seo dochair i dtreoirlínte pobail ardteicneolaíochta, tá cur chuige na n-ardán maidir le féinrialú neamhsheasmhach agus doiléir. Tá sé mar aidhm ag an mBille é seo a réiteach trí fhorfheidhmiú comhsheasmhach láidir a éileamh. Tá scóip ann chomh maith chun catagóirí nua d'ábhar díobhálach a chur san áireamh, sainmhínithe trí phróiseas comhairleachta idir an Coimisiún, an tAire Cumarsáide agus Comhchoiste Oireachtais.[12]

## Céard a d'Inis Scoláirí Dúinn?

**Tagann na sleachta athfhriotail seo a leanas ó ghrúpaí fócais a reáchtáladh le scoláirí iar-bhunscoile idir fhir agus mhná, idir 13-18 mbliana d'aois, ó gach cearn na hÉireann maidir leis an mbulaíocht ar líne agus an iompar drochídeach:**

*"I ndomhan a bhíonn ag brath go mór ar an teicneolaíocht, d'fhéadfá a rá go bhfuil an méid is mó tionchair ag drochiarmhairtí na meán sóisialta agus an idirlín ar an nglúin seo ná ar aon ghlúin roimhe seo - tá sé an-tábhachtach daoine óga a chur san áireamh i gcomhráite ar nós na cainte seo faoin tsábháilteacht dhigiteach - chun foghlaim ó agus gníomhú ar ár n-imní agus ár n-eispéiris, agus chun an domhan ar líne a dhéanamh níos sábháilte agus níos dearfaí."*

*"Mar dhuine óg sílim go bhfuil sé ríthábhachtach comhráite a bheith ann faoin gcibearbhulaíocht agus a hiarmhairtí. D'fhásamar aníos in aois atá go hiomlán digitithe agus mar sin is muid is fearr atá in ann tuairimí agus comhairle a chur ar fáil. Ní thagann ciall le haois níos mó, tagann sí le taithí."*

*"Is fadhb mhór iad comhráite grúpaí, an t-eisiamh agus taobhghrúpaí agus bheadh sé soiléir dá mbeifí ag díriú ar dhuine éigin sa ghrúpa. Lena chois sin, cibearbhulaíocht indíreach - cairde ag sceitheadh scéil nó ag docsáil a chéile; faisnéis íogair nó phríobháideach a phostáil ar líne agus é ceaptha a bheith ina jóc.'*

*"Tá múinteoirí ag teastáil uainn ar féidir leo tuiscint a léiriú, cumarsáid éifeachtach a dhéanamh agus comhrá a bheith acu faoi eachtraí cibearbhulaíochta."*

*"Réiteach: Curaclam cuimsitheach sna scoileanna - litearthacht dhigiteach, reachtaíocht dhigiteach, céard a tharlaíonn nuair a dhéantar rud éigin mícheart ar líne & cén chaoi le fanacht sábháilte ar líne. Caoinfhulaingt a mhúineadh ó aois óg - go mbeidh meas ag gasúir ar thuairimí daoine eile."*

*"Ó mo thaithí féin is gnách do chibearbhulaíocht a bheith bunaithe ar íomhánna, íomhánna a roinnt."*

*"Is féidir le scoláirí dul i muinín teanga chiníoch agus homafóbach a úsáid mar ghealL gurb é an masla is éasca le teacht aníos leis."*

*"Tá sé tábhachtach go mbeadh tuismitheoirí ar an eolas faoi agus cumarsáid a dhéanamh leo faoin méid a mhúintear sna scoileanna faoin tsábháilteacht ar líne agus an chibearbhulaíocht."*

*"Bheadh sé iontach spás a chur ar fáil chun piarmheantóireacht a dhéanamh ar mhúinteoirí maidir le conas déileáil le heachtraí cibearbhulaíochta, dea-chleachtas a roinnt idir múinteoirí freisin maidir le déileáil le cainteanna ar an gcibearbhulaíocht sa seomra ranga agus cad atá le déanamh nuair a labhraíonn scoláire leat faoi eachtra."*

*"Caithfidh scoláirí a bheith ar an eolas faoina gcearta ar líne agus cad iad na hiarmhairtí dlíthiúla a bhaineann le gabháil d'iompar díobhálach agus ciapadh ar líne."*

*"Is gá le héirim mhothúchánach a fhorbairt, smaointeoireacht chriticiúil agus an tsaoránacht dhigiteach a chur chun cinn chun iompair shláintiúla i measc scoláirí ar líne a chur chun cinn."*

# Treoir maidir le bheith ag Plé leis an Aonad Foghlama seo

**Sula gcuirtear tús leis an aonad foghlama seo, ba cheart an fhaisnéis do mhúinteoirí a léamh roimh gach ceacht.**

**Chun cabhrú leat ullmhúchán a dhéanamh le dul i ngleic leis na ceachtanna seo, seo roinnt smaointe tábhachtacha:**

## Oiliúint d'Oidí

**Cibearbhulaíocht: Cúrsa maidir le Cibearbhulaíocht a Thuiscint, Ag Cur Cosc Léi agus Ag Tabhairt Freagra Uirthi**

Moltar go ndéanfaidh oidí an cúrsa ar líne Teicneolaíocht san Oideachas Oide agus Webwise; Cibearbhulaíocht: Cibearbhulaíocht a Thuiscint, Ag Cur Cosc Léi agus Ag Tabhairt Freagra Uirthi Tá an cúrsa 2 uair an chloig ar líne saor in aisce seo féindírithe agus tabharfar buntreoir d'oidí i réimse na bulaíochta ar líne i dtaca le scoileanna.

Le haghaidh tuilleadh eolais maidir le rochtain a fháil ar an gcúrsa téigh chuig: https://www.webwise.ie/cyberbullying-guidance

## Breac-chuntas ar na Ceachtanna

Teastaíonn roinnt obair ullmhúcháin roimh gach ceacht. Tá nótaí múinteora agus treoracha do na gníomhaíochtaí ceachta go léir i ngach ceacht. Tugtar tacaíocht do na ceachtanna ar fad trí úsáid na n-ábhar tacaíochta lena n-áirítear bileoga gníomhaíochtaí, gníomhaíochtaí roghnacha molta, 3 fhíseán ó fheachtas an Fhinné Chiúin de chuid Webwise (webwise.ie/silentwitness) agus cur i láthair PowerPoint le príomhphointí na ngníomhaíochtaí ceachta go léir. Seans go dtógfaidh na gníomhaíochtaí molta níos mó ama ná fad an ranga. Tá fáilte roimh mhúinteoirí gníomhaíochtaí a athrú agus a fhágáil ar lár chun a chinntiú go dtugtar aghaidh ar shainriachtanais an ranga. Cuirfidh múinteoirí breithiúnas gairmiúil agus solúbthacht i bhfeidhm maidir le straitéisí teagaisc agus foghlama a úsáid a oireann is fearr le tacú lena scoláirí na torthaí foghlama is fearr a bhaint amach, ag cuimhneamh ar shainchéim forbartha na scoláirí, a gcuid cumas, a gcuid spéiseanna, a gcuid riachtanas agus a gcúlraí.

## Suirbhé Ranga maidir leis an gCibearbhulaíocht

**Sula gcuirtear tús leis an aonad foghlama seo, ba cheart an Suirbhé Ranga maidir leis an gCibearbhulaíocht a thabhairt amach agus ceist a chur ar na scoláirí é a líonadh amach go hanaithnid.** Abair leo go n-úsáidfear an suirbhé chun eolas a bhailiú maidir leis an tuiscint atá acu faoi láthair ar an iompar drochíde agus bulaíochta ar líne sula gcuirfidh siad tús leis an aonad foghlama seo ar theacht le chéile agus cumarsáid a dhéanamh ar líne. Is gá freagraí an tsuirbhé a bhailiú ó na scoláirí agus iad a úsáid chun a gcuid tuisceana a mheas sula gcuirtear tús leis an aonad seo agus mar ullmhúchán do gach ceacht. Tá cóip chrua den Suirbhé Ranga maidir leis an gCibearbhulaíocht ar fáil in Aguisín 1. Tá teimpléad den Suirbhé Ranga maidir leis an gCibearbhulaíocht ar fáil le roinnt go digiteach leis na scoláirí trí Microsoft Forms ar webwise.ie/therespecteffect

**Tábhachtach: is gá cliceáil chun cóip a dhéanamh den teimpléad nó an teimpléad a roinnfear leis na scoláirí a chóipeáil ionas go mbeifear ábalta na torthaí a fháil agus ionas nach bhforscríobhtar ar an máistirtheimpléad (atá ar fáil do na múinteoirí go léir).**

## Teicneolaíocht Dhigiteach a Leabú

**Aibhseofar na deiseanna chun an teicneolaíocht dhigiteach a leabú leis an deilbhín táibléid seo.**

Molann an clár úsáid uirlisí digiteacha agus meán lena linn. Is féidir le scoileanna a bhfuil fáil acu ar fhearais dhigiteacha (e.g. táibléid, ríomhairí glúine, ceamaraí) freagraí na scoláirí maidir le gníomhaíochtaí plé ábhartha a ghabháil ag úsáid uirlisí gréasán-bhunaithe éagsúla (e.g. Google Docs, Microsoft Word, Mentimeter, Kahoot, Flipgrid, etc) Is féidir uirlisí digiteacha a dhéanann taifeadadh gutha a úsáid chomh maith (e.g. Vocaroo, Chatterpix, Flipgrid, Anchor, etc.) chun freagraí na scoláirí ó bhéal a ghabháil. Is féidir uirlisí digiteacha cruthaitheacha don dearadh grafach (e.g. Adobe Spark Post, Animaker, Canva etc.) a úsáid do ghníomhaíochtaí bunaithe ar na healaíona, póstaeir a chruthú mar shampla. Cuireann uirlisí cruthaithe ábhair dhigitigh (e.g. Write Reader, Book Creator, Keynote, Google Slides, Microsoft PowerPoint etc.), deiseanna ar fáil do scoláirí a gcuid oibre seánra scríbhneoireachta a dhréachtú, a chur in eagar agus a fhoilsiú nó a gcuid tuisceana ar thopaic a chur i láthair i bhfoirm léirithe ilmheánaigh. Ní liosta uileghabhálach é seo ach is pointe tosaigh cabhrach é do mhúinteoirí a úsáideann uirlisí digiteacha sa seomra ranga. Is féidir teicneolaíochtaí digiteacha a chomhtháthú ar go leor bealaí agus is féidir obair na scoláirí a shábháil ar a n-ardáin dhigiteacha phortfóilió mar fhianaise dá gcuid eolais, tuisceana agus rannpháirtíochta.

## Idirdhealú

**Aibhseofar deiseanna don idirdhealú leis an deilbhín míreanna mearaí seo.**

Ag brath ar an gcineál riachtanas atá ag an scoláire, b'fhéidir go mbeadh gá ceachtanna tiomnaithe a thabhairt don scoláire roimh an gceacht seo d'fhonn an teanga chasta a bhaineann leis an ábhar a dhíchódú agus a mhíniú mar aon le haon stór focal nua. Moltar go mbeidh roinnt cleachtaidh ag scoláirí ar na heochairfhocail, beidh orthu iad a fheiceáil, a thuiscint agus dul i ngleic leo i réimse leathan comhthéacsanna agus beidh orthu iad a úsáid agus athshúil a thabhairt orthu i gcomhthéacsanna éagsúla freisin.

Do na scoláirí a bhíonn ag streachailt le freagraí ar na gníomhaíochtaí a scríobh, d'fhéadfaidís téacs go teanga a úsáid chun a gcuid freagraí a dheachtú nó a gcuid freagraí a thaifeadadh ó bhéal ag baint úsáid as uirlis mhicreafóin. Is minic a bhíonn uirlisí téacs go teanga agus uirlisí taifeadta fuaime ó fhréamh in aipeanna agus uirlisí ar líne. Tugtar bileoga oibre idirdhealaithe sna ceachtanna chun cabhrú le scoláirí a bhféadfadh deacrachtaí a bheith acu lena gcuimhne nó atá mall ag próiseáil rudaí agus iad ag iarraidh ciall a bhaint as na príomhphointí. Is acmhainn úsáideach eile iad na Treoirlínte OSPS do Mhúinteoirí Scoláirí le Mion-Mhíchumais Ghinearálta Foghlama atá ar fáil anseo: https://www.sess.ie/sites/default/files/Resources/Cirricular_Material/PP_SPHE.pdf.

D'fhéadfadh sé nach bhfuil aon bhreithiúnas sóisialta ag roinnt scoláirí a bhfuil riachtanais speisialta oideachais acu agus d'fhéadfadh deacracht a bheith acu an difríocht idir rud atá ceart agus rud atá mícheart a thuiscint nó an coincheap a bhaineann le hiompar drochídeach agus bulaíochta ar líne agus na hiompraíochtaí is cúis leis a thuiscint. Tá sé sin tábhachtach go háirithe toisc nach mór do na scoláirí seo an fheasacht agus na scileanna a fhorbairt chun a bhfolláine a bhainistiú ar líne. Tugann an tSeirbhís Tacaíochta d'Oideachas Speisialta oiliúint sna Scéalta Sóisialta: www.sess.ie/social-stories-28..

## Measúnú

Sa measúnú in OSPS na sraithe sóisearaí, tapófar an deis do na scoláirí a bheith ina rannpháirtithe machnamhacha agus gníomhacha ina gcuid foghlama féin agus beidh an deis dá réir ag na múinteoirí tacú leis sin ach réimse leathan cur chuige i leith an mheasúnaithe a úsáid. Beidh na measúnaithe san acmhainn oideachais seo múnlaitheach chun tacaíocht a thabhairt d'fhoghlaim an scoláire le deiseanna do na scoláirí fianaise a gcuid foghlama a chur ar fáil trí réimse modhanna léirithe, lena n-áirítear ó bhéal, scríofa, agus físiúil, de réir ghearrchúrsa OSPS na sraithe sóisearaí. Tá na deiseanna seo a leanas san aonad foghlama seo:

- **réamh-mheasúnú ar leibhéal eolais an scoláire ar thopaic e.g. tríd an aiseolas ón Suirbhé Ranga Cibearbhulaíochta chun eolas a dhéanamh don phleanáil ranga agus don phlé ranga;**
- **lár-mheasúnú ag baint úsáid as plé, míniú, agus an t-eolas agus an tuiscint a iniúchadh trí thuilleadh ceisteanna chun an plé a éascú a chuirtear ar fáil sna gníomhaíochtaí ceachta, freisin sna tascanna a mbaineann taighde, cur i láthair, pleanáil agus gníomhú leo, e.g. tascanna mar shampla mol tacaíochta cibearbhulaíochta agus athbhreithniú a dhéanamh ar bheartais scoile; agus**
- **iarmheasúnú chun ligean do scoláirí a ndóthain machnaimh a dhéanamh ar a gcuid foghlama agus taifead a dhéanamh ar a dturas foghlama le linn an aonaid foghlama seo ag baint úsáid as na leideanna machnaimh a thugtar ag deireadh gach ceachta. Déanann na scoláirí, i dteannta an mhúinteora agus na gcomhscoláirí, machnamh ar a gcuid foghlama féin agus ar fhoghlaim daoine eile agus tugann siad breithiúnas orthu.**

## Machnamh agus Gníomh

**Ba cheart am dóthanach a thabhairt don mhachnamh ar an bhfoghlaim le linn agus ag deireadh na gceachtanna.** Ceadaíonn an machnamh do scoláirí teacht aníos lena gcuid léargas pearsanta féin agus cuimhneamh ar an gcaoi ar féidir leis an bhfoghlaim eolas a dhéanamh dá gcuid roghanna, iompair agus caidreamh. Tá gníomhaíochtaí agus leideanna machnaimh ag deireadh gach ceachta chun deis a chur ar fáil d'fhéinmhachnamh na scoláirí.

## Beartais na Scoile

Ba cheart do mhúinteoirí dul i dtaithí ar na beartais chuí scoile lena n-áirítear; Polasaí Úsáide Inghlactha, Polasaí Frithbhulaíochta, Polasaí 'Beir do Ghléas Féin leat' (BDGFL), Ráiteas um Chumhdach Leanaí agus Measúnú Riosca, Cód Iompair, Polasaí Príobháideachais/ RGCS, etc. Bí eolach ar na tacaí uile atá ar fáil duitse agus do na scoláirí i do scoil. Tá sé tábhachtach a bheith an-eolach ar bheartais ábhartha na scoile. Iarrfar ar na scoláirí athbhreithniú a dhéanamh ar pholasaithe scoile cuí i gCeacht 8 mar sin is gá dul i dtaithí orthu roimh ré. Ba cheart do mhúinteoirí cleachtadh a fháil ar Pholasaí OSPS/OCG na scoile agus *Nósanna Imeachta um Chosaint Leanaí do Bhunscoileanna agus Iar-bhunscoileanna 2017*, go háirithe Caibidil 2 a tharraingíonn aird ar ghnéithe na 4 chineál mí-úsáide (2.3.1 – 2.3.4) le tagairt ar leith don bhulaíocht (2.3.5). *Tá Na Nósanna Imeachta maidir le Cosaint Leanaí do Bhunscoileanna agus Iar-bhunscoileanna 2017* ar fáil anseo: https://www.gov.ie/en/publication/fe465-child-protection-procedures-for-primary-and-post-primary-schools-2017/

## Gnásanna Frithbhulaíochta

Ní mór do gach scoil Beartas Frithbhulaíochta a chomhlíonann ceanglais na nGnásanna Frithbhulaíochta go huile a ghlacadh agus a chur chun feidhme go foirmeálta. Is gá a bheith ar an eolas mar gheall ar Bheartas Frithbhulaíochta na scoile sula gcuirtear tús leis an aonad foghlama seo. Ba cheart scoláirí a chur ar an eolas maidir le gnásanna na scoile agus an córas tuairiscithe ag tús an aonaid foghlama agus na gnásanna a chur i gcuimhne dóibh go seasta le linn an chláir. Úsáid freagraí na scoláirí ar an Suirbhé Ranga maidir leis an gCibearbhulaíocht chun feasacht na scoláirí ar na polasaithe scoile cuí a mheas; an Polasaí Frithbhulaíochta, an Cód Iompair, agus an Polasaí Úsáide Inghlactha. Nuair a chuirtear tús leis an aonad foghlama seo, ba cheart na

struchtúir thuairiscithe a chur i gcuimhne do na scoláirí agus na pionóis atá leagtha amach i ngach ceann a théann i ngleic leis an mbulaíocht agus leis an iompar drochíde ar líne.

## Ábhar Machnaimh chun Tuismitheoirí/Caomhnóirí a Mhealladh

Léiríonn taighde gurb iad tuismitheoirí an phríomhfhoinse chúnaimh nuair a chuireann rud éigin a tharla ar líne isteach ar na páistí, agus is iad na tuismitheoirí príomhoidí a bpáistí. Mar gheall go bhfuil páistí ag caitheamh níos mó agus níos mó ama ar líne sa bhaile, tá sé riachtanach oideachas a chur ar thuismitheoirí agus tacaíocht a thabhairt dóibh maidir leis seo chun go mbeidh siad in ann iompar cuí ar líne a threisiú. Is féidir leis na scoileanna aird na dtuismitheoirí a tharraingt ar na tacaíochtaí atá ar fáil dóibh ar **webwise.ie/parents** ach nasc a chur ar shuíomh gréasáin a scoile nó tríd an leabhrán seo a chur chuig cumann na dtuismitheoirí: Treoir Webwise do Thuismitheoirí maidir le hIdirlíon Níos Fearr.

Le haghaidh tuilleadh eolais téigh chuig: webwise.ie/parents

## Treoirlínte Dea-chleachtais

- **Ba cheart don mhúinteoir ullmhúchán a dhéanamh do gach ceacht toisc go n-éilítear agus go spreagtar úsáid a bhaint as an teicneolaíocht dhigiteach i gcuid mhaith de na gníomhaíochtaí. Moltar go seiceálfaí aon teicneolaíocht sula n-úsáidtear í sa seomra ranga.**
- **Cinntigh go dtarraingítear aird na foirne agus na dtuismitheoirí ar chroí-ghnéithe an chláir. Is féidir é seo a chur in iúl le linn cruinnithe foirne, ríomhphost chuig tuismitheoirí, cruinnithe tuismitheora-múinteora, nuachtlitir scoile, etc.**
- **Ní mór bunrialacha a leagan síos maidir le hiompar sa seomra ranga agus le béasaíocht sula ndéantar iarracht tús eolais a thabhairt ar aon ábhar íogaire a bpléitear leo sa chlár seo. Féach ar Aguisín 2 le haghaidh bunrialacha samplacha agus leideanna maidir le plé measúil agus stuama a stiúradh.**
- **Tá sé tábhachtach go dtugtar an chothromaíocht chéanna sa cheacht do bhuntáistí agus míbhuntáistí an domhain ar líne. Beidh na deiseanna agus na buntáistí a thugann an t-idirlíon agus na teicneolaíochtaí digiteacha do shaol na scoláirí mar spreagadh dóibh páirt a ghlacadh sa phlé maidir le gníomhaíochtaí ar líne. Dá ndíreofaí ar ghnéithe diúltacha na timpeallachta ar líne amháin d'fhéadfaí cur as do rannpháirtíocht na scoláirí mar gheall go mothóidís go bhfuiltear ag déanamh beag is fiú nó díspeagadh dá gcuid taithí ar líne.**
- **Déileáiltear le saincheisteanna íogaire san aonad foghlama seo agus d'fhéadfadh tionchar a bheith acu ar fholláine na scoláirí i do rang. Mar gheall air seo, moltar do mhúinteoirí eolas a thabhairt do na scoláirí faoi na tacaí atá ar fáil dóibh, laistigh na scoile agus taobh amuigh di araon, agus béim a leagan ar an gcaoi ar féidir teacht ar gach taca. Más gá, eagraigh seisiún réamheolais sula reáchtáiltear ceachtanna.. Tá liosta cabhrach ag Webwise de thacaíochtaí agus seirbhísí agus tá siad ar fáil anseo: www.webwise.ie/parents/where-to-find-help D'fhéadfadh sé a bheith inmholta liosta na dtacaí a chuirtear san áireamh in Aguisín 6 a dháileadh nó é a chrochadh ar chlár fógraí sa seomra ranga agus aird na scoláirí a tharraingt ar an acmhainn seo.**
- **Seiceáil conas atá na scoláirí ó thaobh mothúcháin de roimh gach ceacht agus ina dhiaidh. D'fhéadfaí é sin a dhéanamh trí fhiafraí de na scoláirí conas a mhothaíonn siad faoin ábhar atá le hiniúchadh roimh an gceacht, agus ansin fiafraí díobh ar athraigh a gcuid mothúchán ag deireadh an cheachta. D'fhéadfá cluiche a úsáid freisin a chuideoidh leis na scoláirí teanntás a dhéanamh agus feicfidh tú cén chaoi a bhfuil siad ó thaobh a mothúchán de. Cluiche simplí ar nós ceist a chur ar scoláirí faoin aimsir atá acu féin. Déanann na scoláirí cur síos ansin ar a staid mhothúchánach trí réamhaisnéis aimsire (e.g. "Bhí tús an lae tais agus gruama i mBaile Thomáis ach tá rudaí ag feabhsú anois agus b'fhéidir go scalfadh an ghrian tráthnóna"). Tá sé tábhachtach go mbeadh múinteoirí eolach ar Bheartas na scoile um Chosaint Leanaí agus an Measúnú Riosca agus go leanfaidís na gnásanna**

go cúramach i gcásanna ina ndéanann scoláirí nochtadh íogair sa rang OSPS.

## Treoirlínte Dea-Chleachtais do Scoláirí a bhfuil Riachtanais Speisialta Oideachais acu

- D'fhonn a chinntiú go bhfuil na modúil seo inrochtana do gach scoláire moltar dul i gcomhairle agus comhoibriú leis an rannán Riachtanais Speisialta Oideachais. D'fhéadfaidís comhairle a thabhairt a bhaineann le scoláirí a bhfuil riachtanais speisialta oideachais acu i dtéarmaí difreála, rud a chinnteoidh dá réir sin gur féidir leis na scoláirí an t-ábhar a rochtain, a bheith rannpháirteach sna ceachtanna agus leas a bhaint as tuiscint iomlán. Tá sé sin riachtanach toisc gur féidir le scoláirí a bhfuil riachtanais speisialta oideachais acu a bheith leochaileach go háirithe.
- Ba cheart aird chuí a thabhairt ar phleanáil don idirdhealú sula gcuirtear na modúil ar fáil. B'fhéidir go mbeadh gá an stór focal a mhúineadh roimh ré do scoláirí a bhfuil riachtanais speisialta oideachais acu lena chinntiú go mbeidh tuiscint iomlán acu ar an ábhar. Tugtar liosta stór focal d'fhocail mholta ar mhaithe le soiléire agus inrochtaineacht do scoláirí a bhfuil riachtanais speisialta oideachais acu agus gluais de phríomhthéarmaí freisin (Aguisín 7). Forbraíodh na bileoga oibre san acmhainn seo ar mhaithe le hidirdhealú a dhéanamh.
- Ba cheart go mbeadh cur amach ag na múinteoirí ar na treoirlínte OSPS do scoláirí faoi mhíchumas foghlama ginearálta éadrom ag https://www.sess.ie/sites/default/files/Resources/Cirricular_Material/PP_SPHE.pdf.. 'Déantar iniúchadh in OSPS freisin ar fhás, ar athrú, agus ar shaincheisteanna sábháilteachta agus pearsanta. Is rud tábhachtach é sin do scoláirí a bhfuil míchumas éadrom ginearálta foghlama acu, a mbíonn deacracht acu cásanna sóisialta a leanúint rud a fhágann níos leochailí iad do mhí-úsáid agus do bhulaíocht. Is rud bunúsach é forbairt scileanna cúraim phearsanta nuair atá daoine á gcur féin i láthair daoine eile. Teastaíonn go leor oibre sa réimse seo ó na scoláirí seo, agus moltar pleanáil chúramach a dhéanamh le haghaidh an rannáin seo, i gcomhthéacs OCG.'
- B'fhéidir go gcaithfí dul i gcomhairle le tuismitheoirí scoláirí a bhfuil riachtanais speisialta oideachais acu sula dtosaítear na modúil. Má tá Cúntóir Riachtanas Speisialta ag an scoláire, caithfear ról agus freagracht an Chúntóra a shainiú go soiléir.
- Nuair a bheifear ag leagan síos bunrialacha do scoláirí a bhfuil riachtanais speisialta oideachais acu, is fiú na bunrialacha sin a léiriú ar bhonn amhairc. Seachas liosta rialacha a fhorbairt, b'fhéidir go mb'fhearr a rá le scoláirí pictiúir a tharraingt chun an t-iompar a bhfuiltear ag súil leis uathu a thaispeáint.
- Tá sé an-tábhachtach go leanfaí na céimeanna go léir faoi chúnamh a fháil, go háirithe má tá drochscileanna sóisialta agus cumarsáide ag na scoláirí.
- Ba cheart acmhainní breise teagaisc atá molta chun tacú le riachtanais foghlama aonair scoláirí a úsáid de réir na dtreoirlínte a chuirtear ar fáil i gCiorclán na Roinne Oideachais agus Scileanna Uimh. 0014/2017 atá ar fáil ag https://ncse.ie/set overview-for-post-primary schools.

## Tagairtí


Seirbhísí Óige BeLonG To (2022) Suirbhé Thimpeallacht na Scoile in Éirinn 2022 - Príomhthorthaí: https://www.belongto.org/professionals/research/2022schoolclimatesurvey_keyfindings

D'úsáid Cineáltas: Plean Gníomhaíochta ar an mBulaíocht, An Roinn Oideachais 2022: https://www.gov.ie/en/publication/52aaf-cinealtas-action-plan-on-bullying/

Inchley J, Currie D, Budisavljevic S, Torsheim T, Jåstad A, Cosma A et al., eagarthóirí. Spotlight on adolescent health and well-being. Findings from the 2017/2018 Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) survey in Europe and Canada. International report. Volume 2. Key data. Cóbanhávan: Oifig Réigiúnach EDS don Eoraip; 2020. Ceadúnas: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

Kuldas, S., Foody, M. & O'Higgins Norman, J. (2022) Does Ethnicity of Victims and Bullies Really Matter? Suggestions

for Further Research on IntraEthnic Bullying/Victimisation. Int Journal of Bullying Prevention 4, 243–254: https://doras.dcu.ie/26110/1/Kuldas

An Chomhairle Chomhairleach Náisiúnta um Shábháilteacht ar Líne: Tuairisc ar Shuirbhé Náisiúnta do Leanaí, a dTuismitheoirí agus Daoine Fásta maidir leis an tSábháilteacht Ar Líne 2021: https://www.gov.ie/pdf/?file=https://assets.gov.ie/204409/b9ab5dbd-8fdc-4f97-abfc-a88afb2f6e6f.pdf#page=null

An tAcht um Rialáil Sábháilteacht ar Líne agus na Meán 2022: https://www.oireachtas.ie/en/bills/bill/2022/6/

EOECNA (2019) Taobh Thiar de na hUimhreacha, Ag Cur Deireadh le Foréigean agus Bulaíocht ar Scoil: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000366483

EOECNA (2020) Comhdháil Idirnáisiúnta faoin mBulaíocht ar Scoil: moltaí an Choiste Eolaíochta faoin mbulaíocht ar scoil agus an chibearbhulaíocht a chosc agus aghaidh a thabhairt orthu: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374794

An Ráiteas Polasaí Folláine agus Creat Cleachtais, an Roinn Oideachais, 2018 - 2023: https://assets.gov.ie/24725/07cc07626f6a426eb6eab4c523fb2ee2.pdf

# Rannóg 2

## Éifeacht an Ómóis Aonad Foghlama Ag Teacht le Chéile & Ag Déanamh Cumarsáide Ar Líne

### Sula gcuirtear tús leis an aonad foghlama seo

Scaip amach an Suirbhé Ranga maidir leis an gCibearbhulaíocht agus iarr ar scoláirí é a líonadh amach go hanaithnid. Abair leo go n-úsáidfear an suirbhé chun eolas a bhailiú maidir leis an tuiscint atá acu faoi láthair ar an iompar drochíde agus bulaíochta ar líne sula gcuirfidh siad tús leis an aonad foghlama seo ar theacht le chéile agus cumarsáid a dhéanamh ar líne. Is gá freagraí an tsuirbhé a bhailiú ó na scoláirí agus iad a úsáid chun a gcuid tuisceana a mheas sula gcuirtear tús leis an aonad seo agus mar ullmhúchán do gach ceacht. Ba cheart aiseolas an scoláire a úsáid mar spreagadh nuair a dhéantar plé ar thopaicí fiosraithe síos tríd an suirbhé mar shampla, céard a áirítear mar bhulaíocht ar líne, cé chomh coitianta is atá fadhb na bulaíochta ar líne do scoláirí, ag fáil cúnaimh, an ndéanfadh féachadóirí idirghabháil i mbulaíocht dá bhfeicfidís í agus cén chaoi ar féidir í seo a dhéanamh go sábháilte.

Tá cóip chrua den Suirbhé Ranga maidir leis an gCibearbhulaíocht ar fáil in Aguisín 1. Tá teimpléad den Suirbhé Ranga maidir leis an gCibearbhulaíocht ar fáil le roinnt go digiteach leis na scoláirí trí Microsoft Forms ar webwise.ie/therespecteffect

**Tábhachtach: is gá cliceáil chun cóip a dhéanamh den teimpléad nó an teimpléad a roinnfear leis na scoláirí a chóipeáil ionas go mbeifear ábalta na torthaí a fháil agus ionas nach bhforscríobhtar ar an máistirtheimpléad (atá ar fáil do na múinteoirí go léir).**

# Ceacht 1:

# Ag Teacht le Chéile Ar Líne

## Príomhfhoghlaim do Scoláirí

**Sa cheacht seo déanfaidh na scoláirí measúnú ar bhuntáistí agus ar mhíbhuntáistí féideartha de na meáin dhigiteacha a úsáid chun cairdis agus caidrimh a stiúradh. Tosóidh siad ag cuimhneamh ar speictream leathan na n-iompar ar líne lena n-áirítear an taobh díobhálach de theacht le chéile ar líne, go háirithe an chibearbhulaíocht.**

## Gearrchúrsa OSPS
## Naisc Shonraíochta

**Snáithe 2: Roghanna Sláintiúla a Dhéanamh**

- 2.7 measúnú a dhéanamh ar na buntáistí agus na deacrachtaí a bhaineann lena ndomhan ar líne

**Snáithe 4: Folláine mhothúchánach**

- 4.6 cineálacha éagsúla iompair dhrochídigh agus bulaíochta a aithint a d'fhéadfadh tarlú in idirghníomhaíochtaí ar líne agus san fhíorshaol

**Acmhainní a Theastaíonn**

- Aguisín 1: Suirbhé Ranga maidir leis an gCibearbhulaíocht
- Aguisín 2: Bunrialacha samplacha
- Aguisín 3: Roth Mothúchán
- Bileog Ghníomhaíochta 1.1
- Cur i láthair PowerPoint Ar Líne Ag Teacht le Chéile agus ag Déanamh Cumarsáide ar fáil ag webwise.ie/therespecteffect

**Modheolaíochtaí**

Plé grúpa, smaoinigh-péireáil-roinn-aontaigh, aontú nó easaontú, sórtáil

**Nóta don Mhúinteoir**

Úsáid freagraí do scoláirí ar an Suirbhé Ranga maidir leis an gCibearbhulaíocht Gan Ainm, go háirithe ceisteanna 1-3, chun eolas a dhéanamh do phleanáil an cheachta seo agus déan plé leis na scoláirí ar fhreagraí an ranga uile chun plé a spreagadh ar thuiscint an scoláire maidir leis an méid a áirítear mar bhulaíocht ar líne.

Agus plé á dhéanamh ar an méid a áirítear mar iompar bulaíochta nó drochídeach nó ceachtar acu is gá na téarmaí iompar bulaíochta agus iompar drochídeach a shoiléiriú ón tús ionas go dtuigfidh na scoláirí go cruinn an méid atá i gceist leis an dá rud agus go mbeidh siad ábalta idirdhealú a dhéanamh eatarthu.

**Is éard atá i gceist le hIompar** ná an bealach a iompraíonn duine iad féin ina leith féin nó i leith daoine eile. Tá sé cabhrach breathnú ar iompar mar chontanam. Is féidir le hiompar a bheith cuí, cabhrach, tacúil, measúil, neodrach, míchuí, doicheallach, neamh-thacúil, dímheasúil nó díobhálach fiú (go fisiciúil nó go síceolaíoch). Áirítear iompar drochídeach nó bulaíochta i leith an duine féin nó i leith daoine eile le hiompar díobhálach. Is gá le féinfheasacht agus léargas ar thionchar an iompair chun ár n-iompar a thuiscint agus a aithint agus is é seo an chéad chéim chun dul i ngleic le hiompraíochtaí ba mhaith linn a athrú.

Tá sé tábhachtach chomh maith go ndéanfaidh an scoil idirghabháil lena cód iompair má chuireann iompar isteach ar fholláine an duine fiú mura 'sainmhínítear' an t-iompar a d'aithin na scoláirí mar bhulaíocht. Dar le Cineáltas, Plean Gníomhaíochta ar an mBulaíocht de chuid na Roinne Oideachais; **"Má airíonn an páiste nó an duine óg a bhfuiltear ag déanamh bulaíochta orthu go bhfuil an dochar leanúnach dáiríre ach ní raibh sé sin i gceist ag an bpáiste nó an duine óg eile, ní bulaíocht é seo ach, rud atá tábhachtach, ba cheart aghaidh a thabhairt air faoi chód iompair na scoile."** [13]

### Gníomhaíocht 1:

# Ag Teacht le Chéile agus Ag Comhrá ar Líne

**Céim 1.**

**Cuir an clár in aithne do na scoláirí agus mínigh dóibh go bhfuil siad ag cur tús le sraith ceachtanna anois ar theacht le chéile agus cumarsáid a dhéanamh ar líne agus go ndéanfar na buntáistí agus na deiseanna a fhiosrú lena linn a bhaineann le teacht le chéile ar líne chomh maith le hiompar drochídeach agus bulaíochta féideartha a bhféadfaimis teacht air.**

Tá príomhról ag an teicneolaíocht agus ag na meáin shóisialta chun cairdis a chruthú agus a choinneáil. Ag baint úsáid as smaoinigh-péireáil-roinn-aontaigh iarr ar na scoláirí an méid seo a leanas a aithint:

- **dhá bhealach a n-éascaíonn na meáin shóisialta cruthú cairdeas**
- **dhá bhealach a n-éascaíonn na meáin iad a choimeád ar siúl**

Bain úsáid as uirlis suirbhé ar líne amhail Google Forms nó Microsoft Forms chun foirm dhigiteach a úsáid go mbeidh na scoláirí ábalta ceisteanna a chur isteach le linn an aonaid foghlama seo. Tabhair nasc don fhoirm dhigiteach seo agus leag béim uirthi mar acmhainn do scoláirí chun tuilleadh ceisteanna a chur a mbeadh drogall nó faitíos orthu iad a chur os comhair a gcuid piaraí, mar shampla chun tuilleadh eolais a thabhairt maidir leis na topaicí a ndearnadh plé orthu.

Is féidir le scoileanna a bhfuil fáil acu ar fhearais dhigiteacha freagraí na scoláirí maidir le gníomhaíochtaí plé ábhartha a ghabháil ag úsáid uirlisí gréasán-bhunaithe éagsúla (e.g. Timpeallacht Fhíorúil Foghlama na scoile, Mentimeter, clár bán, Flipgrid, etc). Teimpléad digiteach na t-chairte a chur ar fáil do na scoláirí agus úsáid a bhaint as whiteboard.fi chun freagraí na scoláirí a fheiceáil agus a ghabháil go digiteach san fhíor-am.

Tar éis do na scoláirí roinnt plé a dhéanamh, glac le roinnt aiseolais. Tabhair aitheantas dá n-ionchur gan a bhfreagraí a cheartú. Tá sé seo tábhachtach mar, d'fhéadfadh sé go mbeadh smaointe agus taithí dhifriúil acu ar ról na meán sóisialta ina gcuid cairdeas.

D'fhéadfadh na ceisteanna seo a leanas aiseolas a spreagadh:

- **An ndearna aon ghrúpa plé ar aipeanna nó ardáin ar leith a úsáideann sibh chun coinneáil i dteagmháil le cairde?**
- **Cén ról a bhíonn ag comhráite grúpa i gcairdis?**
- **An féidir leat na róil a bhíonn ag daoine i do ghrúpa cairde i gcomhrá grúpa a aithint? Mar shampla, an t-eagraí, an glórtheachtaire, an duine a bhíonn ag cúlfhaire, an freagróir mall, an duine a roinneann an iomarca, etc.**
- **Céard faoi duine a chuardach ar líne chun a spéiseanna a fháil amach, an ndearna aon ghrúpa plé air sin?**
- **Cén tuairim a bhí agat ar théacsáil i gcomparáid le glaonna gutháin?**
- **Cén fáth a dtaitníonn roinnt aipeanna leat níos mó ná cinn eile?**

[13] Cineáltas: Plean Gníomhaíochta ar an mBulaíocht, An Roinn Oideachais 2022, lch.21 https://www.gov.ie/en/publication/52aaf-cinealtas-action-plan-on-bullying/

## Gníomhaíocht 2:
# Ár nIdirghníomhaíochtaí Ar Líne

**Céim 1.**

**Mínigh do scoláirí go gcuimhnítear ar chontanam iompraíochtaí nuair a chuimhnítear ar an gcaoi a ndéantar cumarsáid agus caidreamh le daoine ar líne. Léiríonn an contanam iompraíochtaí ar líne seo na roghanna a dhéanaimis nuair a bhítear i mbun idirghníomhaithe agus cumarsáide ar líne agus an tionchar is féidir a bheith acu ar dhaoine atá mar sprioc an iompair seo nó ina bhfinnéithe.**

Cuir na scoláirí i ngrúpaí de thriúr agus tabhair Bileog Ghníomhaíochta 1.1 do gach grúpa, gearr amach na cártaí atá in éineacht leis na hiompraíochtaí ar líne agus tabhair sraith do gach grúpa freisin. Abair leis na scoláirí nach bhfuil sna cártaí ach sampla d'iompraíochtaí ar líne. Fiafraigh de na scoláirí an féidir leo cuimhneamh ar aon cheann eile agus más féidir iad a chur isteach sa chatagóir lena mbaineann, dar leo.

**Céim 2.**
**Faigh aiseolas ó na scoláirí. Seo a leanas roinnt freagraí molta do mhúinteoirí:**

Is moltaí iad an méid thíos, ar ndóigh ag brath ar an gcomhthéacs agus ar an ábhar tá réimse leathan iompraíochtaí ann, ó neamhoiriúnach go díobhálach go coiriúil.

| Oiriúnach | Neamhoiriúnach | Díobhálach | Coiriúil |
|---|---|---|---|
| Ag postáil pictiúir díot féin<br><br>Teachtaireacht bhreithlae shona a phostáil ar phróifíl duine eile<br><br>Teachtaireacht dheas a scríobh faoi phostáil do charad.<br><br>Comhrá grúpa a chur le chéile chun fanacht i dteagmháil le comhimreoirí<br><br>Físeán greannmhar a roinnt le cara | Ráiteas maslach a scríobh ar phostáil duine éigin<br><br>Físeán de dhuine a phostáil gan cead a fháil uaidh - ba cheart cead a fháil i gcónaí sula gcuirtear íomhá, físeán nó fuaim de dhuine ar líne<br><br>Eagarthóireacht a dhéanamh ar íomhá de dhuine éigin ar mhaithe le náire a chur orthu | Próifíl bhréige a chruthú<br><br>Duine a fhágáil ar lár d'aon ghnó ó chomhrá grúpa<br><br>'Is maith liom' a thabhairt do theachtaireacht nó do phostáil ghránna faoi dhuine éigin<br><br>Ábhar graosta (íomhánna/téacs/físeán/fuaim) a roinnt i gcomhrá grúpa.<br><br>Físeán nó fuaim a thaifeadadh de dhuine i ngan fhios dóibh nó gan chead<br><br>Teachtaireachtaí gránna a sheoladh faoi dhuine i gcomhrá grúpa<br><br>Teachtaireachtaí diúltacha a chur i ngrúpa, gan ainm a luath. Ach is léir do gach duine cé atáthar ag caint faoi. E.g., 'An bhfuil a fhios agaibh cé aige a bhfuil gúna gránna...'<br><br>Ag postáil pictiúir de do ghrúpa cairde ionas go n-aireoidh daoine eile gur fágadh ar lár iad nó nach bhfuil gean orthu | Teachtaireacht bhagrach a chur chuig duine<br><br>Teachtaireachtaí a chur chuig duine go síoraí nó glaoch a chur orthu go síoraí gan a dtoiliú<br><br>Ag bagairt ar dhuine pictiúir nochta de a roinnt<br><br>Ag bagairt chun eolas faoi dhuine a roinnt ar líne<br><br>Ag seoladh pictiúir do dhuine nach bhfuil uaidh<br><br>Postáil ghránna faoi dhuine a roinnt |

Cuir i gcuimhne do na scoláirí gur gá cuimhneamh ar na dearcthaí, eispéiris agus comhthéacsanna difriúla ina dtarlaíonn roinnt de na hiompraíochtaí agus gur féidir leo tionchar difriúil a bheith acu ar dhaoine agus an chaoi ar féidir leo tionchar a imirt ar cé chomh dáiríre is atá na hiompraíochtaí seo ar líne.

**Nuair atá machnamh á dhéanamh ar thionchar féideartha an iompair, ba chóir smaoineamh i gcónaí ar an duine atá thíos leis an iompar nó an chumarsáid agus an chaoi a n-airíonn siadsan.**

### Bileog Ghníomhaíochta 1.1

## Contanam Iompraíochtaí Ar Líne

**Oiriúnach**

**Neamhoiriúnach**

**Díobhálach**

**Coiriúil**

## Cártaí Iompraíochtaí Ar Líne

Níl sna cártaí ach sampla d'iompraíochtaí ar líne. Ba cheart aon cheann eile a gcuimhnítear air a chur leis sa chatagóir lena mbaineann, dar leat.

Ag postáil pictiúir díot féin

Próifíl bhréige a chruthú

Teachtaireacht bhreithlae shona a phostáil ar phróifíl duine eile

Comhrá grúpa a chur le chéile chun fanacht i dteagmháil le comhimreoirí

Duine a fhágáil ar lár d'aon ghnó ó chomhrá grúpa

Teachtaireacht bhagrach a chur chuig duine

Ráiteas maslach a scríobh ar phostáil duine éigin

Físeán de dhuine a phostáil gan cead a fháil uaidh

Eagarthóireacht a dhéanamh ar íomhá de dhuine éigin ar mhaithe le náire a chur orthu

Postáil ghránna faoi dhuine a roinnt

Teachtaireacht dheas a scríobh faoi phostáil do charad.

Teachtaireachtaí a chur chuig duine go síoraí nó glaoch a chur orthu go síoraí gan a dtoiliú

Ag bagairt ar dhuine pictiúir nochta de a roinnt

Ag bagairt chun eolas faoi dhuine a roinnt ar líne

'Is maith liom' a thabhairt do theachtaireacht nó do phostáil ghránna faoi dhuine éigin

Ag seoladh pictiúir do dhuine nach bhfuil uaidh

Ábhar gránna a roinnt (íomhánna/téacs/físeán/fuaim) i gcomhrá grúpa

Físeán nó fuaim a thaifeadadh de dhuine i ngan fhios dóibh nó gan chead

Teachtaireachtaí gránna a sheoladh faoi dhuine i gcomhrá grúpa

Pictiúr de dhuine a ghlacadh agus a phostáil ar líne gan a thoiliú

Teachtaireachtaí diúltacha a chur i ngrúpa, gan ainm a luath. Ach is léir do gach duine cé atáthar ag caint faoi. E.g., 'An bhfuil a fhios agaibh cé aige a bhfuil gúna gránna...'

Ag postáil pictiúir de do ghrúpa cairde ionas go n-aireoidh daoine eile gur fágadh ar lár iad nó nach bhfuil gean orthu

### Gníomhaíocht 3:

# Céard is Bulaíocht agus Iompar Drochídeach Ar Líne ann?

**Céim 1.**

**Ar chontanam na n-iompraíochtaí ar líne chonacthas gur féidir le hiompar agus cumarsáid mhíshláintiúil a bheith ina gcomharthaí rabhaidh d'iompar drochídeach agus bulaíochta ar líne. Déanfar níos mó machnaimh anseo ar an gcuma a d'fhéadfadh a bheith ar an iompar drochídeach agus bulaíochta ar líne.**

Bain úsáid as an uirlis Mentimeter atá gréasán-bhunaithe chun na freagraí a scríobh na scoláirí ar na ceisteanna seo a leanas a ghabháil go hanaithnid:

1. Cad is bulaíocht ann, dar leat? (Freagraí oscailte)
2. Cén chuma atá ar iompar bulaíochta ar líne? (Freagraí an néil focal)
3. Cén chuma atá ar iompar drochídeach ar líne? (Freagraí an néil focal)

D'fhéadfadh go mbeadh sé deacair do roinnt scoláirí a bhfuil riachtanais foghlama bhreise acu sainmhíniú ar bhulaíocht a scríobh agus chun cur síos a dhéanamh ar bhulaíocht agus ar iompraíochtaí drochídeacha. D'fhéadfaí úsáid a bhaint as cur chuige idirdhealaithe agus iarraidh ar na scoláirí trí fhocal a scríobh a cheapann siad a dhéanann cur síos ar bhulaíocht agus trí fhocal a scríobh a dhéanann cur síos ar dhrochíde.

Tabhair am do na scoláirí gach ceist a fhreagairt agus ansin a gcuid freagraí a léiriú ar an gclár bán agus a phlé.

Nuair a bheidh an t-aiseolas ó na scoláirí agat faoin tuiscint atá acu ar an mbulaíocht, cuir na sainmhínithe thíos agus cineálacha bulaíochta ar líne ar fáil ar an gclár. Tá sé tábhachtach na sainmhínithe sin a phlé agus an difríocht idir an bhulaíocht agus an t-iompar drochídeach a aithint.

**Iompar bulaíochta:** iompar d'aon ghnó a dhéanann grúpa nó duine aonair arís is arís eile thar am d'fhonn duine a ghortú nó cur as dóibh trí theagmháil fhisiciúil, ionsaithe ó bhéal nó ionramháil shíceolaíoch.

**Iompar drochídeach:** téarma ginearálta le haghaidh iompraíochtaí difriúla a d'fhéadfadh a bheith ionsaitheach go soiléir nó faoi cheilt, comhéigneach, faoi smacht duine, ciapach, imeaglach, uaigneach, nó bagrach. Is féidir le hiompar drochídeach tarlú uair amháin nó arís is arís eile, agus is féidir leis a bheith beartaithe nó neamhbheartaithe.

Is cineál amháin iompair dhrochídigh í an bhulaíocht atá spriocdhírithe agus beartaithe. Ach an plé a leathnú amach go mbeidh cineálacha eile iompair dhrochídigh ar líne san áireamh ann, cuirfear scóip níos mó ar fáil do na scoláirí tuilleadh machnaimh a dhéanamh ar an méid a bhíonn i gceist leis an 'mbulaíocht' de ghnáth, dar leo.

An bhulaíocht (d'aon ghnó, spriocdhírithe, beartaithe agus déanta go minic) agus na hiompraíochtaí drochídeacha (atá beartaithe nó neamhbheartaithe, ionsaitheach go soiléir nó faoi cheilt) Bíonn an phian agus an dochar mar thoradh ar an dá rud.

**Mínigh do na scoláirí gur fhorbair sainmhíniú na bulaíochta chun an chibearbhulaíocht a chur san áireamh. Taispeáin sainmhíniú na bulaíochta thíos ar an gclár agus déan plé leis na scoláirí ar na príomhghnéithe seo a leanas a bhaineann le sainmhíniú na bulaíochta maidir le hiompar ar líne:**

- **Is iompar tomhaiste**
  nach bhfuil de dhíth é an bhulaíocht a dhéanann dochar do dhaoine eile, agus bíonn a fhios ag an bpáiste nó ag an duine óg atá ag léiriú an

iompair bhulaíochta gur iompar dochrach é nó go gceapfaidh an páiste nó an duine óg a bhfuiltear ag déanamh bulaíochta orthu gur iompar dochrach é. Ní iompar timpisteach ná ainchríonna í an bhulaíocht. Má airíonn an páiste nó an duine óg a bhfuiltear ag déanamh bulaíochta orthu go bhfuil an dochar leanúnach dáiríre ach ní raibh sé sin i gceist ag an bpáiste nó an duine óg eile, ní bulaíocht é seo ach, rud atá tábhachtach, ba cheart aghaidh a thabhairt air faoi Chód Iompair na scoile.

- **Iompar leantach**
  Bíonn pátrún iompair chórasaigh i gceist leis an mbulaíocht a tharlaíonn arís is arís eile in imeacht ama. Meastar nach bulaíocht iad eachtraí aonair as líne d'iompar diúltach beartaithe a mbaineann éagothroime chumhachta leo, ach caithfear aghaidh a thabhairt orthu fós faoi chód iompair na scoile. Meastar, áfach, gur iompar bulaíochta é teachtaireacht/íomhá/físeán dochrach amháin a phostáil ar líne a bhfuil seans maith ann go ndéanfar é a phostáil arís nó a roinnt le daoine eile.
- **Éagothroime chumhachta**
  Le linn eachtraí bulaíochta ar líne, is féidir leis an éagothroime chumhachta baint a bheith aici leis an neamhainmníocht ar líne, cumas teicniúil agus seilbh ar eolas/íomhánna/físeán, agus éagumas an duine a díríodh orthu fáil réidh leis an ábhar gáirsiúil ar líne nó éalú ón mbulaíocht.

**Soiléirigh do scoláirí go n-úsáidfear an téarma 'déantóir na bulaíochta' chun cur síos a dhéanamh ar dhuine a ghlacann páirt in iompar bulaíochta agus an focal 'íospartach' chun cur síos a dhéanamh ar dhuine atá mar sprioc nó atá thíos leis an iompar bulaíochta nuair a bhítear ag déanamh plé ar bhulaíocht nó ar iompar bulaíochta ar líne.**

D'fhéadfadh an méid seo a leanas a bheith san áireamh sna freagraí samplacha ó scoláirí faoi na bealaí éagsúla a tharlaíonn iompar bulaíochta ar líne: a bheith fágtha ar lár, íomhánna a ndearnadh eagarthóireacht orthu, ráitis/físeáin/ íomhánna poiblí atá bagrach, drochídeach nó gránna, próifílí nó cuntais bhréige a chruthú...etc. Leag béim ar na cineálacha cibearbhulaíochta seo a leanas do na scoláirí murar luadh sa phlé aiseolais iad cheana féin:

- **Imeaglú Pearsanta:** Teachtaireachtaí maslacha nó bagracha a sheoladh, nó tráchta maslacha nó bagracha a phostáil ar phróifíl an íospartaigh nó ar shuíomhanna gréasáin eile.
- **Pearsanú:** Próifílí agus leathanaigh ghréasáin bhréagacha nasctha leis an íospartach a chruthú, nó rochtain a fháil ar chuntas duine agus é a úsáid chun teagmháil a dhéanamh le daoine eile, ag ligean ort gur tú úinéir an chuntais nó na próifíle.
- **Duine a fhágáil ar lár:** Cosc a chur ar dhuine a bheith páirteach i ngrúpa coitianta nó i bpobal, ar nós grúpa scoile nó ranga, duine a bhaint de liostaí cairdis, agus/nó 'feidhmeanna neamhairde' a úsáid.
- **Náiriú pearsanta:** Íomhánna nó físeáin a phostáil ar mhaithe le náire a chur ar dhuine; íomhánna nó físeáin de mhí-úsáid á déanamh ar an duine nó dá náiriú as líne a phostáil nó a roinnt; teachtaireachtaí pearsanta ar nós ríomhphost nó teachaireachtaí téacs a roinnt le níos mó daoine ná mar a bhí beartaithe ag an seoltóir.
- **Tuairisciú bréagach:** Tuairiscí bréagacha a thabhairt don soláthróir seirbhíse nó tuairiscí a thabhairt maidir le hiompar duine eile ionas go scriosfaí cuntas nó suíomh gréasáin an duine sin.

**Cuir i gcuimhne do na scoláirí nach liosta iomlán é; gur féidir leis an gcibearbhulaíocht tarlú ar go leor bealaí difriúla agus is féidir léi a bheith difriúil do gach duine spriocdhírithe ag brath ar an gcomhthéacs agus na daoine eile a bhfuil baint acu léi agus déanfar tuilleadh fiosrúcháin air sin le linn na gceachtanna seo.**

Tá sé tábhachtach freisin soiléiriú do scoláirí gur téarma ginearálta é **iompar drochídeach** le haghaidh iompraíochtaí difriúla a d'fhéadfadh a bheith ionsaitheach go soiléir nó faoi cheilt, comhéigneach, faoi smacht duine, ciapach, imeaglach, uaigneach, nó bagrach. Is féidir le hiompar drochídeach a bheith/gan a bheith d'aon ghnó (beartaithe nó neamhbheartaithe), tarlú uair amháin nó arís is arís eile. Is cineál amháin iompair dhrochídigh í an bhulaíocht atá spriocdhírithe agus beartaithe, a tharlaíonn d'aon ghnó arís is arís eile. Bíonn an phian agus an dochar mar thoradh ar an dá rud.

**Gníomhaíocht 4:**

## Dialann Mhachnaimh

Iarr ar na scoláirí dialann mhachnaimh a chruthú don aonad foghlama seo dar teideal Éifeacht an Ómóis. Fiafraigh de na scoláirí machnamh a dhéanamh ar na coincheapa agus na smaointe a cuireadh in aithne dóibh agus a ndearnadh plé orthu le linn an cheachta, ceangal a dhéanamh eatarthu agus réamheolas nó taithí, agus aon cheisteanna atá acu fós a bhreacadh síos. Taispeáin na leideanna machnaimh seo a leanas ar an mbord agus iarr ar scoláirí na habairtí thíos a chomhlánú:

### Machnamh

- **Is éard a chur ag smaoineamh go dian mé ná...**
- **Is éard a soiléiríodh dom maidir le hiompar bulaíochta nó drochídeach ná...**
- **Rud a thaitníonn liom faoi bheith ag cumarsáid le mo chairde ar líne is ea...**
- **Rud dúshlánach faoi bheith ag cumarsáid le mo chairde ar líne is ea...**

Iarr ar na scoláirí dialann mhachnaimh dhigiteach a chruthú ach úsáid a bhaint as uirlis ar líne amhail Book Creator nó trí Thimpeallacht Fhíorúil Foghlama na scoile nó trí Google nó Office 365. Chomh maith leis sin, cuirfidh sé seo ar chumas na scoláirí na machnaimh chruthaitheacha a thaifeadadh ar a gcuid foghlama ar roinnt bealaí, lena n-áirítear na meáin dhigiteacha, taifeadtaí fuaime, píosaí físe agus scríofa mar aon le haon cheist dá mbeadh acu.

# Ceacht 2:

## An Tionchar a Thuiscint

### Príomhfhoghlaim do Scoláirí

**Tabharfaidh an ceacht seo tuiscint do na scoláirí ar na himpleachtaí a bhaineann le hiompar bulaíochta ar líne. Tabharfaidh an ceacht deis do scoláirí machnamh a dhéanamh ar fhadhb na bulaíochta ar líne, agus cabhróidh sé leo an tionchar a fhéadann a bheith ag an gcibearbhulaíocht a thuiscint.**

### Gearrchúrsa OSPS - Naisc Shonraíochta

**Snáithe 4: Folláine mhothúchánach**

- 4.6 cineálacha éagsúla iompair dhrochídigh agus bulaíochta a aithint a d'fhéadfadh tarlú in idirghníomhaíochtaí ar líne agus san fhíorshaol

**Acmhainní a Theastaíonn**

- Tá an cur i láthair PowerPoint, Éifeacht an Ómóis ar fáil ag www.webwise.ie/therespecteffect
- Bileoga Gníomhaíochta: 2.1, 2.2
- Físeán Feachtais Webwise an Fhinné Chiúin Grá Caillte ar fáil ag: https://vimeo.com/795241703

**Modheolaíochtaí**

Céard a d'fhan leat? Dúshlán tosaigh 60 soicind, foghlaim bunaithe ar fhiosrú, plé grúpa, obair ghrúpa, físanailís

**Nóta don Mhúinteoir**

Téann físeán Feachtais Webwise an Fhinné Chiúin *Grá Caillte* i ngleic leis an mbulaíocht bunaithe ar an bhféiniúlacht go háirithe, an bhulaíocht bunaithe ar chine/eitneacht. Is éard atá i gceist leis an mbulaíocht bunaithe ar an bhféiniúlacht ná aon chineál bulaíochta a bhaineann le tréithe atá mar chuid d'fhéiniúlacht duine nó d'fhéiniúlacht ghrúpa, mar shampla cine, reiligiún, míchumas, stádas inimirce, gnéaschlaonadh, féiniúlacht inscne, cuma fhisiciúil, etc. Teastaíonn íogaireacht agus bulaíocht bunaithe ar an bhféiniúlacht agus ciníochas á bplé sa seomra ranga. Tá tuilleadh treorach agus oiliúna ar fáil maidir le dul i ngleic leis an mbulaíocht bunaithe ar an bhféiniúlacht agus ar chiníochas ar fáil ó The Irish Network Against Racism (https://inar.ie/our-work/training/). Is féidir le scoileanna páirt a ghlacadh i gClár na Brataí Buí (https://yellowflag.ie/) a chuireann sraith phraiticiúil 8 gcéim ar fáil a chuireann ceisteanna an idirchultúrachais, an chomhionannais agus na héagsúlachta leis an gclár scoile uile agus ligtear do scoileanna iad a chur i bhfeidhm i reáchtáil laethúil na scoile.

## Gníomhaíocht 1:
# Bulaíocht ar Líne a Thuiscint

**Céim 1.**

Cuir tús leis ach iarraidh ar na scoláirí cuimhneamh ar an méid a chuaigh i bhfeidhm orthu ón gceacht deireanach. Tabhair 60 soicind do na scoláirí gach rud atá ar eolas acu/ar féidir leo cuimhneamh air a bhreacadh síos. Ansin iarr orthu a bheith ag obair i mbeirteanna chun na príomhrudaí a thuig siad ón gceacht deireanach a roinnt lena chéile. Fiafraigh díobh cuimhneamh siar ar na príomhphointí lena n-áirítear na bealaí difriúla ar féidir le cibearbhulaíocht a bheith á déanamh ar dhuine.

D'fhéadfaí úsáid a bhaint as cur chuige digiteach eile agus Menti a chruthú ach Mentimeter. com a úsáid agus iarraidh ar na scoláirí na bealaí éagsúla inar féidir bulaíocht a dhéanamh ar dhuine ar líne a thabhairt chun cuimhne mar a pléadh sa cheacht roimhe seo.

**Céim 2.**

Mínigh go mbeifear ag cuimhneamh ar impleachtaí agus tionchar an iompair bulaíochta ar líne sa cheacht inniu. Tabhair amach Bileog Ghníomhaíochta 2.1 agus fiafraigh díobh an tráth na gceist gearr seo a líonadh amach. Bain úsáid as an eolas i bhfreagraí an tráth na gceist ar leathanaigh 33 - 34 chun dul trí na na freagraí leis na scoláirí agus aon cheisteanna atá acu a shoiléiriú.

Tá leagan den tráth na gceist seo ar fáil freisin is féidir imirt leis na scoláirí trí PowerPoint nó Kahoot anseo: www.webwise.ie/therespecteffect

**Bileog Ghníomhaíochta 2.1:**

# Tráth na gCeist maidir le Bulaíocht ar Líne a Thuiscint

1. Is mó an seans go ndéanfar bulaíocht ar chailíní ná ar bhuachaillí.

Fíor | Bréagach | Níl a fhios agam

2. Is é eisiamh ar líne an fhoirm is coitianta de chibearbhulaíocht in Éirinn.

Fíor | Bréagach | Níl a fhios agam

3. Is mó seans go ndéanfar cibearbhulaíocht ar dhaoine óga atá mar chuid de ghrúpaí mionlach (e.g., scoláirí LADTI+, scoláirí atá mar chuid de mhionlach eitneach).

Fíor | Bréagach | Níl a fhios agam

4. Ní cibearbhulaíocht atá ann de bharr gur féidir liom mo rogha rud a rá ar líne agus tá sé de cheart agam saoirse labhartha a bheith agam go fiú dá gcuirfeadh sé isteach ar dhuine éigin.

Fíor | Bréagach | Níl a fhios agam

5. Cén chuma atá ar iompar bulaíochta (cibearbhulaíocht) ar líne?

________________________________________

________________________________________

________________________________________

6. Cé acu de na polasaithe scoile seo a leanas a leagann amach na hiarmhairtí do scoláire a mbíonn lámh acu in iompar bulaíochta ar líne?

An Beartas Sláinte agus Sábháilteachta | Beartas Frithbhulaíochta | Polasaí faoin Obair Bhaile | Polasaí Úsáide Inghlactha | Níl a Fhios Agam

7. Tá ciapadh ar líne agus íomhánna nochta a roinnt gan toiliú neamhdhleathach anois de réir Dhlí Coco.

Fíor | Bréagach | Níl a fhios agam

8. Más rud é go bhfuil mé faoi bhun 18 mbliana d'aois, ní bhaineann an dlí nua seo liom.

Fíor | Bréagach | Níl a fhios agam

9. Cruthaíodh dlí nua in Éirinn mar chúnamh chun scaipeadh an ábhair dhochraigh ar líne a laghdú, ionas go bhfuil iallach ar ghnólachtaí na meán sóisialta ábhar dochrach a bhaint, lena n-áirítear cibearbhulaíocht, a phostáiltear ar a suíomhanna gréasáin.

Fíor | Bréagach | Níl a fhios agam

## Tionchar na Bulaíochta Freagraí an Tráth na gCeist Ar Líne

1. **Freagra:** Fíor. Is mó seans go ndéanfar bulaíocht ar chailíní ná ar bhuachaillí, as líne nó ar líne (18% de chailíní i gcomparáid le 15% de bhuachaillí). Tuairisc ar Shuirbhé Náisiúnta do Leanaí, a dTuismitheoirí agus Daoine Fásta maidir leis an tSábháilteacht Ar Líne 2021.

2. **Freagra:** Bréagach. An fhoirm is coitianta den chibearbhulaíocht ná teachtaireachtaí gránna nó mailíseacha a sheoladh chuig an duine óg. Deir 59% díobh siúd a ndearnadh cibearbhulaíocht orthu gur tharla sé seo dóibh. An chéad fhoirm is coitianta eile den iompar bulaíochta ar líne ná duine a fhágáil ar lár nó a fhágáil amach as grúpa nó gníomhaíocht ar an idirlíon. Deir 28% díobh siúd a ndearnadh bulaíocht ar líne orthu gur tharla sé seo dóibh. Suirbhé Náisiúnta do Pháistí, a dTuismitheoirí agus Daoine Fásta maidir leis an tSábháilteacht Ar Líne 2021.

3. **Freagra:** Fíor. *Ní mór a shoiléiriú anseo gur féidir le duine ar bith a bheith ina íospartach bulaíochta ar líne agus as líne. É sin ráite, is mó seans go ndéanfar bulaíocht ar pháistí a bhraitear go bhfuil siad 'difriúil' ar bhealach ar bith. Áirítear an méid seo a leanas leis na príomhchúinsí; cuma fhisiciúil, cúlra eitneach, teanga nó cultúrtha, inscne, lena n-áirítear gan glacadh leis na noirm agus steiréitíopaí inscne; stádas sóisialta agus míchumas. (EOECNA 2019) Tá roinnt scoláirí cosúil le daltaí tréitheacha (Laffan et al., 2019), scoláirí le riachtanais speisialta oideachais (Feijóo et al., 2020) agus scoláirí LADTA+ (Earnshaw et al., 2017) i mbaol níos airde go ndéanfar bulaíocht orthu ar scoil (Laffan et al., 2019).

4. **Freagra:** Bréagach. Is ionann do chaint ar líne agus do chaint san fhíorshaol. Is ionann go bunúsach an dlí a rialaíonn an t-iompar ar an idirlíon leis an dlí a bhíodh ann sula raibh an t-idirlíon ann. Is í an phríomhdhifríocht ná go bhfuil dlíthe ar leith ann anois chun dul i ngleic leis an gcineál iompair nach dtarlaíonn ach ar líne. Is éard is brí leis sin ná má ghlactar páirt i rudaí ar nós na fuathchainte nó an chlúmhillte, is é sin nuair a deirtear rud éigin a dhéanfadh dochar do chlú duine eile mar gheall ar rud nach bhfuil fíor, beidh na hiarmhairtí céanna ann is a bheadh dá dtarlódh sé san fhíorshaol. Ní gá go luafaí ainm an duine chun an duine sin a chlúmhilleadh. Más féidir an duine a shainaithint ó ábhar ar bith a dhéantar a fhoilsiú ar an bpróifíl bhréagach, is féidir leis an íospartach cás a thabhairt i leith clúmhilleadh. Ní chiallaíonn sé gur féidir le duine a rogha rud a rá díreach mar gheall go bhfuil sé ar líne, mar go mbeidh na hiarmhairtí céanna i gceist. Is féidir le cuid de na hiarmhairtí sin a bheith coiriúil mar sin is fiú go mbeidh daoine ag cuimhneamh ar an méid a deirtear ar líne agus cinntiú nach ndéantar rud éigin a dhéanfadh dochar do dhuine eile. Is cuma cé atá ann, níl sé de cheart ag aon duine a rogha rud a rá ar líne.

## Gearán a dhéanamh le hardán meán sóisialta

Má deirtear rud éigin fút ar ardán meán sóisialta, nó má chuirtear grianghraf nó físeán in airde díot agus feictear duit go bhfuil sé mídhleathach, is é an chéad rud ba cheart a dhéanamh ná iarradh ar an ardán é a bhaint anuas. Tá a gcuid gnásanna gearáin féin ag gach ardán meán sóisialta, tagraítear go minic dóibh mar ghnásanna "rabhaidh agus bain anuas". Ní mór foirm ar líne a líonadh amach, an t-ábhar ar leith atá maslach a aithint, agus an fáth ar cheart é a bhaint anuas.

De bharr an lín aird úsáideoirí atá acu, is féidir le hardáin a bheith mall ag tabhairt aghaidh ar iarratais. Faoin Acht um Rialáil Sábháilteachta ar Líne agus na Meán, 2022, tá sé de chumhacht ag an gCoimisinéir Sábháilteachta Ar Líne treoirlínte nua a chruthú le haghaidh na n-ardán meán sóisialta faoin luas a chaithfear gearáin óna n-úsáideoirí a fhreagairt. Lena chois sin, ba cheart gearán a dhéanamh leis na Gardaí má rinneadh cion coiriúil, nó b'fhéidir nár mhiste labhairt le haturnae pearsanta má rinneadh tort.

5. **Freagra:** Tá go leor cineálacha éagsúla cibearbhulaíochta ann lena n-áirítear daoine a

fhágáil ar lár ar líne, teachtaireachtaí/íomhánna mailíseacha, teachtaireachtaí/ríomhphoist dhrochídeacha, ag déanamh aithris ar dhuine ar líne, etc. D'fhéadfadh teachtaireacht, íomhá nó ráiteas aon uaire maslach nó mailíseach a phostáil ar líne a bheith san áireamh anseo, mar gur féidir le daoine eile é a fheiceáil agus/nó a athdhéanamh.

6. **Freagra:** Leagan na Polasaithe Frithbhulaíochta agus Úsáide Inghlactha an méid a bhfuiltear ag súil leis ó iompar scoláirí agus na hidirghníomhaíochtaí lena chéile lena n-áirítear sa timpeallacht ar líne agus leagan an dá cheann amach na hiarmhairtí don scoláire a ghlacann páirt in iompar cibearbhulaíochta.

7. **Freagra:** Fíor. Is coir í an chibearbhulaíocht anois faoin Acht um Chiapadh, Cumarsáid Dhochrach agus Cionta Gaolmhara 2020 (a dtugtar Dlí Coco air freisin). Ciallaíonn an dlí seo go bhfuil an méid seo a leanas in aghaidh an dlí; cumarsáid bhagrach nó cumarsáid atá gáirsiúil, graosta a dháileadh, a fhoilsiú nó a sheoladh faoi nó chuig duine eile, le rún dochar a dhéanamh. Baineann an choir seo le gach cineál cumarsáide, ar líne agus as líne agus, murab ionann le coir an chiaptha, déantar coir as teachtaireacht bhagrach nó fhíormhaslach aon uaire a sheoladh, le rún dochar a dhéanamh. Áirítear fíneáil agus/nó pianbhreith 2 bhliain sa phríosún ar a mhéad leis na pionóis.

   * ***Tabhair faoi deara: • Clúdaíonn an sainmhíniú leathan ar 'fhoilsiú' dáileadh na híomhá nó an fhíseáin ar WhatsApp, ar Snapchat nó ar aon ardán meán sóisialta ar bith.***

8. **Freagra:** Bréagach. Is é 12 aois na freagrachta coiriúla in Éirinn de réir Acht na Leanaí, 2001 (le heisceacht do choireanna an-dáiríre). Ciallaíonn sé seo go mbaineann coireanna faoin Acht um Chiapadh, Cumarsáid Dhochrach agus Cionta Gaolmhara, 2020 le páistí atá 12 bhliain déag d'aois agus níos sine.

   Áirítear foráil leis an Acht mar chosaint do mhionaoisigh faoi 17, is é sin go gcaithfidh an Stiúrthóir Ionchúiseamh Poiblí ceadúnas a thabhairt do chúiseamh páiste faoi bhun 17.

9. **Freagra:** Fíor. Tugann an tAcht um Rialáil Sábháilteachta ar Líne agus na Meán, 2022, an chumhacht don Choimisinéir Sábháilteachta Ar Líne treoirlínte nua a chruthú le haghaidh na n-ardán meán sóisialta faoin luas a chaithfear gearáin óna n-úsáideoirí a fhreagairt. Tá sé mar sprioc ag an mBille um Rialáil Sábháilteachta ar Líne agus na Meán an fhreagracht a chur ar na hardáin meán sóisialta má theipeann orthu an t-ábhar díobhálach a bhaint anuas, lena n-áirítear an chibearbhulaíocht, atá curtha suas ar a gcuid suíomhanna.

**Céim 2.**

**Tar éis an tráth na gceist, ní mór na scoláirí a mhioncheistiú agus míniú dóibh go bhfuil an t-iompar drochídeach agus bulaíochta (an chibearbhulaíocht) in aghaidh an dlí anois agus go gcosnaíonn an tAcht um Chiapadh, Cumarsáid Dhochrach agus Cionta Gaolmhara, 2020 (a dtugtar Dlí Coco air freisin) daoine a bhfuil iompar agus cumarsáid dhrochídeach, bhagrach nó dhochrach á ndéanamh orthu ar líne. Ciallaíonn Dlí Coco go bhfuil an méid seo a leanas in aghaidh an dlí; cumarsáid bhagrach nó cumarsáid atá gáirsiúil, graosta a dháileadh, a fhoilsiú nó a sheoladh faoi nó chuig duine eile, le rún dochar a dhéanamh. Baineann an choir seo le gach cineál cumarsáide, ar líne agus as líne agus, murab ionann le coir an chiaptha, déantar coir as teachtaireacht bhagrach nó fhíormhaslach aon uaire a sheoladh, le rún dochar a dhéanamh.**

## Gníomhaíocht 2.

# An Bhulaíocht Ar Líne: Céard é an Tionchar?

**Céim 1.**

**Anois, cuimhnímis ar iarmhairtí na n-iompraíochtaí dochracha agus bulaíochta a d'fhéadfadh a bheith ar dhuine atá mar sprioc na cibearbhulaíochta. Ó Fheachtas an Fhinné Chiúin de chuid Webwise (www.webwise.ie/silentwitness) cuir an físeán Grá Caillte ar siúl, físeán atá ar fáil anseo: https://vimeo.com/795241703**

Seinn an físeán iomlán do na scoláirí i dtosach, is gá é seo a dhéanamh ionas go bhfaighfear an comhthéacs iomlán agus go dtuigfear an méid atá ag titim amach san fhíseán.

Tá sé tábhachtach a aithint nuair a dhéantar plé ar an bhfíseán seo gur sampla é chomh maith de bhulaíocht atá bunaithe ar an bhféiniúlacht/ar chiníochas. Féadfar topaic na fuathchainte ar líne a tharraingt aníos de bharr an fhíseáin seo. Inis do na scoláirí má dhéantar aon rud a phostáil ar líne atá bagrach, maslach nó tarcaisneach agus go bhfuil an dóchúlacht ann go ndéanfadh an phostáil fuath i leith duine a ghríosú, mar gheall ar chine, dath, náisiúntacht, creideamh, bunadh eitneach/náisiúnta nó claonadh gnéasach an duine sin nó toisc gur bhall den lucht siúil é nó í, d'fhéadfadh sé go gciontófaí an duine i gcion faoin Acht um Thoirmeasc ar Ghríosú chun Fuatha, 1989, tabhair faoi deara gur dócha go n-athrófar an dlí seo - féach rannóg an Chreata Dhlíthiúil ar lch. 13.

**Céim 2.**

**Dáil Bileog Ghníomhaíochta 2.2 a thabhairt amach, léigh trí na ceisteanna leis na scoláirí agus iarr orthu na ceisteanna a fhreagairt tar éis dóibh breathnú ar an bhfíseán den dara huair.**

D'fhéadfaí rud difriúil a dhéanamh agus féachaint ar an bhfíseán iomlán i dtosach agus an físeán a sheinm arís do na scoláirí trí EdPuzzle (Live Mode) agus an físeán a stopadh ag pointí faoi leith agus iarraidh ar na scoláirí a bhfreagraí a chur isteach. Is féidir le scoileanna a bhfuil fáil acu ar fhearais dhigiteacha freagraí na scoláirí maidir le gníomhaíochtaí plé ábhartha a fheiceáil agus a ghabháil i bhfíor-am ach úsáid a bhaint as uirlisí gréasán-bhunaithe éagsúla (e.g. Timpeallacht Fhíorúil Foghlama na scoile, Mentimeter, clár bán, Flipgrid, etc). Cuir leagan digiteach de Bhileog Ghníomhaíochta 2.2 ar fáil do na scoláirí agus bain úsáid as whiteboard. fi chun freagraí na scoláirí a fheiceáil agus a ghabháil go digiteach i bhfíor-am.

**Céim 3.**

**Déan plé ar fhreagraí na scoláirí ar thionchar na bulaíochta ar an íospartach agus cuir aiseolas na scoláirí i dtoll a chéile ar an gclár. D'fhéadfadh a leanas a bheith san áireamh i bhfreagraí samplacha na scoláirí:**

- **Iompar:** rachtanna feirge, uirlisí le plé le cúrsaí an tsaoil atá míshláintiúil - alcól agus drugaí.
- **Tionchar fisiciúil:** bolg tinn (e.g. ag caitheamh aníos, pian bhoilg), neamhord itheacháin, suaitheadh codlata.
- **Tionchar mothúchánach:** náire a bheith ar dhuine, ag aireachtáil feargach, aonarach, gan chumhacht.
- **Meabhairshláinte:** imní, dúlagar, féinmhuinín íseal, féindochar, idéú féinmharfach.
- **Tionchair shóisialta:** tionchar ar chaidreamh le cairde agus piaraí, seasamh/stádas sóisialta, eisiamh, uaigneas.
- **Tionchar acadúil:** drochthinreamh, drogallach páirt a ghlacadh sa rang, tionchar ar leibhéil dhírithe le linn staidéir, tionchar ar ghnóthachtáil acadúil agus uaillmhian nó an cumas dul sa tóir ar mhianta agus spéiseanna.

Bileoga Ghníomhaíochta 2.2

# Bulaíocht ar Líne: Cén Tionchar a Bhíonn ann?

**Breathnaigh ar an bhfíseán *Grá Caillte* ó Fheachtas an Fhinné Chiúin de chuid Webwise (www.webwise.ie/silentwitness) agus freagair na ceisteanna thíos:**

1. Cén fhreagairt a bhí ag Kara ar na tráchtanna ar a postáil?

2. Cén tionchar a bhíonn ag an trácht *"#BuntáisteMífhéaráilte...Tá a fhios ag gach duine go ndéanann SIAD reathaithe níos fearr"* ar Kara nuair a fheiceann sí den chéad uair é?

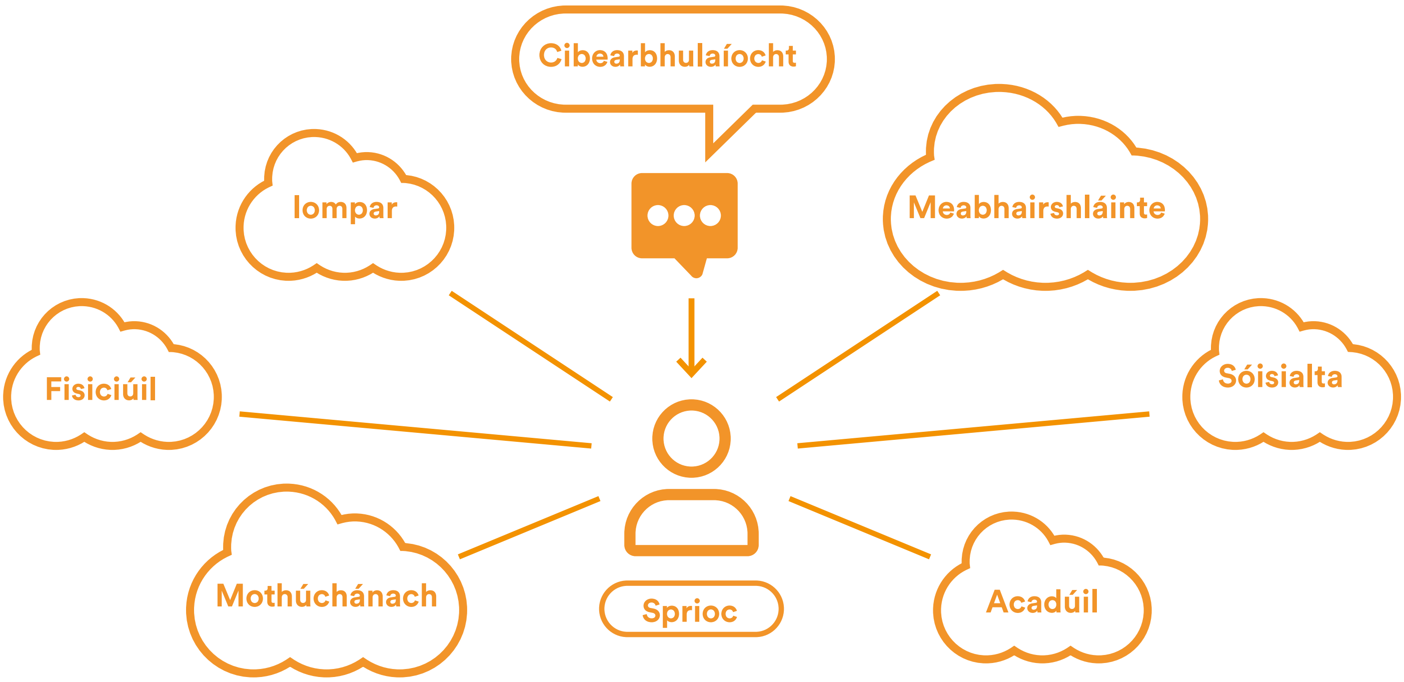
3. Cén fáth nach labhraíonn Kara lena cairde faoin trácht ar a postáil, dar leat?

4 **An bhféadfadh cairde Kara aon rud a dhéanamh ar bhealach difriúil chun cabhrú léi?**

5 **Cén t-athrú a thagann ar Kara ó thús go deireadh an fhíseáin? Céard a léiríonn sé seo maidir leis an tionchar a bhí ag an trácht diúltach uirthi?**

6 **Cén chomhairle a thabharfá do Kara sa chás seo?**

7 **Ag cuimhneamh ar íospartaigh na mí-úsáide ar líne agus na bulaíochta go ginearálta, céard é an tionchar féideartha ar gach gné d'fholláine an íospartaigh? Bain úsáid as an gcairt thíos chun freagra a thabhairt i ngach réimse.**



## Gníomhaíocht 3:
## Dialann Mhachnaimh

Iarr ar na scoláirí a machnamh a dhéanamh ar na coincheapa agus ar na smaointe a pléadh le linn an cheachta, iarr orthu naisc a dhéanamh le réamheolas nó réamhthaithí, agus aon cheist a d'fhéadfadh a bheith acu fós a bhreacadh síos. Taispeáin an leid mhachnaimh seo a leanas ar an gclár agus iarr ar scoláirí an abairt thíos a chomhlánú:

### Machnamh agus Gníomh

- Toisc go bhfuil a fhios agam anois... Déanfaidh mé.....amach anseo.

Iarr ar na scoláirí dialann mhachnaimh dhigiteach a chruthú ach úsáid a bhaint as uirlis ar líne amhail Book Creator nó trí Thimpeallacht Fhíorúil Foghlama na scoile nó trí Google nó Office 365. Chomh maith leis sin, cuirfidh sé seo ar chumas na scoláirí na machnaimh chruthaitheacha a thaifeadadh ar a gcuid foghlama ar roinnt bealaí, lena n-áirítear na meáin dhigiteacha, taifeadtaí fuaime, píosaí físe agus scríofa mar aon le haon cheist dá mbeadh acu.

# Ceacht 3:

## Ar Chúl an Scáileáin

### Príomhfhoghlaim do Scoláirí

**Tabharfaidh an ceacht seo deis do scoláirí iniúchadh níos doimhne a dhéanamh ar nádúr na cumarsáide ar líne agus ar an gcaoi a bhfuil sí éagsúil leis na modhanna traidisiúnta as líne trí fhéachaint go sonrach ar cheisteanna a bhaineann le neamhainmníocht agus le dofheictheacht ar líne. Cuimhneofar ar fheiniméan an dí-urchoillte ar líne agus an fáth a roghnaíonn daoine iad féin a iompar nó cumarsáid a dhéanamh ar bhealach difriúil ar líne ná mar a dhéanfaidís san fhíorshaol.**

### Gearrchúrsa OSPS - Naisc Shonraíochta

**Snáithe 2: Roghanna Sláintiúla a Dhéanamh**

- 2.8 plé a dhéanamh ar an gcaoi ar féidir eolas, íomhánna, tuairimí agus mothúcháin phearsanta a roinnt ar bhealach sábháilte, freagrach agus measúil ar líne agus san fhíorshaol

Snáithe 4: Folláine mhothúchánach

- 4.6 cineálacha éagsúla iompair dhrochídigh agus bulaíochta a aithint a d'fhéadfadh tarlú in idirghníomhaíochtaí ar líne agus san fhíorshaol

**Acmhainní a Theastaíonn**

- Cur i Láthair PowerPoint 'Éifeacht an Ómóis' ar fáil ag webwise.ie/therespecteffect
- Aguisín 1: Suirbhé Ranga maidir leis an gCibearbhulaíocht
- Aguisín 4: Faisnéis bhreise faoi Neamhainmníocht agus faoi Dhí-urchoilleadh ar Líne
- Bileoga Gníomhaíochta: 3.1
- Pictiúir le haghaidh gníomhaíocht spreagtha

**Modheolaíochtaí**

Gníomhaíocht rólghlactha, díospóireacht siúil, machnamh scríofa, gníomhaíocht mata boird, smaoinigh-roinn-cearnaigh

**Nóta don Mhúinteoir:**
Is féidir eolas breise tábhachtach a fháil in Aguisín 4, a thacaíonn le múinteoirí a bhfuil coincheapa neamhainmníocht ar líne agus dí-urchoilleadh ar líne á bplé acu.

Bain úsáid as freagraí do scoláirí ar an Suirbhé Ranga ar Chibearbhulaíocht Gan Ainm (Aguisín 1), go háirithe ceist 4, chun bonn eolais a chur le do phleanáil ar an gceacht seo agus déan plé leis na scoláirí ar na freagraí ranga comhchoiteanna. Déan seo le plé a spreagadh ar cad é go díreach a bhaineann leis an idirlíon agus teicneolaíocht dhigiteach a fhágann go bhfuil bulaíocht agus ciapadh difriúil ar líne?

**Gníomhaíocht 1:**

# Gan Ainm ar Líne

Céim 1.
Postáil pictiúir de dhaoine mór le rá nó de dhaoine cáiliúla i bhformáid inroinnte amhail Padlet, OneNote, Google Doc ionas gur féidir leis na scoláirí a dteachtaireachtaí a fhágáil go hanaithnid. Ba cheart cúig phictiúr ar a laghad a bheith agat. Ba cheart go n-aithneodh na scoláirí na pictiúir seo agus ba cheart go léireofaí iontu na cúlraí bunaithe ar chultúir, ar eitneachas agus ar aitheantas na scoláirí i do rang. 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 scoláirí orthu a roghnú.

**Céim 2.**

**Tabhair am do na scoláirí féachaint ar na pictiúir. Le linn an ama sin, spreag ar na scoláirí chun cibé rud is mian leo a rá leis na daoine sna pictiúir 'a chur díobh' ach teachtaireachtaí nó emoji gan ainm a fhágáil ar na pictiúir. Is féidir idir theachtaireachtaí diúltacha agus theachtaireachtaí dearfacha a scríobh. Cur i gcuimhne de na scoláirí, áfach, nár chóir teanga neamhoiriúnach nó eascainí etc a úsáid sna critící nó sna tráchtanna diúltacha féideartha.**

**Céim 3**

**Tar éis do na scoláirí 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 scoláirí machnamh a dhéanamh ar na ceisteanna seo a leanas:**

- **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 beagáinín míchompordach toisc go raibh an méid a scríobh mé mícheart.*
  - *Bhain mé sult as a bheith ag scríobh cibé rud ar mhian liom a scríobh gan aon bhaol go mbéarfaí orm.*

- **Conas a shíleann tú a mhothódh an duine seo dá mba rud é gur léigh siad na nótaí, go háirithe na cinn níos diúltaí?**

  D'fhéadfadh na scoláirí 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 mímhuiníneach 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 bheidh curtha ort as an bhfaisnéis sin a sceitheadh.*
  - *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 nó sí 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 chun donais.*

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?**

## Gníomhaíocht 2:
# Tuiscint ar Dhí-urchoilleadh ar Líne

**Céim 1.**

**Iarr ar na scoláirí tobsmaoineamh a dhéanamh ar an mbrí a bhaineann le hurchoilleadh, ag smaoineamh ar na focail a ritheann leo nuair a chloiseann siad an focal, samplaí de, etc. Cuir aiseolas na scoláirí i dtoll a chéile ar an gclár. Ansin, déan an rud céanna leis an bhfocal dí-urchoilleadh. Tar éis duit an t-aiseolas a chur i dtoll a chéile, déan an dá shainmhíniú a shoiléiriú do na scoláirí:**

- **Is mothúchán é an t-urchoilleadh a fhágann go mbraitheann duine cotúil agus nach féidir iad féin a iompar ar bhealach réchúiseach agus nádúrtha.**
- **Is é an dí-urchoilleadh ann agus an bhraistint urchoillte a chailleadh. Fágann seo go ndeir nó go ndéanaimid rudaí gan machnamh air, gan smaoineamh roimh ré ar cad a d'fhéadfadh a bheith mar thoradh gan iarraidh nó mar thoradh contúirteach air fiú.**

Ag baint úsáid as smaoinigh-péireáil-roinn-cearnaigh, iarr ar scoláirí plé a dhéanamh ar an gceist seo a leanas:

- **An gceapann tú go mbraitheann daoine níos compordaí le rudaí a dhéanamh nó a rá ar líne nach mbeadh chomh héasca céanna a dhéanamh nó a rá go pearsanta? Cén fáth a bhféadfadh sé a bheith amhlaidh, meas tú? An féidir leat smaoineamh ar aon samplaí?**

D'fhéadfaí rogha dhigiteach a phiocadh nuair atáthar ag obair i ngrúpaí ina mbaintear úsáid as classroomscreen.com chun na ceisteanna agus coimeádóir ama a chur ar an scáileán/ar an gclár.

Glac aiseolas ginearálta ó scoláirí, agus cuir i gcuimhne dóibh nach bhfuilimid ag iarraidh orthu an iomarca eolas pearsanta a roinnt anseo. Mínigh go bhfuilimid chun machnamh a dhéanamh anois ar a bhfuil i gceist leis an timpeallacht ar líne a chuireann dí-urchoilleadh ar dhaoine, a chúisíonn go gceapann siad gur féidir leo rudaí a dhéanamh nó a rá ar líne nach ndéanfaidís agus nach ndéarfaidís san fhíorshaol. Tugtar dí-urchoilleadh ar líne air seo.

## Cad is Dí-urchoilleadh ar Líne ann?

**Seinn an Dr Nicola Fox Hamilton , atá ar fáil anseo: https://vimeo.com/853378660**

Ansin, tabhair breac-chuntas ar na sé thoisc den saol ar líne a chruthaíonn dí-urchoilleadh ar líne do scoláirí. Scríobh gach toisc ar an gclár ag baint úsáid as an gcur i láthair PowerPoint agus déan samplaí de gach ceann a spreagadh ó na scoláirí. Mínigh gur aithin an cibirshíceolaí, an Dr John Suler 6 phríomhthoisc den saol ar líne ar féidir leo an éifeacht dí-urchoillte ar líne a chruthú, d'aithin sé go gcúisíonn na príomhthosca seo go mothaíonn daoine gur féidir leo rudaí a dhéanamh nó a rá ar líne nach bhféadfaidís a rá go pearsanta.

## Sé thoisc den saol ar líne a chruthaíonn dí-urchoilleadh ar líne

1. **"Níl Aithne Agat Orm"** Ar an idirlíon is féidir le daoine cuid dá bhféiniúlacht nó a bhféiniúlacht ar fad a cheilt. D'fhéadfaidís a bheidh den tuairim nach gcaithfidh siad a bheith freagrach as a gcuid gníomhartha mura bhfuil a fhios ag aon duine cé hiad féin.

2. **"Ní Féidir leat mé a Fheiceáil"** I go leor timpeallachtaí ar líne ní féidir le daoine eile tú a fheiceáil. Is í an dofheictheacht is cúis leis an muinín a bheith ag daoine dul go háiteanna agus rudaí a dhéanamh ar líne nach ndéanfaidís in aon chás eile. Ní gá do dhaoine a bheith buartha ach an oiread faoin gcuma atá orthu nó faoina nglór agus iad ag cur teachtaireachtaí. Chomh maith leis seo ní féidir leo an chaoi a nglacann an duine leis an rud a deir siad a fheiceáil.

3. **"Slán go Fóill"** Nuair a bhíonn daoine ar líne ag déanamh cumarsáide ar líne, bíonn níos mó ama acu smaoineamh agus machnamh a dhéanamh ar an méid ba mhaith leo a rá sula dtugann siad freagairt. Airíonn daoine freisin go bhfuil siad in ann rud éigin pearsanta mothúchánach nó naimhdeach a rá i gcomhrá ar líne de bharr go bhfuil an tsábháilteacht acu an comhrá a "fhágáil" tar éis dóibh an teachtaireacht a sheoladh.

4. **"Tá sé ar fad i mo Chloigeann"** Mura bhfuilimid in ann cé leo lena bhfuilimid ag labhairt a fheiceáil, is féidir linn a bheith níos compordaí ag roinnt sonraí pearsanta nó a bheith ag iompar muid féin ar bhealaí áirithe nach ndéanfaimis go poiblí. Tarlaíonn seo de bharr go mothaíonn tú go bhfuil tú ag labhairt leat féin.

5. **"Níl ann ach Cluiche"** Toisc gur féidir linn an domhan ar líne a fhágáil aon uair is mian linn, is féidir daoine féachaint ar an timpeallacht ar líne mar a bheadh saol samhailteach ann, saol taobh amuigh de rialacha agus freagrachtaí an fhíorshaoil.

6. **"Táimid ar Comhchéim"** Sa saol ar líne, i bhformhór na gcásanna, tá gach duine ar comhchéim agus tá an deis chéanna acu a gcuid smaointe agus tuairimí a chur in iúl. Mar gheall ar an gcothromú seo idir gnáthdhaoine agus daoine a bhfuil údarás, cumhacht nó cáil as líne orthu, is féidir linn cumarsáid níos éasca a dhéanamh leis na figiúirí sin ná mar a dhéanfaidís dá mbuailfidís le chéile go pearsanta san fhíorshaol. Mar shampla, d'fhéadfadh go mbeadh níos mó muiníne ag daoine polaiteoirí a cháineadh nó magadh faoi dhaoine mór le rá ar líne ná mar a bheadh acu dá gcasfaidís leis na daoine sin go pearsanta.

**Céim 2.**

**Ansin, bain úsáid as an straitéis mata boird chun ligean do scoláirí a dtuiscint ar dhí-urchoilleadh ar líne a léiriú agus a leathnú. Maidir le straitéis mata boird, roinn na scoláirí i ngrúpaí de 4 agus bailigh thart ar "mhata boird ". Eagraítear an "mata boird" le codanna do gach scoláire chun a gcuid smaointe a thaifeadadh agus cuid sa lár do scoláirí chun achoimre a dhéanamh ar a gcuid smaointe aonair. I dtús báire, smaoiníonn na scoláirí ar an gceist leo féin agus scríobhann siad a smaointe síos ina gcuid féin den mhata boird. Ansin, roinneann na scoláirí a smaointe chun freagraí coitianta a aimsiú, ar féidir iad a scríobh i lár an mhata boird.**

**Bileog Ghníomhaíochta 3.1:**

# Céard Iad na hÉifeachtaí Dearfacha agus Diúltacha de Dhí-Urchoilleadh ar Líne?

Is iad seo a leanas samplaí de dhí-urchoilleadh diúltach ar líne:

Is iad seo a leanas samplaí de dhí-urchoilleadh dearfach ar líne:

Is iad seo a leanas samplaí de dhí-urchoilleadh dearfach ar líne:

Is iad seo a leanas samplaí de dhí-urchoilleadh diúltach ar líne:

**Dí-Urchoilleadh ar Líne: na rudaí dearfacha agus diúltacha**

Is iad seo a leanas samplaí de dhí-urchoilleadh diúltach ar líne:

Is iad seo a leanas samplaí de dhí-urchoilleadh dearfach ar líne:

Is iad seo a leanas samplaí de dhí-urchoilleadh diúltach ar líne:

Is iad seo a leanas samplaí de dhí-urchoilleadh dearfach ar líne:

**Céim 3.**

**Téigh trí shamplaí dearfacha agus samplaí diúltacha na scoláirí de dhí-urchoilleadh ar líne. I measc na samplaí samplacha a d'fhéadfadh na scoláirí a roinnt tá:**

**Dí-urchoilleadh (neamhurchóideach) dearfach:** nuair a bhraitheann daoine níos compordaí sonraí pearsanta, mothúcháin cheilte, imní, agus mianta a roinnt ar líne ná mar a bhraithfidís go pearsanta nó, nuair a théann siad as a mbealach chun cabhrú le daoine eile nó cineáltas neamhghnách a thaispeáint.

Toisc gurb é is dóichí go ndéarfaimid rudaí a d'fhéadfadh a bheith níos deacra againn ar líne, is féidir le daoine fadhbanna a roinnt ar líne gan ainm chun tacaíocht a fháil ar bhealaí a d'fhéadfadh a bheith níos deacra dóibh san fhíorshaol. Samplaí de na hamanna a bhíonn tionchar dearfach ag dí-urchoilleadh ar líne: d'fhéadfadh go mbraithfeadh daoine atá imníoch go sóisialta go bhfuil siad in ann iad féin a chur in iúl ar bhealach níos fearr i dtimpeallacht ar líne. Is féidir le daoine óga LADTI+ tacaíocht a fháil ar líne chun teacht amach e.g. pobail a labhraíonn ar an mbealach is fearr chun dul i ngleic leis lena dteaghlach; bíonn daoine ag lorg tacaíocht shóisialta freisin nuair a bhíonn tinnis orthu a mbíonn sé deacair orthu labhairt air toisc go bhféadfadh stiogma a bheith ceangailte leo, nó d'fhéadfadh mná tacaíocht a fháil ar rudaí a mbíonn sé deacair labhairt lena dtuismitheoirí orthu m.sh. ginmhilleadh, frithghiniúint, eispéiris ghnéasacha etc.

Is é an ghné is dearfaí ná go bhfuil an bhraistint sin ann go bhfuil sé níos éasca againn labhairt ar agus déileáil le rudaí atá deacair orainn nó gur féidir tacaíocht shóisialta a fháil mura bhfaighimid as líne é nó gur féidir cur leis an méid atá againn as líne le tacaíocht ar líne chomh maith.

**Dí-urchoilleadh (nimhneach) diúltach**: is féidir é seo a chur i gcomparáid le "troll" an lae inniu; i measc na samplaí tá teanga dhrochbhéasach, cáineadh crua, fearg, fuath, agus bagairtí nó daoine a théann go háiteanna nach dtéifidís riamh sa saol mór e.g. áiteanna foréigin, ábhar maslach, gníomhaíocht choiriúil.

D'fhéadfadh an méid seo a leanas a bheith san áireamh i samplaí de dhí-urchoilleadh diúltach:

- **Cealchultúr:** bealach tú féin a iompar i sochaí nó i ngrúpa, go háirithe ar na meáin shóisialta, áit a bhfuil sé coitianta diúltú go hiomlán le duine agus stop a chur le tacaíocht a thabhairt dóibh toisc go bhfuil rud éigin ráite nó déanta acu a chuireann olc ort nó a fheiceann an pobal mar ghníomhaíocht nó iompar do-ghlactha, san am atá caite nó san am i láthair.
- **Fuathchaint:** caint phoiblí a chuireann fuath in iúl nó a spreagann foréigean i dtreo duine nó i dtreo grúpa bunaithe ar rud amhail cine, creideamh, inscne, nó gnéaschlaonadh.
- **Trolláil:** an gníomh a bhaineann le teachtaireacht nó trácht maslach a fhágáil ar líne d'aon ghnó agus tú meáite ar chur as do dhuine, freagra mothúchánach a spreagadh nó cur isteach ar ghnáthphlé ar shlí éigin.
- **Bladhmadh:** an gníomh a bhaineann le maslaí a phostáil ar líne a mbíonn eascainí nó teanga mhaslach eile iontu go minic. Feictear seo go minic i seomraí comhrá, fóraim, na meáin shóisialta, agus seomraí cluichíochta.
- **Bulaíocht Ghrúpa:** achrainn nó ionsaí a dhéanann grúpa mór daoine in aghaidh duine amháin nó grúpa atá i bhfad níos lú. Mar shampla, d'fhéadfadh sé tosú ar na meáin shóisialta nuair a deir duine amháin rud éigin maslach faoi dhuine agus téann sé in olcas go dtí go mbeadh "bulaíocht ghrúpa" ann ina bhfuil maslaí breise diúltacha ann ó dhaoine eile.

Ar deireadh, tá sé tábhachtach aird a tharraingt ar na pointí seo a leanas do scoláirí maidir le dí-urchoilleadh ar líne agus iompar maslach nó bulaíochta ar líne.

## Tá sé tábhachtach go bhfuil eolas againn ar...

- An mothúchán de neamhainmníocht agus de dhofheictheacht a chuireann an timpeallacht ar líne ar fáil agus is féidir leis an mothúchán céanna misneach a thabhairt do dhaoine rudaí a rá nó a dhéanamh ar líne nach ndéanfaidís san fhíorshaol.
- D'fhéadfadh go mbeadh éifeachtaí dearfacha agus diúltacha aige seo do dhaoine. Mar sin féin, fágann sé go bhféadfadh bulaíocht tarlú níos minice agus níos measa ar líne ná mar a d'fhéadfadh sé tarlú ar bhonn pearsanta.
- D'fhéadfadh go mbeadh sé níos deacra do dhaoine comhbhá a léiriú do dhaoine eile de bharr dí-urchoilleadh ar líne, de bharr go bhfuil daoine mar a bheadh steiréitíopaí ann seachas a bheith ag cuimhneamh ar dhaoine mar dhaoine aonair a bhfuil smaointe agus mothúcháin acu.
- Ní hé dí-urchoilleadh ar líne an t-aon rud a fhágann a mhinice agus a dhéine agus a nochtann daoine faisnéis phearsanta nó a léiríonn siad crá.
- Is rudaí eile iad difríochtaí idir daoine, ár n-eispéiris san am a caitheadh, féinmheas, agus cineálacha pearsantachta a imreoidh tionchar ar a mhéid a airíonn duine dí-urchoillte ar líne.
- Is é an coincheap de dhí-urchoilleadh a chuidíonn linn míniú a thabhairt ar an gcaoi a bhféadfadh an saol ar líne tionchar a imirt ar an gcaoi a n-iompraímid muid féin; ach ní haon leithscéal é ionas go ligfear linn ár rogha rud a rá nó a dhéanamh ar líne.
- Tábhachtach: Tá go leor tosca ag baint le drochíde agus le hiompar bulaíochta, ar líne agus as líne, agus ní féidir údar a thabhairt leis riamh.

## Gníomhaíocht 4: Dialann Mhachnaimh

**Iarr ar na scoláirí a machnamh a dhéanamh ar na coincheapa agus ar na smaointe a pléadh le linn an cheachta, iarr orthu naisc a dhéanamh le réamheolas nó réamhthaithí, agus aon cheist a d'fhéadfadh a bheith acu fós a bhreacadh síos. Taispeáin an leid mhachnaimh seo a leanas ar an mbord agus iarr ar scoláirí a gcuid machnamh agus gníomhartha a bhreacadh síos.**

### Machnamh 3-2-1

- **Trí rud a fuair tú amach.**
- **Dhá rud spéisiúla.**
- **Ceist amháin atá agat go fóill.**

Iarr ar na scoláirí dialann mhachnaimh dhigiteach a chruthú ach úsáid a bhaint as uirlis ar líne amhail Book Creator nó trí Thimpeallacht Fhíorúil Foghlama na scoile nó trí Google nó Office 365. Chomh maith leis sin, cuirfidh sé seo ar chumas na scoláirí na machnaimh chruthaitheacha a thaifeadadh ar a gcuid foghlama ar roinnt bealaí, lena n-áirítear na meáin dhigiteacha, taifeadtaí fuaime, píosaí físe agus scríofa mar aon le haon cheist dá mbeadh acu.

# Ceacht 4:

## Comhbhá a Léiriú

### Príomhfhoghlaim do Scoláirí

**Pléann an ceacht seo an chaoi ar féidir le comhbhá le daoine eile a chur ar ár gcumas cosc a chur ar iompar bulaíochta agus freagairt a thabhairt air, ar líne agus san fhíorshaol araon. Beidh tuiscint ag na scoláirí ar an tábhacht a bhaineann le comhbhá a léiriú ina gcuid idirghníomhaíochtaí ar líne agus na bealaí ar féidir comhbhá a léiriú.**

### Gearrchúrsa OSPS - Naisc Shonraíochta

**Snáithe 1: Mé féin agus daoine eile a thuiscint**

- 1.8 machnamh a dhéanamh ar chiall agus ar thábhacht na comhbhá agus plé a dhéanamh ar an gcaoi ar féidir í a léiriú

**Snáithe 4: Folláine mhothúchánach**

- 4.7 an tábhacht a bhaineann le cineálacha difriúla d'iompar bulaíochta nó drochíde a d'fhéadfadh tarlú san fhíorshaol nó ar líne a thabhairt faoi deara agus freagra a thabhairt orthu agus freagraí oiriúnacha a phlé, lena n-áirítear, cén fáth, cén chaoi, cén áit agus cén t-am ba cheart tuairisciú a dhéanamh air

**Acmhainní a Theastaíonn**

- Cur i Láthair PowerPoint 'Éifeacht an Ómóis' ar fáil ag webwise.ie/therespecteffect
- Aguisín 3: Roth Mothúchán
- Bileoga Gníomhaíochta: 4.1, 4.2, 4.3
- Físeán: An Dr Brené Brown ar Chomhbhá ar fáil anseo: https://www.youtube.com/watch?v=HznVuCVQd10

**Modheolaíochtaí**

Plé grúpa, físicailís, sórtáil agus meaitseáil, léamhthuiscint, iniúchadh a dhéanamh ar fhreagairtí do chásanna éagsúla, leid fhísiúil, malairt foghlama

## Gníomhaíocht 1:
# Cad is Comhbhá ann?

**Céim 1.**

**Sa cheacht roimhe seo d'fhéachamar ar dhí-urchoilleadh ar líne agus ar na tosca a dhéanann go mothaímid nach bhfuil an oiread sin coisc ar an mbealach a ngníomhaímid agus a ndéanaimid cumarsáid agus muid ar líne agus conas a d'fhéadfadh tionchar dearfach agus diúltach a bheith aige seo ar an gcaoi a ndéanaimid cumarsáid ar líne go háirithe. Sa cheacht seo táimid chun machnamh a dhéanamh ar an gcaoi ar féidir le comhbhá le daoine eile cur ar ár gcumas iompar maslach agus bulaíochta a chosc agus aghaidh a thabhairt air, ar líne agus go pearsanta.**

Ar dtús iarr ar na scoláirí tobsmaointeoireacht a dhéanamh ar cad is comhbhá ann. Spreag freagraí na scoláirí agus cur i dtoll a chéile ar an mbord iad chun a fháil amach cé chomh heolach agus atá siad ar an gcoincheap seo.

Ansin, cuir físeán an Dr Brené Brown ar Chomhbhá ar siúl do na scolairí. Baineann an Dr Brené Brown úsáid as gearrthóg ghairid bheoite chun brí na comhbhá a mhíniú, i dtéarmaí simplí: https://www.youtube.com/watch?v=HznVuCVQd10

San fhíseán pléann an Dr Brené Brown an difríocht idir comhbhrón agus comhbhá. Seinn an físeán arís don dara huair agus iarr ar na scoláirí machnamh a dhéanamh ar na ceisteanna seo a leanas agus iad a fhreagairt bunaithe ar an dara huair dóibh breathnú ar an bhfíseán:

1. **Breac síos aon rud a deir an Dr Brené Brown a aithníonn tú a bhfuil cuma na fírinne air, agus/nó déan nóta d'aon rud nach bhfuil tú cinnte nó nach bhfuil tú soiléir faoi.**
2. **Cad é an phríomhtheachtaireacht a bhain tú leat ón bhfíseán seo?**
3. **Smaoinigh ar am nuair a léirigh duine comhbhá duit (ní gá duit é seo a roinnt leis an rang) agus cad a dúirt nó a rinne an duine? An féidir comhbhá a léiriú uaireanta freisin trínár gcomharthaíocht choirp agus trí bheith inár dtost?**

Spreag freagraí ó na scoláirí. Déan achoimre ar na sainmhínithe ar chomhbhá agus ar chomhbhrón araon leis na scoláirí.

**Comhbhrón = ag mothú brón DO dhuine. Is é an sainmhíniú ar chomhbhrón ná trua a bheith agat do mhí-ádh duine éigin.**

**Comhbhá = ag mothú LE duine. Is é an sainmhíniú ar chomhbhá ná an cumas a bheith agat a bheith ar an eolas faoi agus airdeallach ar mhothúcháin agus smaointe duine eile, tuiscint a bheith agat orthu, agus a bheith mothálach orthu gan an taithí chéanna a bheith agat.**

Ansin, scaip Bileog Ghníomhaíochta 4.1: Gníomhaíocht Mheaitseála ar Chomhbhrón vs Comhbhá. Inis do na scoláirí go gcabhróidh an ghníomhaíocht seo linn iniúchadh breise a dhéanamh ar an difríocht atá ann idir comhbhá agus comhbhrón.

**Freagraí Molta**

| Comhbhrón a Léiriú | Comhbhá a Léiriú |
|---|---|
| "Tá súil agam go dtiocfaidh biseach ort go gairid".<br><br>"Níor ortsa a bhí an locht. Rinne tú do dhícheall."<br><br>"A chréatúir. Is é seo a dhéanfainnse dá mba mise tusa."<br><br>"Beidh gach rud ceart. Tarlaíonn gach rud ar chúis éigin."<br><br>"Ná bíodh imní ort. Tá rudaí maithe i ndán duit." | "Caithfidh go bhfuil sé deacair labhairt air. Go raibh maith agat as ucht an méid sin a rá liom."<br><br>"Caithfidh sé go bhfuil sé sin deacair ort. Tuigim cén fáth a mbeadh sé sin deacair ort."<br><br>"Ón méid atá cloiste agam, airíonn tú X. An bhfuil an ceart agam ansin?"<br><br>"Cén chaoi ar airigh tú faoin méid sin?"<br><br>"Ba mhaith liom a bheith cinnte go dtuigim..." |

Glac aiseolas ó na scoláirí agus cuir i gcuimhne dóibh go gcabhraíonn **comhbhá a léiriú linn mothúcháin agus peirspictíocht daoine eile a chur san áireamh. Ciallaíonn an cumas a bheith againn comhbhá a léiriú go bhfuil seans níos mó ann go mbeimid buartha faoi iarmhairtí ár ngníomhartha ar líne lena n-áirítear iompraíochtaí cibearbhulaíochta agus gur lú seans go mbraithfimid go bhfuil dí-urchoilleadh orainn ar líne.**

Tá deis ann maidir le malairt foghlama do na scoláirí chun féachaint ar an bhfíseán seo sa bhaile agus na ceisteanna atá air a fhreagairt. D'fhéadfaí an ghníomhaíocht mheaitseála a dhéanamh ar whiteboard. fi ionas go mbeidh na scoláirí in ann í a chur i gcrích sa bhaile leis an bhfíseán.

**Céim 2.**

**Ansin, iarr ar na scoláirí go ndéanfaimid machnamh ar na baic phoitéinsiúla chun comhbhá a léiriú do dhaoine eile sa timpeallacht ar líne?**

**Iarr ar na scoláirí céard iad na leideanna a chuidíonn linn an chaoi a bhfuil duine ag aireachtáil a aithint nuair a labhraímid ar bhonn pearsanta le hais trí theachtaireachtaí téacs?**

**Cuimsítear an méid seo a leanas le samplaí samplacha a d'fhéadfadh a bheith ag scoláirí:**

| Cumarsáid Aghaidh ar Aghaidh | Cumarsáid trí Théacs Amháin |
|---|---|
| Is féidir leat an duine a bhfuil tú ag caint leis nó léi agus comharthaíocht a choirp an duine a fheiceáil e.g. gothaí, teagmháil súl | Ní féidir leat a nglór a chloisteáil ná an chaoi a bhfuil siad ag rá rudaí trína dtuin chainte |
| Is féidir leat glór nó tuin chainte an duine a chloisteáil agus tuiscint a fháil ar an gcaoi a bhfuil siad ag rá rud éigin e.g. ag labhairt de ghlór dáiríre, greannmhar, nó searbhasach | Is féidir leat úsáid a bhaint as emoji chun iarracht a dhéanamh tuin chainte a chur in iúl ach is féidir míbhrí a bhaint as seo fós |
| Is féidir leat gotha gnúise daoine agus a bhfreagairt ar a bhfuil á rá agat a fheiceáil e.g. má tá siad sásta, gortaithe nó má tá tú ag cur as dóibh | Freagraí gearra, nuair a sheolann siad teachtaireachtaí fada de ghnáth nó nuair nach n-úsáideann siad emojis cé go n-úsáideann siad iad an t-am ar fad de ghnáth |
| Is féidir dearmad a dhéanamh ar rudaí a deir tú i láthair go pearsanta níos éasca le himeacht ama | Is féidir le gach duine tráchtanna nó postálacha poiblí a léamh |
| Faigheann tú freagra láithreach nach bhfuil eagarthóireacht déanta air ar an méid a deir tú i gcomhrá | Stóráiltear teachtaireachtaí agus glórtheachtaireachtaí i do stair chomhrá agus is féidir iad a léamh nó a sheinm ar ais arís agus arís eile |
| | Ní féidir linn an chaoi a dtéann na rudaí a deirimid i bhfeidhm ar dhaoine a fheiceáil |
| | D'fhéadfaí go mbeadh ort fanacht uaireanta, laethanta, fiú seachtainí chun freagra a fháil i gcomhrá |
| | Tugann freagra moillithe ar theachtaireacht duine éigin deis dúinn ár gcéad fhreagairt a chur in eagar nó a athrú agus smaoineamh faoin gcaoi ar mhaith linn freagra a thabhairt |

Ansin, iarr ar na scoláirí machnamh a dhéanamh ar:

> **Cén cineál cumarsáide is fearr leat?**
> **An mbraitheann sé? Cén fáth?**

> **An dtéann sé seo i bhfeidhm ar chaighdeán na na cumarsáide eadraibh? Conas?**

Faigh aiseolas ó scoláirí agus cuir i gcuimhne dóibh gur féidir leis na leideanna a d'fhéadfadh a bheith in easnamh i gcumarsáid ar líne a bheith ina mbac féideartha in amanna ar chomhbhá a léiriú nó comhbhá a bheith againn le daoine eile agus tá sé tábhachtach go mbeimid aireach air seo agus cumarsáid á déanamh againn ar líne.

**Bileog Ghníomhaíochta 4.1:**

# Gníomhaíocht Mheaitseála ar Chomhbhrón vs Comhbhá

Tá liosta frásaí in íochtar a d'fhéadfadh daoine a úsáid dá mbeidís ag iarraidh comhbhá nó trua a léiriú do dhuine eile. Meaitseáil na frásaí a cheapann tú a léiríonn comhbhá faoin teideal Comhbhá a Léiriú chomh maith leis na frásaí a cheapann tú a léiríonn trua faoin teideal Trua a Léiriú. Cuimhnigh go mbaineann comhbhá le tuiscint a fháil ar smaointe agus ar mhothúcháin an duine eile agus le hiarracht a dhéanamh chun tuiscint a fháil ar an gcaoi a bhféadfaidís a bheith ag aireachtáil.

| Comhbhrón a Léiriú | Comhbhá a Léiriú |
| --- | --- |
| | |

**Freagraí:**

"Tá súil agam go dtiocfaidh biseach ort go gairid."

"Ón méid atá cloiste agam, airíonn tú X.

An bhfuil an ceart agam ansin?"

"Cén chaoi ar airigh tú faoin méid sin?"

"Níor ortsa a bhí an locht. Rinne tú do dhícheall."

"Caithfidh sé go bhfuil sé deacair labhairt air. Go raibh maith agat as ucht an méid sin a rá liom."

"A chréatúir. Is é seo a dhéanfainnse dá mba mise tusa."

"Beidh gach rud ceart. Tarlaíonn gach rud ar chúis éigin."

"Caithfidh sé go bhfuil sé sin deacair ort. Tuigim cén fáth a mbeadh sé sin deacair ort."

"Ba mhaith liom a bheith cinnte go dtuigim..."

"Ná bíodh imní ort. Tá rudaí maithe i ndán duit."

## Gníomhaíocht 2:

# Dhá Leagan ar Gach Scéal - Cásanna Comhbhá

Labhair leis na scoláirí ar an dóigh nach mbíonn a fhios againn gach rud atá ag dul ar aghaidh i saolta daoine agus an chúis a bhfuil sé tábhachtach comhbhá a léiriú do dhaoine eile agus nósanna cumarsáide sláintiúla a chruthú.

**Céim 1.**

Cuir na scoláirí i mbeirteanna agus tabhair cás amháin do gach péire ó Bhileog Ghníomhaíochta 4.2.. Iarr ar na péirí an cás ar Thaobh A a léamh ar dtús agus ansin na ceisteanna air a phlé agus a fhreagairt. Ansin, lig do na péirí a bhfuil an cás céanna acu, 1, 2 nó 3, a bhfreagraí ar an gcás a phlé. Léigh trí gach ceann de na cásanna ar Thaobh A leis an rang iomlán agus cuir aiseolas i dtoll a chéile ar gach cás ar an gclár bán.

**Céim 2.**

Anois agus taobh A críochnaithe, tabhair amach Taobh B de na cásanna do na péirí céanna. Arís, léifidh na scoláirí tríd an gcuid B a ghabhann lena gcás bunaidh agus freagróidh siad na ceisteanna comhfhreagracha.

**Céim 3**

Bailigh aiseolas ó na scoláirí arís maidir le gach Taobh B dá gcásanna agus cuir an t-aiseolas i dtoll a chéile ar an mbord. Ina diaidh sin, cuir na ceisteanna machnamhacha seo ar na scoláirí lena bhfoghlaim a spreagadh:

- **Cad é an phríomhfhoghlaim a fuair tú nuair a fuair tú léargas ar an dá dhearcadh?**
- **Ar bhog nó ar athraigh do thuairimí nuair a chonaic tú rudaí ón dá thaobh?**
- **Cén fáth a gceapann tú go bhfuil sé tábhachtach an dá thaobh den scéal a chloisteáil?**
- **Cad iad na príomhchodanna a theastaíonn chun comhbhá i leith daoine eile a thógáil?**

**D'fhéadfadh go mbeadh sé deacair ar roinnt scoláirí ag a bhfuil riachtanais foghlama bhreise nó a bhfuil Béarla mar dara teanga acu na cásanna a léamh agus iad faoi bhrú ama chun an ghníomhaíocht a chur i gcrích. D'fhéadfaí cóip dhigiteach de na cásanna seo a dháileadh roimh an gceacht do na scoláirí seo chun úsáid a bhaint as léitheoir tumthach/Google Translate sa chaoi agus go mbeidh cleachtadh acu orthu roimh ré agus go mbeidh siad in ann páirt ghníomhach a ghlacadh sa ghníomhaíocht.**

### Bileog Ghníomhaíochta 4.2:

# Cásanna de Chomhbhá ar Líne

## TAOBH A

### Cás 1 A

Ní raibh Georgi compordach riamh agus é ag labhairt le cailíní. Tá sé faiteach go nádúrtha, ach cinneann sé dul sa seans agus teachtaireacht a sheoladh chuig cailín ina bhliain a bhfuil dúil aige ann ach nár labhair sé léi mórán riamh; Laura. Bhí splanc idir Laura agus Georgi láithreach nuair a aithníonn siad go bhfuil paisean acu beirt do scannáin anime. Tar éis seachtaine de theachtaireachtaí a chur chuig a chéile, aontaíonn Georgi agus Laura coinne físghlao a bheith acu. Nuair a glaonn sé Laura, freagraíonn sí ach deir sí nach bhfuil a ceamara ag obair. Cloiseann Georgi gáire ach glacann sé leis go bhfuil Laura chomh neirbhíseach céanna is atá seisean. Molann Laura an chuma atá ar Georgi, agus deir sí go mbeadh dúil níos mó aici ann dá bhféachfadh sí níos mó dó. Agus í á spreagadh, baineann Georgi a chuid éadaí ar fad dó seachas a fhobhríste. Ba chosúil go raibh Laura an-sásta leis sin.

Bíonn gach duine ar an eolas an lá dár gcionn faoi 'choinne' físe Georgi agus Laura, rud nach dtuigeann Georgi. Ní go dtí go bhfeiceann sé an físeán dó ag baint a chuid éadaí go n-aithníonn Georgi gur thaifead Laura a 'gcoinne' físe. Ní raibh an oiread seo náire ar Georgi riamh. Tá an físeán feicthe ag gach duine sa scoil ar fad, chomh maith leis na teachtaireachtaí ar fad faoin bhfíseán ag rá gur bhreathnaigh Georgi cosúil le buachaill ocht mbliana d'aois.

**Déan machnamh agus pléigh an méid a leanas:**

- **Cad atá ar siúl anseo?**
- **Cad é atá ag tarlú a chuireann ag smaoineamh ar an gcaoi sin thú?**
- **Conas a mhothófá dá mba thusa Georgi sa chás seo?**
- **Cad iad na iarmhairtí gearrthéarmacha agus fadtéarmacha do Georgi tar éis an cháis seo?**
- **Dá mbeifeá in áit Georgi, cad a dhéanfá?**

### Cás 2 A

Tá Sofia ag seiceáil a fóin nuair a thugann sí faoi deara go bhfuil fógraí go leor á bhfáil aici faoi phictiúir ina bhfuil sí clibeáilte. Mar a tharla sé, ba iad na pictiúir a chur Aoife in airde a tógadh ag an gceoldráma scoile aréir. Bhí Sofia i gcuid de na pictiúir a roinneadh. Mhothaigh sí go raibh an soilsiú go holc, bhí smideadh feistis uirthi agus cheap sí nach raibh cuma rómhaith uirthi i bpictiúir Aoife. Mhothaigh sí thar a bheith cotúil dá bharr. Thosaigh Sofia ag léamh na dtráchtanna faoi na pictiúir ina bhfuil sí clibeáilte. Bhí trácht fágtha ag Aoife 'Thit duine den leaba ar an taobh mícheart... goa!' agus 'féach an chuma atá ar d'aghaidh!'. Bhí Sofia ar buile. Níl a fhios aici an chúis a mbeadh Aoife chomh suarach sin léi agus na pictiúir sin a chur in airde.

**Déan machnamh agus pléigh an méid a leanas:**

- **Cad atá ar siúl anseo?**
- **Cad é atá ag tarlú a chuireann ag smaoineamh ar an gcaoi sin thú?**
- **Conas a mhothófá dá mba thusa Sofia sa chás seo?**
- **Cad a d'fhéadfadh le Sofia a dhéanamh sa chás seo?**
- **Dá mbeifeá in áit Sofia, cé lena rachfá chucu ag iarraidh tacaíochta?**

### Cás 3 A

Cúpla mí ó shin, thóg Akeem céim mhór ag teacht amach nuair a nochtaigh sé a ghnéasacht. Bhí a chairde ar scoil an-tacúil bhí a theaghlach togha leis go fiú. Ó tháinig sé amach, áfach, tá duine dá chairde, Brian tosaithe ag trácht ar a chuid postálacha agus scéalta, ag tabhairt "an-aerach " air agus leasainmneacha aeracha á n-úsáid aige. Tá Akeem maslaithe ag na tráchtanna ar fad mar go mbraitheann sé go bhfuil Brian ag cur béim ar steiréitíopaí. Tá Brian ag cur isteach air anois agus é dá chlibeáil i bpostálacha a bhaineann lena ghnéasacht ina scéalta, agus tá físeáin atá míchuí go maith curtha in airde aige fiú. Braitheann Akeem faoin bpointe seo go bhfuil sé ag dul sa mhuileann air agus go mbraitheann mar a bheadh ciapadh ann.

**Déan machnamh agus pléigh an méid a leanas:**

- **Cad atá ar siúl anseo?**
- **Cad é atá ag tarlú a chuireann ag smaoineamh ar an gcaoi sin thú?**
- **Conas a mhothófá dá mba thusa Akeem sa chás seo?**
- **Dá mbeifeá in áit Akeem, cad a dhéanfá?**

# TAOBH B

## Cás 1 B

Nuair a iarrann Georgi físghlao ar Laura tá sí neirbhíseach agus iarrann sí ar a cara Rashida a bheith ann le haghaidh tacaíochta. Aontaíonn Rashida teacht ach níl sí ró-chabhrach. Bíonn sí ag magadh faoi Laura ag fiafraí cén fáth go bhfuil suim aici in Georgi go fiú agus cuma duine aisteach air. Agus í dá gléasadh féin ligeann Laura a fón uaithi chun talamh agus scoiltear an ceamara ar a scáileán - ní féidir léi é a úsáid le haghaidh a coinne. Tá beagán faoisimh uirthi. Tá an físghlao ag dul go maith go dtí go dtógann Rashida fón Laura agus iarrann sí ar Georgi a chuid éadaí a bhaint síos go dtí a fhobhríste. Fiafraíonn Laura di céard atá ar siúl aici ach ní thabharfaidh Rashida an fón ar ais. Taifeadann Rashida Georgi ag baint a chuid éadaí sula gcuireann sí deireadh leis an nglaoch. Insíonn Rashida do Laura go bhfuil sí á sábháil ó fhéinmharú sóisialta trína bheith ag siúl amach le Georgi. Geallann sí gan an físeán a roinnt má aontaíonn Laura gan comhrá a dhéanamh le Georgi níos mó.

Níos deireanaí an oíche sin agus é ag caint le cara eile, socraíonn Rashida go bhfuil sé chun an físeán de Georgi a sheoladh chucu. Cuireann an cara seo ar aghaidh é chuig comhrá grúpa eile agus sular féidir le Rashida aon rud a dhéanamh faoi tá an físeán á roinnt timpeall na scoile ar fad. An lá dár gcionn ar scoil caitheann Laura an lá trína chéile agus léi féin. Tá sí feargach lena cara Rashida agus níl a fhios aici go fiú cad é le rá le Georgi, ní labhróidh sé léi arís anois.

### Déan machnamh agus pléigh an méid a leanas:

- **Cad atá ar siúl anseo?**
- **Cad é atá ag tarlú a chuireann ag smaoineamh ar an gcaoi sin thú?**
- **Conas a mhothófá dá mba thusa Laura sa chás seo?**
- **An bhfuil aon rud is féidir le Laura a dhéanamh chun cabhrú leis an gcás?**
- **Dá mbeifeá in áit Laura, cad a ndéanfá ina dhiaidh sin?**

## Cás 2 B

Ghlac Aoife agus a cara Sofia páirt i gceoldráma na scoile le déanaí a raibh an-spraoi ag baint leis. Agus iad ar chúl stáitse, thosaigh grúpa den fhoireann aisteoirí ag tógáil pictiúr agus staidiúir á gcur orthu féin. Tar éis an tseó, d'iarr duine de na cailíní a raibh an-tóir uirthi ina bliain ar Aoife na pictiúir a bhí tógtha aici a chur in airde. Ní raibh an soilsiú rómhaith ar chúl an stáitse agus tá an caighdeán chomh holc sin i roinnt pictiúr nach féidir leat ach súile agus fiacla Sofia a fheiceáil, seachas a haghaidh iomlán. Bhí a fhios aici nach raibh cuma iontach ar Sofia sna pictiúir ach bhí ar Aoife, agus ina theannta bhí sí sa phictiúr freisin le cuid de na cailíní a raibh an tóir is mó orthu ar scoil. Rinneadh bulaíocht ar Aoife roimhe seo agus tá sí ag súil go gcinnteoidh sí nach dtarlóidh a leithéid arís má éiríonn sí cairdiúil leis na cailíní a bhfuil tóir orthu. Tá a fhios aici go mb'fhéidir go n-éireodh Sofia trína chéile toisc nach bhfuil cuma dheas uirthi sna pictiúir, ach mura gcuirfidh Aoife in airde iad ní fheicfidh aon duine go raibh sí ag crochadh amach leis na cailíní a bhfuil an-tóir orthu freisin.

### Déan machnamh agus pléigh an méid a leanas:

- **Cad atá ar siúl anseo?**
- **Cad é atá ag tarlú a chuireann ag smaoineamh ar an gcaoi sin thú?**
- **Conas a mhothófá dá mba thusa Aoife sa chás seo?**
- **Dá mbeifeá in áit Aoife agus dá mbeadh an brú céanna ort leis na pictiúir seo a phostáil, cad a dhéanfá?**
- **An bhfuil aon rud a d'fhéadfá Aoife a dhéanamh chun an scéal a leigheas?**

## Cás 3 B

Tháinig sé aniar aduaidh ar Bhrian nuair a tháinig a chara Akeem amach mar dhuine aerach, ach theastaigh sé a léiriú do Akeem go mbeadh sé ina chara i gcónaí.. Bhí sé feicthe ag Brian gur tháinig col ceathrair leis amach mar leispiach agus go ndearnadh trombhulaíocht uirthi ina scoilse. Níor theastaigh uaidh go dtarlódh sé seo dá chara. Go gairid tar éis do Akeem a nochtadh go raibh sé aerach thug Brian faoi deara go raibh Akeem ag fáil roinnt tráchtanna randamacha gránna ó strainséirí ar líne ar a chuid postálacha. Cheap Brian gurbh é an bealach is fearr chun tacaíocht a léiriú dá chara ar líne ná béarlagair aerach a úsáid a mbeadh meas ag Akeem air agus naisc a sheoladh chuige chuig postálacha faoi sheónna teilifíse aeracha agus nuacht siamsaíochta aerach. D'aimsigh sé roinnt físeán greannmhar fiú, físeáin a chuirfeadh Akeem ag gáire dar leis. Thug Brian faoi deara le déanaí nach bhfaigheann sé freagra ar bith ó Akeem nuair a sheolann sé rudaí chuige nó nuair a dhéanann sé postáil ar a chuid scéalta. Ní thuigeann sé cén fáth. Níl ann ach gur mhaith leis tacú lena chara agus a chinntiú go mothaíonn sé sábháilte agus compordach leis féin.

### Déan machnamh agus pléigh an méid a leanas:

- **Cad atá ar siúl anseo?**
- **Cad é atá ag tarlú a chuireann ag smaoineamh ar an gcaoi sin thú?**
- **Conas a mhothófá dá mba thusa Brian sa chás seo?**
- **Dá mbeifeá i áit Bhriain cad a dhéanfá dá dtabharfá faoi deara go raibh do chara ag éirí coimhthíoch?**

**Gníomhaíocht 4:**

# Dialann Mhachnaimh

**Iarr ar na scoláirí a machnamh a dhéanamh ar na coincheapa agus ar na smaointe a pléadh le linn an cheachta, iarr orthu naisc a dhéanamh le réamheolas nó réamhthaithí, agus aon cheist a d'fhéadfadh a bheith acu fós a bhreacadh síos. Taispeáin an leid mhachnaimh seo a leanas ar an gclár agus iarr ar scoláirí na habairtí thíos a chomhlánú:**

**Machnamh**

- **D'athraigh mé mo dhearcadh i dtaobh...**
- **Tagaim le...**
- **Tuigim do...**

Iarr ar na scoláirí dialann mhachnaimh dhigiteach a chruthú ach úsáid a bhaint as uirlis ar líne amhail Book Creator nó trí Thimpeallacht Fhíorúil Foghlama na scoile nó trí Google nó Office 365. Chomh maith leis sin, cuirfidh sé seo ar chumas na scoláirí na machnaimh chruthaitheacha a thaifeadadh ar a gcuid foghlama ar roinnt bealaí, lena n-áirítear na meáin dhigiteacha, taifeadtaí fuaime, píosaí físe agus scríofa mar aon le haon cheist dá mbeadh acu.

# Ceacht 5:

## Níl Ann Ach Magadh

### Príomhfhoghlaim do Scoláirí

**Sa cheacht seo pléifidh na scoláirí an chuma a bhíonn ar chineálacha iompraíochtaí bulaíochta atá caolchúiseach ar líne agus cén chaoi le hidirdhealú a dhéanamh idir bheith ag magadh agus iompar bulaíochta. Aithneoidh na scoláirí comharthaí an iompair seo agus forbróidh siad straitéisí chun freagairt go oiriúnach má fheiceann siad cineálacha iompraíochtaí bulaíochta atá caolchúiseach ar líne.**

### Gearrchúrsa OSPS Naisc Shonraíochta

**Snáithe 4: Folláine mhothúchánach**

- 4.6 cineálacha éagsúla iompair dhrochídigh agus bulaíochta a aithint a d'fhéadfadh tarlú in idirghníomhaíochtaí ar líne agus san fhíorshaol
- 4.7 an tábhacht a bhaineann le cineálacha difriúla d'iompar bulaíochta nó drochídeach a d'fhéadfadh tarlú san fhíorshaol nó ar líne a thabhairt faoi deara agus freagra a thabhairt orthu agus freagraí oiriúnacha a phlé, lena n-áirítear, cén fáth, cén chaoi, cén áit agus cén t-am ba cheart tuairisciú a dhéanamh air

**Acmhainní a Theastaíonn**

- Tá an cur i láthair PowerPoint, Éifeacht an Ómóis ar fáil ag www.webwise.ie/therespecteffect
- Aguisín 3: Roth Mothúchán
- Bileoga Gníomhaíochta: 5.1, 5.2
- Físeán Fheachtas an Fhinné Chiúin de chuid Webwise, Is Méim thú, ar fáil anseo: https://vimeo.com/795242990

**Modheolaíochtaí**

Plé grúpa, físanailís, smaoinigh-péireáil-roinn-cearnaigh, diamant 9, léamhthuiscint, anailís ar chás-staidéir, scríbhneoireacht litreacha

**Gníomhaíocht 1:**

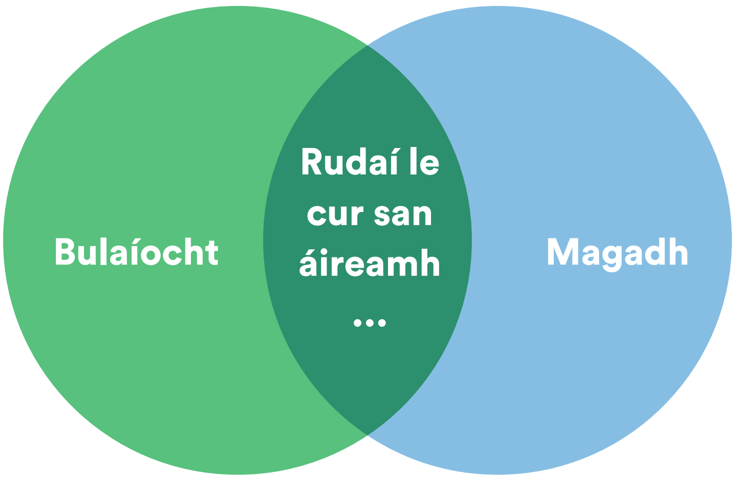
# Níl Ann Ach Magadh? Bulaíocht ar Líne vs Magadh

**Céim 1.**

Sa cheacht seo táimid chun machnamh a dhéanamh ar cad iad na cineálacha caolchúiseacha d'iompar bulaíochta ar líne agus conas a d'fhéadfaimis iad a aithint. Is féidir le roinnt cineálacha cibearbhulaíochta a bheith chomh caolchúiseach sin go mb'fhéidir nach n-aithneoimis iad mar bhulaíocht go dtí tar éis an ghnímh nuair a bhí am againn machnamh a dhéanamh air agus ar an gcaoi a mhothaíomar dá bharr.

Iarr ar na scoláirí léaráid Venn a tharraingt le bulaíocht i gciorcal amháin agus magadh sa chiorcal eile. Iarr orthu a gcuid sainmhínithe don dá théarma a scríobh sna ciorcail. Ansin iarr orthu na rudaí a scríobh a cheapann siad nach mór dúinn a mheas agus cinneadh á dhéanamh againn an ionann rud éigin ar líne agus magadh idir cairde nó an bhféadfadh sé a bheith ina chás bulaíochta níos tromchúisí, conas is féidir linn an difríocht a aithint?

Féach an sampla thíos:




**Bulaíocht** is ea iompar spriocdhírithe ar líne nó as líne, a dhéanann dochar. D'fhéadfadh nádúr an dochair a bheith fisiciúil, sóisialta agus/nó mothúchánach. Déantar iompar bulaíochta arís agus arís thar thréimhse ama agus cuimsítear leis éagothroime chumhachta idir beirt nó idir grúpaí daoine sa tsochaí.

**Rudaí le cur san áireamh...**

- Is éard atá i gceist le Comhthéacs ná an méid a mheastar atá inghlactha agus d'fhéadfadh sé a bheith difriúil i gcásanna éagsúla. Mar shampla, cairde a úsáideann leasainmneacha dá chéile nach gceapann ceachtar acu atá gránna. Mura bhfuil tú cinnte, seiceáil ar dtús i gcónaí.
- An caidreamh idir na daoine rannpháirteacha. D'fhéadfadh sé seo a bheith bunaithe ar chomhthuiscint ar theanga, ar bhéarlagair, ar leasainmneacha, agus ar iompar. Ní bheidh an acmhainn ghrinn ná an chraic chéanna ag gach duine agus atá agatsa.
- Níl rud ar bith mícheart le hathrú intinne: tá an tsaoirse ag an duine a bhfuiltear ag magadh faoi a intinn a athrú faoin gcaoi a n-airíonn sé faoin trácht e.g. leasainm. Tá dearcadh an íospartaigh líomhnaithe ríthábhachtach.
- Ní féidir rudaí a chur ina gceart ach GOA a rá. Tá teanga ghránna, bhagrach agus dhrochídeach do-ghlactha i gcónaí beag beann ar an gcomhthéacs.
- Más rud é go bhfuil duine gortaithe nó maslaithe de bharr rud a dúirt tú, ní bheidh sé muiníneach i gcónaí an méid sin a chur in iúl agus d'fhéadfadh sé aontú leis sa chaoi agus nach dtarraingeofaí aird air féin.
- D'fhéadfadh duine leasainm faoi leith a thabhairt air féin ach ní fhágann sé sin gur féidir leatsa an leasainm céanna a úsáid.
- Uaireanta, is féidir féachaint ar ráiteas mar phíosa spraoi ach thar thréimhse ama, d'fhéadfadh dearcadh an duine chéanna athrú agus d'fhéadfadh sé a bheith den tuairim go bhfuil sé drochbhéasach nó gránna, go háirithe más rud é go n-úsáidtear é ar bhonn leanúnach.

**Magadh** déantar cur síos ar mhagadh mar rudaí a rá ar bhealach spraíúil agus magúil.

**Céim 2.**

Cuir freagraí na scoláirí i dtoll a chéile ar an mbord. Tabhair achoimre ar shainmhínithe ar bhulaíocht agus magadh. Téigh trí na rudaí seo a leanas le cur san áireamh agus tú ag iarraidh cinneadh a dhéanamh an ionann an rud agus magadh nó bulaíocht agus conas an difríocht a aithint le scoláirí mura bhfuil sé luaite cheana ina n-aiseolas:

- **Is éard atá i gceist le comhthéacs ná an cás, na cúinsí nó an suíomh ina bhfuil na daoine seo ag déanamh cumarsáide. Cad é an comhthéacs ina bhfuil an chumarsáid nó na gníomhartha ag tarlú? Féadann brí éagsúil a bheith ag teanga i gcomhthéacsanna éagsúla. Mar shampla, cairde a úsáideann leasainmneacha dá chéile nach gceapann ceachtar acu atá gránna. Mura bhfuil tú cinnte, seiceáil ar dtús i gcónaí.**
- **An caidreamh idir an dream atá bainteach - an ghnáthchaoi a bpléann beirt nó níos mó lena chéile. D'fhéadfadh sé seo a bheith bunaithe ar chomhthuiscint ar theanga, ar bhéarlagair ar leasainmneacha, agus ar iompar agus meas ar theorainneacha i gcumarsáid ar líne.**
- **Níl rud ar bith mícheart le hathrú intinne: tá an tsaoirse ag an duine a bhfuiltear ag magadh faoi a intinn a athrú faoin gcaoi a n-airíonn sé faoin trácht e.g. leasainm. Tá dearcadh an íospartaigh líomhnaithe ríthábhachtach.**
- **Ní bheidh an acmhainn ghrinn ná an chraic chéanna ag gach duine agus atá agatsa.**
- **Ní féidir rudaí a chur ina gceart ach GOA a rá. Tá teanga ghránna, bhagrach agus dhrochídeach do-ghlactha i gcónaí beag beann ar an gcomhthéacs.**
- **Más rud é go bhfuil duine gortaithe nó maslaithe de bharr rud a dúirt tú, ní bheidh sé muiníneach i gcónaí an méid sin a chur in iúl agus d'fhéadfadh sé aontú leis sa chaoi agus nach dtarraingeofaí aird air féin.**
- **D'fhéadfadh duine leasainm faoi leith a thabhairt air féin ach ní fhágann sé sin gur féidir leatsa an leasainm céanna a úsáid.**
- **Uaireanta, is féidir féachaint ar ráiteas mar phíosa spraoi ach thar thréimhse ama, d'fhéadfadh dearcadh an duine chéanna athrú agus d'fhéadfadh sé a bheith den tuairim go bhfuil sé drochbhéasach nó gránna, go háirithe más rud é go n-úsáidtear é ar bhonn leanúnach.**

**Céim 3**

Abair leis na scoláirí anois go bhfuil siad chun súil níos doimhne a chaitheamh ar shampla de bhulaíocht chaolchúiseach. Ó Fheachtas an Fhinné Chiúin de chuid Webwise (www.webwise.ie/silentwitness) cuir an físeán Is Méim Thú ar siúl atá ar fáil anseo: https://vimeo.com/795242990

Seinn an físeán iomlán do na scoláirí i dtosach, is gá é seo a dhéanamh ionas go bhfaighfear an comhthéacs iomlán agus go dtuigfear an méid atá ag titim amach san fhíseán.

Iarr ar na scoláirí na ceisteanna seo a leanas a fhreagairt i ndiaidh dóibh breathnú ar an bhfíseán don dara huair:

- **Conas mar a d'fhreagair Róisín ar dtús nuair a taispeánadh méim di féin léi?**
- **Cad fáth ar fhreagair sí ar an dóigh sin?**
- **Cad iad na himpleachtaí a bhaineann leis scaipeadh rábach na híomhá?**
- **An ndearna aon duine iarracht idirghabháil a dhéanamh nó cabhair a thabhairt di nuair a bhí bulaíocht á déanamh ar Róisín? Cén fáth, meas sibh?**
- **Cén fáth, dar leat, nach gcuireann Róisín in iúl mar a bhraitheann sí i bhfírinne faoin méid a tharla ach gur scríobhann sí 'go breá' agus 'cineál greannmhar' ina áit?**
- **An gceapann tú go raibh tionchar ag freagairtí chairde Róisín ar an méim ar an gcaoi ar fhreagair sí féin don mhéid a tharla?**
- **An gceapann tú go bhfuil sé deacair don spriocdhuine den bhulaíocht chaolchúiseach ar líne cabhair a fháil? Cén fáth?**

Léigh trí na ceisteanna ar dtús leis na scoláirí sula gcuirfidh tú an físeán ar siúl arís dóibh. Nuair a bheidh an físeán feicthe ag scoláirí den dara huair, iarr orthu gach ceist a fhreagairt.

D'fhéadfaí rud difriúil a dhéanamh agus féachaint ar an bhfíseán iomlán i dtosach agus an físeán a sheinm arís do na scoláirí trí EdPuzzle (Live Mode) agus an físeán a stopadh ag pointí faoi leith agus iarraidh ar na scoláirí a bhfreagraí a chur isteach.

Spreag freagraí ó scoláirí agus cuir ar an gclár iad. Iarr ar na scoláirí smaoineamh ar uair a mhothaigh siad gur magadh a bhí ann ach gur aithin siad níos déanaí go raibh sé níos cosúla le bulaíocht.

## Gníomhaíocht 2:
# Bulaíocht Chaolchúiseach ar Líne a Aithint

**Céim 1.**

Mínigh do scoláirí go gciallaíonn bulaíocht chaolchúiseach gur féidir leis a bheith níos deacra focail agus gníomhartha bulaíochta a aithint, ar féidir iad a dhéanamh gan ainm agus go discréideach, agus b'fhéidir nach bhfaighidh an spriocdhuine amach faoin mbulaíocht go dtí i bhfad tar éis di tarlú.

**Céim 2.**

Abair leis na scoláirí go bhfuilimid chun breithniú a dhéanamh ar an gcúis a bhfuil sé chomh deacair bulaíocht chaolchúiseach a aithint in amanna. An straitéis 'Diamant 9' in úsáid de réir mar a dhéanann scoláirí rangú ar na cártaí ó Bhileog Ghníomhaíochta 5.1. Cuimsíonn an bhileog ghníomhaíochta ocht ráiteas agus cárta bán chun ligean do scoláirí a n-ionchur féin a chruthú agus idirdhealú a dhéanamh.

Cuir ráitis ar fáil do na scoláirí agus iarr orthu a ndiamant 9 a chruthú ach úsáid a bhaint as uirlis ghréasán-bhunaithe amhail Jamboard, nó whiteboard.fi chun freagraí na scoláirí ar fad a fheiceáil agus a thaifeadadh ar líne i bhfíor-am.

Cuir scoláirí i mbeirteanna agus dáil na naoi gcárta ar gach grúpa. Abair leis na scoláirí go bhfuil orthu léamh trí gach ráiteas agus a gcéad chárta tosaíochta a chur ar an mbarr, an dara cheann sa dara háit, an tríú ceann sa tríú háit, dhá cheann ina dhiaidh sin, ansin an cárta a léiríonn an tosaíocht is lú ag an mbun. Déanann seo cruth diamaint. Cuir i gcuimhne dóibh go bhfuil cárta amháin bán chun ligean dóibh a bhfreagra féin ar an gceist a chumadh. Ba cheart go ndéanfadh scoláirí iarracht comhaontú a fháil eatarthu féin.

**Céim 3**

**Ba cheart d gach beirt nascadh le beirt eile agus a gcuid ranguithe a chomhroinnt leis an mbeirt eile agus an tríú diamant comhaontaithe a chruthú más gá.**

Faigh aiseolas ó na scoláirí ar an gcúis a bhfuil sé deacair bulaíocht chaolchúiseach a aithint ar líne, agus chomh maith leis sin, cad é freagra nó cúis uathúil gach grúpa. Bain úsáid as na hábhair mhachnaimh a leanas chun freagraí na scoláirí a spreagadh:

- **Ar dtús, cérbh iad na difríochtaí agus na cosúlachtaí idir an dá dhiamant?**
- **Ach an tríú diamaint a fhorbairt, cén dóigh ar tháinig do ghrúpa ar chomhaontú maidir leis an gcúis a bhfuil sé deacair bulaíocht chaolchúiseach ar líne a aithint?**
- **An raibh sé deacair nó éasca teacht ar chomhaontú? Cén fáth a gceapann tú é sin?**
- **Ar mhothaigh gach duine gur tugadh cluas éisteacha dá gcuid smaointe? Céard a thacaigh leis seo nó a chur bac air?**

**Bileog Ghníomhaíochta 5.1:**

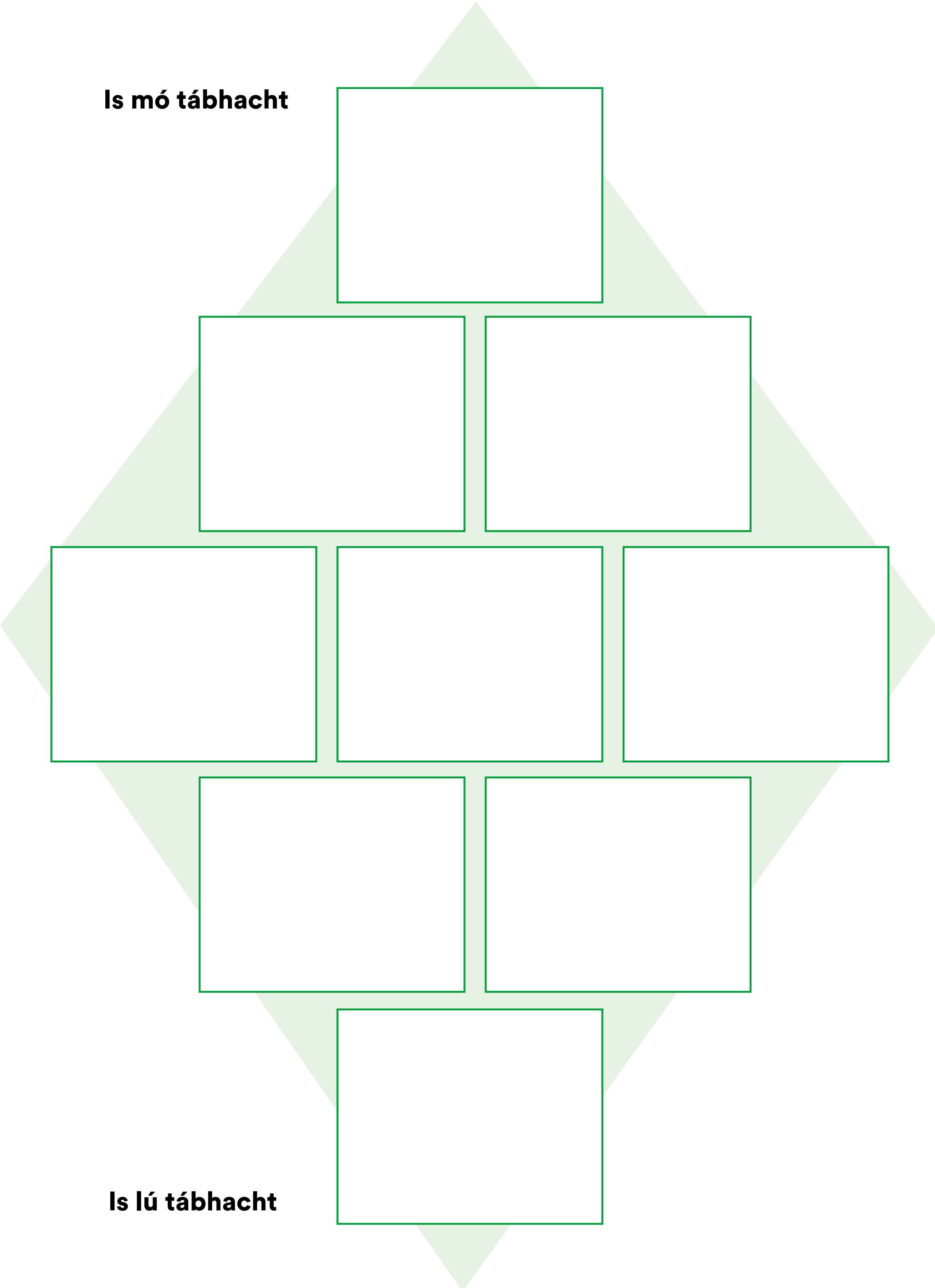
# Cad chuige a bhfuil sé deacair bulaíocht chaolchúiseach a aithint ar líne?

**Is féidir leis a bheith níos deacra aghaidh a thabhairt ar bhulaíocht chaolchúiseach agus í ar líne mar:**

| | | |
|---|---|---|
| D'fhéadfaí don bhulaíocht tarlú go hanaithnid trí chuntas meán sóisialta bréagach ionas nach féidir déantóir na bulaíochta a aithint. | Tarlaíonn sí i spásanna ar líne, áiteanna nach bhfuil rochtain ag faoine fásta orthu, e.g. comhráite grúpa, cuntais meán sóisialta phríobháideacha, mar sin níl duine ar bith ann lena fheiceáil nó le hidirghabháil a dhéanamh. | Déantar an bhulaíocht ag an oiread sin scoláirí nach mbraitheann daoine aonair gurb iad atá freagrach mar tá "gach duine páirteach". |
| Ní ghlacann gach duine fásta, nó gach scoláire, leis gur bulaíocht iad na gníomhartha beaga seo. | Cosnaíonn iad siúd a bhfuil bainteach a n-iompar agus déanann siad a bheag dó ag rá "Ag magadh atáimid," nó "ní rud mór atá ann, is cairde sinn ar fad". | Is féidir leis a bheith deacair a rá an raibh an gníomh nó an t-iompar "beartaithe" nó nach raibh; mar shampla, pictiúr grúpa a chur in airde de chairde ag cóisir agus fios agat nár tugadh cuireadh do dhuine éigin teacht d'aon ghnó. |
| Mothaíonn an spriocdhuine go bhfuil baol ann go n-éireoidh rudaí níos measa dóibh má deir siad rud ar bith. | D'fhéadfadh go bhfeicfeadh daoine aonair an trácht mar rud gan dochar toisc nach bhfuil tuiscint iomlán acu ar an méid a bhí ag dul ar aghaidh sular roinneadh an trácht sonrach seo. | |

**Bileog Ghníomhaíochta 5.1:**

# Cén fáth a bhfuil sé deacair bulaíocht chaolchúiseach a aithint ar líne?



## Gníomhaíocht 3:
# Ag Freagairt do Bhulaíocht Chaolchúiseach ar Líne

**Céim 1.**

Ba cheart an rang a roinnt ina mbeirteanna anois agus ba cheart Bileog Ghníomhaíochta 5.2 a thabhairt dóibh: Comhairleoir Croí Chráite na Bulaíochta. Cuimseoidh na litreacha seo samplaí de bhulaíocht chaolchúiseach ar líne agus litreacha scríofa ó dhearcadh an spriocdhuine, dhéantóir na bulaíochta agus an fhéachadóra.

**Céim 2.**

Ba cheart do na scoláirí, i ngach cás, iarracht a dhéanamh trí bhlúirín comhairle a thabhairt ina gcuid freagraí ar na daoine a scríobh na litreacha.

Roghnaigh dhá litir do gach beirt le freagairt dóibh agus tar éis do gach beirt dhá litir a fhreagairt, ba cheart dóibh aiseolas agus comhairle a thabhairt don ghrúpa mór.

D'fhéadfaí an rogha dhigiteach a dhéanamh don ghníomhaíocht seo agus na litreacha a shannadh agus a dháileadh mar mheasúnú Google nó Microsoft Teams le cur i gcrích mar obair bhaile. D'fhéadfaí teimpléad na litreach a chur ar fáil i gcáipéis Google nó i bhfoirm Microsoft Word do na scoláirí. Mar rogha eile, d'fhéadfaí úsáid a bhaint as bileog chlóite do na scoláirí le scríobh air, le pictiúr a ghlacadh de agus é a uaslódáil chuig an measúnú.

## Bileog Ghníomhaíochta 5.2

# Comhairleoir Croí Chráite na Bulaíochta achoimre ar na litreacha

- **Litir 1:** Is sampla é seo de ghrianghraf, físeán nó fuaim nach bhfuil rómholtach a tógadh i ngan fhios do dhuine agus a roinntear agus é mar rún an duine a náiriú.
- **Litir 2.** Sa litir seo cuireadh grianghraf in airde a léiríonn grúpa cairde agus spraoi a bheith acu mar shlí le cur ina luí ar Nadia nach bhfuil gean uirthi. Is féidir go bhfuil léiriú eile ann de bhulaíocht chaolchúiseach ar an ábhar go bhfuil an grúpa á coinneáil amach ó chomhrá grúpa d'aonturas.
- **Litir 3:** Sa sampla seo feicimid cineál caolchúiseach bulaíochta mar nach bhfuil an té a bhfuil riachtanais foghlama aige/aici ar an eolas go bhfuil a gcuid gníomhartha ina gcúis siamsaíochta ag daoine eile agus mar an ceap magaidh dá gcuid scéalta grinn.
- **Litir 4:** Sa sampla seo is bulaíocht chaolchúiseach i gcluiche ar líne atá ann, tá imreoir amháin sa tóir ar cheann eile agus á gciapadh ag cur isteach d'aon ghnó ar a gcluiche.
- **Litir 5:** Sa litir seo feicimid tráchtanna diúltacha postáilte faoi dhuine aonair ar bhealach a léiríonn go soiléir cé atá á phlé, gan iad a ainmniú, chun an duine imeaglú agus a náiriú mar spriocdhuine den bhulaíocht chaolchúiseach.

**Céim 3.**

**Déan achoimre leis na scoláirí ar na pointí seo a leanas maidir le déileáil le bulaíocht chaolchúiseach mura bhfuil siad luaite cheana féin trína n-aiseolas.**

- **Ní léir go bhfuil bulaíocht ná maslú ag baint le teachtaireachtaí nó iompraíochtaí caolchúiseacha bulaíochta, ach is féidir linn na cineálacha teachtaireachtaí seo a aithint tríd an gcaoi a mothaímid dá mbarr, mar shampla, braithimid míshuaimhneach, buartha, neamhchinnte nó imníoch.**
- **Tá sé tábhachtach do chuid mothúchán a aithint agus an chaoi a bhfuil an t-iompar nó an teanga atá á fáil agat ag cur as duit leis an mbulaíocht caolchúiseach. Stop, caith súil ar a bhfuil ag tarlú agus smaoinigh ar an tionchar atá aige ort.**
- **Tóg seat scáileáin d'fhianaise ar bith má bhraitheann tú go bhfuil na tráchtanna ag dul i bhfeidhm go diúltach ort.**
- **Labhair le cara nó le duine fásta a bhfuil muinín agat as faoi agus faigh comhairle maidir le conas bogadh ar aghaidh leis an gcás.**

**Bileog Ghníomhaíochta 5.2**

# Comhairleoir Croí Chráite na Bulaíochta

Scríobh nótaí mar fhreagra ar gach ceann de na litreacha seo. Ba cheart go n-inseodh do chuid nótaí don scríbhneoir an síleann tú gur sampla de bhulaíocht chaolchúiseach ar líne atá ann agus trí phíosa comhairle maidir le conas aghaidh a thabhairt ar an gcás.

**Litir 1**

A Aunt-i, a chara,

Bhain ár bhfoireann iománaíochta cluiche ceannais chraobh an chontae amach an tseachtain seo caite. Ní raibh an lá linn agus chailleamar. Ní raibh an locht ar dhuine áirithe amháin. Níor imríomar go maith. Phostáil ár gcaptaen Kevin roinnt pictiúr mar aon le físeán ón gcluiche chomh maith leis an bhfortheideal "Ní raibh an lá linn ach b'fhéidir go mbeidh na himreoirí againn an bhliain seo chugainn chun an ceann is fearr a fháil orthu ;)". Cuimsíodh físeán leis ina raibh mise agus mé ag cur na liathróide amú, poc saor a bhuafadh an cluiche dúinn. Cuireadh go leor teachtaireachtaí deasa leis an bpostáil ach ansin, thug mé faoi deara go raibh go leor teachtaireachtaí ann ina ndearnadh magadh fúm agus ina bhfuarthas locht ar na botúin is mó a rinne mé sa chluiche. Níl mise ar an duine is fearr ar an bhfoireann ach déanaim mo dhícheall. Chuir na teachtaireachtaí isteach orm agus níl mé compordach imirt leis an bhfoireann an chéad bhliain eile.

Céard is féidir liom a dhéanamh?!

Mikolaj

**Litir 2**

A Aunt-i, a chara,

Ba chara liom í Nadia ó bhíomar sa bhunscoil le chéile ach nílimid mór le chéile ó thosaíomar sa mheánscoil. Rinne mé cairdeas le go leor cailíní trí pheil a imirt agus is maith liom mé féin a ghléasadh agus am a chaitheamh leis na cailíní ar an bhfoireann. Tá a fhios agam go n-airíonn Nadia go bhfuil sí fágtha amach de bharr nach bhfuil spéis aici sna rudaí céanna agus atá ag na cailíní eile. Tá ár bpearsantachtaí éirithe éagsúil óna chéile anois agus tá suim againn i rudaí difriúla anois. Níl Nadia mar chuid den ghrúpa a mbím ag caitheamh ama leo agus airím míchompordach nuair atá sí ag iarraidh am a chaitheamh liom agus muid ar fad amuigh le chéile.

Rinne mé cinneadh pictiúir a phostáil ó chóisir a bhí againn i dteach nuair a dúirt mé léi nach bhféadfainn casadh léi sa tsúil agus go dtuigfeadh sí go bhfuil cairde éagsúla againn anois. Tá a fhios agam go bhféadfaí a cheapadh go bhfuil mé gránna ach is é an chaoi nach dtuigeann sí gur daoine difriúla anois muid. Céard eile ba cheart dom a dhéanamh? Bhí mé ag cuimhneamh ar chomhrá grúpa nua a chur le chéile gan Nadia sa tsúil go gcuideoidh sé sin an teachtaireacht a chur in iúl go gceapaim nár cheart dúinn a bheith cairdiúil níos mó?

Oliwia

**Bileog Ghníomhaíochta 5.2**

# Comhairleoir Croí Chráite na Bulaíochta

**Litir 3**

A Aunt-i, a chara,

Is comharsa agus cara liom é buachaill i mo rang darb ainm Aidan. Ní ligfidh a thuismitheoirí cead dó cuntas ar na meáin shóisialta a chruthú agus rinne mé cinneadh leathanach Lucht Leanúna TikTok a chruthú dó sa chaoi agus go bhféadfadh sé aireachtáil go raibh sé ag úsáid na meán sóisialta ach an oiread le gach duine eile. Tá míchumas foghlama ar Aidan agus ní thuigeann sé go mbíonn daoine ag magadh faoi scaití. Spreagtar Aidan chun rudaí a dhéanamh mar shiamsaíocht do dhaoine eile. Déanann sé na rudaí seo chun cairdeas a dhéanamh leis na buachaillí. Ní aontaím leis seo agus ní bhím ann i gcónaí nuair a tharlaíonn sé chun stop a chur leis. Tá fadhb anois ann, de bharr gur thug Aidan pasfhocal a chuntais do na buachaillí seo. Déanann siad taifead ar na rudaí a thugann siad dó mar dhúshláin ar chuntas a leathanaigh luchta féachana. Airím go han-dona de bharr go bhfuil daoine ag magadh faoi ar an gcuntas TikTok seo agus níl a fhios agam céard ba cheart dom a dhéanamh. Tá faitíos orm é a rá lena thuismitheoirí. Cabhraigh liom le do thoil!!

Tiernan

**Litir 4**

A Aunt-i, a chara,

Is breá liom an cluiche nua Lord of War a imirt le grúpa ón scoil agus tá an-scil againn anois ann, ach thug mé faoi deara go raibh duine de na buachaillí míshásta de bharr go bhfuil mé in ann leibhéal níos airde a fháil ná é. Thosaigh sé do mo leanúint sa chluiche agus ag cur isteach ar mo charachtar, ag tabhairt ainmneacha gnéasaíocha orm ag rá liom dul ar ais sa chistin agus nach nár cheart go mbeadh cailíní ag imirt cluichí cogaíochta. Tá sé ag cur isteach ar mo chluiche d'aon ghnó sa chaoi agus go mbeidh leibhéal níos airde aige ná mé anois. Níl a fhios agam céard ba cheart dom a dhéanamh. Rinne mé iarracht an cás a mhíniú do dhuine de na buachaillí eile sa ghrúpa ach dúirt sé nach bhfuil ann ach píosa spraoi agus mura bhfuil mé in ann ag an gcluiche "níor cheart go mbeinn ag fáil locht ar dhaoine eile". An bhfuil aon chomhairle agat maidir leis an gcaoi chun déileáil leis an mbuachaill seo atá ag cur mo chluiche ó rath?

Orla

**Litir 5**

A Aunt-i, a chara,

Roinneann buachaill i mo rangsa, Seán, físeáin dá cheachtanna smididh ar a chuntas YouTube. Tá an-scil aige ann freisin. Bhí Seán trína chéile agus é ag fágáil an ranga agus d'fhiafraigh mé de céard a bhí air. Thaispeáin sé teachtaireachtaí drochídeacha dom lena n-áirítear maslaí gránna, a postáladh faoina fhíseán is déanaí. Tá na teachtaireachtaí postáilte faoi chuntais anaithnide ach deir Seán gurb iad triúr buachaillí óna rang teagaisc de bharr gur chruthaigh siad na leasainmneacha agus na maslaí sin ar scoil agus tugann siad na maslaí céanna air. D'fhiafraigh mé de Sheán dá mba rud é go raibh sé de rún aige é seo a chur in iúl do mhúinteoir ach dúirt sé nárbh ea agus nach bhfuil sé ag iarraidh tuilleadh trioblóide a tharraingt air féin ar scoil. Tá faitíos orm go leanfaidh an rud seo ar aghaidh agus go gcuirfidh sé isteach ar Sheán san fhadtéarma. Cén chaoi a bhféadfainn cuidiú leis sa chás seo mura bhfuil sé ag iarraidh níos mó airde a tharraingt air féin?

Talal

**Bileog Ghníomhaíochta 5.2**

# Comhairleoir Croí Chráite na Bulaíochta

A ______________________________ , a chara,

Seo iad na trí phíosa comhairle is tábhachtaí atá agam duitse:

1. ______________________________

2. ______________________________

3. ______________________________

Chomh maith leis sin, tig leat dul i dteagmháil le ______________________________

Nó ______________________________

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.

Comhairleoir Croí Chráite na Bulaíochta

**Gníomhaíocht 4:**

# Dialann Mhachnaimh

Iarr ar na scoláirí a machnamh a dhéanamh ar na coincheapa agus ar na smaointe a pléadh le linn an cheachta, iarr orthu naisc a dhéanamh le réamheolas nó réamhthaithí, agus aon cheist a d'fhéadfadh a bheith acu fós a bhreacadh síos. Taispeáin an leid mhachnaimh seo a leanas ar an mbord agus iarr ar scoláirí a gcuid machnamh agus gníomhartha a bhreacadh síos.

- Céard? Cad a d'fhoghlaim mise?
- Cad a chiallaíonn sé seo? Cén fáth a mbíonn sé seo tábhachtach?
- Cad é an chéad chéim eile? Conas is féidir liom an méid atá foghlamtha agam a úsáid i mo chuid idirghníomhaíochtaí ar líne?

Iarr ar na scoláirí dialann mhachnaimh dhigiteach a chruthú ach úsáid a bhaint as uirlis ar líne amhail Book Creator nó trí Thimpeallacht Fhíorúil Foghlama na scoile nó trí Google nó Office 365. Chomh maith leis sin, cuirfidh sé seo ar chumas na scoláirí na machnaimh chruthaitheacha a thaifeadadh ar a gcuid foghlama ar roinnt bealaí, lena n-áirítear na meáin dhigiteacha, taifeadtaí fuaime, píosaí físe agus scríofa mar aon le haon cheist dá mbeadh acu.

# Ceacht 6:

## Gníomh a Ghlacadh: Cosantóirí agus Comhghuaillithe

### Príomhfhoghlaim do Scoláirí

**Scrúdaíonn an ceacht seo na róil a imríonn daoine nuair a tharlaíonn bulaíocht, an tionchar a d'fhéadfadh a bheith ag féachadóir agus forbrófar straitéisí chun tuairisc a dhéanamh go sábháilte agus tacaíocht a thabhairt do spriocghrúpa na mí-úsáide ar líne. Tabharfaidh an ceacht seo treoir freisin don chaint Nasc le Meas mar chuid de Chlár Scoileanna na nGardaí mar cheacht agus acmhainn mhaith bhreise chun leas a bhaint aisti ag an bpointe seo sa chlár. Déantar mionscrúdú tuilleadh sa cheacht Nasc le Meas ar ról an fhéachadóra sa bhulaíocht.**

### Gearrchúrsa OSPS - Naisc Shonraíochta

**Snáithe 4: Folláine mhothúchánach**

- 4.8 gníomhartha is féidir le daoine óga a dhéanamh, gan iad féin a chur i gcontúirt, nuair atá siad ar an eolas maidir le heachtraí iompair dhrochíde nó bulaíochta atá ag tarlú agus na bacainní a bhaineann leis an bhfód a sheasamh a fhiosrú.

**Acmhainní a Theastaíonn**

- Cur i Láthair PowerPoint 'Éifeacht an Ómóis' ar fáil ag webwise.ie/therespecteffect
- Aguisín 1: Suirbhé Ranga maidir leis an gCibearbhulaíocht
- Aguisín 3: Roth Mothúchán
- Bileog Ghníomhaíochta 6.1
- Ó Fheachtas an Fhinné Chiúin: Léargas de chuid Webwise, ar fáil anseo: https://vimeo.com/795242031

**Modheolaíochtaí**

Plé grúpa, físanailís, ceistiú

**Nóta don Mhúinteoir:**

Bain úsáid as freagraí do scoláirí ar an Suirbhé Ranga maidir leis an gCibearbhulaíocht, go háirithe ceist 5, chun bonn eolais a chur faoi do phleanáil ar an gceacht seo agus pléigh leis na scoláirí freagraí an ranga uile chun plé a spreagadh ar an gcaoi ar féidir le scoláirí (ar bhealach sábháilte) éirí ina ndaoine cróga agus ina gcrann taca dóibh siúd a d'fhéadfadh a bheith thíos ag an mbulaíocht agus iompar ciapach ar líne.

Pléann an físeán 'Léargas' ó Fheachtas an Fhinné Chiúin de chuid Webwise i nGníomhaíocht 1 leis an mbulaíocht homafóbach. Teastaíonn íogaireacht agus bulaíocht homafóbach á plé sa seomra ranga. Tá treoir agus oiliúint bhreise maidir le téamaí LADTA+ a phlé le híogaireacht agus déileáil le bulaíocht homafóbach agus trasfóbach ar fáil ó Thaithí Mhuintir LADT Ar Scoil ar fáil anseo: https://www.gov.ie/pdf/?file=https://assets.gov.ie/24762/9753ed7198f24797bae440c1c0fa06dc.pdf#page=null

Cuireann eagraíochtaí ar nós BelongTo (www.belongto.org/professionals/training/) agus Shout Out (www.shoutout.ie) oiliúint ar fáil do mhúinteoirí agus scoláirí araon leis an ionchuimsitheacht a chur chun cinn agus dul i ngleic le bulaíocht LADTA+. Is féidir leis na hacmhainní agus an oiliúint seo do mhuinín a chothú agus tú ag freagairt go héifeachtach do riachtanais na scoláirí LADTA+ agus daoine eile a dtéann bulaíocht homafóbach agus trasfóbach i bhfeidhm orthu.

## Gníomhaíocht 1:

# An Fáinne Bulaíochta

**Céim 1.**

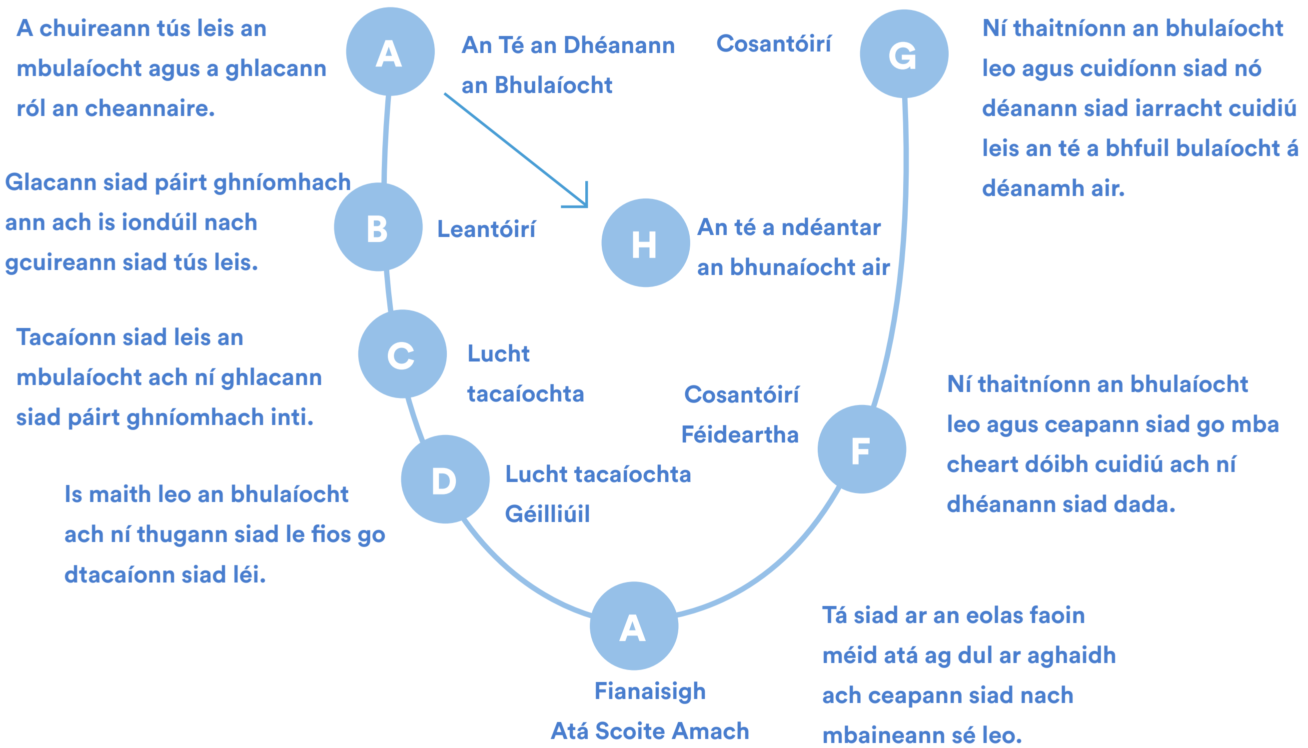
**Ag an bpointe seo, ba cheart coincheap 'an fháinne bulaíochta' a chur i láthair na scoláirí. Mínigh do na scoláirí go bhfuil trí phríomhról is féidir linn a shainaithint san fháinne bulaíochta. Is iad sin:**

- **an duine a bhfuil bulaíocht á déanamh air/uirthi (sprioc na bulaíochta)**
- **déantóir na bulaíochta (an té a thugann faoin iompar bulaíochta)**
- **an féachadóir (duine nó daoine a fheiceann an bhulaíocht ag tarlú nó a bhfuil a fhios acu go bhfuil an bhulaíocht á déanamh ar dhuine éigin)**

Mar sin féin, tá fáinne níos leithne ann dóibh siúd atá bainteach lena mheas. Bristear síos le coincheap an fháinne bulaíochta, a d'fhorbair Dan Olweus na bealaí éagsúla a mbíonn baint ag féachadóirí le cás bulaíochta **go díreach nó go hindíreach.** Forbraíonn an fáinne bulaíochta ár dtuiscint ar ról an fhéachadóra níos mó agus léiríonn sé an iliomad ról a bhíonn ag daoine nuair a tharlaíonn bulaíocht; is é an pointe lárnach atá aige ná **nach ndéanann an iomarca daoine a d'fhéadfadh stop a chur leis an mbulaíocht amhlaidh. Labhair tríd na róil éagsúla ar an léaráid.**

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 héifeacht an fhéachadóra agus is minic a tharlaíonn sé.

## Céard iad na Róil atá ag Daoine Óga i gCásanna Bulaíochta?




*Cóiriú de The Bullying Circle le Dan Olweus, PhD*

**Céim 2.**

**Ó Fheachtas an Fhinné Chiúin de chuid Webwise (www.webwise.ie/silentwitness) cuir an físeán 'Léargas' (ar fáil anseo: https://vimeo.com/795242031) ar siúl mar spreagadh ar phlé ar na róil a bhíonn ann nuair a tharlaíonn bulaíocht.**

Seinn an físeán iomlán do na scoláirí i dtosach, is gá é seo a dhéanamh ionas go bhfaighfear an comhthéacs iomlán agus go dtuigfear an méid atá ag titim amach san fhíseán.

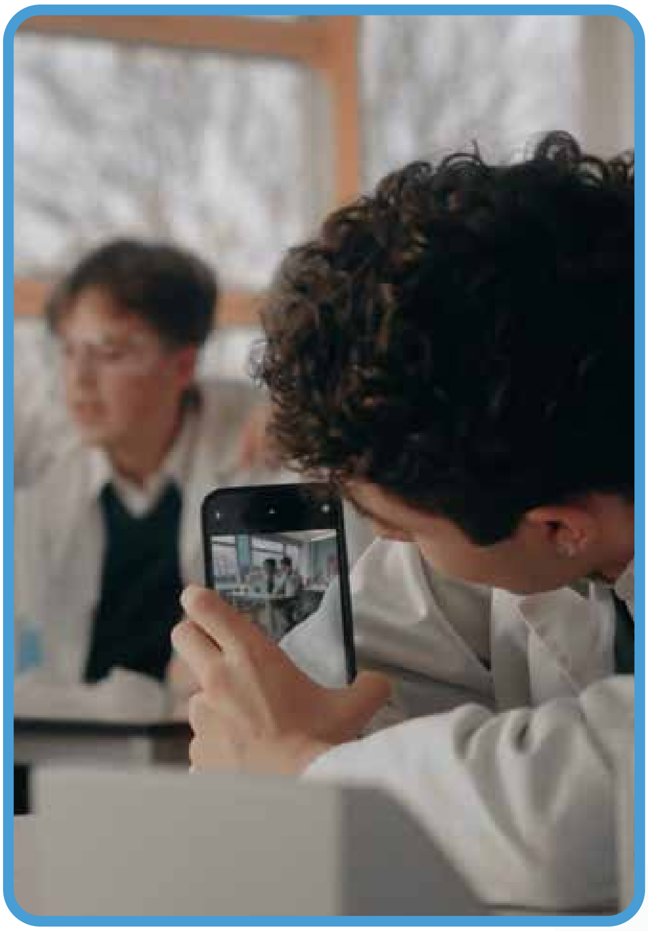
Iarr ar na scoláirí na ceisteanna seo a leanas a fhreagairt i ndiaidh dóibh breathnú ar an bhfíseán don dara huair:

1. **Cén fáth, dar leat, ar chinn an scoláire pictiúr a thógáil de Kai agus Colm agus é a sheoladh chucu?**
2. **Conas mar a d'fhreagair Colm nuair a fuair sé an pictiúr dó féin agus Kai?**
3. **Cén tionchar a bhíonn ag na tráchtanna sa chomhrá grúpa ar Cholm? Cad a dhéanann Colm i ndiaidh dó na tráchtanna sin a fheiceáil?**
4. **Cad a d'fhéadfadh a bheith ag dul trí aigne Colm nuair a dhílean sé na cuntais ar na meáin shóisialta?**
5. **An ndearna duine ar bith iarracht idirghabháil a dhéanamh nó cabhair a thairiscint nuair a bhí bulaíocht á déanamh ar Cholm?**
6. **Cé a d'fhéadfadh cabhrú le Colm? Conas?**
7. **Bíonn go leor daoine thíos de dheasca bulaíocht homafóbach ar líne, tá cuid acu LADTA+ ach bíonn cuid mhaith ann nach mbíonn. Cén fáth a gceapann tú go n-úsáidtear maslaí homafóbacha le bulaíocht a dhéanamh ar dhaoine eile ar líne?**
8. **An bhfuil níos lú seans ann go seasfadh daoine i gcoinne bulaíocht homafóbach ná foirmeacha eile bulaíochta? Cén fáth a bhféadfadh sé sin tarlú?**
9. **Cén dóigh ar féidir linn a chinntiú go mothaíonn baill den phobal LADTA+ compordach agus go bhfuil tacaíocht acu, bíodh sin ar líne nó ar scoil?**

Tá sé tábhachtach a aithint nuair a dhéantar plé ar an bhfíseán seo gur sampla é chomh maith de bhulaíocht homafóbach. Cuir in iúl do na scoláirí, **bíodh go bhfuil sé normálta agus glactha leis a bheith LADTA+, is féidir go mbíonn eagla ar dhaoine go ndéanfar breithiúnas orthu as a bheith éagsúil nó go mbreathnófar orthu mar dhuine éagsúil. Dá bhrí sin, is féidir go mbeidh siad drogallach an cineál sin bulaíochta a thuairisciú. Ach aghaidh a thabhairt ar ghlaoch ainmneacha agus ar theanga homafóbach a úsáid nó úsáid a bhaint as aerach mar théarma maslach, léiríonn tú nach nglacfaidh tú, mar mhúinteoir, le haon scoláire a bheith caite leo go dona. Léiríonn sé freisin go bhfuil sé chun leasa gach duine timpeallacht mheasúil foghlama a bheith acu. Cuir scoláirí ar an eolas faoi na tacaíochtaí atá ar fáil do bhaill de phobail LADTA+ sa liosta d'eagraíochtaí tacaíochta in Aguisín 6.**

Léigh trí na ceisteanna ar dtús leis na scoláirí sula gcuirfidh tú an físeán ar siúl arís dóibh. Nuair a bheidh an físeán feicthe ag scoláirí den dara huair, iarr orthu gach ceist a fhreagairt.

Spreag freagraí ó scoláirí agus cuir ar an gclár iad.



## Gníomhaíocht 2.

# Mol Tacaíochta agus Comhairle Frithbhulaíochta

**Céim 1.**

**Léigh an méid seo a leanas amach do na scoláirí:**
***An raibh a fhios agat? Stopfadh beagnach 60% den bhulaíocht i níos lú ná 10 soicind i gcásanna nuair a dhéanann piaraí idirghabháil.***
**Léirítear sa taighde go ndéanann féachadóirí nach dtugann faoi ghníomh nó a iompraíonn iad féin ar bhealach lena dtugtar dearbhú tostach (féachaint, ag roinnt, 'is maith liom' a thabhairt) an t-iompar sin a spreagadh le leanúint ar aghaidh. Mar sin féin is féidir le gníomhartha a dhéanann féachadóir tacúil nó duine cróga stop a chur leis an eachtra nó cúnamh a thabhairt don duine teacht chucu féin arís. Is é seo a thábhachtaí agus is féidir le ról mar fhéachadóir dearfach a bheith. Tugaimid *ag éirí ina dhuine cróga óna bheith ina fhéachadóir.***

D'fhéadfaí rud difriúil a dhéanamh agus féachaint ar an bhfíseán iomlán i dtosach agus an físeán a sheinm arís do na scoláirí trí EdPuzzle (Live Mode) agus an físeán a stopadh ag pointí faoi leith agus iarraidh ar na scoláirí a bhfreagraí a chur isteach.

**air seo.**

- **An Féachadóir:** Duine a thugann faoi deara go bhfuil rud éigin as bealach ach nach ndéanann rud ar bith ach "féachaint" ní thugann an duine seo tacaíocht do aon duine ná labhairt ach an oiread. Má fheiceann féachadóir cás nó iompar, ní dhéanfaidh sé aon rud faoi.
- **Duine Cróga:** Ní hamháin go dtugann an duine seo faoi deara go bhfuil rud éigin as bealach ach de bharr sin, seasann sé suas dá chreidimh ach gníomh a ghlacadh. Tugann an duine cróga cúnamh/ tacaíocht do dhuine ar bith atá á ghortú agus labhróidh sé chun an cás a chur ina cheart.

Cuir i gcuimhne do scoláirí gur críochnaigh an físeán 'Léargas' leis an líne "Is Finné Ciúin í do ghléas, ach ní gá duitse fanacht i do thost". Breathnóimid anois ar an gcaoi a mbogaimid óna bheith mar fhinné ciúin le bheith mar inár nduine cróga.

I ngrúpaí de thriúr, iarr ar na scoláirí na ceisteanna seo a leanas a phlé:

**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 ndéanfar bulaíocht orthu.**
- **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 t-iompar bulaíochta.**
- **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 ar líne a thuairisciú. 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

údair na bulaíochta 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 d'údair na bulaíochta 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.

**Céim 2.**
**Inis do scoláirí go bhfuil siad chun mol tacaíochta agus comhairle a chruthú anois chun cabhrú le bulaíocht agus iompar maslach a chosc agus déileáil leo ar líne. I ngrúpaí de thriúr, iarr ar scoláirí mol a chruthú le haghaidh freagróir, duine cróga nó crann taca. Mínigh na trí ghrúpa:**

**Freagróir:** Sa chás seo tagraíonn sé do dhuine atá ina spriocdhuine maidir le cibearbhulaíocht a dteastódh cabhair uathu maidir le conas freagairt don chás cibearbhulaíochta a d'fhéadfadh a bheith ag tarlú dóibh.

**Duine Cróga:** Ní hamháin go dtugann an duine seo faoi deara go bhfuil rud éigin as bealach ach de bharr sin, seasann sé suas dá chreidimh ach gníomh a ghlacadh. Tugann an duine cróga cúnamh/tacaíocht do dhuine ar bith atá á ghortú agus labhróidh sé/sí chun an cás a chur ina cheart.

**Crann Taca:** Tagraíonn sé do dhuine a sheasann an fód, a thacaíonn agus a spreagann na daoine timpeall orthu ar líne sa chás seo. Is ionann seo agus dúshlán na fuathchainte a thabhairt i.e. caint phoiblí, lena n-áirítear ábhar ar líne (mar shampla tráchtanna, postálacha, ailt, íomhánna nó físeáin), a chuireann fuath in iúl nó a spreagann foréigean i leith duine nó grúpa bunaithe ar rud éigin amhail cine, reiligiún, gnéas, nó gnéaschlaonadh.

Scaip Bileog Ghníomhaíochta 6.1 ar gach grúpa. Tabhair treoir dóibh go bhféadfaí an mol comhairle a chur i láthair ar bhealaí éagsúla, lena n-áirítear mar fhíseán, cur i láthair, póstaer, bileog, alt, chun ligean do na scoláirí a bheith cruthaitheach ina gcuid freagraí. Taispeánfar gach píosa ealaíne agus faisnéise oibre comhairle agus tacaíochta i rannán tiomnaithe Mol Comhairle agus Tacaíochta Frithbhulaíochta ar bhalla an tseomra ranga ionas gur féidir le scoláirí rochtain a fháil ar na teachtaireachtaí agus iad a fheiceáil. Má cruthaíodh a gcuid faisnéise comhairle agus tacaíochta don mhol i bhformáid dhigiteach, iarr ar scoláirí cód QR a chruthú chun scoláirí a threorú chuici. Samhlaítear go bhféadfaí an tasc seo a shocrú mar obair bhaile nó mar thionscadal grúpa leanúnach don chéad rang eile sula mbogfar ar aghaidh chuig ceacht 7.

**Céim 3.**
**Ina ngrúpaí, cuirfidh scoláirí a gcuid mol comhairle agus tacaíochta i láthair ansin. De thoradh na mol tacaíochta agus comhairle a tháirgeadh, beidh tú ábalta tuiscint na scoláirí ar ról éagsúla na rannpháirtithe a bhfuil baint acu le bulaíocht, go díreach nó go hindíreach, a mheas. Beidh tú in ann measúnú a dhéanamh ar threoirlínte na scoláirí maidir le timpeallacht níos uileghabhálaí a chruthú a bhuíochas leis na moil chomhairle freisin.**

Mar rogha dhigiteach le haghaidh na gníomhaíochta seo, d'fhéadfaí iarraidh ar na scoláirí, leo féin nó mar ghrúpa, chun suíomh beag gréasáin a chruthú do Mhol Tacaíochta Frithbhulaíochta. D'fhéadfadh na scoláirí scoile Google úsáid a bhaint as Google Sites chun suíomh beag gréasáin a chruthú. D'fhéadfadh scoláirí scoile Microsoft úsáid a bhaint as Sway chun suíomh a chruthú nó OneNote chun leagan dialainne den tacar uirlisí a chur le chéile.

**Nóta don mhúinteoir**

**Tá sé tábhachtach go bpléann an múinteoir áiseanna agus straitéisí daoine cróga na scoláirí leo ionas go gcuirfear freagraí ionsaitheacha nó neamhéifeachtacha as an áireamh. Ba cheart go sonrófaí straitéisí idirghabhála praiticiúla 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 roinnt 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 gcónaí. 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, ceannasach agus dearfach i rith idirghabhála i gcásanna bulaíochta agus nach mbíonn siad ionsaitheach mar gur bulaíocht ann féin a bheadh ansin**

**Bileog Ghníomhaíochta 6.1:**

# Mol Tacaíochta Frithbhulaíochta a Chruthú

## Mol Freagróirí don Chibearbhulaíocht

Cruthaigh Mol Freagróirí don Chibearbhulaíocht chun cabhrú le spriocdhaoine freagairt nuair a tharlaíonn cibearbhulaíocht.

- Oibrigh le chéile chun do Mhol Freagróirí don Chibearbhulaíocht a líonadh leis an oiread smaointe agus is féidir leat.
- Tabhair achoimre ar chomhairle phraiticiúil e.g. freagraí molta, gníomhartha, treoracha 'Conas' maidir le tuairisciú etc., acmhainní agus eagraíochtaí ar féidir leo comhairle, cabhair agus tacaíocht bhreise a chur ar fáil.
- D'fhéadfadh leideanna praiticiúla, comhairle agus freagraí agus gníomhartha molta a bheith san áireamh maidir leis an méid is féidir leat a dhéanamh más spriocdhuine na cibearbhulaíochta thú. Cad iad na tacaíochtaí agus acmhainní atá ar fáil duit?
- D'fhéadfaí an mol comhairle seo a léiriú mar fhíseán, cur i láthair, póstaer, bileog, alt, bí chomh cruthaitheach agus is mian leat.

## Mol Daoine Cróga

Cruthaigh Mol Daoine Cróga chun cabhrú le fianaisigh nuair a fheiceann siad cibearbhulaíocht.

- Oibrigh le chéile le do Mhol Daoine Cróga don Chibearbhulaíocht a líonadh leis an oiread smaointe agus is féidir.
- Tabhair achoimre ar chomhairle phraiticiúil e.g. freagraí molta, gníomhartha, treoracha 'Conas' maidir le tuairisciú etc., acmhainní agus eagraíochtaí ar féidir leo comhairle, cabhair agus tacaíocht bhreise a chur ar fáil.
- D'fhéadfadh go gcuimseofaí leideanna praiticiúla, comhairle agus freagairtí agus gníomhartha molta leis seo maidir leis a gcaoi ar féidir leat a bheith mar chara maith ar líne agus diúltú do bhrú chun páirt a ghlacadh sa bhulaíocht?
- D'fhéadfaí an mol comhairle seo a léiriú mar fhíseán, cur i láthair, póstaer, bileog, alt, bí chomh cruthaitheach agus is mian leat.

## Mol Crann Taca don Chibearbhulaíocht

Cruthaigh Mol Crann Taca don Chibearbhulaíocht chun cabhrú le lucht tacaíochta freagairt nuair a tharlaíonn cibearbhulaíocht.

- Oibrigh le chéile chun do Mhol Crann Taca don Chibearbhulaíocht a líonadh leis an oiread smaointe agus is féidir leat.
- Tabhair achoimre ar chomhairle phraiticiúil e.g. freagraí molta, gníomhartha, treoracha 'Conas' maidir le tuairisciú etc., acmhainní agus eagraíochtaí ar féidir leo comhairle, cabhair agus tacaíocht bhreise a chur ar fáil.
- D'fhéadfadh leideanna praiticiúla, comhairle agus freagraí agus gníomhartha molta a bheith san áireamh maidir le: Conas a bheith mar chrann taca do ghrúpaí ar dóichí go ndíreofar orthu ar líne agus go bhfaighidh siad ciapadh ar líne e.g. mná agus bulaíocht ghnéasach, LADTA+, mionlaigh eitneacha agus seineafóibe, bulaíocht ghnéasach agus ciapadh, daoine faoi mhíchumas agus daoine a bhfuil riachtanais speisialta oideachais acu.
- D'fhéadfaí an mol comhairle seo a léiriú mar fhíseán, cur i láthair, póstaer, bileog, alt, bí chomh cruthaitheach agus is mian leat.

## Ceachtanna Leantacha Molta

**Clár Scoileanna na nGardaí**

Bunaíodh caidrimh ag leibhéal na bunscoile agus tógtar ar na caidrimh sin le Clár Iar-Bhunscoile an Gharda Síochána (ar a dtugtaí Clár Meánscoile an Gharda Síochána roimhe seo). Féachfaidh na Gardaí le cuairt a thabhairt ar gach rang uair sa scoilbhliain. Clúdaítear na hábhair seo a leanas sa chlár iar-bhunscoile; an tsábháilteacht phearsanta, úsáid substaintí, éagsúlacht/cearta daonna, iarmhairtí iompair fhrithshóisialta agus ionsaithe, cionta gnéasacha agus an tsábháilteacht ar líne.

**Caint faoin nGarda Síochána Nasc le Meas**

Tugtar aghaidh le Nasc le Meas, a forbraíodh i gcomhar le Webwise, ar an gcibearbhulaíocht, agus is é is aidhm dó an t-iompar sin a chosc agus a chur a gcumas do scoláirí freagairt go héifeachtach má tharlaíonn an chibearbhulaíocht nó an ciapadh. Ceapadh an ceacht seo chun cabhrú le scoláirí sa chuid shóisearach den iar-bhunscoil (idir 12-14 bliana d'aois) tionchar a ngníomhartha ar líne a thuiscint agus a thuiscint go bhféadfadh cibearbhulaíocht agus ciapadh ar líne a bheith i gceist leis na gníomhartha sin. Is é is aidhm dó cabhrú le scoláirí a aithint nach bhfuil an ciapadh ar líne ná an chibearbhulaíocht ceart, cóir ná cothrom agus, uaireanta, gur cion coiriúil atá ann.

**Caint Nasc le Meas ar fáil anseo https://www.webwise.ie/connect-with-respect/**

## Gníomhaíocht 4: Dialann Mhachnaimh

**Iarr ar na scoláirí a machnamh a dhéanamh ar na coincheapa agus ar na smaointe a pléadh le linn an cheachta, iarr orthu naisc a dhéanamh le réamheolas nó réamhthaithí, agus aon cheist a d'fhéadfadh a bheith acu fós a bhreacadh síos. Taispeáin na leideanna machnaimh seo a leanas ar an mbord agus iarr ar scoláirí a gcuid machnamh agus gníomhartha a bhreacadh síos.**

### Machnamh

- **Tóg cúpla nóiméad chun machnamh a dhéanamh ar na rudaí is déanaí a phostáil tú ar líne. An gcabhródh aon cheann de leideanna an lae inniu leat postáil ar bhealach difriúil?**

### Gníomh

- **Chun feabhas a chur ar do chuid idirghníomhaíochtaí ar líne roghnaigh leid amháin ó cheacht an lae inniu le húsáid sa tseachtain amach romhainn.**

Iarr ar na scoláirí dialann mhachnaimh dhigiteach a chruthú ach úsáid a bhaint as uirlis ar líne amhail Book Creator nó trí Thimpeallacht Fhíorúil Foghlama na scoile nó trí Google nó Office 365. Chomh maith leis sin, cuirfidh sé seo ar chumas na scoláirí na machnaimh chruthaitheacha a thaifeadadh ar a gcuid foghlama ar roinnt bealaí, lena n-áirítear na meáin dhigiteacha, taifeadtaí fuaime, píosaí físe agus scríofa mar aon le haon cheist dá mbeadh acu.

# Ceacht 7:

## Ag Stiúradh Cairdeas

### Príomhfhoghlaim do Scoláirí

**Cabhróidh an ceacht seo le scoláirí machnamh a dhéanamh ar conas cairdis agus caidrimh shláintiúla a chruthú ar líne agus iad ag dul ar aghaidh agus déanfaidh sé iniúchadh freisin ar chomharthaí nósanna agus ionchais mhíshláintiúla cumarsáide ar líne a aithint.**

### Gearrchúrsa OSPS - Naisc Shonraíochta

**Snáithe 3: Caidrimh agus gnéasacht**

- 3.3 comharthaí de chaidrimh shláintiúla, mhíshláintiúla agus dhrochídeacha a aithint

**Snáithe 4: Folláine mhothúchánach**

- 4.7 an tábhacht a bhaineann le cineálacha difriúla d'iompar bulaíochta nó drochídeach a d'fhéadfadh tarlú san fhíorshaol nó ar líne a thabhairt faoi deara agus freagra a thabhairt orthu agus freagraí oiriúnacha a phlé, lena n-áirítear, cén fáth, cén chaoi, cén áit agus cén t-am ba cheart tuairisciú a dhéanamh air

**Acmhainní a Theastaíonn**

- Cur i Láthair PowerPoint 'Éifeacht an Ómóis' ar fáil ag webwise.ie/therespecteffect
- Aguisín 3: Roth Mothúchán
- Aguisín 6: Cé a Thabharfaidh Cabhair duit
- Bileoga Gníomhaíochta: 7.1
- Nótaí greamaitheacha

**Modheolaíochtaí**

Plé grúpa, stoirm nótaí greamaitheacha, aontú nó easaontú, rólghlacadh, plé caifé domhanda, sórtáil agus rangú

## Gníomhaíocht 1:

# Caidrimh Shláintiúla ar Líne

**Céim 1.**

**Taispeáin gach ceann de na ráitis ar an mbord agus déan plé ranga leis na scoláirí ar gach ceann acu, cibé acu a aontaíonn nó nach n-aontaíonn siad le gach ráiteas agus pléigh cén fáth.**

- **Tá sé ríthábhachtach cairdeas a dhéanamh le duine nó iad a leanúint ar a bpróifíl meán sóisialta i ndiaidh bualadh leo, ní cairde muid i bhfírinne mura ndéanaimid é sin.**
- **Is bealach maith é scéalta do charad a bhalbhú chun déileáil leis an ábhar atá á phostáil acu nach n-aontaíonn tú leis.**
- **Is féidir leat níos mó a fhoghlaim faoi do chairde óna n-ábhair ar na meáin shóisialta a leanúint ná a bheith ag caint leo san fhíorshaol.**
- **Níl fíor-chaidreamh agat le duine mura mbíonn tú ach crochadh amach leo ar líne agus ní san fhíorshaol.**
- **Tá sé ceart go leor neamhaird a dhéanamh de theachtaireacht duine éigin mar shlí gan labhairt ar rud nach bhfuil tú ag iarraidh a phlé.**
- **Tá sé níos éasca níos mó de do phearsantacht agus 'cé thú féin mar is ceart' a léiriú nuair a bhíonn tú ag seoladh teachtaireachtaí ar líne ná mar atá sé san fhíorshaol.**
- **Ní fíor-chaidrimh iad caidrimh ar líne toisc go mbíonn daoine ag insint bréige nó ag déanamh áibhéile cuid mhór den am agus deir siad rudaí nach gcreideann siad ar líne.**

Tá sé ag éirí níos coitianta cairdis/caidrimh a thosú ar líne. Is féidir le caidrimh ar líne a chruthú (cairdis nó eile) a bheith ina dheis iontach chun bualadh le daoine nach raibh tú in ann bualadh leo ar shlí eile. Mar a phléamar i gceachtanna roimhe seo, áfach, tá cumarsáid shláintiúil ar líne agus léiriú comhbhá ríthábhachtach chun na caidrimh seo a chothabháil.

Iarr ar na scoláirí tobsmaointeoireacht a dhéanamh ar na tréithe (tréithe uathúla amhail macántacht, muinín, meas, cúram, oscailteacht) a bhaineann le caidreamh nó cairdeas sláintiúil. Conas a d'fhéadfaimis na tréithe seo a aithint i suíomh ar líne? Tabhair amach Aguisín 3: Roth Mothúcháin chun cabhrú le scoláirí cur síos a dhéanamh ar na tréithe sin.

Ansin, iarr ar na scoláirí stoirm nótaí greamaitheacha a dhéanamh ar "thréithe de chaidreamh/cairdeas sláintiúil" agus nuair a bheidh siad críochnaithe, faigh aiseolas ó scoláirí ar a gcuid nótaí ar féidir iad a eagrú ar an mbord ansin. **Cuir i gcuimhne dóibh gurb ionann caidreamh/cairdeas sláintiúil agus ceann atá bunaithe ar mheas ar a chéile agus muinín agus a fhágann go mbraitheann muid sábháilte agus sásta, ceann inar féidir linn cumarsáid oscailte agus macánta a bheith againn, áit a bhfuil meas ar dhearcthaí a chéile, bíonn ligean chucu agus uathu ann.** Ar líne d'fhéadfadh sé seo a bheith cosúil lena bheith ag smaoineamh ar an tionchar a bhíonn ag do chuid focal, muinín duine a choinneáil agus a bpríobháideacht a chosaint má chomhroinneann siad faisnéis phearsanta leat, a bheith measúil ar thuairimí a chéile fiú mura roinnimid iad, gan neamhaird ná náiriú a dhéanamh orthu, etc.

**Mar rogha dhigiteach, d'fhéadfaí úsáid a bhaint as Mentimeter chun na ceisteanna a chur i láthair, ceann i ndiaidh a chéile agus iarraidh ar na scoláirí vóta a chaitheamh ar gach ceist agus plé ranga a dhéanamh ar na torthaí/ar an bhfáth ar chaith siad na vótaí sin.**

## Gníomhaíocht 2:
# Comharthaí Rabhaidh Laistigh de Chaidreamh ar Líne

**Céim 1.**

**Inis do na scoláirí go bhfuilimid chun machnamh a dhéanamh anois ar an gcaoi go mb'fhéidir go mbeadh a fhios againn nuair nach bhfuil rudaí i gceart inár gcumarsáid ar líne i gcaidreamh inár saol? Cad iad na comharthaí a d'fhéadfá a fháil go bhfuil caidreamh (arís eile, bíodh sin rómánsúil nó eile) ag éirí drochídeach nó ag iompú ina bhulaíocht agus go bhfuil tionchar diúltach aige ar d'fholláine?**

**Céim 2.**

**Mínigh do na scoláirí go n-úsáidfimid plé caife domhanda chun é seo a phlé. Is é an smaoineamh ná suíomh suaimhneach a chruthú do scoláirí chun na hiompraíochtaí ar líne a ndéantar cur síos orthu a phlé. Cuir scoláirí ag suí i ngrúpaí de 4 timpeall boird agus scoláire amháin ag feidhmiú mar óstach boird. Is é an ról atá ag óstach an bhoird ná an comhrá a choinneáil ar siúl agus na comhráite a éascú lena chinntiú go raibh deis ag gach duine ionchur a bheith acu le gach plé. Léann óstach an bhoird amach 3 chás (is féidir leo iad a roghnú go randamach ón liosta iompraíochtaí) don ghrúpa lena bplé (smaointe agus peirspictíochtaí tábhachtacha a tharraingt amach do gach ceann acu).**

Ina ngrúpaí boird, tá na scoláirí le 3 chás a roghnú agus:

A. Rátáil cé chomh tromchúiseach agus a cheapann tú go bhfuil gach iompar a ndéantar cur síos air ar scála ó iompar sláintiúil (ag mothú sábháilte, slán, sásta) nó iompar míshláintiúil (ag mothú imníoch, a bheith ag siúl ar thanaí, brónach, iontach tógtha). Mínigh an chúis atá agat agus cén tionchar a d'fhéadfadh a bheith ar an duine a bhfuil an iompar seo ag tarlú dóibh.

B. Ina dhiaidh sin, cuir comhairle ar fáil do dhuine a bhfuil an fhadhb seo acu i gcaidreamh ar líne. Céard a mholfá dóibh a dhéanamh agus a rá?

Tá sé tábhachtach go gcuirfeá in iúl do na scoláirí go bhfuil go leor moltaí tairbheacha is féidir a chur ar fáil anseo sula seoltar iad chun na cásanna a phlé ina ngrúpaí. Tá riachtanais éagsúla ag gach duine i gcásanna deacra agus tá bealaí éagsúla againn go léir chun tacaíocht a lorg. Is é is cuspóir leis seo ná breithniú a dhéanamh ar fhreagraí éagsúla ar gach iompraíocht agus cé acu den chomhairle a mholtar a bhféadfadh an toradh is dearfaí a bheith mar thoradh air, áit a mbraitheann formhór na ndaoine níos fearr dá bharr.

**Céim 3.**

**Tar éis do na comhráite a bheith críochnaithe, tugtar cuireadh do gach bord príomhléargais, na rudaí is suntasaí a foghlaimíodh agus comhairle óna gcomhráite a chomhroinnt leis an gcuid eile den rang.**

Déan achoimre le scoláirí go mbeidh tréithe de chaidreamh míshláintiúil sainaitheanta acu trí na tuairiscí iompair ar líne, lena n-áirítear rialú, leithlisiú, ciapadh nó náiriú. I measc na gcomharthaí de chaidreamh míshláintiúil tá; má bhraitheann tú gur éirigh do chaidreamh/cairdeas ina caidreamh aontaobhach i gcás ina bhfuil éagothroime idir an méid a iarrtar agus méid a thugtar - aird, tacaíocht, etc.

**Céim 4.**

**Cuir i gcuimhne do scoláirí, aon uair a bhraitheann siad míshuaimhneach nó nach dtaitníonn an dóigh a bhfuil duine ag déanamh cumarsáide leo ar líne, gur cheart dóibh déanamh de réir mar a bhraitheann siad ina gcroí istigh agus fanacht glan ar dhuine/ grúpa, agus machnamh a dhéanamh ar an gcaoi a mbraitheann siad agus an méid atá ag dul ar aghaidh. Labhair le cara, tuismitheoir nó duine fásta a bhfuil muinín agat astu. Moltar freisin an t-eolas comhairle seo a chur ar fáil do scoláirí ar a n-ardán foghlama i.e. Teams/Google Classroom.**

**Má tá tú buartha faoi chaidreamh ar líne agus tá cabhair de dhíth ort...**

- **Má tá imní ort go bhfuil tú i gcaidreamh drochídeach, bíodh sin ar líne nó as líne, iarr cabhair!**
- **Tóg seatanna scáileáin de na teachtaireachtaí agus na postálacha mar fhianaise ar eagla go scriosfaí iad níos déanaí.**
- **Labhair le cairde, tuismitheoirí, múinteoirí nó daoine eile a bhfuil muinín agat astu.**
- **Mura bhfuil aon duine ann ar féidir leat nó ar mian leat labhairt leo go pearsanta, is féidir leat glaoch ar Líne Chabhrach na Leanaí ar 1800 66 66 66, téacsáil 50101 nó comhrá a dhéanamh ar líne ag Childline.ie 24 uair sa lá, gach lá.**

**Más cara thú a bhfuil imní ort agus ba mhaith leat cabhrú...**

Is féidir le cairde ról tábhachtach a bheith acu i gcaidreamh drochídeach a chosc nó ceann a fhágáil. An méid is féidir le cairde a dhéanamh chun cabhrú leat

- **Má insíonn do chara duit go gceapann siad go bhfuil siad i gcaidreamh drochídeach, éist leo agus creid an méid a deir siad. Ná cuir an milleán orthu nó agus ná tabhair breithiúnas ar a gcaidreamh.**
- **Má chreideann tú go bhfuil cara leat ina spriocdhuine nó mar údar na bulaíochta i gcaidreamh míshláintiúil, labhair leo faoi. Mura gcabhraíonn sé sin, labhair le daoine eile a bhfuil muinín agat astu atá in ann cabhrú leat.**
- **Ná déan an mhí-úsáid níos measa. Má thugann tú 'is maith liom', má dhéanann tú trácht nó má chuireann tú aon ábhar náireach nó gnéasach atá á roinnt ar aghaidh, ciallaíonn sé sin go bhfuil tú mar chuid den mhí-úsáid a dhéantar ar an duine.**
- **Níl sé tuillte ag duine ar bith. Tabhair dúshlán roimh chairde má deir siad nó má dhéanann siad rudaí agus an chuma air go bhfuil mí-úsáid caidrimh ar líne ceart go leor.**

**Bileog Ghníomhaíochta 7.1:**

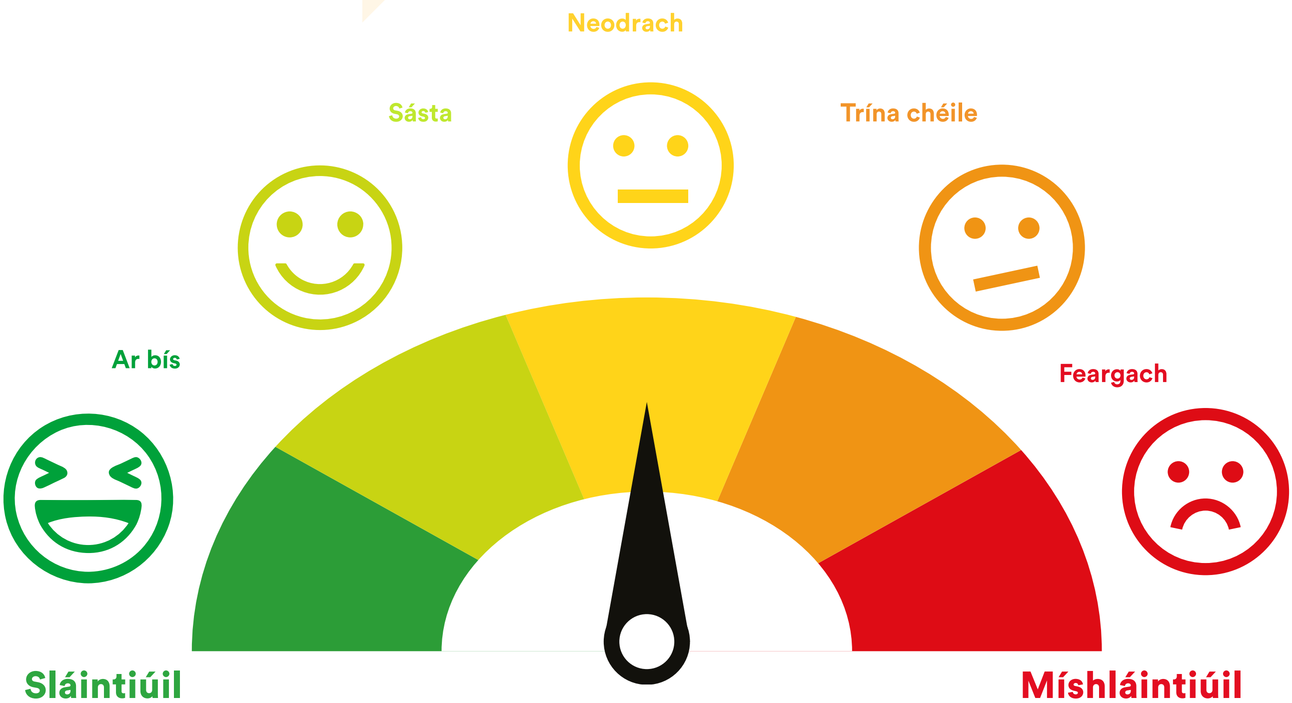
# Comharthaí rabhaidh laistigh de chaidreamh ar líne

**I mbeirteanna, nó i ngrúpaí de thriúr, roghnaigh 3 chás ó na cártaí a chuirtear ar fáil agus pléigh an méid seo a leanas:**

A. Rátáil cé chomh tromchúiseach agus a cheapann tú go bhfuil gach iompar a ndéantar cur síos air ar scála ó iompar sláintiúil (ag mothú sábháilte, slán, sásta) nó iompar míshláintiúil (ag mothú imníoch, a bheith ag siúl ar thanaí, brónach, iontach tógtha). Mínigh an chúis atá agat agus cén tionchar a d'fhéadfadh a bheith ar an duine a bhfuil an iompar seo ag tarlú dóibh.

B. Ansin, cuir comhairle ar fáil do dhuine a bhfuil cuid de na fadhbanna seo acu. Céard a mholfá dóibh a dhéanamh agus a rá?

**Faigheann tú amach go raibh an duine a raibh tú ag caint leis ag insint bréige duit maidir lena shonraí pearsanta.**



# Cásanna:

Roinn na scoláirí ina ngrúpaí beaga agus tabhair 3 chás do gach grúpa le plé.

Nuair a chuireann tú ceist ar dhuine faoi rud éigin agus déanann siad neamhaird de agus tugann siad freagra air trí labhairt faoi rud éigin eile.

---

Deir comhscoláire, a raibh tú ag cur teachtaireachtaí chucu ar feadh tamaill, go bhfuil dúil aici ionat agus fiafraíonn coinne ort.

---

Tá do chairde tar éis seat scáileáin a dhéanamh de ghrianghraf nach bhfuil ródheas díot, agus tá siad i ndiaidh leasainm a thabhairt duit agus déanann siad síormhagadh fút bunaithe ar an ngrianghraf seo.

---

Chuir do pháirtí nó do chara brú ort pasfhocal d'fhón agus do chuid pasfhocal meán sóisialta a roinnt.

---

Nuair a éiríonn cara leat crosta toisc nár thug tú freagra láithreach ar a dteachtaireacht.

---

Nuair nach bhfuil do pháirtí ag iarraidh ort stádas do chaidrimh nó aon ábhar faoi do chaidreamh a chomhroinnt ar líne.

---

Faigheann tú amach go raibh do pháirtí ag seiceáil do ghutháin agus do theachtaireachtaí gan do chead.

---

Díleanann do chara thú agus baineann sé mar chara thú mar go bhfuil an t-ábhar a chuireann tú in airde 'ró-aerach' dóibh anois.

---

Cuireann do chara tú le grúpa nua WhatsApp atá curtha ar bun do d'fhoireann chispheile.

---

Tugtar do chara/pháirtí striapach ort mar gheall ar ghrianghraif a phostáil tú le déanaí agus tú ag an trá ar laethanta saoire.

---

Faigheann tú amach gur taifeadadh do guth nó go ndearnadh físeán duit gan do chead.

---

Tugann do pháirtí amach duit de shíor nuair a bhíonn tú ag téacsáil do chairde nuair a bhíonn tú ina gcuideachta.

---

Taispeánann tú grianghraf díot do pháirtí nó do chara agus tugann siad le fios go mbeidh scagaire ag teastáil uait chun cuma mhaith a chur ort.

---

Athroinneann do chara postáil ag tréaslú leat as teacht sa chéad áit i gcomórtas ealaíne.

---

Iarrtar ort gan teachtaireachtaí a chur, díleanúint nó bac a chur ar dhuine toisc nach dtaitníonn sé nó sí leis an duine eile nó nach bhfuil muinín aige nó aici astu.

---

Faigheann tú amach go bhfuil do chara tar éis seat scáileáin a ghlacadh de do theachtaireachtaí agus iad a chomhroinnt gan do chead.

---

D'iarr do pháirtí ort do shuíomh a roinnt nó rianú suímh a chumasú agus tú amuigh gan iad.

---

Chuir do pháirtí nó do chara brú ort pictiúir lomnochta nó grianghraif ghnéasacha díot féin a sheoladh nó chuir siad grianghraif ghnéasacha nó pictiúir lomnochta nach bhfuil tú ag iarraidh chugat.

---

Tugtar masla homafóbach ort mar gheall ar dhaoine áirithe a leanann tú ar líne.

---

Comhroinneann do chairde grianghraf de dhuine lomnocht ar dhuine de do comhscoláirí iad isteach i do chomhrá grúpa. Bíonn siad anuas ort nuair nach dtugann tú 'is maith is maith liom' dó nó nuair nach bhfágann tú trácht faoi.

---

Tá tú ag crochadh thart le do chairde agus cruthaíonn sibh roinnt físeán greannmhar ar na meáin shóisialta le chéile.

## Gníomhaíocht 4:
# Dialann Mhachnaimh

**Iarr ar na scoláirí a machnamh a dhéanamh ar na coincheapa agus ar na smaointe a pléadh le linn an cheachta, iarr orthu naisc a dhéanamh le réamheolas nó réamhthaithí, agus aon cheist a d'fhéadfadh a bheith acu fós a bhreacadh síos. Taispeáin na leideanna machnaimh seo a leanas ar an mbord agus iarr ar scoláirí na habairtí thíos a chomhlánú:**

## Machnamh

- **Is éard a chur ag smaoineamh go dian mé ná…**

## Gníomh

- **Rud amháin a dhéanfaidh mé sula dtabharfaidh mé freagra ar theachtaireacht nach bhfuil mé cinnte fúithi ná…**

Iarr ar na scoláirí dialann mhachnaimh dhigiteach a chruthú ach úsáid a bhaint as uirlis ar líne amhail Book Creator nó trí Thimpeallacht Fhíorúil Foghlama na scoile nó trí Google nó Office 365. Chomh maith leis sin, cuirfidh sé seo ar chumas na scoláirí na machnaimh chruthaitheacha a thaifeadadh ar a gcuid foghlama ar roinnt bealaí, lena n-áirítear na meáin dhigiteacha, taifeadtaí fuaime, píosaí físe agus scríofa mar aon le haon cheist dá mbeadh acu.

# Ceacht 8:

## Tuairisc: #FúinneAtá

### Príomhfhoghlaim do Scoláirí

**Beidh a fhios ag scoláirí cén chaoi le hiompar bulaíochta ar líne a thuairisciú agus beidh a fhios acu céard atá i gceist le tuairisciú. Déanfaidh siad anailís ar agus beachtóidh siad Polasaí Frithbhulaíochta na scoile agus AUP chun cabhrú feabhas a chur ar pholasaithe na scoile a thugann tacaíocht do scoláirí i dtimpeallachtaí ar líne agus a bheith ina saoránaigh dhigiteacha fhreagracha.**

### Gearrchúrsa OSPS - Naisc Shonraíochta

**Snáithe 4: Folláine mhothúchánach**

- 4.7 an tábhacht a bhaineann le hiompar bulaíochta nó drochíde a d'fhéadfadh tarlú san fhíorshaol nó ar líne a thabhairt faoi deara agus freagra a thabhairt orthu agus freagraí oiriúnacha a phlé, lena n-áirítear, cén fáth, cén chaoi, cén áit agus cén t-am ba cheart tuairisciú a dhéanamh air
- 4.9. léirigh conas faisnéis agus seirbhísí cuí iontaofa a rochtain agus a mheas atá dírithe ar thacú le folláine mhothúchánach agus meabhairshláinte daoine óga

**Acmhainní a Theastaíonn**

- Cur i Láthair PowerPoint 'Éifeacht an Ómóis' ar fáil ag webwise.ie/therespecteffect
- Aguisín 1: Suirbhé Ranga maidir leis an gCibearbhulaíocht
- Aguisín 3: Roth Mothúchán
- Aguisín 6: Cé a Thabharfaidh Cabhair duit
- Bileoga Gníomhaíochta: 8.1, 8.2
- Polasaí Frithbhulaíochta agus AUP do scoile

**Modheolaíochtaí**

Plé grúpa, machnamh treoraithe, taighde ar líne, cur i láthair, obair ghrúpa

**Nóta don Mhúinteoir:**

Cuir eolas ar Ghnásanna AUP agus Frithbhulaíochta na scoile sula dtosóidh tú ar an gceacht seo. Tugann an ceacht seo deis mhaith chun aird a tharraingt ar ghnásanna, córas tuairiscithe agus bealaí na scoile chun tacaíocht a thabhairt dóibh laistigh den scoil e.g. tacaíocht scoláirí, foireann tréadchúraim, comhairleoir scoile, comhairle na scoláirí etc. atá thíos de dheasca eachtraí bulaíochta. I nGníomhaíocht 2 den cheacht seo iarrtar ar scoláirí athbhreithniú a dhéanamh ar na beartais scoile seo agus aiseolas a thabhairt ina leith. Tá sé tábhachtach go ngníomhóidh tú mar mhúinteoir ar an aiseolas seo agus go gcuirfidh tú ar chumas na scoláirí a n-ionchur a chur i láthair na foirne ceannaireachta sinsearaí agus an bhoird bainistíochta mar a mholann an ghníomhaíocht.

Bain úsáid as freagraí do scoláirí ar an Suirbhé Ranga ar Chibearbhulaíocht gan Ainm (Aguisín 1), go háirithe ceisteanna 6-10, chun bonn eolais a chur faoi do phleanáil ar an gceacht seo agus pléigh leis na scoláirí na freagraí ranga comhchoiteanna chun plé a spreagadh ar thuiscint do scoláirí ar bheartas na scoile ar bhulaíocht agus ar na struchtúir ba mhaith leo a fheiceáil i bhfeidhm chun cultúr frithbhulaíochta a chur chun cinn sa scoil.

## Gníomhaíocht 1.

# Bulaíocht ar Líne a Thuairisciú

**Céim 1.**

Cuir tús leis ach iarraidh ar na scoláirí cuimhneamh ar an méid a chuaigh i bhfeidhm orthu ón gceacht deireanach. Tabhair 60 soicind do na scoláirí gach rud atá ar eolas acu/ar féidir leo cuimhneamh air a bhreacadh síos. Iarr orthu ansin a bheith ag obair i mbeirteanna chun na rudaí suntasaí a d'fhoghlaim siad ón gceacht roimhe seo a chomhroinnt.

D'fhéadfaí úsáid a bhaint as cur chuige digiteach eile agus Menti a chruthú ach Mentimeter.com a úsáid agus iarraidh ar na scoláirí na bealaí éagsúla inar féidir bulaíocht a dhéanamh ar dhuine ar líne a thabhairt chun cuimhne mar a pléadh sa cheacht roimhe seo.

Déan achoimre le scoláirí gur thosaigh muid ag cruthú mol comhairle agus tacaíochta don chibearbhulaíocht sa cheacht roimhe seo. Táimid chun breathnú anois ar conas is féidir linn tacú le daoine a ndearnadh bulaíocht ar líne orthu trí bhulaíocht nó ábhar drochídeach ar líne a d'fhéadfaimis a fheiceáil a thuairisciú.

**Céim 2.**

Taispeáin na cásanna cibearbhulaíochta seo a leanas ar an mbord agus iarr ar na scoláirí a mheas cé acu ar cheart gach eachtra a thuairisciú agus cé dó/di sa chás gur cheart. Tabhair faoi deara, ní hamháin gur cheart do thuairisciú tagairt a dhéanamh do ghnásanna tuairiscithe ar an ardán nó an aip ar líne atá i gceist ach freisin chun bealaí chun tacaíocht a fháil laistigh den scoil a shoiléiriú, nuair is cuí agus na Gardaí freisin, más gá. Tá sé tábhachtach aird a tharraingt ar na tacaíochtaí go léir atá ar fáil laistigh agus lasmuigh den scoil. Is féidir liosta d'eagraíochtaí tacaíochta breise a fháil in Aguisín 6.

## Aincheisteanna Bulaíochta:

- Tá Mei tar éis cuntas bréagach TikTok a aimsiú atá dá pearsanú agus tá ábhar maslach agus gránna á phostáil ar an gcuntas seo faoi scoláirí eile ina bliain.
- Tá David i gcomhrá grúpa ranga, roinntear pictiúr lomnocht de dhuine de na cailíní ina bhliain. Níl a fhios aici gur roinneadh a híomhá sa ghrúpa.
- Déanann buachaill i rang Oskar postáil frith-inimirce a athphostáil ar Instagram ar líne leis an bhfotheideal 'Aontaím 100%'.
- Feiceann Aifric go leor teachtaireachtaí fúithi i gcomhrá grúpa WhatsApp nach n-ainmníonn í ach is léir go bhfuil siad ag caint faoi nóiméad náireach a tharla di sa rang níos luaithe an lá sin.
- Tá Malik i ndiaidh tabhairt faoi deara go bhfuil a chairde ag déanamh neamhaird de sa seomra cluichíochta ar líne agus go bhfuil siad ag magadh faoi le maslaí homafóbacha i rith an chluiche ó dúirt sé go raibh sé aerach agus gur nuashonraigh sé a pictiúr próifíle le brat Bróid a chur isteach ann.
- Tuigeann Jasmine gur fágadh amach í ó thuras siopadóireachta a shocraigh í féin agus a cairde nuair a fheiceann sí amuigh le chéile iad ar SnapChat gan cuireadh a thabhairt di.

Maidir le gach aincheist, déan machnamh ar na nithe seo:

- Cad é an gníomh is féidir a dhéanamh?
- Ar cheart an eachtra seo a thuairisciú? Más rud é gur cheart, cé leo ba cheart í a thuairisciú?
- Cá háit eile, seachas an aip nó an t-ardán a úsáideadh, ar cheart dóibh an méid a tharla a thuairisciú?
- Cén áit ar féidir leis an spriocdhuine tacaíocht agus cabhair a fháil?

**Céim 3**

Spreag aiseolas ó scoláirí maidir leis an tacaíocht atá ar fáil agus na bealaí tuairiscithe do gach aincheist. Scaip Bileog Ghníomhaíochta 8.1 ansin: Bulaíocht ar Líne a Thuairisciú - Ceisteanna Coitianta - a rachaidh trí phríomhchomhairle maidir le bulaíocht a thuairisciú d'ardáin agus d'aipeanna ar líne.

Bileog Ghníomhaíochta 8.1:

# Bulaíocht ar Líne a Thuairisciú - Ceisteanna Coitianta

## Cad is brí le tráchtanna, grianghraif, físeáin agus ábhair eile ar líne a thuairisciú?

Is é is ciall le tráchtanna, 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 mídhleathach, ionsaitheach nó míchuí ar ardán meán sóisialta, ba cheart dóibh leas a bhaint as na próisis tuairiscithe mí-úsáide chun an t-ábhar a chur in iúl don ardán meán sóisialta. Athbhreithníonn modhnóirí an tsuímh gréasáin faoi chaibidil an t-ábhar ansin i bhfianaise na tuairisce agus baineann siad ábhar ar bith a sháraíonn a mbeartais den suíomh. Ba cheart aon chibearbhulaíocht a bhíonn ar na meáin shóisialta a thuairisciú don ardán.

## Cén t-ábhar ba cheart a thuairisciú?

Ba cheart aon ábhar neamhdhleathach, míchuí nó maslach a thuairisciú. Áirítear leis an ábhar sin iompar cibearbhulaíochta, pearsanú 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. Tabharfaidh an t-ardán nó an aip atá in úsáid agat achoimre ar a meastar a bheith mar iompar agus teanga inghlactha air. Tabharfaidh an rannóg Sábháilteachta agus Slándála den aip nó den ardán a roghnaigh tú achoimre ar an nós imeachta tuairiscithe ar an aip/ardán freisin. Mar shampla,

- Instagram: Community Guidelines: https://help.instagram.com/477434105621119
- Instagram: Staying Safe (Information on Reporting): https://help.instagram.com/165828726894770
- SnapChat: Community Guidelines: https://values.snap.com/en-GB/privacy/transparency/community-guidelines
- SnapChat: Safety and Security (How to Report): https://help.snapchat.com/hc/en-gb/sections/5689892350228-How-to-Report
- TikTok: Community Guidelines: https://www.tiktok.com/community-guidelines?lang=en
- TikTok: Safety (Information on Reporting): https://support.tiktok.com/en/safety-hc

## Cad a tharlaíonn nuair a thuairiscíonn tú mí-úsáid ar líne don ardán meán sóisialta atá i gceist?

Athbhreithníonn modhnóirí an ardáin meán sóisialta faoi chaibidil an t-ábhar ansin i bhfianaise na tuairisce agus baineann siad ábhar ar bith a sháraíonn a mbeartais den ardán.

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

Is féidir leat ábhar nó iompar míchuí ar líne a thuairisciú ach an cnaipe 'Tuairiscigh' a chliceáil agus aon sonraí riachtanacha a chomhlánú. Is féidir, agus ba cheart go deimhin, aon ábhar atá neamhdhleathach dar leat a thuairisciú do Hotline.ie agus don Gharda Síochána freisin. Is féidir leat cion a thuairisciú chuig na Gardaí go hanaithnid. Tuilleadh eolais ar fáil ag garda.ie.

## An mbeidh a fhios ag údar na bulaíochta (an duine atá ag tabhairt faoin mbulaíocht nó iompar drochídeach ar líne) gur tusa an duine a thuairiscigh an t-ábhar?

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 réiteach ar an gcás?

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 ISPCC.

## Cén cineál ábhair nár cheart a thuairisciú ar líne?

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 ardáin meán sóisialta dá thoradh.

## An féidir bulaíocht a thuairisciú i dteachtaireachtaí príobháideacha?

Go hiondúil, is féidir. Braitheann ábaltachtaí tuairiscithe ó aip go haip. Beidh ort a sheiceáil má ligeann na haipeanna is fearr leat duit mí-úsáid i dteachtaireachtaí príobháideacha a thuairisciú.

## Cad iad na buntáistí a bhaineann le huirlisí tuairiscithe ar líne?

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.

## Cad iad na míbhuntáistí a bhaineann le huirlisí tuairiscithe ar líne?

Is féidir le fiosrúcháin ar thuairiscí ar líne a bheith mall, ag brath ar acmhainní an ardáin atá i gceist. Ina theannta sin, cé gur féidir le hardáin an t-ábhar a bhaint, bíonn sé ró-mhall go minic toisc go ndearnadh seat scáileáin den ábhar nó, i gcásanna áirithe, d'fhéadfadh sé a bheith tar éis scaipeadh go mear. 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 tacúla forfheidhmithe, d'fhianaisigh fhreagracha agus de theiripeoirí cáilithe chun aghaidh a thabhairt ar an iompar is bunchúis don mhí-úsáid ar líne.

# Gníomhaíocht 2.
# Na Beartais a Scrúdú

**Céim 1.**
**Mínigh do na scoláirí go leanfaidh siad anois ag smaoineamh ar na polasaithe agus na treoirlínte scoile a chabhraíonn le timpeallacht frithbhulaíochta a chur chun cinn agus a chruthú. Iarr ar na scoláirí a scíth a ligean agus a súile a dhúnadh agus iad ag ullmhú chun machnamh a dhéanamh ar an gcuma a bheadh ar scoil agus an bhraistint a bheadh i scoil gan bhulaíocht. Abair leis na scoláirí go mbeidh cúpla ceist agat dóibh ar scoil gan bhulaíocht ag deireadh an mhachnaimh threoraithe.**

Tabhair ar na scoláirí atmaisféar ciúin suaimhneach a chothú. Ansin léigh an machnamh treoraithe seo a leanas go mall:

Samhlaigh go bhfuil tú díreach tar éis teacht chun na scoile. Agus tú ag dul isteach ar thailte na scoile feiceann tú scoláirí na Chéad Bhliana agus scoláirí sinsearacha go léir ag caint le chéile agus ag réiteach lena chéile. Ní fheiceann tú iompar bulaíochta in aon chor. Bain úsáid as do shamhlaíocht chun smaoineamh ar a bhfuil ar siúl ag na scoláirí. (glac sos) An féidir leat a n-aghaidheanna a shamhlú? (glac sos) Cén chaoi a bhfuil na scoláirí ag mothú, dar leat? (glac sos) Cad a d'fhéadfaidís a bheith ag rá lena chéile? (glac sos) An féidir leat a shamhlú go gcloiseann tú iad ag gáire? (glac sos) Cad eile a chloiseann tú?

Anois samhlaigh go dtagann tú i gcóngar don scoil agus mbreathnaíonn tú i bhfuinneog seomra ranga. (glac sos) Is féidir leat na scoláirí agus an múinteoir a fheiceáil taobh istigh. Níl aon bhulaíocht taobh istigh den seomra ranga. (glac sos) Bain úsáid as do shamhlaíocht chun a bhfuil ar siúl ag na scoláirí a fheiceáil (glac sos). Is léargas é an chaoi a mbímid rannpháirteach san fhíorshaol ar an gcaoi a mbímid rannpháirteach ar líne (glac sos).

I gceann cúpla nóiméad iarrfaidh mé ort do shúile a oscailt agus insint dom faoi na rudaí a shamhlaigh tú. Ach sula n-osclóidh tú do shúile, samhlaigh gur thug tú féachaint deiridh timpeall thailte na scoile.

Nuair a bheidh tú réidh, ba mhaith liom go n-osclófá do shúile go réidh.

**Céim 2.**
**Cuir na ceisteanna seo a leanas chun cuidiú leis na scoláirí tuiscint níos fearr a fháil ar an gcaoi chun zón frithbhulaíochta a chruthú:**

- **Céard a shamhlaigh tú?**
- **Céard a bhí á dhéanamh ag na scoláirí?**
- **Cén chaoi ar airigh siad?**
- **Céard a cheap an múinteoir de?**
- **Céard a chuir leis an atmaisféar sona?**
- **Is léargas í an chaoi a mbímid rannpháirteach ar líne ar an gcaoi a mbímid rannpháirteach san fhíorshaol. Céard iad na hiompair atá i do zón frithbhulaíochta idéalach atáimid in ann a shocrú mar noirm agus muid rannpháirteach ar líne?**

**Céim 3.**
**Ansin, cuir i gcuimhne do na scoláirí gur chríochnaigh siad an Suirbhé Ranga Cibearbhulaíochta Anaithnid agus sa suirbhé sin gur fhreagair siad ceisteanna faoi bheartais na scoile a bhaineann le hiompar an scoláire agus le húsáid an idirlín agus na seirbhísí digiteacha ar scoil. Téigh tríd an aiseolas ginearálta ón rang faoi seo bunaithe ar a bhfreagraí e.g. ceisteanna 6-10. Inis do na scoláirí go mbeidh sé de dheis acu anois a dtuairimí a thabhairt ar bheartas na scoile ach scrúdú a dhéanamh ar an mbeartas tuilleadh agus a chinntiú go léiríonn sé an chaoi a bhfuil na scoláirí ag úsáid an idirlín agus na meán digiteach chun teagmháil agus cumarsáid a dhéanamh le daoine ar líne.**

Cuir na scoláirí i ngrúpaí de thriúr, agus ba cheart go dtabharfaí cóip de Bhileog Gníomhaíochtaí 8.2 Na Rialacha a Athscríobh do gach scoláire –

Chomh maith le seicliosta agus cóip den Bheartas Frithbhulaíochta nó den Pholasaí Úsáide Inghlactha (AUP) le léamh agus le hanailísiú. Sa chás go bhfuil na beartais thar a bheith fada, b'fhéidir nach dtabharfaí do gach grúpa ach cuid den bheartas le hanailís a dhéanamh.

Cuir i gcuimhne do na scoláirí go bpléann Polasaí Úsáide Inghlactha na scoile le húsáid an idirlín agus na dteicneolaíochtaí digiteacha go sábháilte, go hinghlactha agus go freagrach. Pléann sé leis na cearta, pribhléidí, freagrachtaí agus smachtbhannaí ar fad a bhaineann le húsáid an idirlín agus na dteicneolaíochtaí digiteacha laistigh den scoil, lena n-áirítear a n-úsáid ar líne agus as líne.

Tá Beartas Frithbhulaíochta mar chuid de chód iompair scoile ina iomláine agus leagtar amach ann na smachtbhannaí agus na hiarmhairtí a chuirtear i bhfeidhm tar éis do dhuine tabhairt faoi iompar bulaíochta.

**Céim 4:**
**Ba cheart do na scoláirí na beartais a phlé ina ngrúpaí agus iad a leasú más gá. Ba cheart go mbeadh Bileog Ghníomhaíochta 8.2 ina cabhair solas a chaitheamh ar na réimsí a d'fhéadfaí a bheith le hathbhreithniú. Ba cheart do na scoláirí iarracht a dhéanamh tagairt a dhéanamh do na sonraí a chuirtear ar fáil i mol tacaíochta na cibearbhulaíochta agus i suirbhé an ranga agus iad ag moladh athruithe. Cuir i gcuimhne do na scoláirí le linn dóibh a bheith ag déanamh athbhreithniú ar na beartais seo, go mba cheart go mbeadh sé mar aidhm acu na moltaí a dhéanamh achomair, cothrom le dáta agus simplí a thuiscint do na scoláirí ar fad.**

**Céim 5.**
**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.**

**Céim 6.**
**Ag deireadh na gníomhaíochta ba cheart go gcomhaontódh na scoláirí ar na hathruithe beartais ba cheart a mholadh do lucht bainistíochta na scoile agus do chomhairle na scoláirí, dar leo.**

**Bileog Ghníomhaíochta 8.2**

# Na Rialacha a Athscríobh

Bain úsáid as an seicliosta seo chun cuidiú leat measúnú a dhéanamh ar Bheartas Frithbhulaíochta nó ar Pholasaí Úsáide Inghlactha do scoile. Má thugann tú freagra 'níl', 'níor ...' 'ní ...' ar aon cheann de na ceisteanna seo, b'fhéidir go ndéanfadh sé leas duit machnamh a dhéanamh ar bheartais do scoile a athrú.

- Beartas Frithbhulaíochta
- AUP:

| | Aontaím | Ní aontaím |
|---|---|---|
| An dtuigeann tú an beartas seo? | | |
| An mbíonn an chuid is mó de na scoláirí ar an eolas faoina bhfuil sa bheartas seo, dar leat? | | |
| An gcuirtear san áireamh sa bheartas seo go ndearnadh forbairtí le gairid maidir le teicneolaíocht, go háirithe maidir leis na meáin shóisialta agus le húsáid na ngléasanna digiteacha? | | |
| An dtugtar aghaidh sa bheartas seo ar an imní atá ort faoin idirlíon agus faoin teicneolaíocht dhigiteach a úsáid? | | |
| An ligeann an beartas seo duit teicneolaíocht dhigiteach a úsáid go héifeachtach chun an leas is fearr a bhaint as an idirlíon? | | |
| An bhfuil tú den tuairim go gcuireann an beartas seo timpeallacht frithbhulaíochta chun cinn agus go gcuireann sé úsáid dhearfach na teicneolaíochta digití chun cinn? | | |
| An dtacaíonn an beartas seo le sábháilteacht phearsanta gach duine i bpobal na scoile? | | |

**Bealaí molta inar féidir feabhas a chur ar an mbeartas seo:**

## Gníomhaíocht 4:
# Dialann Mhachnaimh

Iarr ar na scoláirí a machnamh a dhéanamh ar na coincheapa agus ar na smaointe a pléadh le linn an cheachta, iarr orthu naisc a dhéanamh le réamheolas nó réamhthaithí, agus aon cheist a d'fhéadfadh a bheith acu fós a bhreacadh síos. Taispeáin an leid mhachnaimh seo a leanas ar an mbord agus iarr ar scoláirí a gcuid machnamh agus gníomhartha a bhreacadh síos.

## Machnamh

- Tá mé ar an eolas faoi...
- An rud ab iontaí faoin gceacht seo ba ea...

## Gníomh

- Céard iad na chéad chéimeanna eile a bheidh ina gcabhair cultúr frithbhulaíochta a chur chun cinn ar scoil?

Iarr ar na scoláirí dialann mhachnaimh dhigiteach a chruthú ach úsáid a bhaint as uirlis ar líne amhail Book Creator nó trí Thimpeallacht Fhíorúil Foghlama na scoile nó trí Google nó Office 365. Chomh maith leis sin, cuirfidh sé seo ar chumas na scoláirí na machnaimh chruthaitheacha a thaifeadadh ar a gcuid foghlama ar roinnt bealaí, lena n-áirítear na meáin dhigiteacha, taifeadtaí fuaime, píosaí físe agus scríofa mar aon le haon cheist dá mbeadh acu.

# Aguisíní

## Aguisín 1. Cibearbhulaíocht: Suirbhé Ranga

**1. An bhfaca tú iompar bulaíochta ar líne riamh, nó an ndearnadh bulaíocht ar líne ortsa riamh?**

- Tá
- Níl

**2. Cé acu seo is fearr a dhéanann cur síos ar an gcineál cibearbhulaíochta a chonacthas nó a rinneadh ort:**

Bulaíocht bunaithe ar aitheantas e.g. bulaíocht a dhéanamh ar dhuine de bharr a chine, a inscne, a fhéiniúlachta inscne, a ghnéaschlaonta, a creidimh nó de bharr míchumais

- Bulaíocht homafóbach (go fiú murar LGBTQ+ thú)
- Fuathchaint
- Íomhánna a ndearnadh eagarthóireacht orthu
- Ráflaí gránna nó béadán a scaipeadh
- A bheith ag spochadh as an gcuma atá ar dhuine
- Ráflaí gránna a scaipeadh
- Ráitis/físeáin/grianghraif atá poiblí agus bagrach, drochídeach nó gránna
- Ráitis/físeáin/grianghraif atá poiblí agus náireach
- Próifílí bréige nó cuntais bhréige a chruthú
- Teachtaireachtaí/físeáin/grianghraif atá príobháideach agus bagrach nó drochídeach
- Tuairisciú bréagach sa chaoi is go scriosfar próifíl nó cuntas duine
- Eile:

______________________________

______________________________

______________________________

**3. Cad is cibearbhulaíocht ann dar leat?**

______________________________

______________________________

______________________________

**4. Céard é an rud i do thuairim faoin idirlíon agus an teicneolaíocht dhigiteach a fhágann go bhfuil bulaíocht agus ciapadh difriúil ar líne?**

**5. Dá bhfeicfeá cibearbhulaíocht ar siúl, céard a dhéanfá?**

**6. An bhfuil Beartas Frithbhulaíochta agus Polasaí Úsáide Inghlactha ár scoile léite agat?**

- Tá
- Níl

**7. Cé chomh sásta atá tú leis an gcaoi a dtéann an Beartas Frithbhulaíochta agus an Polasaí Úsáide Inghlactha i ngleic le cibearbhulaíocht ar scoil?**

- Sásta
- Níl mé sásta ná míshásta
- Míshásta
- Níl a fhios agam

**8. An bhfuil aon mholadh agat maidir leis an gcaoi a bhféadfaí feabhas a chur ar ár mBeartas Frithbhulaíochta agus ar ár bPolasaí Úsáide Inghlactha chun tacú níos fearr leis na scoláirí a fheiceann cibearbhulaíocht nó leis na scoláirí a ndéantar cibearbhulaíocht orthu?**

**9. Dá bhféadfá iarraidh ar an bPríomhoide rud éigin a dhéanamh a bheadh ina chabhair bac a chur le cibearbhulaíocht inár scoil céard a d'iarrfá?**

**10. Cén chaoi a bhfuilimid in ann scoileanna a dhéanamh sábháilte agus deas do chách? E.g. Bealaí chun cultúr frith-chibearbhulaíochta a chur chun cinn.**

Go raibh míle maith agat as ucht an suirbhé seo a chomhlíonadh.

Más rud é go bhfuil cibearbhulaíocht á déanamh ortsa nó ar dhuine a bhfuil aithne agat air nó más rud é go bhfuil tú féin nó an duine eile trína chéile de bharr cibearbhulaíochta a rinneadh roimhe seo, ba cheart go labhrófaí le duine atá in ann cúnamh a chur ar fáil. D'fhéadfadh gur duine fásta a bheadh ann a bhfuil muinín as, nó tuismitheoir, cúramóir, múinteoir nó comhairleoir/síceolaí scoile.

Tabhair cuairt ar Mhol Cibearbhulaíochta Webwise le haghaidh comhairle ar fhadhbanna bulaíochta: www.webwise.ie/cyberbullying-guidance

Tá na línte cabhrach a leanas ar fáil freisin:

Líne Chabhrach na Leanaí: Saorghlaoigh 1800 666666

Hotline.ie: chun ábhar mídhleathach amhrasta a thuairisciú ar líne ag 1890 610 710 nó ag info@hotline.ie

# Aguisín 2: Conradh Ranga OSPS agus Bunrialacha Samplacha

**Sula gcuirfear tús leis an aonad foghlama seo, déan plé agus tagaigí ar chomhaontú ar rialacha ranga chun plé a dhéanamh ar ábhair leochaileacha in OSPS. Mura bhfuil conradh ranga ag do rang OSPS, bheadh sé tráthúil ceann a dhéanamh anois. Má dhéanann tú athbhreithniú ar an gconradh ranga maidir le hionchais maidir le hiompar is deis é anois fiafraí de na scoláirí ar mhaith leo aon rud a leasú nó a chur le conradh an ranga maidir le hiompar drochídeach agus bulaíochta ar líne a phlé le linn an chláir seo. Tá sé tábhachtach go leagtar 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.**

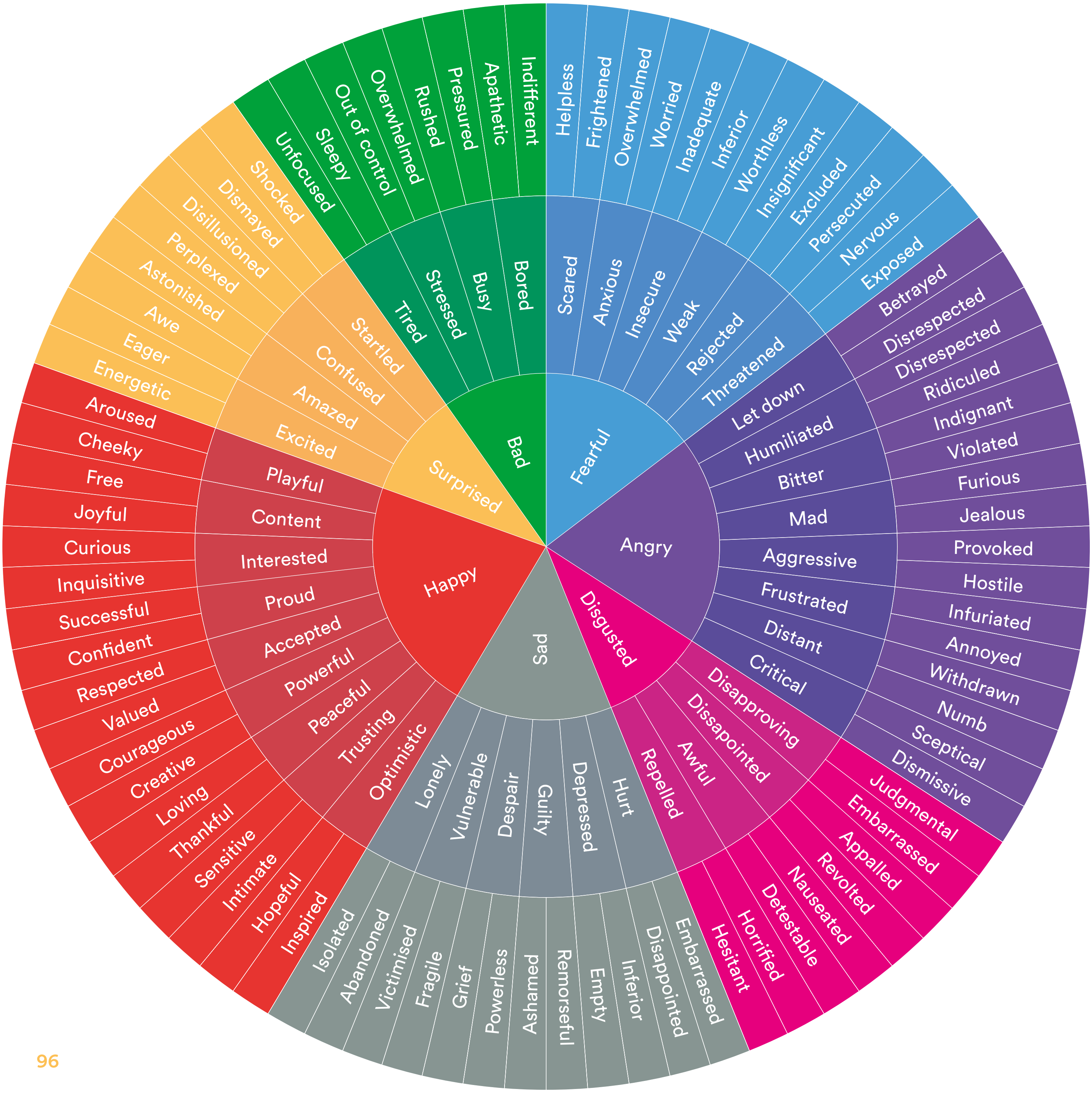
**Is é seo a leanas sampla de phlé ar bhunrialacha:**

- Úsáidtear ráitis a bhaineann leat féin: Measaim, mothaím, creidim.
- Ná tugtar samplaí ó do thaithí féin ná samplaí de rudaí a tharla do dhaoine eile.
- Má chuireann rud éigin olc ort le linn díospóireachta, admhaigh láithreach é, agus ná fan ansin ag fiuchadh le fearg.
- Tabhair critíc ar smaointe, ní ar dhaoine.
- Cinntítear go bhfuil seans ag gach duine labhairt. Ná cuirtear isteach ar dhuine agus é ag labhairt.
- Léirítear meas ar gach duine, ná déantar a bheag de dhuine agus ná castar súile!
- Iarr soiléiriú má tá mearbhall ort.
- Tabhair dúshlán do chomhscoláirí, ach déan é go measúil.
- Féadfaidh duine a thuairim a athrú bunaithe ar an bplé machnamhach.
- An rud a roinntear sa rang, fanfaidh sé sa rang… ach tá teorainneacha leis sin má tá imní ar an múinteoir.

**Cuir in iúl do na scoláirí gur mhaith leat aird a tharraingt ar an gceann deiridh. Mínigh do na scoláirí go ndéanfaidh gach duine againn ár seacht n-iarracht chun seasamh leis an gcomhaontú seo ach gan rud ar bith a roinnt sa rang nach mbeifeá sásta a chloisteáil lasmuigh den seomra ranga. In amanna, bíonn an frása ‘fanfaidh an plé anseo ach tabharfaimid an fhoghlaim linn’ úsáideach sa chás seo. Tá coinníollacha ag baint leis an méid a deirtear ag fanacht sa seomra ranga más rud é go bhfuil imní ar an múinteoir faoi. Tá oibleagáid ar an scoil de réir dlí comhairle agus tacaíocht a lorg ó TUSLA, an Ghníomhaireacht um Leanaí agus an Teaghlach más ann d’imní go bhfuil tú i mbaol. Tá Duine Idirchaidrimh Ainmnithe (DIA) agus Leas-Dhuine Idirchaidrimh Ainmnithe (LDIA) ag gach scoil a dtugann siad tuairisc dóibh. Fiafraigh de na scoláirí an bhfuil a fhios acu cé hé/hí an DIA/LDIA sa scoil seo?**

# Aguisín 3: Roth Mothúchán

D'fhéadfadh Roth na Mothúchán, arna chruthú ag Dr. Gloria Willcox a bheith ina chabhair dúinn ár mothúcháin a chur in iúl ó bhéal chun cuidiú linn cur síos níos fearr a dhéanamh ar an gcaoi a bhfuilimid ag aireachtáil.



# Aguisín 4: Faisnéis Bhreise faoi Neamhainmníocht agus Dí-Urchoilleadh Ar Líne

## Neamhainmníocht a Phlé

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 scoláirí.

**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. Ba é an aidhm a bhí le Wikileaks ná seans a thabhairt do dhaoine aird a tharraingt ar éagóracha a bhí ar siúl ar fud an domhain agus cosaint a thabhairt don sceithire (an duine a nocht na sonraí faoin éagóir sin) ag an am céanna trí neamhainmníocht ar líne. 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. 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, seans nach mbeidh siad cúramach lena gcuid focal go minic agus, dá bhrí sin, bíonn siad an-nimhneach agus tuairimí á gcur in iúl acu. 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.

## Dí-Urchoilleadh ar Líne a Phlé

**Sé thoisc den saol ar líne a chruthaíonn dí-urchoilleadh ar líne**

Shainaithin an Cibirshíceolaí, an Dr John Suler sé phríomhthoisc den timpeallacht ar líne a bhfuil tionchar acu ar a chéile chun an éifeacht dí-urchoillte ar líne a chruthú. Is coincheap í an éifeacht dí-urchoillte ar líne a dhéanann iniúchadh ar na cúiseanna le daoine a bheith den tuairim go bhfuil siad in ann rudaí a dhéanamh nó a rá ar líne nach ndéanfaidís agus nach ndéarfaidís san fhíorshaol.

**"Níl Aithne Agat Orm" - Neamhainmníocht Dhícheangailte**

Is féidir le daoine cuid dá n-aitheantas nó a n-aitheantas ar fad a cheilt ar líne. Is í an neamhainmníocht seo a chuireann ar chumas na ndaoine a saol ar líne a scaradh óna n-aitheantas san fhíorshaol, rud a fhágann gur féidir leo a bheith macánta gan a bheith leochaileach. D'fhéadfadh daoine a bheith den tuairim nach

gcaithfidh siad a bheith freagrach as a n-iompar nó freagracht a ghlacadh as an méid a dhéanann siad mura bhfuil a fhios ag duine ar bith cé hiad féin.

**"Ní Féidir leat mé a fheiceáil" - Dofheictheacht**
Ní féidir le daoine thú a fheiceáil in go leor comhráite ar líne. Agus tú ag brabhsáil trí shuíomhanna gréasáin, ag scrolláil trí fhothaí nuachta nó ag féachaint ar ábhar nua ar na meáin shóisialta, d'fhéadfadh nach mbeadh a fhios ag duine ar bith go bhfuil tú ann ar chor ar bith. Is í an dofheictheacht is cúis leis an muinín a bheith ag daoine dul go háiteanna agus rudaí a dhéanamh ar líne nach ndéanfaidís in aon chás eile.

I gcumarsáid téacs ní féidir le daoine a chéile a chloisteáil ná a fheiceáil. Íslíonn an dofheictheacht fhisiciúil seo gach urchoilleadh de bharr nach bhfuil aon údar imní ag daoine faoin gcuma atá orthu nó faoi fhuaim a nguthanna agus iad ag clóscríobh teachtaireachta agus ní gá dóibh imní a dhéanamh faoin gcuma atá ar dhaoine eile nó faoin méid a deir siad. Is iad na comharthaí beaga diúltacha nó neamhshuime i gcomharthaíocht choirp agus i dtuin chainte mar shampla: croitheadh cinn, casadh súl, etc. a chuireann bac leis an méid atá daoine sásta a chur in iúl - níl na comharthaí seo ann i gcumarsáid téacs.

**3. "Slán go Fóill" - Aisioncronachas**
Ní tharlaíonn comhráite ar líne ar an gcaoi chéanna agus a tharlaíonn na comhráite san fhíorshaol. Nuair a chuireann tú teachtaireacht chuig duine éigin, is féidir leat an aip a dhúnadh, nó dul ó líne, ar an gcaoi chéanna, nuair atá tú ag freagairt teachtaireachta, d'fhéadfá a bheith in ann an teachtaireacht a léamh gan cur in iúl don seoltóir go bhfuil sí léite agat nó d'fhéadfá nóiméid, uaireanta, nó míonna fiú amháin a thógáil chun duine éigin a fhreagairt. D'fhéadfadh an fhreagairt mhoillithe seo sna comhráite ar líne urchoilleadh daoine a ísliú de bharr go bhfuil níos mó ama acu smaoineamh agus machnamh a dhéanamh ar an méid ba mhaith leo a rá sula dtugann siad freagairt. Airíonn daoine freisin go bhfuil siad in ann rud éigin pearsanta mothúchánach nó naimhdeach a rá i gcomhrá ar líne de bharr go bhfuil an tsábháilteacht acu an comhrá a "fhágáil" tar éis an teachtaireacht a sheoladh.

**4. "Tá sé ar fad i mo Chloigeann" - Inteilgean Sóilipseachais**
Nuair nach bhfuil na noda aghaidh ar aghaidh ann agus nuair is ann don chumarsáid téacs, d'fhéadfaimis guth nó tuin an duine eile a shamhlú chomh maith leis an gcuma atá air a shamhlú agus an chaoi a n-iompraíonn sé é féin a shamhlú. Nuair a thugaimid ár réamh-mheastacháin ar an duine eile agus muid ag léamh na teachtaireachta, seans go mbeimid in ann focail an duine eile "a chloisteáil" inár nguth féin. D'fhéadfadh sé seo a fhágáil go mbeimis ar ár sámháin só chun sonraí pearsanta a roinnt nó chun muid féin a iompar ar bhealaí nach ndéanfaimis go poiblí go hiondúil seans, toisc go mothaíonn sé amhail is go bhfuilimid ag caint linn féin.

**5. "Níl ann ach Cluiche" - Samhlaíocht Dhícheangailte**
Toisc gur féidir linn an saol ar líne a fhágáil aon uair is mian linn, tarlaíonn sé in amanna go mbíonn daoine ag plé leis an timpeallacht ar líne mar a bheadh saol samhailteach ann, saol taobh amuigh de rialacha agus freagrachtaí an fhíorshaoil. Mar shampla, is féidir rudaí a dhéanamh i gcluichí ar líne nach féidir a dhéanamh san fhíorshaol e.g. carranna a ghoid, urchar a chaitheamh le cairde agus teacht slán ó ionsaithe gan damáiste, rudaí a d'fhéadfadh urchoilleadh a ísliú agus ligean do dhaoine iad féin a iompar agus labhairt go difriúil le daoine ar líne i gcomparáid leis an gcaoi a ndéanfaidís iad féin a iompar san fhíorshaol toisc nach bhfuil ann ach "cur i gcéill".

**6. "Táimid ar Comhchéim" - Údarás a Íoslaghdú**

Sa domhan ar líne, i bhformhór na gcásanna, tá gach duine ar comhchéim agus tá deis chothrom acu a gcuid smaointe agus tuairimí a chur in iúl. Níl saibhreas agus timpeallachtaí na n-údarás ná na ndaoine a bhfuil cumhacht acu ábhartha níos mó. Is í do scil chumarsáide an rud a fhágann go bhfuil tionchar agat ar dhaoine eile sa saol ar líne (lena n-áirítear scileanna scríbhneoireachta), do dhianseasmhacht, caighdeán do chuid smaointe, agus an cur amach atá agat ar chúrsaí teicneolaíochta. De bharr go bhfuil údarás íoslaghdaithe maidir leis na daoine a bhfuil stádas agus cumhacht acu, scaití ní bhíonn an oiread sin sriain ar dhaoine cumarsáid a dhéanamh leis na daoine sin ná mar a bheadh orthu dá gcasfaidís leis na daoine sin san fhíorshaol. Mar shampla, d'fhéadfadh go mbeadh níos mó muiníne ag daoine polaiteoirí a cháineadh nó magadh faoi dhaoine mór le rá ar líne ná mar a bheadh acu dá gcasfaidís leis na daoine sin go pearsanta.

# Aguisín 5: Acmhainní agus Oiliúint Bhreise do Mhúinteoirí

**Clár Scoileanna na nGardaí**

Tugtar aghaidh i Nasc le Meas, a forbraíodh i gcomhar leis an nGarda Síochána, ar an mbulaíocht ar líne, agus is é is aidhm dó an t-iompar sin a chosc agus a chur a gcumas do scoláirí freagairt go héifeachtach má tharlaíonn an chibearbhulaíocht nó an ciapadh. Ceapadh an ceacht seo chun cabhrú le scoláirí sa chuid shóisearach den iar-bhunscoil (idir 12-14 bliana d'aois) tionchar a ngníomhartha ar líne a thuiscint agus a thuiscint go bhféadfadh cibearbhulaíocht agus ciapadh ar líne a bheith i gceist leis na gníomhartha sin. Is é is aidhm dó cabhrú le scoláirí a aithint nach bhfuil an ciapadh ar líne ná an chibearbhulaíocht ceart, cóir ná cothrom agus, uaireanta, gur cion coiriúil atá ann.

**https://www.webwise.ie/connect-with-respect/**

**Oiliúint agus Tacaíocht**

Moltar do na hoideoirí am cúrsa Webwise ar líne a chur i gcrích a bhaineann le Cibearbhulaíocht a Thuiscint, Cosc a chur uirthi agus Freagra a thabhairt uirthi.

Tá sé mar aidhm ag na cúrsaí cibearbhulaíochta na múinteoirí a fheistiú leis an eolas, na hacmhainní agus an mhuinín chun go mbeidh siad in ann a bheith ag teagasc faoin gcibearbhulaíocht agus a bheith ag plé le teagmhais chibearbhulaíochta de réir mar a thagann siad chun cinn. Tá sé mar aidhm sa dá chúrsa eolas a chur ar fáil do na múinteoirí agus do na ceannairí bunscoile agus iar-bhunscoile faoi fhadhb na cibearbhulaíochta, ról na scoile a thabhairt chun solais maidir le cultúr frith-chibearbhulaíochta a chruthú agus maidir le folláine an scoláire a chur chun cinn lena n-áirítear folláine ar líne.

Cuideoidh sé seo leis na ceannairí scoile tuiscint a fháil ar na bealaí praiticiúla inar féidir lena mbaill foirne tionscnaimh frith-chibearbhulaíochta a thabhairt isteach sa churaclam agus ina n-idirghníomhaíochtaí laethúla leis na scoláirí. Cuideoidh sé leis na múinteoirí freisin tuiscint a fháil ar an gcaoi ar féidir leo úsáid a bhaint as tionscnaimh, beartais agus cuir chuige frithbhulaíochta ionas go mbeidh siad in ann aghaidh a thabhairt ar bhulaíocht agus ar chibearbhulaíocht agus iad sin a chosc níos fearr agus chun timpeallacht dhearfach, mheasúil, agus chomhbhách atá scoláire-láraithe a chur chun cinn.

**https://www.webwise.ie/cyberbullying-guidance/**

**Mol Treorach Cibearbhulaíochta do Mhúinteoirí**

Cuireann an Mol Eolais maidir le Treoir Chibearbhulaíochta do Mhúinteoirí arna chruthú ag Webwise treoir ar fáil do mhúinteoirí agus do cheannairí scoile a bhaineann le fadhb na cibearbhulaíochta, ag cruthú cultúr frithbhulaíochta agus ag cur folláine an scoláire chun cinn lena n-áirítear folláine ar líne.

**https://www.webwise.ie/cyberbullying-guidance/**

## Tuilleadh Oiliúna agus Tacaíochta

Is féidir eolas faoi thacaíocht scoile, faoi chúrsaí ar líne agus faoi seimineáir ghréasáin a fháil anseo: https://www.webwise.ie/teachers/webwise-workshops/.

Cuireann an Chomhairle Náisiúnta um Oideachas Speisialta (NCSE) deiseanna forbartha gairmiúla leanúnaí ar fáil chun tacú le comhtháthú na dteicneolaíochtaí digiteacha a bhféadfadh múinteoirí atá ag obair le scoláirí ag a bhfuil riachtanais speisialta acu suim a chur iontu. Is féidir cúrsaí a chur in áirithe ag www.ncse.ie/teacherprofessionallearning nó dá mba mhaith leat FGL uile-scoile a chur in áirithe is féidir úsáid a bhaint as Tairseach Tacaíochta NCSE.

**Cainteanna faoi Shábháilteacht Idirlín do Thuismitheoirí/Chaomhnóirí**

Is féidir leis na scoileanna rochtain a fháil ar Mol Webwise do Thuismitheoirí agus ar Threoir do Thuismitheoirí maidir le hIdirlíon Níos Fearr agus ar chainteanna scriptithe do thuismitheoirí/do chaomhnóirí. Cuidíonn Láithreoireacht Webwise le scoileanna chun oíche sábháilteachta Idirlín a eagrú le tuismitheoirí. I measc na n-ábhar a ndéantar plé orthu sna cuir i láthair do thuismitheoirí tá na meáin shóisialta, am scáileáin, cibearbhulaíocht, comhroinnt íomhánna, agus cuirtear saineolas agus tacaíocht ar fáil. Tá láithreoireachtaí ar fáil saor in aisce i bhformáid PowerPoint, agus tá script, físeáin ó shaineolaithe agus cleachtaí idirghníomhacha ann.

Is féidir cuir i láthair d’iar-bhunscoileanna a fháil anseo: **www.webwise.ie/internet-safety-talks-for-parents**

# Aguisín 6: Cé a thabharfaidh Cabhair duit

## Ginearálta

**An Garda Síochána**
I gcás éigeandála glaoigh ar 999/112 nó déan teagmháil le do Stáisiún Gardaí áitiúil agus/nó Líne Chabhrach um Mí-Úsáid Ghnéasach an Gharda Síochána 1800 555 222.

**Líne Chabhrach na Leanaí ISPCC**
Cuireann Líne Chabhrach na Leanaí ISPCC seirbhís fóin, agus seirbhís comhrá ar líne ar fáil le tacú le daoine óga.

Labhair linn: childline.ie— 1800 666666

**Barnardos**
Oibríonn Barnardos le leanaí leochaileacha agus lena dteaghlaigh in Éirinn agus bíonn siad páirteach i bhfeachtais ar son chearta gach linbh.

Labhair linn: barnardos.ie

**SpunOut**
Is suíomh Idirlín dírithe ar an óige atá i SpunOut. Díríonn sé ar fholláine agus ar mhaireachtáil shláintiúil a chur chun cinn i measc daoine óga.

Labhair linn: 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.

Labhair linn: 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 éagsúla oideachais.

Labhair linn: aware.ie — 1800 80 48 48

**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.

Labhair linn: grow.ie — 0818 474474

**Jigsaw**
An tIonad Náisiúnta don Mheabhairshláinte Óige. Cuireann Jigsaw tacaíocht ar fáil do dhaoine óga lena meabhairshláinte trí oibriú go dlúth le pobail ar fud na hÉireann.

Labhair linn: jigsaw.ie

**MyMind**
Is soláthraí seirbhísí meabhairshláinte pobalbhunaithe é MyMind.

Labhair linn: www.mymind.org— 0818 500800

**Your Mental Health**
Díríonn an suíomh Idirlín seo, a d'fhorbair Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte, ar fheasacht agus ar thuiscint ar mheabhairshláinte agus ar fholláine in Éirinn a fheabhsú.

Labhair linn: www2.hse.ie/mental-health

**Pieta**
Cuireann Pieta seirbhís aghaidh ar aghaidh theiripeach phroifisiúnta ar fáil do dhaoine atá i riocht iad féin a mharú, do na daoine a dhéanann féindochar dóibh féin, agus do na daoine ar bhásaigh duine muinteartha leo le déanaí mar thoradh ar fhéinmharú. Cuirtear ár seirbhísí ar fad ar fáil saor in aisce agus níl aon atreorú ag teastáil lena n-aghaidh.

Labhair linn: pieta.ie — 1800 247 247

## 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.

Labhair linn: bodywhys.ie — 01-2107906 nó cuir ríomhphost chuig alex@bodywhys.ie

## Inscne agus Gnéasacht

**Switchboard Tacaíocht agus Acmhainní LADTAIÉ**
Cuireann Switchboard línte cabhrach éisteachta agus tacaíochta rúnda gan breithiúnas ar fáil seacht lá na seachtaine.

Labhair linn: theswitchboard.ie — 01 8721055

**BeLonG To Youth Project**
Tacaíonn BeLonG To Youth Project le daoine óga leispiacha, aeracha, déghnéasacha agus trasinscneacha in Éirinn.

Labhair linn: belongto.org — 01 670 6223

**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.

Labhair linn: teni.ie — 01 873 3575

**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.

Labhair linn: lgbt.ie — 1890 929539

**ShoutOut**
Cuireann ShoutOut ceardlanna ar fáil do scoláirí, do mhúinteoirí agus do thuismitheoirí in iar-bhunscoileanna ar fud na hÉireann ina dtéitear i ngleic le bulaíocht homafóbach agus thrasfóbach.

Labhair linn: shoutout.ie/contact

## Sábháilteacht ar líne

**Hotline.ie**
Soláthraíonn hotline.ie áis gan ainm don phobal chun ábhar mídhleathach nó amhrasach a fheictear ar an idirlíon a thuairisciú.

Labhair linn: hotline.ie

**Webwise**
Is é Webwise Ionad na hÉireann um Fheasacht ar Shábháilteacht Idirlín arna mhaoiniú ag an Roinn Oideachais 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 scoláirí, a dtuismitheoirí agus a múinteoirí.

Labhair linn: webwise.ie

**An Coimisinéir Cosanta Sonraí**
Cinntíonn an Coimisinéir Cosanta Sonraí go gcloíonn na daoine sin a choinníonn faisnéis le prionsabail na cosanta sonraí. Tugtar faisnéis ar an suíomh idirlín faoi chearta daoine aonair agus faoi fhreagrachtaí eagraíochtaí.

Labhair linn: dataprotection.ie

## Ionsaí Gnéasach

**Cúnamh do Mhná**
Is eagraíocht náisiúnta fheimineach é Cúnamh do Mhná a oibríonn chun aghaidh a thabhairt ar thionchar an fhoréigin agus na drochíde teaghlaigh agus chun an tionchar sin a chosc.

Labhair linn: womensaid.ie - 1800 341 900

**Líonra Forbartha na bhFear**
Oibríonn Líonra Forbartha na bhFear le fir chun dul i ngleic leis na fadhbanna a bhíonn os a gcomhair féin agus os comhair a dteaghlaigh, a bpobail agus na sochaí. Is cuid ollmhór dá gcuid oibre é an drochúsáid agus an foréigean teaghlaigh a bhíonn ar siúl ag fir in éadan ban a stopadh.

Labhair linn: mensnetwork.ie - 051-844260/1

**Líonra Géarchéime um Éigniú na hÉireann**
Is ionad speisialta eolais agus acmhainní ar éigniú agus gach cineál foréigin ghnéasaigh é Líonra Géarchéime um Éigniú na hÉireann.

Labhair linn: rcni.ie

**An tIonad Éigeandála um Éigniú, Baile Átha Cliath**
Is eagraíocht neamhbhrabúis, charthanachta é DRCC a chuireann tacaíocht agus comhairle atá saor in aisce agus rúnda do dhuine ar bith a raibh tionchar foréigin ghnéasaigh air, agus tá siad ar fáil in am ar bith.

Labhair linn - drcc.ie — 1800 77 8888

# Aguisín 7: Gluais Téarmaí

**Iompar drochídeach:** téarma ginearálta le haghaidh iompraíochtaí difriúla a d'fhéadfadh a bheith ionsaitheach go soiléir nó faoi cheilt, comhéigneach, faoi smacht duine, ciapach, imeaglach, uaigneach, nó bagrach. Is féidir le hiompar drochídeach tarlú uair amháin nó arís is arís eile, agus is féidir leis a bheith beartaithe nó neamhbheartaithe.

**Magadh:** rudaí a rá ar bhealach spraíúil agus magúil.

**Iompar:** baineann iompar leis an gcaoi a n-iompraíonn duine é féin nó leis an gcaoi a gcaitheann sé leis féin nó le daoine eile. Tá sé cabhrach breathnú ar iompar mar chontanam. Is féidir le hiompar a bheith cuí, cabhrach, tacúil, measúil, neodrach, míchuí, doicheallach, neamh-thacúil, dímheasúil nó díobhálach fiú (go fisiciúil nó go síceolaíoch). Áirítear iompar drochídeach nó bulaíochta i leith an duine féin nó i leith daoine eile le hiompar díobhálach. Is gá le féinfheasacht agus léargas ar thionchar an iompair chun ár n-iompar a thuiscint agus a aithint agus is é seo an chéad chéim chun dul i ngleic le hiompraíochtaí ba mhaith linn a athrú.

**Bulaíocht:** iompar spriocdhírithe ar líne nó as líne, a dhéanann dochar. D'fhéadfadh nádúr an dochair a bheith fisiciúil, sóisialta agus/nó mothúchánach. Déantar iompar bulaíochta arís agus arís thar thréimhse ama agus cuimsítear leis éagothroime chumhachta idir beirt nó idir grúpaí daoine sa tsochaí.

**Iompraíocht bhulaíochta:** iompar d'aon ghnó a dhéanann grúpa nó duine aonair arís is arís eile thar am d'fhonn duine a ghortú nó cur as dóibh trí theagmháil fhisiciúil, ionsaithe ó bhéal nó ionramháil shíceolaíoch.

**Féachadóir:** duine atá sa láthair ina dtarlaíonn rud agus a fheiceann an rud ach nach nglacann páirt ar bith ann.

**Cealchultúr:** bealach chun tú féin a iompar i sochaí nó i ngrúpa, go háirithe maidir leis na meáin shóisialta , ina bhfuil sé coitianta diúltú go hiomlán agus stopadh ag tacú le duine de bharr go ndúirt nó go ndearna sé rud a chuireann isteach ort nó de bharr gurb é tuairim an phobail go bhfuil an ghníomhaíocht nó an t-iompar do-ghlactha, bíodh sé san am a caitheadh nó sa la inniu.

**Eisiamh:** cosc a chur ar dhuine a bheith páirteach i ngrúpa coitianta nó i bpobal, ar nós grúpa scoile nó ranga, duine a bhaint de liostaí cairdis, agus/nó 'feidhmeanna neamhairde' a úsáid.

**Bladhmadh:** an gníomh a bhaineann le maslaí a phostáil ar líne a mbíonn eascainí nó teanga mhaslach eile iontu go minic. Feictear seo go minic i seomraí comhrá, fóraim, na meáin shóisialta, agus seomraí cluichíochta.

**Fuathchaint:** caint phoiblí a chuireann fuath in iúl nó a spreagann foréigean i dtreo duine nó i dtreo grúpa bunaithe ar rud amhail cine, creideamh, inscne, nó gnéaschlaonadh.

**Bulaíocht bunaithe ar aitheantas:** foirm bhulaíochta ar bith a bhaineann leis na gnéithe a mheastar atá mar chuid d'aitheantas duine nó mar chuid dá ghrúpa aitheantais, amhail cine, creideamh, míchumas, stádas inimirce, gnéaschlaonadh, aitheantas inscne, an chuma fhisiciúil atá ar an duine, etc.

**Bulaíocht Ghrúpa:** achrainn nó ionsaí a dhéanann grúpa mór daoine in aghaidh duine amháin nó grúpa atá i bhfad níos lú. Mar shampla, d'fhéadfadh sé tosú ar na meáin shóisialta nuair a deir duine amháin rud éigin maslach faoi dhuine agus téann sé in olcas go dtí go mbeadh "bulaíocht ghrúpa" ann ina bhfuil maslaí breise diúltacha ann ó dhaoine eile.

**Trolláil:** an gníomh a bhaineann le teachtaireacht nó trácht maslach a fhágáil ar líne d'aon ghnó agus tú meáite ar chur as do dhuine, freagra mothúchánach a spreagadh nó cur isteach ar ghnáthphlé ar shlí éigin.

**Duine Cróga:** duine atá i láthair nuair a tharlaíonn rud éigin agus a labhraíonn nó a dhéanann beart mar thaca le duine nó le cúis, go mór mór ar son duine atá faoi bhagairt díobhála nó ionsaithe.

webwise.ie
An Roinn Oideachais
Department of Education
Co-funded by
the European Union