FREAGAIRT DO THEAGMHAIS CHRITICIÚLA

Treoirlínte agus Ábhair Acmhainne do Scoileanna ón tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais

An Roinn Oideachais agus Scileanna | Department of Education and Skills

An tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais

FREAGAIRT DO THEAGMHAIS CHRITICIÚLA

Treoirlínte agus Ábhair Acmhainne do Scoileanna ón tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais

Tá na Treoirlínte le fáil ar láithreán gréasáin
na Roinne Oideachais agus Scileanna:

www.education.ie

AN ROINN OIDEACHAIS AGUS SCILEANNA | DEPARTMENT OF EDUCATION AND SKILLS

An tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais

© Cóipcheart, an Roinn Oideachais agus Scileanna, Éire, 2016.
Ceadaítear macasamhlú chun críocha neamhthráchtála amháin ar chuntar go n-admhaítear an fhoinse.

RÉAMHRÁ

Chuir an tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais (SNSO) paca acmhainní le chéile sa bhliain 2003 d'fhonn cabhrú le scoileanna freagairt do theagmhais thrámacha gan choinne. Foilsíodh an dara heagrán sa bhliain 2007. Tá lúcháir orm an deis seo a bheith agam fáilte a chur roimh an athbhreithniú seo ar Freagairt do Theagmhais Chriticiúla: Treoirlínte agus Ábhair Acmhainne do Scoileanna, a rinneadh sa bhliain 2016. Is mian liom béim a leagan ar a thábhachtaí is atá an chomhairle agus an t-eolas atá san fhoilseachán seo do bhaill foirne scoile. Tá sé bunaithe ar thaighde ar réimse na dteagmhas criticiúil agus chuir an taithí shaibhir atá ag síceolaithe de chuid an SNSO agus ag scoileanna bonn breise eolais faoi freisin.

I measc na gcineálacha teagmhais chriticiúil a d'fhéadfadh titim amach i scoileanna tá féinmharú nó féinmharú amhrasta, bás de dheasca foréigin, bás de thaisme lena n-áirítear timpistí bóthair agus bá, agus bás de dheasca breoiteachta.

Is í an phleanáil chun cinn an rud is tábhachtaí i leith teagmhais chriticiúla a bhainistiú. Leagtar amach in Freagairt do Theagmhais Chriticiúla: Treoirlínte agus Ábhair Acmhainne do Scoileanna cén chaoi ar féidir le scoileanna pleanáil do ghéarchéimeanna agus cuirtear faoi chaibidil chomh maith na cuir chuige ba chóir do scoileanna a ghlacadh i leith timpeallacht shábháilte, thacúil a chothú.

Nuair a tharlaíonn tragóid, teastaíonn ó dhaoine óga tacaíocht ó na daoine fásta is fearr atá aithne orthu. Tá taithí, inniúlacht agus scileanna sárluachmhara ag múinteoirí maidir le déileáil le leanaí agus daoine óga agus is iad na daoine is fearr iad, i gcomhar le tuismitheoirí, chun a leithéid de thacaíocht a chur ar fáil. Tugtar san fhoilseachán seo treoirlínte praiticiúla céim ar chéim do mhúinteoirí agus do phríomhoidí ar ar chóir dóibh a dhéanamh i gcás tragóide. Tugann sé tacaíocht do scoileanna ag tráth a d'fhéadfadh a bheith dúshlánach dóibh.

Is mian liom mo bhuíochas a chur in iúl don SNSO as na Treoirlínte athbhreithnithe seo a fhoilsiú. Is eol dom go mbainfidh scoileanna an-leas go deo as an gcomhairle agus as an eolas seo, atá an-éasca a rochtain. Is mian liom an deis seo a thapú chomh maith le haitheantas a thabhairt do na gníomhaireachtaí eile a oibríonn as lámha a chéile le síceolaithe de chuid an SNSO le freagairt do theagmhais.

Mar fhocal scoir, ba mhaith liom mo chomhbhrón a dhéanamh leis an iliomad scoileanna ar bhuail tragóid orthu le himeacht na blianta agus aitheantas a thabhairt don neart agus don mhisneach a léirigh idir dhaltaí agus bhaill foirne ag na hamanna deacra sin.

Richard Bruton, T.D.
An tAire Oideachais agus Scileanna

CLÁR NA nÁBHAR

6	Buíochas
7	Giorrúcháin
8	Réamhrá

12 Cuid 1 RÓL AN SNSO I dTEAGMHAIS CHRITICIÚLA

12	1.1	Cur síos ar ról an SNSO
13	1.2	An SNSO mar sheirbhís scoile
13	1.3	Caidreamh idirghníomhaireachta

14 Cuid 2 COSC

16 Cuid 3 ULLMHÚ AGUS PLEANÁIL

16	3.1	Plean a chur i dtoll a chéile
16	3.2	Sainmhíniú a thabhairt ar theagmhas criticiúil
16	3.3	Ról an tsíceolaí de chuid an SNSO i bpleanáil teagmhais chriticiúil
17	3.4	Foireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil (FBTC) a chur ar bun
17	3.5	Príomhthascanna riaracháin
18	3.6	An plean a chur in iúl
19	3.7	Seicliosta maidir le hathbhreithniú a dhéanamh ar an mbeartas agus ar an bplean

20 Cuid 4 PLEAN GNÍOMHAÍOCHTA DON PHRÍOMHOIDE / CHEANN FOIRNE GNÍOMHARTHA GEARRTHÉARMACHA

20	4.1	Measúnú tosaigh ar an teagmhas
21	4.2	Plean gníomhaíochta tosaigh
22	4.3	Clár oibre le haghaidh cruinniú leis an bhFoireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil/ le príomhbhaill foirne
24	4.4	Cruinniú le grúpa foirne
24	4.4.1	Script shamplach don phríomhoide
26	4.5	Tuiscint agus feasacht chultúrtha
26	4.6	Daltaí a bhfuil deacrachtaí foghlama acu
27	4.7	Seisiún le múinteoirí ag deireadh an lae
17	4.8	Teagmháil leis an teaghlach/leis na teaghlaigh atá ag fulaingt
28	4.9	Seicliosta achoimre don phríomhoide: Lá 1

29	Cuid 5	PLEAN GNÍOMHAÍOCHTA DON PHRÍOMHOIDE GNÍOMHARTHA MEÁNTÉARMACHA
29	5.1	Bualadh leis an FBTC agus le gníomhaireachtaí eile
29	5.2	Bualadh leis an bhfoireann uile
30	Cuid 6	PLEAN GNÍOMHAÍOCHTA DON PHRÍOMHOIDE GNÍOMHARTHA LEANTACHA
32	Cuid 7	FÉINMHARÚ/FÉINMHARÚ AMHRASTA
32	7.1	Féinmharú a chosc - céard a chaithfidh scoileanna a dhéanamh
34	7.2	Na critéir i dtaca le hoiriúnacht clár seachtrach a mheas
35	7.3	Comharthaí rabhaidh
37	7.4	Sreabhchairt: Freagairt do nithe is údar imní
38	7.5	Saincheisteanna a d'fhéadfadh teacht chun cinn nuair a bhásaíonn dalta trí fhéinmharú/fhéinmharú amhrasta
39	7.6	Éifeacht ghabhálach an fhéinmharaithe
40	Cuid 8	TIMPISTÍ BÓTHAIR AGUS BÁSANNA FORÉIGNEACHA ROINNT SAINCHEISTEANNA
40	8.1	Timpistí bóthair
41	8.2	Bás foréigneach
41	8.3	Bheith mar fhinné ar eachtra
42	8.4	An drochscéala a insint
42	8.5	Cruinnithe le tuismitheoirí
43	8.6	Ionaid Buail Isteach
44	Cuid 9	DÉILEÁIL LEIS NA MEÁIN
44	9.1	Treoirlínte don scoil
46	9.2	Rudaí is ceart agus nach ceart a dhéanamh agus tú ag déileáil leis na meáin
47	9.3	Ceisteanna coitianta maidir le déileáil leis na meáin - An Príomhoide
48	Cuid 10	TEAGMHAIS CHRITICIÚLA LE LINN NA SCRÚDUITHE TEASTAIS
48	10.1	Ceisteanna coitianta ag aimsir na scrúdaithe
51	Cuid 11	ACMHAINNÍ: FREAGAIRT DO THEAGMHAIS CHRITICIÚLA

BUÍOCHAS

Tá roinnt mhaith den eolas atá in Freagairt do Theagmhais Chriticiúla: Treoirlínte agus Ábhair Acmhainne do Scoileanna bunaithe ar an taithí dhíreach atá faighte ag síceolaithe an SNSO ar thacaíocht a chur ar fáil do scoileanna tar éis teagmhais chriticiúla.

Déantar an obair dheacair sin i gcomhar le foireann na scoile, a léiríonn scileanna déileála thar an ngnáth nuair a tharlaíonn tragóid. Tá plean agus foireann bainistíochta teagmhais chriticiúil i bhfeidhm sa chuid is mó de scoileanna ar na saolta seo. Is rudaí iad sin a chabhraíonn leo déileáil le teagmhais nuair a thiteann siad amach. Thug baill foirne de chuid an SNSO aiseolas ar an taithí atá faighte acu i scoileanna agus chuir an t-aiseolas sin bonn eolais faoi na hathruithe a rinneadh ar fhoilseacháin roimhe, chomh maith le hábhair nua a forbraíodh. Cuireadh moltaí a fuarthas ó chomhghleacaithe i gcomhlachtaí bainistíochta scoile, i gceardchumainn agus i ngrúpaí tuismitheoirí san áireamh freisin. Tá buíochas ag dul dóibh as a gcúnamh.

Tá an-chuid saineolais laistigh den SNSO anois mar gheall ar an taithí phraiticiúil atá faighte ag baill foirne mar thoradh ar chomhoibriú le scoileanna agus le gníomhaireachtaí le himeacht na bliana. Tá tiomantas fhoireann an SNSO agus na mball foirne i scoileanna d’oibriú as lámha a chéile i gcásanna deacra thar mholadh beirte. Gabhaim buíochas le gach duine de phobal na scoileanna as an obair sin.

Bhíomar in ann cleachtais an SNSO a fhorbairt agus cuireadh ar ár súile dúinn réimsí ba ghá a fhorbairt tuilleadh de bharr roinnt teagmhais chasta a raibh caidreamh idirghníomhaireachta níos éifeachtaí ag teastáil ina leith. Is mian linn aitheantas a thabhairt do cé chomh luachmhar agus atá an comhar sin lenár gcuid comhghleacaithe i ngníomhaireachtaí eile. Gabhaim buíochas leis na gníomhaireachtaí sin a d’oibrigh leis an SNSO agus a thug aiseolas dúinn ar eachtraí áirithe, mar aon le haiseolas ar an bhfoilseachán seo.

GIORRÚCHÁIN

CMMÉ (ASTI)	Cumann na Meánmhúinteoirí, Éire
SMLÓ	Seirbhísí Meabhairshláinte do Leanaí agus d'Ógánaigh
PBTC	Plean Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil
FBTC	Foireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil
ROS	An Roinn Oideachais agus Scileanna
RS	An Roinn Sláinte
BSM	Bainisteoir Scrúduithe agus Measúnuithe
SCF	Seirbhís Cúnaimh d'Fhostaithe
BOO	Bord Oideachais agus Oiliúna
GOS	Gníomhaireacht Oideachais Sláinte
FSS (HSE)	Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte
CMÉ (INTO)	Cumann Múinteoirí Éireann
LPBÉ	Líonra Príomhoidí Bunscoile na hÉireann
OÁS	Oifig Áitiúil Sláinte
CNPLP	Cumann Náisiúnta na bPríomhoidí agus na Leas-Phríomhoidí
CNCM (NCCA)	An Chomhairle Náisiúnta Curaclaim agus Measúnachta
SNSO (NEPS)	An tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais
ONFC	An Oifig Náisiúnta um Fhéinmharú a Chosc
SFGM (PDST)	An tSeirbhís um Fhorbairt Ghairmiúil do Mhúinteoirí
TB	Timpiste bhóthair
CSS	Coimisiún na Scrúduithe Stáit
OSPS	Oideachas Sóisialta, Pearsanta agus Sláinte
AMÉ (TUI)	Aontas Múinteoirí Éireann
EDS (WHO)	An Eagraíocht Dhomhanda Sláinte

RÉAMHRÁ

Is í aidhm na dtreoirlínte seo ná achoimre a thabhairt ar ról na scoile i dtaobh

meabhairshláinte a chur chun cinn agus córais éifeachtacha chúraim a chruthú

teacht roimh theagmhais chriticiúla

freagairt do theagmhais chriticiúla

Tá na treoirlínte roinnte ina gcodanna, ina ndéantar plé le trí réimse leathana, i. cosc, pleanáil agus idirghabháil

- Cur síos ginearálta ar ról an SNSO
- Cosc
- Ullmhú agus pleanáil
- Saincheisteanna a bhaineann le féinmharú, timpistí bóthair agus bás foréigneach
- Déileáil leis na meáin
- Teagmhais chriticiúla le linn na scrúduithe teastais

Tá Ábhair Acmhainne, i bhfoirm dáileán, i gCuid 11 den cháipéis seo agus is féidir iad a fhótachóipeáil de réir mar is gá. Déanfar tagairt do na dáileáin sin mar AA1, AA2, AA3, srl. san fhoilseachán seo.

COSC

Déantar cur síos gairid sa chuid seo ar ghnéithe de bheartais agus de chleachtais scoileanna a chuireann meabhairshláinte agus folláine chun cinn. Leagtar béim ar an tábhacht a bhaineann le hoiliúint agus feasacht foirne, agus le nósanna imeachta i ndáil le freagairt do dhaltaí leochaileacha. Tá tuilleadh eolais faoi na bealaí ar féidir le scoileanna tacaíocht a thabhairt do dhaltaí a bhfuil deacrachtaí meabhairshláinte acu le fáil i gCuid 7, áit a ndéantar plé leis an bhféinmharú. Tá comhairle chuimsitheach do scoileanna maidir le cur chun cinn na meabhairshláinte le fáil sna foilseacháin *Folláine in Iar-Bhunscoileanna (2013*) agus *Folláine i mBunscoileanna (2015).*

ULLMHÚ AGUS PLEANÁIL

Tugtar mioneolas sa chuid seo ar cén chaoi ullmhú do theagmhais chriticiúla. Déantar plé le:

- Céard is teagmhas criticiúil ann?
- Foireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil (FBTC) a chur ar bun
- Príomhthascanna riaracháin
- Seicliosta maidir le hathbhreithniú a dhéanamh ar bheartais agus ar phleananna

Is féidir teacht ar chomhairle faoi bheartas teagmhais chriticiúil a fhorbairt agus ar theimpléad pleanála i gCuid 11, **R19** agus **R20**.

IDIRGHABHÁIL

Leagtar amach sa chéad trí chuid eile plean gníomhaíochta molta do scoileanna. Treoir céim ar chéim trí na céimeanna éagsúla den fhreagairt is ea é:

- Gníomhartha gearrthéarmacha – Lá 1
- Gníomhartha meántéarmacha – Lá 2/3
- Gníomhartha leantacha.

Tugtar eolas agus comhairle freisin ar phlé a dhéanamh le cineálacha áirithe teagmhais agus saincheiste a d'fhéadfadh teacht chun cinn.

Tá treoirlínte maidir le roinnt de na saincheisteanna a bhaineann le bás trí fhéinmharú/fhéinmharú amhrasta, le timpistí ar bhóthar agus le básanna foréigneacha le fáil i gCuid 7 agus i gCuid 8.

Leagtar amach sa chuid a bhaineann leis na meáin treoirlínte ar cén chaoi ar féidir le scoileanna déileáil le spéis na meán ar an mbealach is fearr. Tá comhairle ar úsáid na meán sóisialta i gcás teagmhas criticiúil san áireamh i gCuid 11, **R22**.

Déantar plé le ról an SNSO le linn na scrúduithe teastais i gCuid 10.

Codanna 1 - 10

TREOIRLÍNTE

FREAGAIRT DO THEAGMHAIS CHRITICIÚLA

CUID 1

RÓL AN SNSO I dTEAGMHAIS CHRITICIÚLA

Céard is teagmhas criticiúil ann?

I gcomhthéacs na scoile, molann an SNSO an sainmhíniú seo a leanas:

> Is éard is teagmhas criticiúil ann ná aon teagmhas nó sraith teagmhas a chuireann gnáthmheicníochtaí déileála na scoile as a riocht.

1.1 CUR SÍOS AR RÓL NA SEIRBHÍSE NÁISIÚNTA SÍCEOLAÍOCHTA OIDEACHAIS (SNSO)

Ó cuireadh Seirbhís Síceolaíochta na Scoileanna ar bun sa bhliain 1965, tá baint ag síceolaithe le cabhrú le pobail scoile freagairt do theagmhais chriticiúla. Tar éis an SNSO a bhunú i 1999, bhí an cúram sin ina chroíghné den obair go fóill. Tá an cúram sin fós ina phríomhréimse seirbhíse, tráth a bhfuil méadú ag teacht ar líon na n-iarratas ar idirghabháil a fhaigheann an SNSO ó scoileanna tar éis teagmhais chriticiúla.

Chomh maith le plé a dhéanamh le beartas agus pleanáil scoile do theagmhais chriticiúla, tá ról tábhachtach ag SNSO i meabhairshláinte agus folláine a chur chun cinn i scoileanna agus i gcosc agus luath-idirghabháil. Tá an ról sin ag teacht le ról na Seirbhíse um Fhorbairt Ghairmiúil do Mhúinteoirí (SFGM), agus tá i gceist leis tacú le scoileanna nósanna imeachta luath-idirghabhála a fhorbairt le cur ar a gcumas plé a dhéanamh leis na daltaí siúd is cosúil a bhfuil deacrachtaí sóisialta, mothúchánacha agus iompair acu.

Nuair a tharlaíonn teagmhas tragóideach, is iondúil go mbíonn i gceist le freagairt an SNSO:

PLEANÁIL	Cabhrú le lucht bainistíochta na scoile tábhacht agus tionchar an teagmhais a mheas, plean a chur i dtoll a chéile, acmhainní na scoile a eagrú agus rochtain ar chórais tacaíochta eile.
EOLAS AGUS COMHAIRLE	Eolas agus comhairle a thabhairt don lucht bainistíochta agus don fhoireann agus iad ag glacadh leis an méid a tharla.
TACAÍOCHT	A bheith ar fáil d'fhoireann na scoile agus iad ag tabhairt tacaíochta do na daltaí ionas gur féidir leo comhairle a fháil D'fhéadfadh sé go mbeadh cruinnithe tacaíochta ag tús agus ag deireadh an lae scoile i gceist leis seo.
SCAGADH	Comhoibriú le múinteoirí d'fhonn sainaithint a dhéanamh ar na daltaí siúd is mó a bhfuil tacaíocht uathu, agus nósanna imeachta a fhorbairt i ndáil le hathbhreithniú a dhéanamh ar an gcuid riachtanas agus éascaíocht a dhéanamh ar chur ar aghaidh, más gá.

Is é príomhról an SNSO ná comhairle agus tacaíocht a thabhairt do na múinteoirí agus do na daoine fásta eile a oibríonn leis na daltaí ó lá go lá agus is fearr a bhfuil aithne acu orthu. Tugann an dea-chleachtas le fios go gcaithfidh na daltaí a bheith in éineacht leis na daoine a bhfuil aithne acu orthu agus a bhfuil muinín acu astu. Is tairbhí ar fad é, dá bhrí sin, má thugann foireann na scoile tacaíocht do na daltaí toisc gurb iadsan na daoine a bheidh thart san fhadtéarma agus is fearr a bheidh siad in ann monatóireacht a dhéanamh ar a gcuid daltaí go ceann na laethanta agus na seachtainí tar éis teagmhais.

Ní chuireann an SNSO comhairleoireacht ar fáil, ach cuireann tacaíocht, eolas agus comhairle láithreach ar fáil don fhoireann ar bhonn gearrthéarmach.

Corruair i gcás mórtheagmhas criticiúil, déanann lucht bainistíochta na scoile cinneadh cruinniú le tuismitheoirí a ghairm le tacaíocht a thabhairt do na tuismitheoirí agus le heolas a scaipeadh orthu. D'fhéadfadh sé go bhfreastalódh an síceolaí ar an gcruinniú sin le breac-chuntas a thabhairt ar ról an SNSO, ceisteanna a fhreagairt ar thionchar an teagmhais ó thaobh síceolaíochta de agus comhairle a chur ar fáil ar na bealaí is fearr ar féidir le tuismitheoirí tacú lena gcuid leanaí (féach Cuid 8.5).

I líon an-teoranta cásanna, d'fhéadfadh an SNSO agus gníomhaireachtaí seachtracha, i gcomhairle leis an scoil, cinneadh a dhéanamh seirbhís buail isteach a chur ar fáil do thuismitheoirí. D'fhéadfadh sé go mbeadh fáil ar shíceolaithe de chuid an SNSO ag a leithéid de sheirbhís buail isteach mar chuid d'fhreagairt idirghníomhaireachta (féach Cuid 8.6).

1.2 AN SNSO MAR SHEIRBHÍS SCOILE

Seirbhís tacaíochta scoile is ea an SNSO, a chuireann formhór a sheirbhísí ar fáil i dtimpeallacht scoile. Is iondúil go mbeidh an síceolaí scoile a dtabharfar an cás dó nó di páirteach i dtacú le freagairt na scoile don teagmhas agus beidh aithne ag foireann na scoile air nó uirthi cheana féin den chuid is mó. Nuair a tharlaíonn tragóid, beidh duine atá eolach ar an scoil agus a bhfuil aithne aige nó aici ar na baill foirne agus ar na daltaí cheana in ann tacaíocht níos fearr a chur ar fáil sa scoil. Is mór is fiú réamheolas ar ghnáthreáchtáil na scoile, tráth a bhfuil an saol trí chéile. Tugann an aithne sin sólás don phríomhoide agus do bhaill foirne eile de chuid na scoile. Fiú i gcásanna nuair nach bhfuil réamheolas ag an síceolaí ar an scoil, is an-áisiúil ar fad a bhíonn taithí an SNSO ar dhéileáil le teagmhais i dtimpeallachtaí scoile agus an caidreamh atá aige le gníomhaireachtaí tacaíochta áitiúla.

Leanfaidh síceolaithe de chuid an SNSO príomhoide na scoile agus beidh siad in ann comhairle a thabhairt ar na bealaí is fearr le leanúint ar aghaidh. Ós rud é nach mbeidh mórán taithí ag an gcuid is mó de scoileanna ar a leithéid de theagmhais, is mór ag lucht bainistíochta na scoile an chomhairle shoiléir a fhaigheann siad fad is atá siad ag déileáil leis an suaitheadh tosaigh.

1.3 CAIDREAMH IDIRGHNÍOMHAIREACHTA

Nuair a bhíonn roinnt gníomhaireachtaí seachtracha páirteach sa fhreagairt, tugann taithí le fios go mbíonn gá le ról comhordaithe. In amanna ní bhíonn scoileanna in ann déileáil leis an iliomad tairiscintí cabhrach a fhaigheann siad ó dhaoine aonair agus ó ghníomhaireachtaí, go háirithe nuair a thiteann mórtheagmhas amach. Is féidir leis an SNSO tacú leis na scoileanna na tairiscintí sin a chomhordú agus comhairle a chur orthu faoin gcaoi a bhféadfaidís an leas is fearr a bhaint as na acmhainní éagsúla atá ar fáil agus iad a bhainistiú. Ní mór do na nósanna imeachta i ndáil le cruinnithe le daltaí a thaifeadadh agus le cur ar aghaidh a bheith soiléir agus comhaontaithe ag an bhFoireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil.

CUID 2

COSC

Is féidir le scoileanna plé a dhéanamh le cosc ach córais a bheith i bhfeidhm acu, ar córais iad a chuireann sláinte agus folláine mothúchán chun cinn, a fhorbraíonn teacht aniar i measc na mball foirne agus na ndaltaí araon, agus a ullmhaíonn iad leis an lámh in uachtar a fháil ar réimse tarluithe saoil.

Tá cur na meabhairshláinte chun cinn ina chuid ríthábhachtach den obair sin. Is iad seo a leanas roinnt de na sainmhínithe atá tugtha ar an meabhairshláinte:

"Staid folláine mothúchánaí agus sóisialta ina bhfaigheann an duine aonair tuiscint ar a chineálacha cumais féin agus inar féidir leis gnáthbhrúnna an tsaoil a bhainistiú, oibriú go héifeachtach, agus ról a imirt ina phobal." (EDS, 1999).

"An teacht aniar mothúchánach agus spioradálta a chuireann ar ár gcumas taitneamh a bhaint as an saol agus teacht slán as pian, díomá agus brón." (GOA, 1997).

Tá an tOideachas Sóisialta, Pearsanta agus Sláinte (OSPS) ar cheann de na príomhuirlis atá ar fáil do scoileanna le cabhrú leo tacú le forbairt shláintiúil na ndaltaí uile.

An tOideachas Sóisialta, Pearsanta agus Sláinte

Príomhghné d'obair choisc na scoile is ea an tOideachas Sóisialta, Pearsanta agus Sláinte (OSPS). Is gné riachtanach de Churaclam na Bunscoile agus de Chlár na Sraithe Sóisearaí é. I gcás na Sraithe Sinsearaí, spreagtar do scoileanna clár OSPS a chur ar fáil. Tá dréacht-chreatchuraclam le haghaidh an OSPS sa tSraith Shinsearach le fáil ar láithreán gréasáin an CNCM. Tá Dréacht-Treoirlínte ar an bhFolláine sa tSraith Shóisearach á bhforbairt ag an CNCM faoi láthair.

Is iomaí scoil a thapaíonn deis na hIdirbhliana le plé níos doimhne a dhéanamh le réimsí amhail forbairt phearsanta agus meabhairshláinte.

Tacaíonn an OSPS le forbairt agus folláine fhisiciúil, mheabhrach, mhothúchánach, shóisialta agus spioradálta na mball uile de phobal na scoile. Nuair a chuirtear i bhfeidhm go maith é, tá ról iontach tábhachtach le himirt aige i dtimpeallachtaí sláintiúla, oiliúnacha agus slán sábháilte a chruthú. Is idirghabháil 'uilíoch' é, a dhíríonn ar na daltaí ar fad, agus a fheabhsaíonn sláinte phobal na scoile uile dá bharr sin. Is cóir é a dhéanamh ina chuid de shaol acadúil, sóisialta, mothúchánach, caitheamh aimsire agus ealaíonta na scoile. Tá tábhachtach nach beag ag baint leis i leith straitéis scoile uile, a spreagann daltaí chun a dtreoirphrionsabail agus a dtuairimí a fhorbairt agus a chabhraíonn leo na scileanna saoil a fháil a bheidh ag teastáil uathu le saol folláin a chaitheamh sa phobal.

Ba chóir go spreagfaí múinteoirí, tuismitheoirí agus gníomhaireachtaí atá sa phobal sin chun páirt ghníomhach a ghlacadh sa phróiseas sin agus é a chur chun cinn. Ní foláir ionchuir ó sheirbhísí de chuid FSS agus ó ghrúpaí pobail eile a chomhtháthú go cúramach in obair fhoireann an OSPS ionas go dtacófar le hobair fhoriomlán na scoile ó thaobh cur chun cinn na sláinte de.

Tá i gCuid 7.2 treoir do scoileanna maidir le hoiriúnacht clár seachtrach a mheas. I measc na ngnéithe a imríonn ról i scoil shláintiúil, shábháilte a chruthú tá:

- **Timpeallacht shlán ó thaobh síceolaíochta de** a chruthú, lena n-áirítear soláthar maith OSPS, córais éifeachtacha tréadchúraim, nósanna imeachta i leith sainaithint a dhéanamh ar dhaltaí leochaileacha agus úsáid acmhainní scoile, amhail treoir agus comhairleoireacht, le freagairt do na riachtanais a bhíonn ag daltaí leochaileacha den sórt sin. Is iomaí dúshlán a chaithfidh daoine óga a shárú ina saol. Is minic a chruthaítear deacrachtaí nuair nach nglactar leis an té mar gheall ar an gcineál duine is ea é. D'fhéadfadh sé go mbeadh deacrachtaí ag leanaí sa timpeallacht scoile má mhothaíonn siad go bhfuil siad difriúil ón gcuid eile de bharr a ngnéasacht, a n-eitneacht, a suimeanna, a mbuanna, a dteaghlach, an chuma atá orthu, srl. Bíonn scoileanna slána, cuimsitheacha san airdeall ar fhadhbanna féideartha

- **Cláir OSPS a chomhtháthú** sa churaclam ar bhealach leathan a dtéann i ngleic le saincheisteanna amhail brón agus bás; scileanna cumarsáide; bainistíocht struis agus feirge; teacht aniar; bainistíocht choinbhleachta; fadhbréiteach; cabhair a lorg; bulaíocht; cinnteoireacht agus úsáid agus mí-úsáid alcóil agus drugaí

- **Saincheisteanna a bhaineann le meabhairshláinte a dhéanamh ina gcuid den ghnáthsholáthar OSPS.** Déantar cláir a chuireann gníomhaireachtaí seachtracha ar fáil chun meabhairshláinte dhearfach a chur chun cinn a chomhtháthú san OSPS ar an iomlán agus sa phlean tacaíochta daltaí don scoil. Tabhair faoi deara: Féach ar Chuid 7 le comhairle bhreise a fháil ar mheabhairshláinte agus féinmharú.

- **Timpeallacht atá slán go fisiciúil**

- **Oiliúint agus acmhainní a chur ar fáil don fhoireann** maidir le saincheisteanna a mbíonn tionchar acu ar dhaoine óga (féach Cuid 11)

- **Córais agus nósanna imeachta a chruthú le sainaithint a dhéanamh ar dhaltaí atá i mbaol,** agus leis na daltaí sin a chur ar aghaidh chuig pearsanra scoile ar féidir leis iad a scrúdú agus tacaíocht a thabhairt dóibh.

- **Naisc a fhorbairt le gníomhaireachtaí seachtracha**, chomh maith le nósanna imeachta soiléiré a leagan amach, i dtaca le cur ar aghaidh cuí i gcás daltaí a bhfuil deacrachtaí níos tromchúisí acu.

- Tá cur amach ag an bhfoireann ar na **Treoirlínte agus Nósanna Imeachta um Chosaint Leanaí** agus is eol dóibh cén chaoi plé a dhéanamh le hábhair is údar imní nó le nochtuithe.

- **Tacaíocht a chur ar fáil** do bhaill foirne na scoile, mar aon le heolas soiléir ar cén chaoi ar féidir leo teacht ar an tSeirbhís Chúnaimh d'Fhostaithe **(Saorghlao 1800 411057)**.

Má dhírítear ar na réimsí sin bainfear amach scoil shlán, gheofar réidh leis an stiogma a bhaineann le fadhbanna meabhairshláinte agus cothófar forbairt daoine óga atá sláintiúil ó thaobh na hintinne, an choirp agus an spioraid de. Spreagfar daltaí, múinteoirí agus tuismitheoirí chun labhairt amach go díreach faoi na fadhbanna atá acu agus chun cabhair a lorg nuair is gá, agus déanfar éascaíocht orthu déanamh amhlaidh.

Cuirtear acmhainní breise ar fáil do scoileanna i ndáil le cur chun cinn na meabhairshláinte in *Folláine in Iar-Bhunscoileanna: Treoirlínte do Chothú na Meabhairshláinte agus do Chosc an Fhéinmharaithe (2013)*, in *Foirne Tacaíochta Scoláirí in Iar-Bhunscoileanna (2014)* agus in *Folláine i mBunscoileanna: Treoirlínte do Chothú na Meabhairshláinte (2015)*.

CUID 3

ULLMHÚ AGUS PLEANÁIL

3.1 PLEAN A CHUR I dTOLL A CHÉILE

Is iondúil go mbaintear suaitheadh as pobal na scoile nuair a fhaigheann dalta nó múinteoir bás go tobann. Bíonn idir na baill foirne agus na daltaí an-leochaileach ar fad don chéad trí seachtaine i ndiaidh sin agus ní mór dóibh leas a bhaint as na hacmhainní uile a bhfuil fáil acu orthu d'fhonn an teagmhas a chur taobh thiar díobh.

Is í an phleanáil an rud is tábhachtaí i leith teagmhais chriticiúla a bhainistiú. Cuireann síceolaithe de chuid an SNSO in iúl gur fearr a bhíonn scoileanna in ann déileáil le hiarmhairt an teagmhais nuair atá **Plean Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil** (PBTC) forbartha acu. Nuair atá plean i bhfeidhm, cuirtear ar chumas na mball foirne freagairt go gasta agus go héifeachtach don chás agus a chinntiú nach n-imíonn sé ó smacht. Cinntíonn sé freisin gur féidir filleadh ar an ngnáthshaol arís chomh luath agus is féidir agus go gcuirtear teorainn leis an tionchar a imríonn an teagmhas ar dhaltaí agus ar bhaill foirne.

Tugann taighde le fios go bhfuil ríthábhacht ag baint le freagairt na scoile sna chéad 48 uair an chloig. Tá sé tábhachtach, mar sin, go n-ullmhódh gach uile scoil Plean Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil. Tá teimpléid le haghaidh beartas bainistíochta teagmhais chriticiúil agus PBTC le fáil i gCuid 11, AA19 agus AA20. Is ceart do scoileanna iad sin a fhorbairt trí thagairt do na dálaí agus do na riachtanais ar leith a bhaineann leosan. Moltar deis a thabhairt do thuismitheoirí agus do dhaltaí a bheith páirteach i bhforbairt an Phlean Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil, leis.

3.2 SAINMHÍNIÚ A THABHAIRT AR THEAGMHAS CRITICIÚIL

I gcomhthéacs na scoile, molann an SNSO an sainmhíniú seo a leanas:

Is éard is teagmhas criticiúil ann ná aon teagmhas nó sraith teagmhas a chuireann gnáthmheicníochtaí déileála na scoile as a riocht.

3.3 RÓL AN tSÍCEOLAÍ DE CHUID AN SNSO I bPLEANÁIL TEAGMHAIS CHRITICIÚIL

Is féidir leis an síceolaí scoile tacú le scoileanna pleanáil a dhéanamh ar roinnt bealaí

- **cur i láthair** a thabhairt do scoil nó do ghrúpa scoileanna maidir le PBTC a fhorbairt agus/nó cén chaoi freagairt do theagmhas criticiúil
- scoileanna a spreagadh chun **Foireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil (FBTC)** a chur ar bun
- freastal ar an gcéad chruinniú den **FBTC**
- freastal ar **chruinniú leantach** leis an bhfoireann leis an dréachtbheartas/dréachtphlean a phlé agus le haiseolas a thabhairt air sula dtabharfar chun críche é.

3.4 FOIREANN BAINISTÍOCHTA TEAGMHAIS CHRITICIÚIL (FBTC) A CHUR AR BUN

Is iomaí tasc a chaithfear a dhéanamh nuair a tharlaíonn géarchéim. Má dhéantar sainaithint príomhróil roimh aon teagmhas, is ann do ráiteas soiléir ar **cé na daoine a leagfar na róil sin de chúraim orthu, céard a bheidh i gceist leo, cén uair a dhéanfar iad, agus cén chaoi a ndéanfar iad.** Má tá plean maith ann, cinntítear freisin nach gcuirtear an iomarca brú ar aon duine aonair agus nach ndéantar dearmad ar ghnéithe tábhachtacha den fhreagairt. Imríonn an príomhoide príomhról i bhformhór mór na gcásanna. Bíonn páirt thábhacht le glacadh ag baill foirne áirithe, amhail an treoirchomhairleoir, an séiplíneach, an comhordaitheoir teagmhála baile is scoile agus baill den fhoireann riachtanais speisialta oideachais nó den fhoireann tacaíochta daltaí mar gheall ar an oiliúint agus an saineolas ar leith atá acu. Is cóir a ról a mheas go cúramach dá bhrí sin.

Is ceart do dhaltaí a bheith páirteach in ullmhú na bpleananna, nuair is iomchuí, le go mbeidh a fhios acu a mbeadh i ndán dóibh dá dtarlódh teagmhas tragóideach. D'fhéadfadh sé go mbeadh na pointí seo a leanas ina gcúnamh chun a chinntiú go gcuirfear foireann éifeachtach ar bun:

- ba chóir do na baill a bheith oiriúnach dá ról. Ba chóir dóibh suim a bheith acu in obair den chineál seo, mar aon le scileanna áirithe (m.sh. dea-scileanna idirphearsanta, dea-scileanna eagrúcháin, cur chuige stuama). D'fhéadfadh sé nach mbeadh duine ar bhásaigh duine muinteartha leis le déanaí oiriúnach don fhoireann
- ba chóir go mbeadh gach ball sásta roinnt uaireanta an chloig a chur i leataobh don obair
- ba chóir go mbeadh na dualgais a bhaineann leis na róil éagsúla leagtha amach go soiléir
- ba chóir go mbeadh méid na foirne ag teacht le méid na scoile
- ba chóir don fhoireann teacht le chéile ar bhonn bliantúil le hathbhreithniú a dhéanamh ar an bplean agus le hé a nuashonrú
- ba chóir go bhfanfadh na baill ar an bhfoireann go ceann scoilbhliana ar a laghad de ghnáth.

I measc na ról féideartha tá:	CEANN FOIRNE
	TEAGMHÁLAÍ LEIS AN nGARDA SÍOCHÁNA
	TEAGMHÁLAÍ LEIS AN bhFOIREANN
	TEAGMHÁLAÍ LEIS NA DALTAÍ
	TEAGMHÁLAÍ LEIS NA TUISMITHEOIRÍ
	TEAGMHÁLAÍ LEIS AN bPOBAL/LE GNÍOMHAIREACHTAÍ
	RIARTHÓIR TEAGMHÁLA LEIS NA MEÁIN

Tá cuntas mionsonraithe ar na róil sin le fáil sa teimpléad le haghaidh plean bainistíochta teagmhais chriticiúil (féach Cuid 11, AA19). Tá seans ann go mbeadh ról le himirt ag ceannairí/ionadaithe daltaí chomh maith.

3.5 PRÍOMHTHASCANNA RIARACHÁIN

Caithfear roinnt tascanna riaracháin a chur i gcrích roimh ré. Ba chóir go gcoinneofaí na sonraí teagmhála cothrom le dáta ionas go mbeadh cumarsáid idir ghasta agus éifeachtach i gcás teagmhas criticiúil. Is iondúil gurb é rúnaí na scoile a bhíonn i mbun an róil sin. I gcás teagmhais, caithfear plé a dhéanamh le gnáthghnó na scoile de bhreis ar na tascanna seo ar fad.

Coinnigh liosta uimhreacha teileafóin cothrom le dáta. Ba chóir go mbeadh fáil ar uimhreacha le haghaidh:

DALTAÍ
TUISMITHEOIRÍ / CAOMHNÓIRÍ
BAILL FOIRNE
LIOSTA TEAGMHÁLAITHE ÉIGEANDÁLA (féach Cuid 11, AA21).
Ba cóir an liosta sin a chur ar taispeáint i seomra na foirne, in oifig na scoile agus in oifig an phríomhoide.

Ba chóir a chomhaontú cá háit a gcoinneofaí na liostaí. Ba cóir dáta a chur ar na liostaí go léir agus ba chóir freagracht as na liostaí a choinneáil cothrom le dáta ag tréimhsí comhaontaithe a leagan síos go soiléir. Ba chóir go gcuirfí pleananna d'fhoirgnimh na scoile ar taispeáint in áiteanna tábhachtacha agus go mbeadh na bealaí amach aibhsithe orthu - éilítear iad seo de réir na rialachán Sláinte agus Sábháilteachta ar aon chuma.

Ba chóir go mbeadh na nithe seo a leanas san áireamh san eolas éigeandála a chuirtear le chéile le haghaidh turais scoile:

- Liosta de na daltaí/de na baill foirne ar fad atá ar an turas agus ainm an mhúinteora atá i gceannas
- Liosta d'uimhreacha fóin póca an mhúinteora atá i gceannas agus na mball foirne eile atá leis nó léi
- Eolas leighis atá cothrom le dáta faoi dhaltaí a bhfuil ailléirgí, titimeas, srl. orthu

Teimpléid a ullmhú

- Ullmhaigh teimpléid le haghaidh litreacha do thuismitheoirí agus teimpléid i gcomhair preasráiteas. Ba chóir dóibh bheith 'réidh le dul' agus ar ríomhchóras na scoile ionas go bhféadfaí iad a chur in oiriúint nuair a tharlaíonn teagmhas.

Pacáistí éigeandála

- Ba chóir go mbeadh fáil éasca ag baill an FBTC ar roinnt cáipéisí tábhachtacha i gcás éigeandála, m.sh. liosta teagmhálaithe éigeandála, seicliosta do na chéad 24 uair an chloig, plean d'fhoirgnimh na scoile.

Cúrsaí riaracháin le linn teagmhais

- Déan sainaithint ar líne thiomnaithe theileafóin, nach n-úsáidfear ach amháin le haghaidh glaonna tábhachtacha isteach agus amach
- Missing translation
- Ainmnigh pointe a gcoinneofar taifead ar imeachtaí agus ar ghlaonna teileafóin isteach agus amach
- Ba chóir taifead a choinneáil ar gach uile tairiscint ar chúnamh – ainm na gníomhaireachta, a raibh á thairiscint acu, ainm agus uimhir theagmhála. D'fhéadfaí teagmháil a dhéanamh leis na gníomhaireachtaí sin ar ball más iomchuí
- Comhaontaigh socruithe i leith plé a dhéanamh le gnáthghnó na scoile.

3.6 AN PLEAN A CHUR IN IÚL

Ba chóir dul i ndáil chomhairle le gach ball foirne agus le gach dalta agus an phleanáil ar bun

- Más rud é go bhfuil líon suntasach daltaí sa scoil a thagann ó chúlraí eitneacha nó reiligiúnacha difriúla, is maith an smaoineamh é comhairle a lorg ó na tuismitheoirí faoi na creidimh agus faoi na deasghnátha atá acu le go mbeidh an scoil feasach ar aon deacrachtaí a d'fhéadfadh titim amach, (féach Cuid 4.5).

- A luaithe a bheidh beartais agus nósanna imeachta bainistíochta teagmhais chriticiúil na scoile ullmhaithe, ba chóir go gcuirfí an fhoireann go léir ar an eolas fúthu
- Na páirtithe siúd a mbeidh **príomhróil** acu i gcur an PBTC i ngníomh, ba chóir go mbeidís in ann rochtain ar an bplean sin ar an toirt.
- D'fhéadfadh sé go ndéanfadh lucht bainistíochta na scoile cinneadh cóip den phlean deiridh a thabhairt do gach ball foirne chomh maith. Seachas sin, d'fhéadfadh sé go mbeadh fáil éasca ar chóipeanna den phlean in oifig na scoile agus ar an ríomhchóras
- Ba chóir go gcuirfí daltaí agus tuismitheoirí ar an eolas
- Ba chóir go gcuirfí gach ball foirne nua, cibé buan nó sealadach, ar an eolas faoi mhionsonraí an phlean.

3.7 SEICLIOSTA MAIDIR LE hATHBHREITHNIÚ A DHÉANAMH AR AN mBEARTAS AGUS AR AN bPLEAN

An ndearnadh dianmhachnamh ar an gcur chuige atá ag an scoil i leith coisc?
An bhfuil sainmhíniú tugtha ag an scoil ar céard is teagmhas criticiúil ann agus an bhfuil samplaí curtha ar fáil?
An bhfuil sainaithint shoiléir déanta ar na príomhróil agus an bhfuil cuntas tugtha ar na tascanna sannta?
An bhfuil baill foirne ainmnithe chun gach ceann de na róil/tascanna?
An bhfuil na daoine sin oiriúnach?
An bhfuil a phacáiste éigeandála féin curtha le chéile ag gach duine den fhoireann (fótachóipeanna agus dáileáin ábhartha)?
An ndearnadh teagmháil le gníomhaireachtaí seachtracha?
An bhfuil an liosta teagmhálaithe éigeandála (Cuid 11, **R21**) idir iomchuí agus iomlán?An
bhfuil na litreacha agus na preasráitis ar pháipéar ceannteidil na scoile agus an bhfuil fáil éasca orthu le gur féidir iad a chur in oiriúint do na cúinsí áirithe?
An bhfuil na huimhreacha teileafóin atá ar an liosta teagmhálaithe cothrom le dáta?
An ndeachthas i ndáil chomhairle leis an bhfoireann ar fad faoin bplean/mbeartas?
An bhfuil dáta socraithe le hathbhreithniú a dhéanamh ar an bplean?
Cé dóibh a dtabharfar cóipeanna den phlean?
Cá háit a gcoinneofar cóipeanna den phlean?
An ndeachthas i ndáil chomhairle le tuismitheoirí faoin bplean?
An ndeachthas i ndáil chomhairle leis na daltaí faoin bplean?

CUID 4

PLEAN GNÍOMHAÍOCHTA DON PHRÍOMHOIDE/ CHEANN FOIRNE: GNÍOMHARTHA GEARRTHÉARMACHA

Lá 1

Tugtar sa chuid seo de na treoirlínte breac-chuntas ar phleananna gearrthéarmacha do scoileanna. Déantar plé le gníomhartha meántéarmacha agus leantacha i gCuid 5 agus i gCuid 6.

4.1 MEASÚNÚ TOSAIGH AR AN TEAGMHAS

Anois go bhfuil méadú ag teacht ar líon na dteagmhas criticiúil, is gá soiléiriú a thabhairt ar an gcineál freagartha a d'fhéadfadh síceolaí de chuid SNSO a chur ar fáil i gcásanna difriúla. Leis sin a dhéanamh, tá sé beartaithe rangú a dhéanamh ar leibhéil freagartha, a bheidh nasctha le roinnt fachtóirí a théann i bhfeidhm ar an gcás. Ní bhaineann an rangú sin de cé chomh tromchúiseach is atá aon teagmhas áirithe ar bhealach ar bith. Tá sé mar aidhm aige cabhrú le scoileanna agus le síceolaithe measúnú a dhéanamh ar an leibhéal idirghabhála atá ag teastáil, lena n-áirítear na tacaíochtaí breise a d'fhéadfadh síceolaí a iarraidh ar chomhghleacaithe agus ar ghníomhaireachtaí eile.

CÉIM 1 Cén cineál freagartha atá ag teastáil?	• **Leibhéal Freagartha 1:** bás dalta nó baill foirne a bhí i mbéal an bháis; bás tuismitheora/dearthár/deirfféar; dóiteán sa scoil nach cúis le haon gortú tromchúiseach; dochar tromchúiseach do mhaoin na scoile. • **Leibhéal Freagartha 2:** bás tobann dalta nó baill foirne. • **Leibhéal Freagartha 3:** timpiste/teagmhas a bhaineann le roinnt daltaí; bás foréigneach; teagmhas atá in airde sna meáin nó a bhaineann le roinnt scoileanna éagsúla.
CÉIM 2 Ar chóir go mbeadh síceolaí páirteach sa fhreagairt?	• Déan machnamh ar nádúr an teagmhais agus ar cén chaoi a bhfuil do scoil ag déileáil leis. Cén tacaíocht atá ag teastáil uaibh ón SNSO agus/nó ó ghníomhaireachtaí eile?
CÉIM 3 Cén chaoi ar féidir liom riachtanais na scoile a mheas?	• An bhfuil an teagmhas ag dul sa mhuileann ar an scoil? • An raibh teagmhas eile ann roimhe seo? Cén uair a tharla sé? Cén sórt teagmhais? Más rud é go raibh níos mó ná teagmhas amháin ann, cá mhéad? (Sa chás gur tharla teagmhas nó roinnt teagmhas sa scoil ar na mallaibh, b'fhéidir go bhfuil na baill foirne traochta nó trína chéile. Ar an taobh eile den scéal, b'fhéidir go mothaíonn siad go bhfuil níos mó taithí acu agus gur fearr a bheidh siad in ann déileáil leis). • An bhfuil plean/foireann bainistíochta teagmhais chriticiúil i bhfeidhm? • An ann do chóras maith tréadchúraim sa scoil? • An bhfuil spéis shuntasach ag na meáin sa teagmhas? • An bhfuil gníomhaireachtaí eile páirteach sa fhreagairt cheana?

CÉIM 4 Céard is gá dom a dhéanamh?	• I gcás teagmhais a bhfuil freagairt Leibhéal 1 ag teastáil ina leith, d'fhéadfadh sé gur leor labhairt leis an síceolaí ar an bhfón. Aimsigh do chóip de Freagairt do Theagmhais Chriticiúla: Treoirlínte agus Ábhair Acmhainne do Scoileanna (2016). Déanfaidh an síceolaí tagairt den cháipéis sin agus tabharfaidh trí na codanna ábhartha thú. Tá cóip curtha ar fáil do gach scoil. Tá sí le fáil ar www.education.ie freisin ach na naisc chuig an SNSO a leanúint. • I gcás teagmhais a bhfuil freagairt Leibhéal 2 agus Leibhéal 3 ag teastáil ina leith, déan teagmháil leis an SNSO. Tabharfaidh síceolaí amháin ar a laghad cuairt ar an scoil ag brath ar an teagmhas.

Tabhair d'uimhir fóin póca don síceolaí agus faigh a cheannsa ionas go mbeidh sibh in ann teagmháil a dhéanamh lena chéile gan mhoill.

Tá seicliosta curtha ar fáil ag deireadh na coda seo. Braithfidh na nósanna imeachta a bheidh le leanúint ar an teagmhas ar leith a tharla agus ar na socruithe áirithe a bheidh i bhfeidhm i do scoil.

4.2 PLEAN GNÍOMHAÍOCHTA TOSAIGH

- Bailigh eolas cruinn. Is tábhachtach an rud é eolas cruinn a bhailiú faoin teagmhas nó tosóidh ráflaí ag dul thart agus cuirfear le fulaingt na ndaoine a bhfuil baint acu leis.

- Faigh amach na fíricí: Céard a tharla? Cén uair a tharla sé? Cén chaoi ar tharla sé? Uimhir agus ainmneacha na ndaltaí agus na mball foirne a bhfuil baint acu leis an teagmhas. An bhfuil baint ag scoileanna eile leis? Cé chomh holc is atá na gortuithe agus cá bhfuil na daoine siúd atá gortaithe?

- Déan teagmháil le gníomhaireachtaí cuí (féach Liosta Teagmhálaithe Éigeandála na scoile: Cuid 11, **R21**)

  SEIRBHÍS ÉIGEANDÁLA
  SEIRBHÍS LEIGHIS
  AN BORD BAINISTÍOCHA
  AN tSEIRBHÍS NÁISIÚNTA SÍCEOLAÍOCHTA OIDEACHAIS
  FEIDHMEANNACHT NA SEIRBHÍSE SLÁINTE
  CEARDCHUMAINN MÚINTEOIRÍ
  COIMISIÚN NA SCRÚDUITHE STÁIT
  AN SAGART PARÓISTE/AN CHLÉIR

- Gair cruinniú le príomhbhaill foirne/leis an bhFoireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil. Ag brath ar an teagmhas, moltar cruinniú a eagrú amach sa tráthnóna nó go moch ar maidin lena chinntiú go mbeidh an fhoireann ullmhaithe agus go mbeidh plean i bhfeidhm don lá scoile.

4.3 CLÁR OIBRE LE hAGHAIDH AN CHRUINNITHE LEIS AN bhFOIREANN BAINISTÍOCHTA TEAGMHAIS CHRITICIÚIL/LE PRÍOMHBHAILL FOIRNE

Comhroinn na sonraí ar fad faoin teagmhas
Comhaontaigh na fíricí. Beidh ar na baill foirne ar fad iad sin a chur in iúl do na daltaí ar bhealach soiléir, cuí agus comhsheasmhach
Déan plé ar na gníomhaireachtaí a bhfuil teagmháil déanta leo agus ar ghníomhaireachtaí eile ba chóir a chur ar an eolas (féach an Liosta Teagmhálaithe Éigeandála, Cuid 11, **R21**)
Caithfear aird ar leith a thabhairt ar chumarsáid a bhainistiú. Bain leas as na meáin shóisialta le cumarsáid fíorasach, chuí a éascú
Sa chás go bhfuil roinnt gníomhaireachtaí seachtracha páirteach sa fhreagairt, is gá iad a chomhordú agus nósanna imeachta a chomhaontú. D'fhéadfadh gníomhaireacht ar nós an SNSO an ról sin a ghlacadh
Pleanáil na nósanna imeachta don lá
Déan plé ar shaincheisteanna a bhaineann le gnáthamh na scoile, lena n-áirítear cibé acu ar chóir an scoil a dhúnadh. Ná déan dearmad gur tábhachtach an rud é cloí leis an ngnáthamh nuair is féidir. Moltar amchlár na scoile a rith mar is gnách. Mothóidh daoine go bhfuil siad sábháilte dá bharr agus beidh siad buíoch as an struchtúr, rud a thugann sólás do roinnt mhaith daltaí. Ba chóir do mhúinteoirí deis a thabhairt do dhaltaí labhairt faoin méid a tharla agus gníomhaíochtaí acadúla a chur ar an méar fhada go ceann píosa más gá. Féach Cuid 11, **R5** le tuilleadh eolais a fháil
B'fhéidir gur mhaith leat tuairimí na ndaltaí a lorg má tá imeacht sceidealaithe, amhail turas, ceolchoirm, cluiche, srl. Laghdófar an baol leis sin go mbeidh fearg ar dhaltaí ar ball de bharr go ndearna an scoil rud éigin nó gur theip uirthi rud éigin a dhéanamh.
Déan plé ar na bealaí is féidir an drochscéala a insint do dhaoine muinteartha agus do dhlúth-chairde agus ar an duine is fearr chun é sin a dhéanamh (ná déan dearmad go gcaithfear labhairt leo astu féin i ngach uile chás)
Déan plé ar na bealaí a bhféadfadh an drochscéala a insint don chuid eile de na daltaí. Is iondúil go mbíonn sé níos fearr labhairt leo ina ngrúpaí ranga, seachas i dtionól mór (féach Cuid 11, AA5)
Déan plé ar cén chaoi sainaithint a dhéanamh ar dhaltaí leochaileacha (féach leathanach 25)
Má tá daltaí as tíortha eile nó a bhfuil creidimh éagsúla acu sa scoil, ní mór an méid sin a chur san áireamh nuair atá seirbhísí paidreacha, freastal ar an tsochraid, srl. á n-eagrú
D'fhéadfadh sé go gcaithfí dul i ndáil chomhairle le tuismitheoirí a bhfuil creidimh éagsúla acu nó arbh as tíortha eile dóibh

Eagraigh cruinniú faisnéise don fhoireann uile (lena n-áirítear foireann choimhdeach). B'fhéidir go gcaithfí an cruinniú sin a dhéanamh in dhá ghrúpa ag brath ar na socruithe maoirseachta i gcomhair na ndaltaí.
Comhaontaigh téacs na litreach a sheolfar amach chuig na tuismitheoirí (féach Cuid 11, **R2** agus **R5**)
Déan plé ar cén chaoi a ndéileálfar leis na meáin. Ullmhaigh ráiteas do na meáin agus cuir suas ar láithreán gréasáin na scoile é, más iomchuí (féach Cuid 9 agus Cuid 11, **R4**). Is féidir an ráiteas sin a chur tríd an r-phost chuig ionadaithe meán a dhéanann teagmháil leis an scoil. B'fhéidir go n-úsáidfear é chomh maith má iarrtar agallamh.
Dáil freagrachtaí ar an mball cuí den Fhoireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil nó ar phríomhbhall foirne.
Déan plé ar an seomra/na seomraí a chuirfear ar fáil do ghníomhaireachtaí seachtracha.
Socraigh cé acu a chuirfear seomra suaimhnis ar fáil do dhaltaí nó nach gcuirfear. Áit do dhaltaí is ea é sin ar féidir leo dul chuici má bhíonn sé ag dul deacair orthu guaim a choinneáil orthu féin sa seomra ranga. Ba chóir go mbeadh ann bosca ciarsúir páipéir, roinnt bréagáin stuáilte, cúisíní, ábhair líníochta agus scríbhneoireachta agus bileoga faisnéise atá oiriúnach d'aois na ndaltaí ó na hÁbhair Acmhainne ag deireadh na cáipéise seo. Moltar go hiondúil go mbeadh sé ar fáil go ceann seachtaine tar éis an teagmhais agus go ndéanfaí athbhreithniú ar a úsáid ina dhiaidh sin. Ba chóir do dhaltaí síniú amach as a ngnáthrang agus síniú isteach sa seomra suaimhnis go ceann tréimhse áirithe. Ba chóir go ndéanfaí maoirseacht ar na daltaí sa seomra lena sábháilteacht a chinntiú. D'fhéadfadh sé go mbeadh tacaíocht aonair ag teastáil ag dalta atá go mór faoi bhuairt. B'fhéidir go gcuirfeadh an treoirchomhairleoir, an séiplíneach nó ball foirne eile an tacaíocht sin ar fáil. D'fhéadfaí seomra den chineál céanna a chur ar fáil don fhoireann.
Ba chóir taifead a choinneáil ar na daltaí ar fad a labhraíonn baill foirne scoile agus gníomhaireachtaí seachtracha leo, (féach Cuid 11, **R1**). Ba chóir duine amháin a cheapadh chun na liostaí a thabhairt le chéile ar bhonn rialta.
Comhaontaigh an t-am don chéad chruinniú eile den Fhoireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil/de na príomhbhaill foirne.
Comhaontaigh an t-am do chruinniú foirne leantach ag deireadh an lae. Tabharfaidh sé sin deis don phríomhoide an fhoireann a chur ar an eolas faoin scéala is déanaí. Cuirfidh sé ar a gcumas ullmhú don lá dár gcionn chomh maith. Ar deireadh thiar, tabharfaidh sé deis don fhoireann labhairt lena chéile faoinar tharla ar an lá agus teacht chucu féin arís.

TABHAIR FAOI DEARA

I gcás mórtheagmhas, d'fhéadfaí cruinnithe a eagrú in áit amach ón scoil agus d'fhéadfadh príomhbhaill foirne de chuid na scoile agus gníomhaireachtaí eile a bheith i láthair. Ba chóir a bheith cúramach go bhfanfadh baill foirne a bhfuil taithí agus údarás cuí acu sa scoil le héascaíocht a dhéanamh ar fhreagairt éifeachtach. D'fhéadfadh an príomhoide machnamh ar ionadaí a chur chuig cruinnithe den sórt sin ina áit ós rud é go bhféadfadh sé nach mbeadh sé ar fáil le cinntí ríthábhachtacha a dhéanamh ina scoil féin dá mbeadh sé sáinnithe i gcruinniú.

4.4 CRUINNIÚ LE GRÚPA FOIRNE

Is é cuspóir an chruinnithe seo ná an fhoireann a chur ar an eolas faoi na fíricí agus sceideal a leagan amach don lá. Is iondúil go mbíonn an príomhoide i gceannas ar an gcruinniú seo. In amanna, d'fhéadfadh sé go bhfágfaí an dualgas sin faoi bhall eile den fhoireann. Tá sé thar a bheith tábhachtach go mbeadh fíricí cruinne ag múinteoirí agus go bhfaighidís tuairiscí chun dáta. Cuirfear deireadh le ráflaí ar an gcaoi sin. D'fhéadfadh sé go mbeadh sé úsáideach dá dtabharfadh an SNSO caint an-ghairid, leis.

MEABHRÚCHÁN: D'fhéadfadh sé gur ghá labhairt leis an bhfoireann in dhá ghrúpa chun maoirseacht ar na daltaí a éascú.

4.4.1 SCRIPT SHAMPLACH DON PHRÍOMHOIDE

"D'fhéadfadh sé go bhfuil cloiste agaibh cheana féin go raibh beirt dár ndaltaí i dtimpiste chairr aréir (tabhair eolas faoin áit ar tharla sí). Bhásaigh (ainmneacha na ndaltaí), a bhí sa charr le chéile, mar gheall ar na gortuithe a bhain dóibh. Labhróidh mé libh arís nuair a bheidh a thuilleadh eolais agam, na socruithe sochraide san áireamh. Is uafásach an tragóid í seo don scoil agus don phobal agus táimid uile ag smaoineamh ar a muintir.

Tá sé tábhachtach go ndéanfaimis gach uile iarracht cloí lenár ngnáthamh de réir mar atá leagtha amach ar an amchlár. Beidh sé sin deacair ar go leor de na daltaí, mar sin féin. Is maith is eol dom gur am an-deacair é seo daoibhse chomh maith agus ní mór dúinn bheith ann dá chéile. Tá an síceolaí chun labhairt libh anois faoin gcaoi a mbeimid in ann tacú lena chéile agus leis na daltaí sna laethanta agus sna seachtainí atá amach romhainn. Go raibh maith agaibh."

NÁ DÉAN DEARMAD

Teastaíonn ó dhaltaí a bheith in éineacht le daoine a bhfuil aithne acu orthu agus a bhfuil muinín acu astu. Is fearr go mór é dá bhrí sin go dtabharfadh baill foirne de chuid na scoile tacaíocht do na daltaí, más féidir ar chor ar bith é. Ba chóir go n-úsáidfí an "saineolaí" seachtrach le comhairle a chur ar fhoireann na scoile agus le tacú leo go príomha.

(Is fútsa atá sé cé acu is mian leat an méid seo a leanas a rá nó nach mian leat)
Feicim go bhfuil roinnt daoine an-trína chéile ar fad agus tabharfaidh mé cúpla nóiméad daoibh le cúpla focal a rá nó le ceisteanna a chur más mian libh.

An fáth a bhfuil an gnáthamh chomh tábhachtach sin:

Bíonn tábhacht nach beag ag baint le gnáthamh nuair a tharlaíonn tragóid. Mothaíonn daoine slán sábháilte dá bharr, go háirithe daltaí óga. Cabhraíonn sé le daltaí a thuiscint go bhfuil an saol fós mar a bhí, a bheag nó a mhór, agus go leanann an saol ar aghaidh in ainneoin na rudaí uafásacha a tharla. Is ceacht é sin a fhoghlaimeoidh siad sna huaireanta, sna laethanta, sna seachtainí ina dhiaidh sin. Is ceacht é a fhoghlaimeoidh siad de bharr go bhfeicfidh siad an chaoi a ndéileálann tusa lenar tharla agus go bhfeicfidh siad go leanann gnáthamh an tsaoil ar aghaidh. Is tábhachtach an rud é cloí leis an ngnáthamh oiread agus is féidir. Mar sin, tar éis an chruinnithe seo, b'fhearr daoibh dul isteach sna ranganna agus bheith in éineacht le bhur daltaí.

Ní haon chúis náire é a bheith trína chéile:

Ná déan dearmad gur am deacair é seo daoibhse chomh maith leis na daltaí agus ní haon chúis náire é go mbeadh a fhios ag na daltaí go bhfuil tusa trína chéile chomh maith. Déanta na fírinne, d'fhéadfadh sé gurbh ábhar faoisimh é sin dóibh.

Cén chaoi na fíricí a insint do dhaltaí:

Tá sé tábhachtach go n-inseofaí faoin tragóid do dhlúthchairde an té a fuair bás ar dtús agus go n-inseofaí dóibh fúithi astu féin. D'fhéadfadh sé go mbeadh roinnt agaibh míchompordach an t-eolas sin a thabhairt do na daltaí. Is tábhachtach a choinneáil i gcuimhne go bhfuil aithne ag na daltaí oraibh agus go bhfuil muinín acu asaibh agus b'fhearr go gcloisfidís an drochscéala ó dhuine a bhfuil aithne acu air agus go dtarlódh sé sin i dtimpeallacht shábháilte a bhfuil cur amach acu uirthi cheana. Ná déan dearmad ach an oiread go mbeidh sibh anseo go ceann i bhfad. Is oraibhse a bheidh na daltaí ag brath chun treoir agus tacaíocht a thabhairt dóibh sna huaireanta, sna laethanta, sna seachtainí agus sna míonna atá amach romhainn.

Tá sé tábhachtach cloí leis na fíricí atá ar eolas agus a bheith san airdeall ar ráflaí. D'fhéadfadh roinnt mhaith ráflaí a bheith ag dul thart ag na hamanna seo agus d'fhéadfaidís cur isteach go mór ar na daltaí.

I gcás múinteoirí a mhothaíonn nach féidir leo bualadh le ranganna:

Má tá múinteoir an-trína chéile ar fad nó má mhothaíonn sé nach féidir leis déileáil leis an drochscéala (cibé céard is cúis leis), déan cinnte de go gcuirfear tacaíocht ar fáil dó agus go gclúdófar a rang. Má cheapann aon duine anseo nach mbeadh sé in ann labhairt leis na daltaí, fan siar ag deireadh an chruinnithe seo. Cabhróimid leat gach a mbeidh le rá a ullmhú roimh ré nó b'fhéidir go mbeimid in ann socruithe eile a dhéanamh.

Tabhair amach bileoga eolais:

Tá mé chun roinnt bileoga eolais a thabhairt amach anois a d'fhéadfadh a bheith ina gcúnamh duit sna laethanta atá amach romhainn.

Tá na bileoga sin le fáil in Ábhair Acmhainne san fhoilseachán.

Roghnaigh ceann de na hábhair acmhainne seo a leanas de réir mar is iomchuí:

AA5 Seisiún seomra ranga tar éis teagmhas criticiúil

AA6 Tuiscint agus freagairt leanaí ar an mbás de réir aoise

AA7 Céimeanna an bhróin

AA8 An chaoi le déileáil leis nuair a tharlaíonn rud éigin uafásach

AA9 Freagairtí ar theagmhas criticiúil

AA10 Brón tar éis féinmharú (ná húsáid é seo ach amháin nuair is ríshoiléir gur féinmharú ba chúis leis an mbás agus sa chás go bhfuil an méid sin admhaithe ag na tuismitheoirí. Ní mór a bheith an-chúramach go deo ina leithéid de chásanna le deacrachtaí féideartha a sheachaint.)

AA17 Ceisteanna Coitianta - Múinteoirí

AA23 Múinteoirí ag cabhrú le daltaí i gcás géarchéime nó éigeandála

Téigh trí na hábhair sin go hachomair agus tabhair deis dóibh siúd atá i láthair ceisteanna a chur.

Sainaithint a dhéanamh ar dhaltaí leochaileacha:

Beidh cuid maith daltaí an-trína chéile ar fad agus teastóidh uathu labhairt leat faoinar tharla. I gcás fhormhór na ndaltaí, beifear in ann labhairt leo sa seomra ranga nó ina ngrúpaí. Is mór an cúnamh é do na daltaí a bheith in ann éisteacht le daoine eile ag labhairt faoin gcaoi a bhfuil siad ag mothú. Faigheann siad tuiscint dá bharr sin gur normálta atá a gcuid mothúchán. Má bhíonn dalta nó grúpa daltaí faoi bhuairt ar leith, moltar ligean dóibh labhairt le duine a bhfuil aithne acu air a bheidh ar fáil sna laethanta agus sna seachtainí atá amach romhainn. Má bhíonn imní ar leith oraibh mar gheall ar dhalta áirithe, cuirigí é sin in iúl dom. Ní bheidh ach líon beag daltaí i gceist leis sin, áfach. Ná déan dearmad gur daoine a bhfuil aithne acu orthu is mó a thabharfar sólás do dhaltaí in am an ghátair, seachas strainséirí.

Is iad seo a leanas na daltaí a gcaithfear súil ghéar a choinneáil orthu toisc go bhféadfadh sé go mbeidís níos leochailí ná daltaí eile:

- Dlúthchairde agus gaolta leis an duine a bhásaigh
- Daltaí ar ghoill aon cheann de na nithe seo a leanas orthu le gairid: bás carad nó gaoil, colscaradh nó idirscaradh, briseadh suas le buachaill/cailín
- Daltaí a bhfuil deacrachtaí meabhairshláinte ag gabháil dóibh
- Daltaí a bhí/a bhíonn ag mí-úsáid substaintí
- Daltaí a bhfuil deacrachtaí tromchúiseacha teaghlaigh acu, lena n-áirítear meabhairghalar nó tinneas coirp tromchúiseach
- Daltaí ar ghoill féinmharú orthu san am atá thart
- Daltaí a d'fhulaing mí-úsáid ghnéasach
- Daltaí a rinne iarrachtaí ar fhéinmharú/fhéinghortú cheana
- Daltaí nach labhraíonn mórán agus a dtéann sé deacair orthu a gcuid mothúchán a chur in iúl
- Daltaí nach bhfuil chomh cumasach sin.

Seomra suaimhnis
D'fhéadfadh sé a bheith fóinteach seomra ar leith a chur ar fáil do dhaltaí go ceann píosa, seachtain b'fhéidir, tar éis tragóide. Tugann sé áit chiúin do dhaoine má tá rudaí ag dul sa mhuileann orthu.

TABHAIR FAOI DEARA	Ba chóir go gcuirfí baill foirne ar an láneolas faoi na nósanna imeachta i ndáil leis an seomra seomra suaimhnis a bhainistiú agus monatóireacht a dhéanamh air.

Cuir in iúl go bhfuil bileoga eolais ar fáil agus fág cóipeanna i seomra na foirne
Tá mé chun eolas breise a fhágáil anseo ab fhéidir ba mhaith libh a léamh.

R7 Céimeanna an bhróin

R9 Freagairtí ar theagmhas criticiúil

R23 Múinteoirí ag cabhrú le daltaí i gcás géarchéime nó éigeandála

Tacaíocht dá chéile agus do bhaill foirne leochaileacha

D'fhéadfadh sé go mbeadh roinnt agaibh níos leochailí ná daoine eile de bharr gur cailleadh duine libh le gairid nó de bharr taithí a bheith agaibh ar (fhéinmharú, thimpiste ar bhóthar, srl.) nó b'fhéidir go raibh aithne mhaith agaibh ar an dalta. Is tábhachtach an rud é labhairt lena chéile agus tacaíocht a thabhairt dá chéile ag an am deacair seo. Más eol duit go bhfuil tacaíocht ag teastáil ó chomhghleacaí leat, buail leis tar éis na hoibre nó cuir glao air.

Luaigh an sceideal don lá in athuair
Cheapaim gur mhaith an smaoineamh é teacht le chéile arís go ceann 30 nóiméad ag deireadh an lae. Tabharfaidh sé sin an deis dúinn an scéala is déanaí a chur in iúl agus súil siar a chaitheamh ar an gcaoi ar éirigh leis an gcuid eile den lá. Tabharfaidh sé an deis dúinn chomh maith pleanáil don lá amárach agus labhairt go hoscailte lena chéile tar éis lá iontach deacair.

4.5 TUISCINT AGUS FEASACHT CHULTÚRTHA

Ba chóir d'fhreagairt na scoile a bheith tuisceanach faoi chreidimh agus traidisiúin difriúla i measc na ndaltaí agus na mball foirne. Mar shampla, d'fhéadfadh sé nach mbeadh tuismitheoirí a bhfuil creideamh éagsúil acu, nó nach bhfuil creideamh ar bith acu, sásta ligean dá leanaí freastal ar sheirbhís Chríostaí. D'fhéadfadh sé go bhfágfaí roinnt daltaí ar lár dá bhrí sin. Tá sé tábhachtach freisin a bheith aireach ar chultúir dhifriúla, agus ar na creidimh agus ar na deasghnátha éagsúla a bhaineann leis an mbás. Sa chás go mbeadh daltaí le bheith i láthair ag gnás sochraide de chuid creidimh nó sainchreidimh seachas a gcreideamh féin, d'fhéadfadh sé go mbeadh sé cabhrach iad a ullmhú ach cíoradh a dhéanamh ar na deasghnátha agus ar na creidimh a bhaineann leis an gcreideamh áirithe sin. D'fhéadfadh an scoil comhairle a lorg ó na tuismitheoirí ar na hábhair seo.

4.6 DALTAÍ A BHFUIL DEACRACHTAÍ FOGHLAMA ACU

Ní bheidh daltaí a bhfuil deacrachtaí foghlama ginearálta acu ar an leibhéal céanna forbartha lena gcuid piaraí. Beidh a dtuiscint ar an mbás ag teacht lena n-aois forbartha (féach Alt 11, **R6**). Ba chóir an drochscéala a insint dóibh astu féin ionas go bhféadfaí an t-eolas a thabhairt dóibh ar bhealach a thiocfadh leis an leibhéal tuisceana atá acu. Ba chóir an t-eolas sin a thabhairt in abairtí gearra, simplí. D'fhéadfadh sé go bhfiafródh siad na ceisteanna céanna arís agus arís eile agus ba chóir do mhúinteoirí a bheith réidh leis an eolas a thabhairt arís agus arís eile. Is gá do na múinteoirí a bheith idir fhoighneach agus thuisceanach.

Ba chóir eolas soiléir a thabhairt ar na nithe seo a leanas:

- Céard a tharlaíonn nuair a fhaigheann duine bás
- Céard is sochraid ann agus céard a tharlaíonn de ghnáth ar lá na sochraide
- An chaoi a mothóidís agus daoine eile nuair a fhaigheann duine bás
- An chaoi a dtaispeánann daoine éagsúla a gcuid mothúchán ar bhealaí éagsúla.

Tá sé tábhachtach go meascfadh na daltaí lena bpiaraí a luaithe is féidir tar éis an drochscéala a thabhairt dóibh.

D'fhéadfadh sé go gcabhródh cuir chuige nach cuir chuige ó bhéal iad, amhail leabhair pictiúr nó saothair ealaíne. D'fhéadfadh pictiúir cabhrú leo cíoradh a dhéanamh ar a gcuid mothúchán agus deis a thabhairt dóibh labhairt go hoscailte agus ceisteanna a chur.

4.7 SEISIÚN LE MÚINTEOIRÍ AG DEIREADH AN LAE

Script shamplach don phríomhoide

// Go raibh míle maith agaibh as ucht fanacht siar. Is maith is eol dom go bhfuil lá crua curtha isteach agaibh agus go bhfuilimid ar fad traochta. Cheap mé go mbeadh sé tábhachtach dúinn am a chaitheamh le chéile lena chinntiú go bhfuilimid go léir ceart go leor. //

Tabhair tuairisc chun dáta dóibh agus tabhair breac-chuntas ar an sceideal don lá amárach.

An bhfuil imní ar dhuine ar bith faoi rud ar bith nó faoi dhuine ar bith? (Cuir i gcuimhne dóibh liosta a chur le chéile faoi na daltaí a bhfuil imní ar leith orthu fúthu).

Má mhothaíonn sibh go mór faoi bhuairt agus dá dtaitneodh libh labhairt go rúnda le duine éigin, d'fhéadfadh sibh tacaíocht a fháil ón tSeirbhís Chúnaimh d'Fhostaithe (SCF). Tá conradh déanta ag an Roinn Oideachais agus Scileanna le gníomhaireacht leis an tseirbhís sin a chur ar fáil do mhúinteoirí. Is líona comhairleoirí agus teiripeoirí oilte atá taobh thiar den tseirbhís.
Tá fáilte romhaibh dul chuig roinnt seisiún, a choinneofar faoi rún daingean.

Fúibhse féin atá sé teagmháil a dhéanamh leis an tseirbhís más mian libh leas a bhaint aisti. Is é 1800 411057 uimhir shaorghlao an SCF.

Má tá an síceolaí ag cur cruinniú tacaíochta ar fáil ag deireadh an lae, cuir an fhoireann ar an eolas faoi sin agus inis dóibh cén áit agus cén t-am a mbeidh sé ar siúl.

// Táim thar a bheith buíoch díbh ar fad as an obair agus as an tacaíocht iontach inniu. //

4.8 TEAGMHÁIL LEIS AN TEAGHLACH/NA TEAGHLAIGH DAR BHAIN AN TEAGMHAS

- Socraigh go dtabharfaidh beirt ionadaí foirne cuairt ar an teaghlach sa bhaile laistigh de 24 uair an chloig, más cuí
- Pleanáil go dtabharfar cuairteanna ar na daoine a gortaíodh - ainmnigh an príomhbhall (na príomhbhaill) foirne a thabharfaidh cuairt ar an mbaile/ar an ospidéal
- Téigh i dteagmháil leis an teaghlach maidir leis na socruithe sochraide/leis an tseirbhís cuimhneacháin
- Ainmnigh ball cuí den fhoireann le coinneáil i dteagmháil leis an teaghlach, lena bhris a chásamh leo agus le mianta an teaghlaigh a shoiléiriú maidir leis an mbaint a bheidh ag an scoil leis an tsochraid/leis an tseirbhís cuimhneacháin
- Déan cinneadh maidir leis an ról a ghlacfaidh an scoil sa tsochraid tar éis dul i ndáil chomhairle leis na tuismitheoirí, le lucht bainistíochta na scoile agus le dlúthchairde scoile
- Léirigh meas ar thraidisiúin reiligiúnacha agus ar chreidimh dhifriúla.

4.9 SEICLIOSTA ACHOIMRE DON PHRÍOMHOIDE: LÁ 1

1	Bailigh na fíricí — céard a tharla, cén uair, cén chaoi, cén áit, agus cé a gortaíodh nó a bhásaigh
2	Breathnaigh ar Freagairt do Theagmhais Chriticiúla: Treoirlínte agus Ábhair Acmhainne do Scoileanna (atá le fáil ar láithreán gréasáin an ROS www.education.ie)
3	An teagmhas é ar ina leith a n-éilítear Freagairt ón SNSO ar Leibhéal 1, 2 nó 3?
4	Cé hiad na daoine ar chóir dom glao a chur orthu (féach an Liosta Teagmhálaithe Éigeandála - **R21**)?
5	Buail leis an bhFoireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil eile
6	Buail le gníomhaireachtaí eile, má bhíonn gníomhaireachtaí eile páirteach sa fhreagairt, agus comhaontaigh róil agus nósanna imeachta leo
7	Iarr ar an bhfoireann riaracháin fótachóipeanna a dhéanamh de litríocht chuí
8	Déan socruithe i ndáil le maoirseacht a dhéanamh ar dhaltaí
9	Comhaontaigh inneachar na bpostálacha a chuirfear suas ar chuntais meán sóisialta na scoile, más iomchuí
10	Labhair leis an gcruinniú foirne
11	Déan sainaithint ar dhaltaí leochaileacha
12	Dréachtaigh ráiteas do na meáin (**R4**)
13	Ullmhaigh i gcomhair agallaimh leis na meáin, (féach Cuid 9)
14	Dréachtaigh litir chuig tuismitheoirí (**R2, R3**)
15	Buail le FBTC le súil siar a chaitheamh ar an lá agus socraigh go mbeidh cruinniú ann go moch ar maidin an lá dar gcionn
16	Buail leis an ngrúpa foirne
17	Déan teagmháil leis an teaghlach/na teaghlaigh ar bhain an teagmhas dóibh

CLOÍGH LEIS AN nGNÁTHAMH MÁS FÉIDIR AR CHOR AR BITH É

CUID 5

PLEAN GNÍOMHAÍOCHTA DON PHRÍOMHOIDE GNÍOMHARTHA MEÁNTÉARMACHA

Lá 2 agus na laethanta ina dhiaidh sin
Is minic a bhíonn an lá tar éis teagmhais ciúin go leor de bharr go mbíonn suaitheadh ar dhaoine. D'fhéadfadh sé go mbeadh tuilleadh tacaíochta de dhíth ar Lá 2 de réir mar a théann an scéal i gcion ar dhaoine. Moltar don FBTC cruinniú a bheith acu gach lá go dtí go mbeidh an scoil ar ais ar a seanléim.

5.1 BUALADH LEIS AN FBTC AGUS LE GNÍOMHAIREACHTAÍ EILE

Is iondúil gurb é an príomhoide nó ceann foirne an FBTC a bhíonn i gceannas ar an gcruinniú.

CLÁR OIBRE MOLTA

- Déan athbhreithniú ar a bhfuil déanta go dtí seo
- Déan cinneadh faoi cé acu a dhúnfar an scoil nó nach ndúnfar
- Liostaigh tascanna don lá agus leag róil ar dhaoine - na meán; teagmháil le gníomhaireachtaí eile; teagmháil leis an teaghlach ar bhain an teagmhas dóibh; freastal ar an tseirbhís sochraide agus páirt a ghlacadh inti
- Liostaigh míreanna a ndéanfaidh an príomhoide plé leo ag an gcruinniú foirne
- Déan athbhreithniú ar sceideal an lae
- Gabh trí liosta na ndaltaí agus na mball foirne a d'fhéadfadh a bheith leochaileach agus faigh amach cén chaoi a bhfuil ag éirí leo
- Cuir plean i dtoll a chéile i gcomhair monatóireacht a dhéanamh ar dhaltaí sna seachtainí amach romhainn, go háirithe iad siúd is eol atá leochaileach.

5.2 BUALADH LEIS AN bhFOIREANN UILE

Tugann an príomhoide breac-chuntas ar sceideal an lae agus tugann tuairisc chun dáta don fhoireann ar aon eolas a fuarthas ón teaghlach, na socruithe sochraide, srl.

Is féidir le hionadaí ó ghníomhaireacht eile labhairt leis an bhfoireann, más iomchuí.

Script shamplach don phríomhoide

"Lá deacair ba ea an lá inné duitse agus d'fhormhór bhur ndaltaí freisin. D'éirigh go maith libh cloí leis an ngnáthamh oiread agus ab fhéidir in ainneoin an méid a tharla. Bhí an scoil ciúin inné tar éis don drochscéala an-chroitheadh a bhaint asainn go léir. Is inniu a bhuailfidh fírinne agus pian an chaillteanais sin linn. Lá an-chrua a bheidh ann do chách inniu ach ba mhaith liom a chur i gcuimhne daoibh deis a thabhairt do dhaltaí agus daoibhse féin labhairt faoi (ainm an té a bhásaigh) agus faoinar thit amach."

Tabhair tuairisc chun dáta ar aon fhaisnéis nua agus leag amach sceideal an lae.

Tabhair deis dóibh atá i láthair ceisteanna a chur.

CUID 6

PLEAN GNÍOMHAÍOCHTA DON PHRÍOMHOIDE GNÍOMHARTHA LEANTACHA

Is éard is gníomhartha leantacha ann ná na gníomhartha a dhéantar sna seachtainí, sna míonna agus sna blianta tar éis teagmhas criticiúil. Is é aidhm na ngníomhartha leantacha cabhrú le pobal na scoile déileáil le tionchar an teagmhais san fhadtéarma agus monatóireacht a dhéanamh ar na daoine aonair siúd a bhfuil deacrachtaí acu a leanann ar aghaidh. D'fhéadfadh sé go gcinnfeadh an scoil athbhreithniú a dhéanamh ar an mbeartas um theagmhais chriticiúla agus searmanais chuimhneacháin a phleanáil chomh maith.

- Buail leis na baill foirne cuí le hathbhreithniú a dhéanamh ar liosta na mball foirne agus na ndaltaí a ndeachaigh an teagmhas go mór i gcion orthu. Ainmnigh an té a bheidh freagrach as gníomhartha leantacha
- Déan plé ar na nósanna imeachta maidir le duine a chur ar aghaidh agus ar na cúinsí a thugann le fios go mb'fhéidir gur ghá duine a chur ar aghaidh

AN GÁ DALTA A CHUR AR AGHAIDH?

Luíonn sé le nádúr go mbeidh líon áirithe daltaí faoi "ghnáthbhuairt" tar éis teagmhas criticiúil, go háirithe dlúthchairde nó gaolta. Tar éis 6 seachtaine, a bheag nó a mhór, beidh an chuid is mó de na daltaí ar ais ar a seanléim agus ag feidhmiú mar is gnách. Bíodh sin mar atá, má bhíonn daltaí fós faoi bhuairt shuntasach roinnt seachtainí tar éis an teagmhais, d'fhéadfadh sé gur ghá iad a chur ar aghaidh.

Ba chóir aird ar leith a thabhairt ar aon dalta a chuir in iúl go raibh rún acu lámh a chur ina bhás féin. Tá eolas faoi chomharthaí rabhaidh agus treoir maidir leis na bearta is cóir don scoil a dhéanamh le fáil i gCuid 7. Má mheastar gur bagairt dáiríre í, caithfear na tuismitheoirí a chur ar an eolas agus an dalta a chur ar aghaidh láithreach bonn chuig a dhochtúir ginearálta nó chuig na Seirbhísí Meabhairshláinte do Leanaí agus d'Ógánaigh. Ba chóir go dtiocfadh na socruithe a rinneadh cheana féin leis na seirbhísí ábhartha maidir le cur ar aghaidh i bhfeidhm ag an bpointe seo.

- Ullmhú don tráth a dtiocfaidh an dalta/na daltaí a fágadh faoi bhrón ar ais (féach Cuid 11, **R**11)
- Déan plé ar a ndéanfaidh an scoil i gcuimhne ar an dalta/na daltaí. Ba chóir d'ionadaí don scoil dul i dteagmháil le teaghlach/teaghlaigh an duine/na ndaoine a bhásaigh maidir leis an gcuimhneachán. Ná déan dearmad go bhféadfadh sé gur ghá go mbeadh feidhm ag aon bheartas nó fasach a shocróidh an scoil an uair seo ar gach bás amach anseo
- Déan plé ar a ndéanfar maidir le himeachtaí a bhí an dalta a bhásaigh le bheith páirteach iontu, m.sh. Damhsa na nDeibeanna, searmanais bhronnta agus na torthaí scrúdaithe, más iomchuí
- Déan plé ar bhainistiú na dtorthaí scrúdaithe agus ar an gcaoi a dtabharfar ar ais obair phraiticiúil a cuireadh isteach chuig CSS. Cuir in iúl do CSS gur gá aghaidh a thabhairt ar eisiúint thorthaí an duine a bhásaigh
- Tabhair giuirléidí pearsanta ar ais don teaghlach nó do na teaghlaigh. Is minic a chabhraíonn sé le tuismitheoirí an duine a bhásaigh cuairt a thabhairt ar an scoil níos déanaí. Tugann sé sin deis don scoil giuirléidí pearsanta agus/nó obair scoile an dalta a thabhairt ar ais don teaghlach. D'fhéadfadh sé gur mhaith an smaoineamh é na rudaí sin a chur i 'mbosca cuimhní'

- Breac síos cothrom an lae a bhásaigh an dalta ar fhéilire na scoile D'fhéadfadh sé go gcuirfeadh na laethanta sin tocht ar dhaltaí nó ar bhaill foirne agus d'fhéadfadh sé go mbeadh tacaíocht bhreise uathu ag an am sin. D'fhéadfadh sé go ndéanfadh an scoil cinneadh aitheantas a thabhairt do laethanta den sórt sin agus ba chóir dóibh teagmháil a dhéanamh leis an teaghlach maidir le haon searmanas comórtha a mholfaí

- Bí feasach ar laethanta tábhachtacha amhail laethanta breithe, Lá na Nollag, Lá na Máithreacha agus Lá na nAithreacha

- Sa chás nach bhfuil Plean Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil i bhfeidhm ag an scoil, is mithid tús a chur le ceann a fhorbairt anois

- Meas freagairt na scoile don teagmhas agus leasaigh Plean Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil go hiomchuí - Cé na gnéithe ar éirigh go maith leo? Cá raibh na bearnaí? Cén ghné is mó/is lú a chabhraigh leis an bhfreagairt? Ar cuireadh ar aghaidh na daoine uile ba ghá a chur ar aghaidh chuig seirbhísí tacaíochta? An ann d'aon ní nach bhfuil curtha i gcrích go fóill

- D'fhéadfadh sé go gcinnfeadh an scoil athbhreithniú a dhéanamh ar chur chuige na scoile uile i leith sláinte agus folláine agus tacaíocht daltaí a chur chun cinn chomh maith. Is áiseanna tagartha úsáideacha iad *Treoirlínte na Folláine (2013), (2015)* agus *Foirne Tacaíochta Scoláirí in Iar-Bhunscoileanna (2014)*.

CUID 7

FÉINMHARÚ/FÉINMHARÚ AMHRASTA

Is mó daoine a chuireann lámh ina mbás féin in Éirinn gach bliain ná a mharaítear i dtimpistí bóthair Faoi láthair, tá Éire ar an gceathrú tír is airde san Aontas Eorpach maidir le rátaí féinmharaithe i measc daoine óga (EDS, 2013).

Nótaí maidir le húsáid an téarma 'féinmharú'

Molann an SNSO go láidir do scoileanna a bheith thar a bheith cúramach faoi úsáid an téarma 'féinmharú'. Níor chóir é a úsáid go dtí go mbeifear cinnte go maith gur bás de dheasca féinmharú a bhí ann. Is minic a bhíonn teaghlaigh an-ghoilliúnach ar fad faoi úsáid an téarma sin. Ba chóir do bhall foirne teagmháil a dhéanamh leis an teaghlach leis na fíricí beachta a fháil amach. Ba chóir dó a fhiafraí den teaghlach freisin cén chaoi ar mian leo go ndéanfaí cur síos ar an mbás. D'fhéadfaí na frásaí 'bás tragóideach' nó 'bás tobann' a úsáid ina áit.

Nuair a tharlaíonn féinmharú inár scoileanna, is iondúil go dtarlaíonn in iar-bhunscoileanna, ach tharla líon beag cásanna féinmharaithe/iarrachtaí ar fhéinmharú i mbunscoileanna freisin. Nuair a chuireann duine lámh ina bhás féin, baintear an-suaitheadh as na daoine a raibh aithne acu ar an duine sin. Fágann an bás tobann agus an gheis a bhaineann le féinmharú pobal iomlán na scoile éiginnte faoin mbealach is fearr chun cinn. Mothaíonn daoine go leor rudaí difriúla agus bíonn dlúthchairde agus gaolta an-trína chéile go háirithe. D'fhéadfadh sé go gcuirfeadh sé bás duine eile nó caillteanas éigin eile i gcuimhne do roinnt daoine. I gcás líon beag daoine, go háirithe na daoine siúd a bhfuil an saol ag dul deacair orthu cheana féin, b'fhéidir go gcuirfeadh sé féinmharú ar a súile dóibh. D'fhéadfadh sé go mbeadh roinnt daltaí ann freisin nach gcuirfeadh an teagmhas isteach ná amach orthu.

7.1 FÉINMHARÚ A CHOSC – CÉARD A CHAITHFIDH SCOILEANNA A DHÉANAMH

Ó tharla gur údar imní é an féinmharú i measc daoine óga, éilítear ar scoileanna ról agus freagracht a ghlacadh orthu féin d'fhonn iompar féinmharfach i measc daltaí a chosc agus a bhainistiú. Cé gur áit thábhachtach í an scoil chun tionchar a imirt ar dhaoine óga ag céim mhúnlaitheach na forbartha, is gá an cur chuige is cuí maidir le féinmharú a chosc i suíomh na scoile a mheas go cúramach.

D'fhéadfadh sé go gceapfaí gur inmhianaithe a bheadh cláir atá dírithe ar fheasacht daltaí ar fhéinmharú a mhéadú, go háirithe tar éis do dhuine lámh a chur ina bhás féin, tráth a mothaíonn daoine gur gá dóibh rud éigin a dhéanamh, ach tá conspóid ag baint lena leithéid de chláir. Meastar go bhféadfaidís cur le hiompar féinmharfach i measc daoine óga de bharr go mbeadh seans ann go dtosódh daoine óga ag breathnú ar an bhféinmharú mar ghnáthfhreagairt do strus an déagóra. Tá cláir feasachta i leith féinmharú atá dírithe ar fhoireann na scoile i bhfad níos cuí. Is é an cur chuige is fearr leis an SNSO ná beartais agus cláir scoile a chur chun tosaigh a chuireann meabhairshláinte agus folláine chun cinn; córais cúraim scoile a fhorbairt a chuireann ar ár gcumas sainaithint a dhéanamh ar dhaltaí atá i mbaol go luath; idirghabhálacha spriocdhírithe a chur ar fáil don ghrúpa daltaí sin; obair a dhéanamh ar an leibhéal idirghníomhaireachta d'fhonn tacú le cur na meabhairshláinte chun cinn agus éascaíocht a dhéanamh ar rochtain ar sheirbhísí atá freagrúil do riachtanais daoine óga.

Tá an chomhairle sin bunaithe ar thorthaí taighde agus ar an imní nár chóir cláir, a bhféadfadh torthaí diúltacha neamhbheartaithe a bheith ann dá mbarr, a chur i bhfeidhm murar ann do bhonn láidir cruthúnais gur cláir éifeachtacha iad.

Chuir an tOllamh Margaret Barry, OÉ Gaillimh, tuairisc ar éifeachtacht na gclár scoile meabhairshláinte faoi bhráid Shainghrúpa Comhairleach na hOifige Náisiúnta um Fhéinmharú a Chosc i mí Mheán Fómhair 2006. Baineadh de thátal as an athbhreithniú sin ar an taighde "gur láthair ríthábhachtach í an scoil le meabhairshláinte a chur chun cinn. Nuair a chuirtear an mheabhairshláinte chun cinn go héifeachtach i scoil, téann sé chun tairbhe do na daoine óga go fadtéarmach, lena n-áirítear a feidhmiú mothúchánach agus sóisialta agus feidhmíocht acadúil feabhsaithe. Ní bhíonn cuir chuige oideachais sláinte atá bunaithe ar ábhair chomh fiúntach sin (is beag éifeacht a bhíonn ag cláir atá bunaithe ar eolas ar iompar). Éiríonn níos fearr le cláir a ghlacann cur chuige scoile uile agus bíonn an-chosúlacht ar na torthaí."

Tugtar léargas cuimsitheach ar an dea-chleachtas i leith meabhairshláinte a chur chun cinn agus féinmharú a chosc in *Folláine in Iar-Bhunscoileanna: Treoirlínte do Chothú na Meabhairshláinte agus do Chosc an Fhéinmharaithe (2013)* agus in *Folláine i mBunscoileanna: Treoirlínte do Chothú na Meabhairshláinte (2015)*. Seoladh cóipeanna chuig gach scoil. Tá siad le fáil freisin ar láithreán gréasáin an ROS www.education.ie

Spreagann síceolaithe an SNSO scoileanna chun dea-chleachtais a fhorbairt ó thaobh cur na meabhairshláinte chun cinn de atá ag teacht leis na Treoirlínte Folláinte sin. Ní hionann na riachtanais i ngach aon scoil ná i ngach aon cheantar, ach d'fhéadfadh sé go mbeadh an obair dírithe ar na nithe seo a leanas:

- Cláir coisc phríomhúil atá bunaithe sa scoil a chur i bhfeidhm do gach dalta, lena n-áirítear cláir mheabhairshláinte, laistigh de chomhthéacs sholáthar OSPS na scoile. Ba chóir go mbeidís dírithe ar athléimneacht agus scileanna déileála a fhorbairt; fadhbréiteach; cinnteoireacht; agus scileanna iarrtha cabhrach.

- Struchtúir agus córais chúraim a fhorbairt atá dírithe ar na daoine óga siúd a bhfuil suaitheadh mothúchánach orthu a aithint (féach Foirne Tacaíochta Scoláirí in Iar-Bhunscoileanna (2014) atá le fáil ar láithreán gréasáin an ROS).

- Feasacht a spreagadh i measc na foirne agus na dtuismitheoirí ar na deacrachtaí atá le sárú ag roinnt daoine óga a bhfuil níos mó ná fadhb amháin acu le hoiriúnúchán pearsanta agus le strus an tsaoil. Tacaíocht a thabhairt don fhoireann agus do na tuismitheoirí ach feasacht a chothú ar chomharthaí agus airíonna an tsuaite, na himní, an dúlagair, na mí-úsáide substaintí agus an iompair fhéinmharfaigh. D'fhéadfaí an méid sin a dhéanamh i gcomhar le gníomhaireachtaí eile.

- Dirghabhálacha spriocdhírithe a chur i bhfeidhm ar mhaithe le daltaí ar gá tacú leo chun réiteach a fháil ar dheacrachtaí agus a suaitheadh a bhainistiú. Cuir cláir agus idirghabhálacha san áireamh a laghdaíonn riosca i measc daoine óga - alcól agus mí-úsáid substaintí, ógchiontacht, iompar foréigneach, srl.

- Feasacht a mhéadú i measc na foirne ar an bhféinmharú agus ar cén chaoi idirghabháil a dhéanamh i gcás daltaí atá réidh le lámh a chur ina mbás féin. Déan forbairt ar scileanna na dtreoirchomhairleoirí ach a gcumas a mhéadú chun riosca féinmharaithe a aithint, measúnú tosaigh a dhéanamh ar an leibhéal riosca agus pleananna bainistíochta cuí a fhorbairt agus a chur i bhfeidhm. D'fhéadfadh sé go mbeadh baill foirne a bhfuil róil chúraim ainmnithe acu, ar nós an treoirchomhairleora, na séiplíneach agus na gceann bliana, sásta freastal ar na cúrsaí oiliúna ASIST agus Safetalk arna gcur ar fáil ag FSS (féach Cuid 11, **R24**).

- Cabhrú leis an scoil meicníochtaí a fhorbairt i dtaca le daltaí atá i mbaol a chur ar aghaidh, chuig an treoirchomhairleoir ar dtús, agus ar aghaidh chuig na seirbhísí sláinte áitiúla nó chuig a ndochtúir ginearálta ina dhiaidh sin más gá.

- Nósanna imeachta a fhorbairt lena chinntiú go mbeidh córas comhordaithe tacúil i bhfeidhm le cabhrú le daltaí filleadh ar an scoil tar éis dóibh bheith san ospidéal de bharr iompar féinmharfach. Sula bhfillfeadh an déagóir ar an scoil ba chóir go mbeadh an t-eolas agus an treoir is gá ar fáil do phearsanra na scoile de bharr na nósanna imeachta sin (le cead tuismitheora amháin agus ar bhonn riachtanas eolais).

- Cabhrú le scoileanna córais scoile/idirghníomhaireachta/phobail a fhorbairt – trí chaidrimh a chothú idir scoileanna agus trí ghníomhaireachtaí pobail a spreagadh chun tacú leis an OSPS i scoileanna.

FHÉINMHARÚ A CHOSC – ACHOIMRE

- Príomhchláir choisc, lena n-áirítear cláir mheabhairshláinte do chách
- Struchtúir agus córais chúraim
- Feasacht a spreagadh i measc fhoireann uile na scoile
- Eolas do thuismitheoirí
- Cláir spriocdhírithe i gcomhair daltaí atá suaite go mór
- Oiliúint san fheasacht i leith féinmharú agus sna scileanna idirghabhála a chur ar threoirchomhairleoirí agus ar phríomhbhaill foirne eile
- Nósanna imeachta um dhaltaí a chur ar aghaidh agus meicníochtaí nasctha le gníomhaireachtaí
- Córais scoile/phobail/ghníomhaireachta agus rannpháirtíocht.

7.2 NA CRITÉIR I dTACA LE hOIRIÚNACHT CLÁR SEACHTRACH A MHEAS

Anois níos mó ná riamh tá scoileanna ag díriú ar cén chaoi ar féidir leo féinmharú a chosc agus tá roinnt acu ag déanamh machnamh ar chláir áirithe, arna soláthar ag gníomhaireachtaí seachtracha, a chur ar fáil sa scoil. D'fhéadfadh sé go mbeadh cainteoirí aonair ar fáil freisin le caint a thabhairt. Tá sé tábhachtach go n-úsáidfí critéir áirithe le heolas a thabhairt do chinnteoirí ar cé acu ar chóir nó nár chóir clár áirithe a chur ar fáil nó cur i láthair áirithe a thabhairt sa scoil. D'fhéadfadh sé go rachadh roinnt clár a bhfuil sé mar aidhm acu iompar féinmharfach a laghdú i measc daoine óga chun tairbhe do roinnt daltaí ach d'fhéadfadh tionchar diúltach neamhbheartaithe a bheith acu ar dhaltaí eile. Is tábhachtaí go mór fada sábháilteacht na ndaltaí, rud a fhágann gur chóir a bheith an-chúramach go deo nuair atá cinneadh á dhéanamh maidir le clár áirithe a chur ar fáil sa scoil.

Tugtar in Imlitir 0022/2010 (bunscoileanna) agus in Imlitir 0023/2010 (iar-bhunscoileanna) ón ROS cuntas ar an dea-chleachtas atá ann do scoileanna atá ag déanamh machnamh ar chláir sheachtracha nó cláir sheachtracha arna gcur ar fáil ag gníomhaireachtaí seachtracha a úsáid le breis a chur le cláir OSPS/OCG. Cuirtear tuilleadh comhairle ar fáil in Aguisín 3b de Folláine i mBunscoileanna: Treoirlínte do Chothú na Meabhairshláinte agus de Folláine in Iar-Bhunscoileanna: Treoirlínte do Chothú na Meabhairshláinte agus do Chosc an Fhéinmharaithe.

Liostaítear thíos na critéir i leith soláthraithe seachtracha a roghnú agus a mheas ó thaobh saincheisteanna sábháilteachta de ar dtús, ansin ó thaobh an chláir féin de, agus ar deireadh, ó thaobh na soláthraithe de.

CRITÉIR SHÁBHÁILTEACHTA

- Ní fheabhsaíonn an clár feasacht ar an bhféinmharú, cibé go díreach nó go hindíreach
- Ní spreagann an clár daoine óga chun méid míchuí freagrachta a ghlacadh orthu féin as folláine a bpiaraí
- Tá dea-chaidrimh sheanbhunaithe a leanann ar aghaidh ag na soláthraithe clár le príomhpháirtithe sa scoil agus sa phobal, lena n-áirítear an SNSO, foireann tacaíochta SFGM, agus na Seirbhísí Meabhairshláinte do Leanaí agus d'Ógánaigh (SMLÓ). Is léir go bhfuil tuiscint shoiléir acu ar na seirbhísí tacaíochta atá ar fáil má dhéanann dalta iarracht lámh a chur ina bhás féin nó má fhaigheann dalta bás sa scoil
- Cuirtear in iúl do thuismitheoirí/chaomhnóirí go bhfuil an clár á chur ar fáil.

CRITÉIR DON CHLÁR

- Tacóidh feidhmiú an chláir nó an ionchuir le feidhmiú churaclam an OSPS ar bhealach comhtháite, scoile uile agus comhsheasmhach agus le cur chuige scoile uile i leith folláine agus meabhairshláinte a chur chun cinn.

- Tá inneachar an chláir feiliúnach d'aois, d'inscne agus do chúlra cultúrtha na ndaltaí
- Tá an clár idirghabhála agus torthaí an chláir measúnaithe go neamhspleách agus tá na buntáistí dearbhaithe ag taighde.

CRITÉIR DON SOLÁTHRAÍ

Ní mór do sholáthraithe clár a chinntiú:

- Go dtabharfaidh siad eolas cuimsitheach faoina n-eagraíocht, faoi inneachar a gclár agus faoi mhodheolaíocht a gclár
- Go mbeidh siad in ann a dhoiciméadú agus a léiriú don scoil gur leor an oiliúint agus na cáilíochtaí oideachais atá acu le tuiscint ar an OSPS agus ar ghnátheagrú agus gnáthstruchtúir scoileanna a léiriú, leis an ionchur a chur i láthair agus le grúpaí a éascú agus a bhainistiú
- Go mbeidh siad in ann a léiriú do scoileanna gur clár inbhuanaithe a bheidh sa chlár san fhadtéarma, lena n-áirítear an fhéidearthacht go mbeidh ar chumas na scoile an clár a thabhairt san áireamh sa deireadh i gcláir agus i gcórais chúraim na scoile
- Go mbeidh ag an ngníomhaireacht/ag na daoine aonair a bheidh ag seachadadh an chláir polasaí um chosaint leanaí i scríbhinn agus imréiteach ón nGarda Síochána lena gceadaítear dóibh oibriú le leanaí.

7.3 COMHARTHAÍ RABHAIDH

Tá liosta fachtóirí anseo thíos a léiríonn go bhfuil imní ar dhuine faoi rud éigin nó go bhfuil sé suaite. Ní liosta cuimsitheach é agus d'fhéadfadh comharthaí eile a bheith ann a thabharfadh na daoine siúd a bhfuil aithne acu ar dhalta faoi deara. D'fhéadfadh sé gur mhó an baol go mbeadh féinmharú nó iompar féinmharfach ann dá dtabharfaí roinnt de na comharthaí seo faoi deara, (féach Cuid 11, AA14, AA15).

Laghdú gan choinne ar fheidhmíocht acadúil
Athrú ar mheon an dalta agus éagobhsaíocht shuntasach mhothúchánach, cibé tarraingt siar ó dhaoine, a bheith ar bheagán fuinnimh, nó a bheith níos glóraí, níos caintí, níos sóisialta
Tarraingt siar as caidrimh, scaradh le cairde nó caidreamh a bhriseadh, a bheith i dtrioblóid ar scoil, fadhbanna smachta, cur ar fionraí ón scoil nó a bheith caite amach as an scoil, a bheith i dtrioblóid leis an dlí
Suim a chailleadh sna gníomhaíochtaí a bhíonn ar siúl aige go hiondúil, sa staidéar, i gcaidrimh
Smaointe agus téamaí dúlagair, báis nó féinmharaithe
Easpa dóchais agus dímrí
Na rudaí is ansa leis a thabhairt uaidh
Imeachtaí strusmhara saoil, lena n-áirítear brón suntasach
Bulaíocht nó íospairt

(Ar lean thall)

Meabhairghalar a bheith ag gabháil dó
Mí-úsáid alcóil/drugaí
Iompar féinmharfach a bheith ag gabháil dó nó iompar féindíobhála d'aon turas
Féinmharú/iarracht ar fhéinmharú a bheith ag gabháil do theaghlach an dalta
Smaointe féinmharfach a léiriú ar na meáin shóisialta.

Sa chás gurb ann do roinnt de na comharthaí sin, nó sa chás go gcuirfear an fhoireann ar an airdeall gur léirigh dalta go bhfuil féinmharú ar a intinn aige, ní mór plean a chur i bhfeidhm lena fhiosú céard go díreach atá ar siúl agus le cúnamh a chur ar fáil dó.

BEARTA LE DÉANAMH NUAIR A THAGANN NITHE IS ÚDAR IMNÍ CHUN SOLAIS

D'fhéadfadh baill foirne na scoile cloisteáil faoi iompar féinmharfach nó d'fhéadfadh sé go gcuirfí ar an eolas iad faoi dhaoine óga atá faoi bhuairt mhothúchánach agus atá i mbaol ar na bealaí seo a leanas:

- D'fhéadfadh go bhfaigheadh daltaí amach go bhfuil ar intinn ag dalta eile díobháil a dhéanamh dó féin agus go dtuairisceodh an méid sin do mhúinteoir.
- D'fhéadfadh sé go n-aimseofaí nóta nó postáil ar na meáin shóisialta ina léirítear gur mian le duine bás a fháil nó deireadh a chur le fadhbanna nó le cás 'neamhfhéideartha'. D'fhéadfadh sé gur ar láithreáin Idirlín a úsáideann daoine óga a thiocfaí air sin freisin (féach Cuid 11, **R22**).
- D'fhéadfadh sé go dtiocfadh athrú ar iompar duine óig nach bhfeileann dá phearsantacht agus go mbeadh an t-athrú sin ina údar imní.
- D'fhéadfadh sé go dtosódh dalta ag léiriú spéise i saincheisteanna a bhaineann le bás nó le féinmharú. (féach an Seicliosta i gCuid 11, **R14**).
- D'fhéadfadh sé go roinnfeadh an duine óg a smaointe faoi fhéinmharú leis an mball foirne, go díreach nó go hindíreach.

NÁ DÉAN DEARMAD

Níor chóir neamhaird a thabhairt d'imní faoi iompar féinmharfach ar an mbonn gur ag tarraingt airde air féin atá an dalta agus nach ndéanfaidh iarracht lámh a chur ina bhás féin sa deireadh.

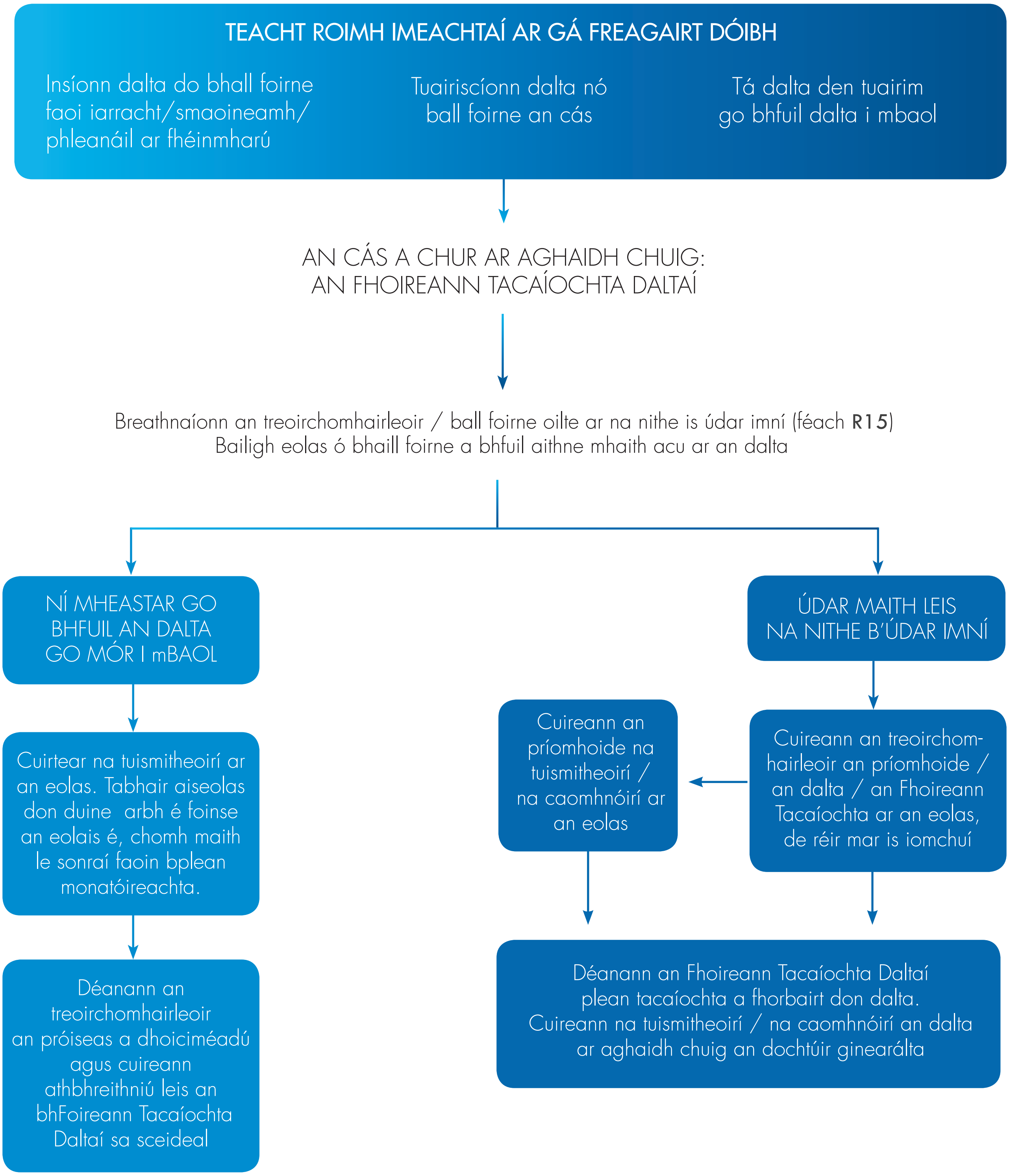
Ní mór do scoileanna nós imeachta soiléir a bheith i bhfeidhm acu i dtaca le cúram a thabhairt do dhaltaí ar ina leith a dtagann a leithéid d'imní chun cinn.

Nós imeachta molta:

- Tuairiscítear an ní is údar imní don treoirchomhairleoir nó do bhall foirne ainmnithe eile.
- Tionóltar cruinniú leis an mball foirne nó leis an dalta a thuairiscigh an ní is údar imní.
- Tionóltar cruinniú leis an dalta, (féach Cuid 11, **R13**, **R14** agus **R15**).
- Déantar cinneadh faoi cé chomh tromchúiseach is atá an cás.
- Cuirtear tuismitheoirí ar an eolas faoin ní is údar imní, tugtar aiseolas don té a thuairiscigh an ní is údar imní ar an gcéad dul síos, agus cuirtear plean i dtoll a chéile le monatóireacht a dhéanamh ar an dalta. Tionóltar cruinniú eile leis an dalta tar éis tréimhse aontaithe ar fhaitíos go mbeidh roinnt bunfhadhbanna aige ar gá aghaidh a thabhairt orthu.

- Má dheimhnítear an ní is údar imní, cuireann an treoirchomhairleoir tuairisc faoi bhráid an phríomhoide agus tá de rogha aige dul i ndáil chomhairle leis an SNSO nó leis na Seirbhísí Áitiúla Meabhairshláinte do Leanaí agus d'Ógánaigh
- Cuireann an príomhoide tuismitheoirí nó cúramóirí ar an eolas láithreach bonn
- Cuirtear i bhfeidhm plean bainistíochta atá ag teacht leis an leibhéal riosca, lena n-áirítear cur an dalta ar aghaidh chuig dochtúir ginearálta an teaghlaigh.

7.4 SREABHCHAIRT: FREAGAIRT DO NITHE IS ÚDAR



7.5 SAINCHEISTEANNA A D'FHÉADFADH TEACHT CHUN CINN NUAIR A BHÁSAÍONN DALTA TRÍ FHÉINMHARÚ/FHÉINMHARÚ AMHRASTA

AN TEAGHLACH

- Déan comhbhrón leo agus admhaigh a mbrón agus a gcaillteanas
- Socraigh go dtabharfaidh beirt bhall foirne cuairt ar an mbaile (ach seiceáil roimh ré go gcuirfeadh an teaghlach fáilte roimh a leithéid de chuairt)
- Téigh i ndáil chomhairle leis an teaghlach maidir leis an tacaíocht chuí ón scoil, m.sh. ag an tsochraid.

DALTAÍ

- Tabhair na fíricí mar a comhaontaíodh leis an teaghlach atá fágtha faoi bhrón iad
- Tabhair an drochscéala do dhlúthchairde agus ghaolta go leithleach
- Cruthaigh spásanna sábháilte agus tacúla do na daltaí, áit ar féidir leo a gcuid freagairtí agus mothúchán a chomhroinnt
- Labhair leo faoi na freagairtí a d'fhéadfadh a bheith acu sa chéad chúpla lá eile (féach Cuid 11, **R9**)
- Déan gach iarracht gan glóir a thabhairt don íospartach ná scéal gáifeach a dhéanamh den fhéinmharú. Lean na nósanna nó na searmanais chuimhneacháin chéanna a leanfá i gcás básanna dalta eile, amhail básanna de dheasca timpistí bóthair
- Cuir in iúl do na daltaí go bhfuil tacaíocht ar fáil dóibh. Inis dóibh go bhfuil sé idir dhearfach agus chabhrach labhairt faoi
- Tabhair aird ar aon chaint faoin bhféinmharú. Lean prótacail na scoile le déileáil le cásanna den sórt sin Cuir tacaíocht ar fáil, cuir na tuismitheoirí ar an eolas gan aon mhoill agus déan plé ar roghanna leis an gcás a chur ar aghaidh
- B'fhéidir gur mhaith le daltaí tacaíocht a lorg óna chéile seachas ó dhaoine fásta Déan éascaíocht orthu sa chás sin más cuí agus más féidir. Bíodh sin mar atá, ba chóir go gcuirfí eolas ar fáil faoi cén chaoi ar féidir leo, nó le cairde leo, teacht ar a thuilleadh cabhrach más gá
- Tabhair amach an bhileog eolais **R10** - Brón tar éis Féinmharú nó Féinmharú Amhrasta.

Cabhraítear le daoine ciall a bhaint as an méid ar tharla nuair a labhraíonn siad faoin mbás. Is féidir le daoine déileáil leis an bhfírinne, ach ní ceart féinmharú a chur i láthair mar rogha bhailí in aon chás. Níor chóir an duine a bhásaigh a cháineadh ach an oiread. Scar an duine óna ndearna sé. Tá sé tábhachtach labhairt faoin gcaoi a bhféadfadh duine a cheapadh gurb é an féinmharú an t-aon rogha atá aige ach treisigh an pointe nach rogha mhaith é. Is iondúil go n-imíonn an dúlagar de réir a chéile, ach ní féidir teacht slán ón bhféinmharú.

NÁ DÉAN DEARMAD

B'fhéidir gur athrú ar chúinsí saoil atá ag teastáil ó dhuine a dhéanann iarracht lámh a chur ina bhás féin seachas deireadh a chur lena shaol i ndáiríre. Bíonn cabhair ar fáil i gcónaí más féidir leis an duine an chabhair sin a iarraidh. Spreag daltaí chun cabhair a lorg má theastaíonn sí uathu.

Tugtar i leabhrán dar teideal *'You Are Not Alone'*, arna fhoilsiú ag an ONFC, treoirlínte ar an gcás a bhainistiú díreach i ndiaidh féinmharú ó thaobhanna mothúchánacha agus praiticiúla araon. Ina theannta sin, tugtar i bhfoilseachán eile dar teideal *"Suicide Prevention in the Community - a Practical Guide" (FSS, 2012)* eolas cuimsitheach faoi phlé a dhéanamh leis an bhféinmharú. Tá an dá fhoilseachán sin le fáil ar www.nosp.ie

NÓTA MAIDIR LE hAIRE A THABHAIRT DO DHALTAÍ TAR ÉIS SOCHRAIDE

Is tábhachtach an rud é tar éis sochraid dalta a chuir lámh ina bhás féin go spreagtar daltaí agus tuismitheoirí chun teacht ar ais chun na scoile le haghaidh tacaíochta. Is iondúil go gcuireann scoileanna tae agus caife ar fáil. D'fhéadfadh sé go mbeadh daltaí an-leochaileach go deo ag an am seo, go háirithe más Aoine atá ann. Seans go mbeadh tuismitheoirí ag obair nó nach mbeadh aon duine sa bhaile. D'fhéadfadh sé go dtiocfadh roinnt daltaí le chéile ina ngrúpaí le halcól a ól, rud nach moltar ar chor ar bith. Má spreagtar iad le teacht ar ais chuig an scoil go dtí an gnátham baile, b'fhéidir nach dtarlóidh sé sin.

Ba chóir moladh do thuismitheoirí freisin gur chóir dóibh bheith ar a n-airdeall faoi cá mbíonn a leanaí as seo go ceann cúpla lá. D'fhéadfaidís a leanaí a spreagadh le teacht le chéile i dtithe a chéile, seachas i dteach tábhairne nó ar an tsráid. Is tábhachtaí sábháilteacht na leanaí uile ag an am seo.

7.6 ÉIFEACHT GHABHÁLACH AN FHÉINMHARAITHE

Caithfear a bheith an-chúramach ar fad agus machnamh á dhéanamh ar an bhfreagairt do chás féinmharaithe i scoil agus ní mar a chéile a bheidh aon dá chás. Le tuilleadh cásanna féinmharaithe a sheachaint tar éis an chéad cháis, ní mór do dhaoine aonair a bheith ar an eolas go bhfuil tacaíocht mhothúchánach ar fáil agus ní mór iad a spreagadh chun leas a bhaint as a leithéid de chúnamh. Ba chóir go mbeadh a fhios ag foireann na scoile gur mó an baol go gcuirfeadh daltaí, ach daltaí leochaileacha go háirithe, lámh ina mbás féin sna seachtainí agus sna míonna i ndiaidh féinmharú (féach Cuid 11, R13, R14, R15 agus leathanach 25 le treoir a fháil). Ba chóir grinn-mhonatóireacht a dhéanamh ar dhaltaí ag an tráth seo, agus ba cheart aon asláithreachtaí a sheiceáil leis na tuismitheoirí dá bhrí sin.

Tarlaíonn éifeacht ghabhálach an fhéinmharaithe nó féinmharú aithrise nuair a dhéantar aithris ar iompar féinmharfach. Ceaptar go n-imríonn idir chiontacht, chomhbhá agus mhúnlú ról san éifeacht. Cé gur annamh a tharlaíonn éifeacht ghabhálach an fhéinmharaithe, d'fhéadfadh sí bheith ina cúis le braisle cásanna féinmharaithe ag an am céanna. Tarlaíonn braisle nuair a tharlaíonn roinnt cásanna féinmharaithe, nó roinnt cásanna féinmharaithe amhrasta, in áit áirithe le himeacht tréimhse áirithe ama. Bíodh sin mar atá, is deacair a rá go cinnte nuair atá sraith tarluithe ina braisle. Tarlaíonn braislí féinmharaithe i scoileanna ar fud an domhain.

Mura dtugtar a cheart do thionchar an fhéinmharaithe b'fhéidir nach gcuirfear ar fáil an cúnamh déileála is gá. Ar an taobh eile den scéal, má chuirtear an iomarca tábhachta leis an tionchar, agus má chuirtear an iomarca tacaíochta ar fáil tar éis an tarluithe, b'fhéidir go ndéanfar scéal gáifeach den bhás. D'fhéadfadh sé go dtabharfadh na scéalta sna meáin le fios go bhfuil an féinmharú ar cheann de na straitéisí fadhbréitigh a bhíonn ar fáil.

Níl go leor fianaise ann le cláir scoilbhunaithe uilíocha (neamhdhírithe) um fhéinmharú a chosc ná cláir atá dírithe ar ghrúpaí ardriosca a mholadh. Féach www.nosp.ie le tuilleadh faisnéise a fháil.

CUID 8

TIMPISTÍ BÓTHAIR AGUS BÁSANNA FORÉIGNEACHA: ROINNT SAINCHEISTEANNA

Ní féidir aghaidh a thabhairt ar gach uile chineál teagmhais a d'fhéadfadh a tharlú ach is eol dúinn ó thaithí cé na saincheisteanna a d'fhéadfadh a theacht chun cinn i gcás timpistí bóthair agus básanna foréigneacha. Beidh an chomhairle ghinearálta atá sna treoirlínte seo fós bainteach ach déantar plé sa chuid seo le roinnt saincheisteanna ar leith nach mbaineann ach leis an dá chineál teagmhais sin.

8.1 TIMPISTÍ BÓTHAIR

Comhordú le gníomhaireachtaí eile

I gcás mórthimpiste, b'fhéidir go tionólfar cruinnithe idir príomhbhaill foirne de chuid na scoile agus gníomhaireachtaí eile. Beidh na cruinnithe sin ar siúl taobh amuigh den scoil. Má fhreastalaíonn an príomhoide ar chruinniú den sórt sin, is cóir dó a chinntiú go bhfanfaidh ball foirne a bhfuil an taithí agus an t-údarás cuí aige siar sa scoil. Is cóir dó cúram a leagan ar dhuine as cinntí ríthábhachtacha a dhéanamh agus as an bhfreagairt a chomhordú. B'fhéidir gurbh fhearr don phríomhoide na cruinnithe sin taobh amuigh den scoil a fhágáil faoi dhuine eile seachas é féin.

Cumarsáid

Nuair atá roinnt daltaí, nó daltaí ó scoileanna eile, bainteach leis an méid a tharla, ní foláir córais bhreise chumarsáide a chur i bhfeidhm le bearta a chomhordú. Caithfear na socruithe sochraide agus freastal ar an tsochraid a chomhordú agus ní mór socraithe iompair a dhéanamh le go mbeidh daltaí nó ionadaithe in ann freastal uirthi. Beidh úsáid chuí, mheasúil na meán sóisialta ina cúnamh chomh maith (féach Cuid 11, R22).

Eolas a bhainistiú

Má bhíonn daltaí gortaithe go dona nó má bhíonn a mbeatha i mbaol san ospidéal, cuirfidh sé sin leis an atmaisféar géarchéime a leanfaidh ar aghaidh. Ina leithéid de chásanna, bíonn tábhacht nach beag ag baint le bainistiú an eolais. Caithfear cruinneas an eolais faoi bhail agus faoi dhul chun cinn na ndaoine gortaithe a sheiceáil ionas nach spreagfar strus gan ghá. Thar aon ní eile, ní mór aon drochscéala faoi bhás eile a sheiceáil faoi dhó leis an bhfoinse is iontaofa atá ar fáil roimh aon fhógraí a dhéanamh. Má bhíonn duine ar mheaisín tacaíochta beatha, níor chóir an scéal a scaipeadh go bhfuil an meaisín le múchadh ag am áirithe. D'fhéadfadh a leithéid d'eolas a bheith mícheart.
Is ríthábhachtach an rud é go dtabharfar a dhóthain ama don teaghlach leis an eolas nua a thabhairt do dhaoine muinteartha. Ní ceart go gcloisfidh gaolta an nuacht trí líonra ráfla ná cúlchainte. B'fhéidir nach bhféadfar srian a choimeád ar scaipeadh na ráflaí i gcónaí, ach ní cóir don scoil ná don SNSO eolas míchruinn ná míthráthúil a thabhairt amach in aon chás.

Comhbhrón a dhéanamh

D'fhéadfadh sé go mbeadh íospartaigh gortaithe go dona agus go mbeadh faitíos ar dhaltaí roimh dhul chuig an teach le comhbhrón a dhéanamh. Seans go gcloisfidís go bhfuil cuma uafásach ar an duine. Is iondúil nach amhlaidh atá; nuair a fhágtar míghnaoi thromchúiseach ar dhuine, leagtar amach an corp ionas nach gcuirfear as do dhaoine. D'fhéadfadh sé gurbh fhearr d'ionadaí don scoil cuairt a thabhairt ar an teach ar an gcéad dul síos. Bheadh sé in ann eolas cruinn a thabhairt ar ais do chomhghleacaithe agus do dhaltaí agus moladh a dhéanamh dá réir sin. I gcuid mhaith cásanna deir daltaí a dhéanann comhbhrón go raibh cuma shuaimhneach ar an té a bhásaigh nó go raibh na ráflaí mícheart. B'fhéidir go dtabharfaidh sé sin sólás nó faoiseamh do dhaltaí eile agus go dtabharfaidh sé misneach dóibh dul chuig an teach má mhothaíonn siad go dteastaíonn uathu déanamh amhlaidh.

B'fhéidir go mbeidh tacaíocht ag teastáil ó roinnt daltaí roimh an gcuairt, agus iad ag breathnú ar an gcorp agus tar éis é a fheiceáil. B'fhéidir nach bhfaca siad corpán riamh roimhe agus gur mhaith leo duine fásta tacúil a bheith i láthair.

Socruithe sochraide

Má tharlaíonn eachtra mhór le linn na Scrúduithe Stáit, féadfar seirbhísí eaglasta a eagrú d'fhonn éascaíocht a dhéanamh orthu siúd atá i mbun a scrúduithe, m.sh. trí na seirbhísí a sceidealú don tráthnóna má bhíonn an teaghlach sásta leis sin.

8.2 BÁS FORÉIGNEACH

Tarlú tragóideach is ea bás tobann dalta nó múinteora ach is tragóidí fós é nuair a fuair an duine bás mar thoradh ar fhoréigean. Tagann imní ar dhaoine faoina sábháilteacht phearsanta tar éis bás foréigneach. B'fhéidir go bhfuil an té b'údar leis an mbás agus an t-íospartach ina bhall den phobal céanna nó den teaghlach céanna fiú amháin. Más rud é gur tharla an bás de dheasca foréigean teaghlaigh, b'fhéidir go mbeadh imní ar leanaí go dtarlódh an rud céanna ina dteaghlach féin. D'fhéadfadh sé nach mbeadh a fhios ag tuismitheoirí céard is ceart dóibh a rá mar fhreagra ar an imní sin.

I measc na saincheisteanna a d'fhéadfadh a theacht chun cinn tá:

- Ní féidir leo "ní tharlóidh sé dúinn go deo" nó "ní tharlóidh sé anseo" a rá arís. B'fhéidir go mbeadh faitíos ar bhaill foirne, ar thuismitheoirí nó ar dhaltaí go dtarlódh sé arís nó go dtarlódh sé dóibh. Tá sé tábhachtach go gcuirfí ar a gcompord iad nach minic a dtarlaíonn eachtraí den sórt seo.

- Bí tuisceanach go bhféadfadh sé go mbeadh gaolta nó cairde ag an té b'údar leis an mbás laistigh de phobal na scoile. D'fhéadfadh sé gur ghá bearta a dhéanamh d'fhonn teannas a mhaolú idir daltaí.

- B'fhéidir go mbeadh imní ar roinnt daltaí go mbeidís in ann stop a chur leis an méid a tharla. Tá sé tábhachtach a aibhsiú nach mbíonn neart ag aon duine ar bhearta duine eile.

- Tá sé tábhachtach na fíricí a thabhairt ar bhealach atá oiriúnach d'aois an linbh. Ná tabhair sonraí grafacha d'aon duine agus cuir in aghaidh scaipeadh tuairimíochta faoina leithéid de shonraí.

- Ba chóir go gcuirfí comhairle ar bhaill foirne, ar thuismitheoirí agus ar dhaltaí faoi dhéileáil leis na meáin. Is fearr ar fad an obair sin a fhágáil faoi dhuine ainmnithe, a d'ullmhaigh é féin di roimh ré.

- Beidh an cás á fhiosrú ag na Gardaí ar bhonn leanúnach agus beidh triail, fiosrúchán, srl. ann. D'fhéadfadh sé go gcuirfeadh sé sin fad leis an tráma.

- Ba chóir go n-ainmneofaí duine den fhoireann bainistíochta teagmhais chriticiúil mar an teagmhálaí leis na Gardaí.

- Is faoi na tuismitheoirí a bheidh sé cibé acu a thabharfaidh nó nach dtabharfaidh siad cead do na Gardaí a leanaí a chur faoi agallamh. Níor cheart go gcuirfeadh na Gardaí agallamh ar dhaltaí in áitreabh na scoile i bhformhór na gcásanna.

- Cé gur tarlú deacair é seo, tá sé tábhachtach a chur i gcuimhne don scoil gur chóir don chuimhneachán a bheith mar an gcéanna le haon daltaí eile a bhásaigh. Tá sé tábhachtach don scoil a bheith cúramach nach dtabharfaidh sí glóir don mhéid a tharla ná don duine a bhásaigh.

8.3 BHEITH MAR FHINNÉ AR EACHTRA

D'fhéadfadh sé go raibh baint ag roinnt daltaí/baill foirne leis an méid a tharla ach nár gortaíodh iad, nó go raibh siad ina bhfinnéithe ar thimpiste nó ar theagmhas foréigneach. D'fhéadfadh sé go mbeadh freagairt láithreach acu dó sin nó go dtarlódh an fhreagairt tamall tar éis an tarlaithe.

D'fhéadfadh sé go dtiocfadh athchuimhní nó smaointe cráiteacha chucu, go mbeadh sé deacair dóibh bheith suaimhneach socair, agus go dtiocfadh athrú ar a gcuid mothúchán, ó gan aon rud a mhothú go dtí scaoll a dhul iontu. Is gnáthfhreagairtí iad sin ar fad do thráma. D'fhéadfadh sé go gcabhródh sé leo labhairt faoin méid a tharla:

CÉARD A CHONAIC SIAD?
CÉARD A CHUALA SIAD?
CÉN CHAOI AR MHOTHAIGH SIAD?
CÉARD A CHEAP SIAD?
CÉARD A RINNE SIAD?

Tarlaíonn deacrachtaí más freagairtí as cuimse iad sin nó má leanann siad ar aghaidh gan stad gan staonadh ar feadh tamall fada. Ba chóir cás na ndaltaí sin a chur ar aghaidh, nuair is gá (féach an nóta maidir le cásanna a chur ar aghaidh i gCuid 6).

8.4 AN DROCHSCÉALA A INSINT

Ba chóir na prionsabail chéanna a úsáid anseo leo siúd a úsáidtear le drochscéala a insint de ghnáth (féach AA5). Bíodh sin mar atá, sa chás gur bás foréigneach é an bás a tharla, is gá roinnt fachtóirí breise a choinneáil i gcuimhne. D'fhéadfadh sé gur bhás de bharr dúnmharú nó dúnorgana é ach ní chinnfear amhlaidh go dtí go mbeidh an cás cúirte thart. Ní mór don fhoireann a bheith cúramach faoin bhfocail a úsáidfidh siad dá bhrí sin. Tá sé tábhachtach eolas cruinn a thabhairt do dhaltaí faoinar tharla ach é a dhéanamh ar bhealach atá oiriúnach dá n-aois. Mura dtabharfar eolas cruinn dóibh, tosóidh ráflaí ag dul thart agus is minic gur measa na ráflaí sin ná an scéal féin. Ní hionann eolas cruinn a thabhairt ar ar tharla agus mionchur síos a dhéanamh air gan aon ní a cheilt. D'fhéadfadh eolas den sórt sin cur leis an bhfaitíos a bheadh ar leanaí agus ní cabhair ar bith é. Abair leis na daltaí gurb iad na Gardaí a bheidh freagrach as imscrúdú a dhéanamh ar céard go díreach a tharla agus go dtiocfaidh na fíricí chun cinn in am is i dtráth.

Script shamplach don phríomhoide

// Bhí baint ag roinnt daltaí de chuid na scoile le timpiste bhóthair. Fuair roinnt daltaí bás agus gortaíodh daltaí eile. Bhásaigh .... Gortaíodh .... Tá cóir leighis á cur ar na daltaí a gortaíodh in .... Tá ... daltaí gortaithe go dona, agus tá na daltaí eile ceart go leor ach tá an fhoireann mhíochaine ag tabhairt aire dóibh. Tá eolas á fháil againn ar bhonn leanúnach agus cuirfimid ar an eolas sibh faoi aon rud tábhachtach ba cheart a bheith ar eolas agaibh. Bígí cúramach le cloí leis na fíricí agus ná cumaigí ráflaí faoi ghortuithe ná faoi dhaltaí eile a bheith ag fáil bháis. B'fhéidir go gcuirfidh sé sin isteach go mór ar dhaltaí eile, go háirithe murab í an fhírinne í. //

NÓ

// Maraíodh Seán oíche Dé Sathairn. Is cosúil go raibh sé ag siúl abhaile le beirt chairde leis thart ar mheán oíche agus gur ionsaíodh é. Chuir duine éigin a bhfuil cónaí air ar an tsráid fios ar na Gardaí. Tugadh Seán chuig an ospidéal agus b'ann a bhásaigh sé ag a 3 a chlog ar maidin. Tá fiosrú ar bun ag na Gardaí faoinar tharla. Ní bheidh a fhios againn go ceann tamaill céard iad na fíricí go léir. Idir an dá linn, ní fiú scéalta a chumadh nach bhfuil fíor de bharr go bhféadfaidís daoine a ghortú agus a chur trína chéile, nó a thuilleadh fadhbanna a chruthú fiú amháin. Coinneoimid ar an eolas sibh de réir mar a gheobhaimid tuiscint níos fearr ar an méid a tharla i ndáiríre. //

8.5 CRUINNITHE LE TUISMITHEOIRÍ

Is brónach an rud é go gcaithfimid múineadh dár leanaí faoin bhforéigean atá sa saol agus insint dóibh nach bhfuil aon neart againn air in amanna. D'fhéadfadh sé go mbeadh cabhair ag teastáil ó thuismitheoirí ó thaobh an méid a bheidh le rá acu lena leanaí ag an tráth seo. Uaireanta cabhraíonn sé nuair a thionóltar cruinniú chun eolas a thabhairt do thuismitheoirí. Cabhróidh sé le tuismitheoirí eolas a fháil ar an gcaoi le cabhair a thabhairt dá leanaí ag an am dúshlánach seo. D'fhéadfaí cruinnithe a thionól i rith an lae nó um thráthnóna nó ag an dá am. D'fhéadfadh sé go gcabhródh sé dá n-iarrfaí ar ghníomhaireachtaí áitiúla tacaíochta a bheith rannpháirteach ionas go gcuirfí tuismitheoirí ar an eolas faoi na seirbhísí atá ar fáil, faoin gcaoi a n-oibríonn siad agus faoi cén chaoi tacaíocht a fháil dá leanaí.

Grúpchruinnithe móra do thuismitheoirí: céard ba chóir a rá

An príomhoide:

- Breac-chuntas a thabhairt ar an bplean don chruinniú agus an cainteoir/na cainteoirí a chur in aithne
- Breac-chuntas a thabhairt ar na fíricí is eol
- Breac-chuntas a thabhairt ar a bhfuil déanta ag an scoil go dtí sin agus ar an bplean i gcomhair na laethanta, seachtainí, srl. ina dhiaidh sin
- Breac-chuntas a thabhairt ar na córais tacaíochta atá ar fáil do dhaltaí sa scoil agus ar an gcaoi ar féidir le tuismitheoirí cabhair a iarraidh, mar shampla ó threoirchomhairleoir, ó shéiplíneach, nó ó bhaill foirne eile atá ar fáil
- Comhairle a thabhairt do thuismitheoirí maidir le déileáil leis na meáin, más cuí. Go ginearálta, ba chóir comhairle a chur orthu nár chóir dóibh ligean dá leanaí dul faoi agallamh. Is iondúil nach mbíonn taithí ar bith ag leanaí ar dhéileáil leis na meáin agus d'fhéadfadh sé go mbeadh aiféala orthu níos déanaí faoina ndúirt siad
- Comhairle a thabhairt do thuismitheoirí ar úsáid na meán sóisialta ag a leanaí ag an am seo
- A chur in iúl do thuismitheoirí go mbeidh tae agus caife ar fáil ag deireadh an chruinnithe agus go mbeidh cainteoirí agus roinnt baill foirne ar fáil le ceisteanna a fhreagairt.

8.6 IONAID BUAIL ISTEACH

Sa cás go meastar gurb ann do thuismitheoirí agus daoine óga sa phobal atá an-bhuartha nó óna dteastaíonn níos mó tacaíochta ná mar is féidir a chur ar fáil i ngrúpchruinniú mór, d'fhéadfadh gníomhaireachtaí seachtracha cinneadh a dhéanamh ionad buail isteach a bhunú tráthnóna nó dhó. Cuirfidh sé sin ar chumas daoine as an bpobal a d'fhéadfadh a bheith an-suaite de bharr ar tharla teacht ar sheirbhísí ar bhealach a oirfidh dóibh. Tabharfaidh sé deis do thuismitheoirí a bhíonn ag obair comhairle agus tacaíocht a fháil chomh maith. B'fhéidir go dtagann na daltaí ó chian is ó chóngar le freastal ar an scoil agus d'fhéadfadh sé gurbh éasca dóibh teacht ar sheirbhísí in 'ionad amuigh' i mbaile nó i sráidbhaile.

D'fhéadfadh gníomhaireachtaí reachtúla agus deonacha a bheith rannpháirteach, mar shampla, seirbhísí do dhaoine fásta, seirbhísí do leanaí, seirbhísí comhairleoireachta do dhéagóirí agus seirbhísí deonacha méala/ tacaíochta, mar aon le seirbhísí scoilbhunaithe amhail an SNSO. Cabhróidh sé leis an ngníomhaireacht is cuí obair leantach a dhéanamh má bhíonn roinnt seirbhísí tacaíochta páirteach sa fhreagairt. Is féidir le tacaíocht a chuirtear ar fáil ar an mbealach sin daoine a chur ar a suaimhneas agus eolas a thabhairt dóibh faoi na gnáthfhreagairtí a bhíonn ag daoine do thráma. Beifear in ann comhairle chuí a chur ar dhaoine más ann do chás dáiríre imní nó sa chás go dteastóidh breis cúnaimh ó thuismitheoirí nó ó dhaltaí. B'fhéidir go ndéanfar éascaíocht ar choinní luatha má bhíonn socraithe déanta idir na gníomhaireachtaí roimh ré.

Má chomhaontaítear é, féadfar fógra faoina leithéid de sheirbhís buail isteach a thabhairt ag seirbhísí eaglasta go háitiúil, chomh maith le fógra a thabhairt trí ghnáthbhealaí cumarsáide na scoile.

CUID 9

DÉILEÁIL LEIS NA MEÁIN

Tarraingítear iúl na meán i gcás tarluithe áirithe. Is féidir leis na meáin cur le castacht an cháis agus dá bhrí sin tá sé an-tábhachtach nós imeachta a aontú chun déileáil leis na meáin go luath san idirghabháil.

9.1 TREOIRLÍNTE DON SCOIL

Ba chóir don phríomhoide gníomhú mar an t-urlabhraí leis na meáin nó an tasc a tharmligean chuig ball foirne eile. Má bhíonn PBTC ag an scoil, beidh an duine sin ainmnithe cheana féin.

Is é an chloch is mó ar ár bpaidrín an tráth seo ná aire a thabhairt do dhaoine de phobal na scoile agus príobháideacht na ndaoine is mó ar chuir an teagmhas isteach orthu a chosaint. Níor chóir d'agallaimh ná d'ábhair le haghaidh na meán aird na scoile a bhaint de na tascanna sin. Tá sé tábhachtach a choinneáil i gcuimhne mar sin féin go bhfuil ar chumas na meán deireadh a chur le ráflaí, eolas a thabhairt agus an teachtaireacht a thabhairt do na tuismitheoirí agus do na leanaí go bhfuil an scoil ag déileáil go maith lenar tharla. Ar an taobh eile den scéal, is féidir leo cur leis an anró trí scéal mór a dhéanamh den teagmhas.

Is cóir preasráiteas a ullmhú. Is cóir go mbeidh an ráiteas gairid agus dianmhachnamh a bheith déanta air. Beidh sé thar a bheith tábhachtach a chinntiú go bhfuil an t-eolas ar fad cruinn. Is cóir ráiteas róscaoilte nó róghinearálta a sheachaint. Is cóir meas a léiriú do phríobháideacht na ndaoine/an teaghlaigh lena mbaineann. Is féidir an preasráiteas a léamh amach, nó é a thabhairt do na meáin tríd an bhfacs, tríd an ríomhphost nó ar an teileafón.

D'fhéadfadh na meáin agallaimh a iarraidh, go háirithe más teagmhas ardphróifíle a bheidh i gceist. Mura mian le baill foirne na scoile go gcuirfí agallamh orthu, is cóir dóibh an cinneadh sin a dhéanamh agus iarraidh ar na meáin meas a léiriú dó.

Beidh scoileanna in ann brú ó na meáin a mhaolú ach bheith sásta agallaimh a thabhairt agus na hagallaimh sin a thabhairt ag uaireanta sannta i 'bpreas-seomra' ar leith. Fágfaidh sé sin nach mbeidh ar an scoil plé a dhéanamh le hiarratais gan stad gan staonadh, rud a d'fhéadfadh cur isteach ar an ról atá ag an scoil i dtaobh tacú leis na daltaí.

B'fhéidir go mbeidh teacht ag roinnt scoileanna ar bhainisteoir, ar iontaobhaí nó ar chomhalta den Bhord Bainistíochta a bhfuil taithí nó oiliúint aige sa réimse seo agus is cóir leas a bhaint as an acmhainn sin más ann di. Féadfar comhairle a fháil chomh maith ó chomhlachtaí amhail ceardchumainn múinteoirí, comhlachtaí bainistíochta, Coimisiún na Scrúduithe Stáit (sa chás go dtarlóidh an teagmhas le linn na scrúduithe) agus, i gcas mórtheagmhas, ó Phreasoifig na Roinne Oideachais agus Scileanna.

Beidh tábhacht nach beag ag baint le hobair ullmhúcháin ós rud é nach cuid de ghnáthobair an Phríomhoide é seo. Ba chóir do ráitis a bheith scríofa amach ach is fearr gan iad a léamh amach don cheamara. Féadfar roinnt ceisteanna a chomhaontú roimh ré ionas go bhféadfar freagairtí a ullmhú, agus iad a chleachtadh, ach an t-am a bheith ann. Nuair a bhíonn daoine trína chéile is iondúil go dtéann sé deacair ar an té na focail chearta a fháil. Dá réir sin, is fearr an ráiteas a choinneáil gearr agus a bheith cúramach faoina ndeirtear.

Ba chóir comhairle a chur ar thuismitheoirí gan ligean dá leanaí dul faoi agallamh toisc nach bhfuil an aibíocht ná an breithiúnas acu leis an lámh in uachtar a fháil. D'fhéadfadh go mbeadh aiféala orthu níos déanaí nó d'fhéadfadh sé go gcuirfeadh sé as do pháirtithe éagsúla.

Seicliosta

- Ainmnigh urlabhraí do na meáin (de réir an PBTC)
- Is cóir don Phríomhoide comhairle a chur ar dhaltaí, tuismitheoirí agus baill foirne gurb é an t-urlabhraí ainmnithe amháin a bheidh ag déileáil leis na meáin
- Tabhair rochtain theoranta, rialaithe do na meáin ach preas-seomra a chur ar fáil agus ráitis a dhéanamh ag amanna sonraithe
- Ullmhaigh ráiteas do na meáin (féach Cuid 11, **R4**)
- Is cóir go gcoinneofar na hagallaimh gearr, fíorasach agus go mbeidh siad bainteach le hábhar.

NÁ DÉAN DEARMAD

Tá treoir shonrach maidir le féinmharú a thuairisciú sna meáin le fáil san fhoilseachán *"Media Guidelines for the Reporting of Suicide and Self-Harm" (Cumann Eolaíochta Féinmharaithe na hÉireann agus na Samáraigh, 2007)* Tugtar le fios sna treoirlínte gur féidir leis na meáin cabhrú chun aithris ar fhéinmharú a chosc ar na bealaí seo a leanas:

• gan mionsonraí a lua faoin bhféinmharú, m.sh. an láthair ná an modh a úsáideadh;
• gan abairtí fileata a úsáid chun culaith rómánsúil a chur air;
• gan chúiseanna le féinmharú a lua, rud a d'fhéadfadh a thabhairt le fios go hindíreach gur rogha é an féinmharú.

Ba choir don scoil cloí leis na treoirlínte sin i gcomhfhreagras ar bith leis na meáin.

9.2 RUDAÍ IS CEART AGUS NACH CEART A DHÉANAMH AGUS TÚ AG DÉILEÁIL LEIS NA MEÁIN

SCRÍOBH preasráiteas (R4)
DÉAN machnamh ar theagmháil a dhéanamh le Cumann Múinteoirí Éireann, le hAontas Múinteoirí Éireann, le Cumann na Meánmhúinteoirí, Éire nó le comhlacht ábhartha eile le comhairle agus treoir a fháil uathu
ÚSÁID foclaíocht chúramach agus íogair
COINNIGH gonta é
BREATHNAIGH ar gach uile fhocal mar fhocal taifeadta a fhéadfaidh na meáin a úsáid (breathnóidh na meáin air mar sin)
FIAFRAIGH an mbeidh deis ann eagarthóireacht a dhéanamh ar an agallamh
IARR cuntas roimh ré ar na ceisteanna a chuirfear ort
SEACHAIN ráitis róghinearálta nó róscaoilte
SEACHAIN bheith ag tuairimíocht

NÁ NOCHT sonraí pearsanta na ndaoine a bhfuil baint acu leis an scéal
NÁ LÉIGH an ráiteas don cheamara
NÁ GLAC PÁIRT i gcomhráite fadálacha ina dhiaidh
NÁ hABAIR "Níl aon rud le rá agam" in aon chás
NÁ TABHAIR FREAGRA ar "athfhriotal" ó dhaoine eile
NÁ FREAGAIR do cheisteanna nach bhfuil freagra agat orthu
NÁ hABAIR aon rud "i modh rúin"

9.3 CEISTEANNA COITIANTA MAIDIR LE DÉILEÁIL LEIS NA MEÁIN - AN PRÍOMHOIDE

C. Tá siad ag iarraidh agallamh a chur orm (an príomhoide). Cén freagra a thabharfaidh mé orthu?
A. Mura bhfuil tú compordach dul faoi agallamh is féidir leat diúltú dóibh. Má bhíonn tú toilteanach agallamh a thabhairt, is cóir duit an méid is mian leat a rá a chleachtadh. B'fhéidir gurbh fhiú duit ráiteas a scríobh amach roimh ré. Is cóir don fhoclaíocht a bheith idir chúramach agus íogair. Is cóir go luafar ann an méid a tharla agus go ndéanfar tagairt ann don suaitheadh/bhuairt/bhrón atá sa scoil. Is cóir go gcuirfear comhbhrón na scoile in iúl don teaghlach atá fágtha faoi bhrón. Is cóir breac-chuntas a thabhairt ar na tacaí atá curtha i bhfeidhm ar mhaithe leis na daltaí, leis an bhfoireann agus leis na tuismitheoirí. Is fearr gan an ráiteas sin a léamh amach don cheamara.

C. Céard faoin agallamh féin?
F. Is cóir agallaimh a choinneáil gearr; seachain ráitis róghinearálta agus róscaoilte; seachain comhráite fadálacha a tharraingt ort féin ina ndiaidh agus seachain bheith ag tuairimíocht; ná habair "níl aon rud le rá agam" mar go bhféadfadh sé sin a thabhairt le tuiscint nach bhfuil tú sásta cabhair a thabhairt agus go bhfuil tú ar do chosaint. Ná tabhair freagra ar "athfhriotal" ó dhaoine eile. Má chuirtear ceist ort nach bhfuil an freagra ar eolas agat, tá sé tábhachtach go ndéarfá é sin. Ná déan aon tráchtanna 'i modh rúin' agus cuimhnigh gur féidir gach focal a úsáid arís sna meáin. D'fhéadfaí caint neamh-aireach a chraoladh arís agus arís eile agus d'fhéadfadh sé go gcuirfeadh sí as do daoine. Iarr ar na meáin breac-chuntas a thabhairt duit ar na ceisteanna a chuirfidh siad ort agus fiafraigh díobh an mbeidh deis ann eagarthóireacht a dhéanamh ar an agallamh ina dhiaidh. Féadann daoine de na meáin an-chúnamh a thabhairt maidir leis seo más rud é gur léir an imní atá taobh thiar de.

C. Cén freagra a thabharfaidh mé má bhíonn na meáin ag iarraidh daltaí a chur faoi agallamh?
F. Tá sé tábhachtach nach n-ainmneofaí ach duine amháin ón scoil ina urlabhraí leis na meáin. Is é an Príomhoide a ghlacann an ról sin i bhformhór na gcásanna. Is cóir don Phríomhoide comhairle a chur ar bhaill foirne agus ar dhaltaí na scoile sa tionól nó tríd an idirchum nach bhfuil sa scoil ach urlabhraí amháin leis na meáin agus gurb é an duine sin an t-aon duine a bheidh i dteagmháil leis na meáin. Ní bheidh ar aon dalta ná ar aon bhall foirne agallamh a thabhairt dá bharr sin. Is cóir don Phríomhoide a lua san fhógra sin nach bhfuil taithí ag daltaí ar dhéileáil leis an bpreas, leis an raidió ná leis an teilifís agus dá mba rud é go gcuirfí agallamh orthu go bhféadfaidís rud éigin a rá nach raibh i gceist acu a rá. D'fhéadfadh sé go mbeadh sé ina chúis le fulaingt neamhbheartaithe agus go mbeadh aiféala orthu níos déanaí faoin méid a dúirt siad.

C. Cén freagra a thabharfaidh mé má iarrann na meáin pictiúir den duine a bhásaigh/an duine atá gortaithe ormsa nó ar na daltaí?
F. B'fhéidir go n-iarrfaidh na meáin pictiúir den duine atá gortaithe nó a bhásaigh ort lena bhfoilsiú. Is faoi theaghlach an duine a bhásaigh/faoin teaghlach lena mbaineann an teagmhas agus fúthu amháin cibé acu is mian leo pictiúir a chur ar fáil nó nach mian leo. Tá sé tábhachtach go gcuirfí comhairle ar bhaill foirne agus ar dhaltaí meas a léiriú ar an gcinneadh sin.

C. Tá stáisiúin teilifíse, cláir raidió agus nuachtáin ag glaoch ar an scoil ag lorg agallaimh. Cén chomhairle a chuirfidh mé ar an scoil chun déileáil leis sin?
F. Bíodh dréachtráiteas do na meáin ullmhaithe agat (féach Cuid 11, R4). Abair leis an rúnaí má fhaigheann sé glaoch ó na meáin gur cóir dó seoladh ríomhphoist nó uimhir facs an duine a bhreacadh síos ionas go bhféadfar cóip den phreasráiteas a sheoladh chuige. Abair leis an rúnaí freisin gur cóir dó an duine a chur ar an eolas faoi aon seisiún eolais do na meáin atá beartaithe, lena n-áirítear cén t-am agus cén áit a mbeidh sé ar siúl.

CUID 10

TEAGMHAIS CHRITICIÚLA LE LINN NA SCRÚDUITHE TEASTAIS

Ní mar a chéile na socruithe foirne ná na socruithe eagrúcháin a bhíonn i bhfeidhm i scoileanna agus na scrúduithe ar siúl agus na socruithe a bhíonn i bhfeidhm don chuid eile den bhliain. Má tharlaíonn teagmhas criticiúil ag aimsir na scrúduithe, éiríonn rudaí níos casta ó tharla go mbíonn brú sa bhreis ar dhaoine agus gur gá cur ar chumas a mhéad daltaí is féidir leanúint ar aghaidh lena scrúduithe.

10.1 CEISTEANNA COITIANTA AG AIMSIR NA SCRÚDAITHE

C. Cé is gá a chur ar an eolas faoin teagmhas?
F. Sa chás go bhfuil na Scrúduithe Stáit ar siúl, téigh i dteagmháil le Coimisiún na Scrúduithe Stáit (CSS) (0906 442700) chomh luath agus is féidir ionas go mbeidh siad in ann an Bainisteoir Scrúduithe agus Measúnuithe (BSM) don scoil a chur ar an eolas. Seachas sin, féadfaidh tú féin teagmháil a dhéanamh le BSM do cheantair. Téigh i dteagmháil leis an síceolaí de chuid an SNSO, a thabharfaidh cuairt ar an scoil más gá.

C. Céard iad na bearta a dhéanfaidh mé i gcás teagmhais?
F. Is cóir duit na daoine sin a bhféadfadh tacaíocht nó comhairle a bheith ag teastáil uathu a aithint. B'fhéidir gur mhaith leat é sin a phlé leis an treoirchomhairleoir nó le páirtithe eile a d'fhéadfadh a bheith ar fáil, mar shampla:
- Gaolta leis an duine a bhásaigh
- Cairde leis an duine a bhásaigh
- Dearthàireacha agus deirfiúracha
- An fhoireann teagaisc agus baill foirne eile

Is cóir sainaithint a dhéanamh ar na príomhfhoinsí cabhracha atá sa phobal agus teagmháil a dhéanamh leo de réir mar is gá.

C. Céard é ról an tsíceolaí?
F. Is é an ról a bhí ag an síceolaí riamh ná tacú le foireann na scoile. Bíodh sin mar atá, ó tharla nach mbeidh roinnt baill foirne thart agus ó tharla a thábhachtaí a bhíonn an Ardteistiméireacht do dhaltaí, d'fhéadfadh sé go mbeadh roinnt teagmhála duine le duine ag an síceolaí le daltaí sa chás áirithe seo. Más féidir ar chor ar bith, is cóir daltaí a spreagadh chun a scrúduithe a chríochnú. Má theastaíonn ó dhalta an halla scrúdaithe a fhágáil de bharr go bhfuil sé trína chéile, d'fhéadfadh sé go mbeadh ar chumas an tsíceolaí cabhrú leis socrú síos agus filleadh ar an scrúdú. Tá sé ríthábhachtach go mbeadh duine in éineacht leis i gcónaí chun sláine an scrúdaithe a chinntiú.

C. An gcuirfear an cás san áireamh agus na páipéir á marcáil?
F. Is é an prionsabal ginearálta nach féidir marcanna a thabhairt ach ar a gcuirtear i láthair ar an bpíosa páipéir agus níor cheart a thabhairt le tuiscint choíche go ndéanfaí coigeartú ar na marcanna mar gheall ar an gcás. Is gá an cur chuige sin chun sláine na scrúduithe a chinntiú. Baineann ról an SNSO le tacú le baill foirne agus le daltaí. Is é Coimisiún na Scrúduithe Stáit (CSS) atá freagrach as ábhair a bhaineann le cúrsaí marcála, srl. Is iondúil go dtugann an Bainisteoir Scrúdaithe agus Measúnaithe (BSM) atá sannta don chontae i rith thréimhse na scrúduithe cuairt ar an scoil i gcás teagmhas criticiúil ag aimsir na scrúduithe. Is cóir ceisteanna a bhaineann leis na scrúduithe a chur ar aghaidh chuig an BSM.

C. An féidir a shocrú go mbeidh daltaí in ann dul faoi na scrúduithe in athuair mura gcríochnaíonn siad an scrúdú ar an gcéad dul síos?
F. Ní féidir

C. An féidir breis ama a thabhairt do dhaltaí?
F. Má aontaíonn an BSM leis, ceadófar do dhalta a thagann amach as scrúdú ach a théann isteach arís an t-am a cailleadh a dhéanamh suas tar éis d'am an scrúdaithe a bheith caite. Ní mór d'údaráis na scoile a dheimhniú go raibh duine cuí in éineacht leis an iarrthóir agus go raibh tuairisc ar an dalta ar feadh an ama go léir a raibh sé asláthair ón scrúdú. Is féidir an dalta a spreagadh chun díriú isteach ar an scrúdú in athuair agus is féidir úsáid a bhaint as teicnící chun an imní agus an bhuairt atá air a mhaolú. Ní ceadmhach aon chúnamh a thabhairt don dalta lena bhfuil ar an bpáipéar. Ní ceadmhach sláine an scrúdaithe a shárú tráth ar bith.

C. An féidir leis an bhfeitheoir cabhrú leis an dalta socrú síos sa scrúdú?
F. Féadfaidh feitheoir dul síos go ciúin chuig dalta is cosúil atá míshuaimhneach nó nach bhfuil a fhios aige an ag teacht nó ag imeacht atá sé, agus féadfaidh sé cabhrú leis an dalta díriú isteach ar an scrúdú in athuair. D'fhéadfadh sé, mar shampla, a mholadh dó tosú le Mír A nó B nó spreagadh a thabhairt dó na ceisteanna a léamh agus cinneadh a dhéanamh faoin gceann a dtabharfaidh sé faoi ar dtús. Sa chás nach bhfreagróidh an dalta don chúnamh, féadfaidh an feitheoir a mholadh go dtabharfaí an dalta chuig ionad ar leith. Má bhíonn dalta ag caoineadh, tá sé tábhachtach go spreagfaí é chun an t-ionad scrúdaithe a fhágáil ós rud é go gcuirfidh sé as do dhaltaí eile nó go gcuirfidh sé trína chéile iad. D'fhéadfadh sé gur ghá socruithe a dhéanamh le hionad ar leith a chur ar bun ina leithéid de chás.

C. An féidir liom am breise a cheadú do dhalta agus/nó a cheadú go ndéanfadh sé an scrúdú in ionad ar leith?
F. Ní féidir. Is faoi shainchúram an BSM atá sé saoráidí áirithe a sholáthar do dhaltaí atá trína chéile.

C. Céard is cóir dom a dhéanamh maidir leis na meáin?
F. Déan teagmháil le Coimisiún na Scrúduithe Stáit le comhairle a fháil.

Cuid 11

ACMHAINNÍ

FREAGAIRT DO THEAGMHAIS CHRITICIÚLA

CLÁR NA nÁBHAR

51 Cuid 11 ACMHAINNÍ: FREAGAIRT DO THEAGMHAIS CHRITICIÚLA

53 R1 TAIFEAD TEAGMHÁLA DALTA
54 R2 LITIR SHAMPLACH CHUIG TUISMITHEOIRÍ/CAOMHNÓIRÍ - BÁS TOBANN/TIMPISTE
55 R3 LITIR SHAMPLACH CHUIG TUISMITHEOIRÍ/CAOMHNÓIRÍ - BÁS FORÉIGNEACH
56 R4 FÓGRA SAMPLACH DO NA MEÁIN
57 R5 SEISIÚN SEOMRA RANGA TAR ÉIS SCÉALA A FHÁIL FAOI THEAGMHAS CRITICIÚIL
60 R6 TUISCINT AGUS FREAGAIRT LEANAÍ AR AN mBÁS DE RÉIR AOISE
62 R7 CÉIMEANNA AN BHRÓIN
63 R8 AN CHAOI LE DÉILEÁIL LEIS NUAIR A THARLAÍONN RUD ÉIGIN UAFÁSACH
64 R9 FREAGAIRTÍ AR THEAGMHAS CRITICIÚIL
65 R10 BRÓN TAR ÉIS FÉINMHARÚ NÓ FÉINMHARÚ AMHRASTA
66 R11 FILLEADH AN LINBH A FÁGADH FAOI BHRÓN AR AN SCOIL
67 R12 BEALAÍ LE CABHRÚ LE DO LEANBH AG AN AM DEACAIR SEO
68 R13 TREOIR GHINEARÁLTA MAIDIR LE hAGALLAIMH DO THREOIRCHOMHAIRLEOIRÍ, SÉIPLÍNIGH AGUS BAILL FOIRNE AINMNITHE EILE
69 R14 SEICLIOSTA - DALTAÍ ATÁ I mBAOL
70 R15 CÍORADH A DHÉANAMH AR BHAOL AN FHÉINMHARAITHE
73 R16 CEISTEANNA COITIANTA - PRÍOMHOIDÍ
76 R17 CEISTEANNA COITIANTA - MÚINTEOIRÍ
78 R18 CEISTEANNA COITIANTA - TUISMITHEOIRÍ
79 R19 BEARTAS AGUS PLEAN TEAGMHAIS CHRITICIÚIL - CREATLACH
86 R20 TEIMPLÉAD BAINISTÍOCHTA TEAGMHAIS CHRITICIÚIL LE hAGHAIDH AN PHLEAN SCOILE
88 R21 LIOSTA TEAGMHÁLAITHE ÉIGEANDÁLA
89 R22 TREOIR MAIDIR LE hÚSÁID NA MEÁN SÓISIALTA
92 R23 MÚINTEOIRÍ AG CABHRÚ LE DALTAÍ I gCÁS GÉARCHÉIME NÓ ÉIGEANDÁLA
95 R24 LÁITHREÁIN GHRÉASÁIN AGUS LÍNTE CABHRACH ÚSÁIDEACHA I gCOMHAIR RO CHTAIN AR ACHMHAINNÍ

R1

TAIFEAD TEAGMHÁLA DALTA

Féadfaidh baill foirne scoile an fhoirm seo a úsáid chun sonraí a choinneáil faoi na daltaí ar tugadh tacaíocht dóibh tar éis teagmhas criticiúil. Is cóir an t-eolas seo a chur i dtoll a chéile go lárnach.

Ainm an bhaill foirne:

DÁTA	AINM AN DALTA	RANG / BLIAIN	TORADH (sonraigh an gá aon obair leantach)

R2

LITIR SHAMPLACH CHUIG TUISMITHEOIRÍ/ CAOMHNÓIRÍ – BÁS TOBANN/TIMPISTE

Féadfaidh scoileanna an litir seo a úsáid mar theimpléad nuair is gá tuismitheoirí a chur ar an eolas faoi thragóid. Tugtar comhairle inti, mar aon le breac-chuntas ar a mbeidh i gceist le freagairt na scoile (sonraí achoimre ar an teagmhas agus, i gcás báis, b'fhéidir roinnt cuimhní ar an té atá imithe ar shlí na fírinne). Sa chás go n-úsáidtear téacsáil/na meáin shóisialta le cumarsáid a dhéanamh le tuismitheoirí, cabhróidh an t-inneachar seo leat a leithéid de theachtaireachtaí a dhréachtú.

(Sonraí Teagmhála na Scoile) (Suaitheantas na Scoile)

A Thuismitheoir/Chaomhnóir, a chara,

Is oth liom a chur in iúl duit ***(go bhfuair duine de dhaltaí na scoile, [ainm], bás go tobann)***/***(gur gortaíodh duine de dhaltaí na scoile, [ainm], i dtimpiste)***, srl. Goilleann an bás/na básanna/an tarlú/na tarluithe go mór orainn. Táimid ag cuimhneamh ar mhuintir ***(ainm an teaghlaigh)***.

Tá struchtúir tacaíochta i bhfeidhm againn chun cabhrú le do leanbh déileáil leis an tragóid seo ***(sonraigh)***.

B'fhéidir go bhfuil mothúcháin agus ceisteanna ag do leanbh ar mhaith leis iad a phlé leat. Tá sé tábhachtach eolas ceart agus cruinn a thabhairt dó ar bhealach atá oiriúnach dá aois.

Is féidir leat cabhrú le do leanbh ach am a ghlacadh le héisteacht leis agus é a spreagadh chun labhairt faoi na mothúcháin atá aige. Ní mar a chéile aon bheirt leanaí agus cuirfidh siad a gcuid mothúchán in iúl ar bhealaí difriúla. Ní hannamh go rachadh sé deacair ar leanaí díriú ar rudaí, go mbeadh faitíos nó imní orthu ná go mbeidís cantalach. B'fhéidir go dtarraingeoidís siar ó dhaoine eile, go mbeidís ag caoineadh, go mbeidís ag gearán faoi dhaitheacha nó pianta coirp, go mbeadh sé deacair orthu codladh nó go mbeadh tromluí orthu. B'fhéidir nach mbeadh fonn ar roinnt acu aon rud a ithe. Is gearr go mbeidh siad ar a seanléim arís i bhformhór na gcásanna. Coinnigh súil ar do leanbh sna laethanta amach romhainn agus lig dó a chuid mhothúchán a chur in iúl gan é a cháineadh.

Cé go mbeidh ranganna ar siúl mar is gnáth, glacaim leis go mbeidh an chéad cúpla lá eile deacair ar gach uile dhuine.

(Roghnach)
Tá sé beartaithe oíche eolais a chur ar siúl do thuismitheoirí ar an ***(dáta, am agus áit)***. Tabharfar tuilleadh eolais duit ag an am sin faoi cén chaoi cabhrú le leanaí atá faoi bhrón.

Tá roinnt eolais istigh leis seo a d'fhéadfadh a bheith úsáideach duit chun cabhrú le do leanbh sa tréimhse chrua seo.

Is minic a théann daoine óga caol díreach chuig na meáin shóisialta lena bhfuil i mbéal an phobail a fháil amach, nó le tuilleadh eolais a fháil. Is tábhachtach an rud é ag an am seo monatóireacht a dhéanamh ar an gcaoi a n-úsáidfidh siad na meáin shóisialta agus labhairt leo faoina léann siad. Molaimid go láidir duit a chur ina luí orthu gur gá dóibh bheith an-tuisceanach agus an-chúramach ar fad nuair a phostálfaidh siad aon rud.

Má tá comhairle uait, ná bíodh aon drogall ort teagmháil a dhéanamh leis na daoine seo a leanas sa scoil ***(sonraí)***.

Síniú an phríomhoide

R3

LITIR SHAMPLACH CHUIG TUISMITHEOIRÍ/ CAOMHNÓIRÍ – BÁS FORÉIGNEACH

Féadfaidh scoileanna an litir seo a úsáid mar theimpléad nuair is gá tuismitheoirí a chur ar an eolas faoi bhás foréigneach. Tugtar comhairle inti, mar aon le breac-chuntas ar a mbeidh i gceist le freagairt na scoile. (Tabhair eolas ceart, cruinn ar an teagmhas, ach ná húsáid an focal 'dúnmharú' toisc nach ndeimhneofar gur dúnmharú a bhí ann go dtí go gcuirfear an cás cúirte i gcrích).

A Thuismitheoir/Chaomhnóir, a chara,

Ní foláir dom tú a chur ar an eolas faoi rud éigin an-bhrónach a tharla le déanaí.

Fuair (leanbh/duine óg arbh as an gceantar dó/di)/(deirfiúr/deirfiúr le ***[ainm an dalta]***)/(dalta de chuid na scoile) bás de dheasca ***(ionsaí foréigneach/eachtra fhoréigneach ar an tsráid/srl.)*** cúpla lá ó shin. Goilleann a bhás go mór orainn ar fad.

Scaipeamar an t-eolas sin agus rinneamar plé air leis na daltaí ar fad ionas go mbeadh a fhios acu céard a tharla. Bhí baill foirne de chuid na scoile ar fáil do dhaltaí ó thús deireadh an lae scoile inniu. Tá pearsanra tacaíochta eile ***(síceolaithe ina measc, srl. de réir na socruithe atá i bhfeidhm)*** ar fáil le comhairle a chur ar bhaill foirne agus iad ag tacú le daltaí.

Is mór an tragóid é nuair a fhaigheann aon duine óg bás, ach bíonn básanna foréigneacha níos deacra fós. Is deacair an rud é go gcaithfimid múineadh dár leanaí faoin bhforéigean atá sa saol agus go gcaithfimid glacadh leis in amanna nach bhfuil aon neart againn air.

D'fhéadfadh sé go mbeadh an bás seo ina chúis le réimse freagairtí ó do leanbh. D'fhéadfadh sé go mbeadh faitíos ar roinnt leanaí/daoine óga go gcailífí é féin nó go gcailífí daoine muinteartha leis. Glac am le héisteacht leis agus leis na rudaí atá ag cur eagla air. Cuir ar a shuaimhneas é gur fíorannamh a tharlaíonn a leithéid.

Tá roinnt eolas breise istigh leis seo a d'fhéadfadh a bheith úsáideach duit ag an am crua seo.

Tá iriseoirí thart ar an scoil agus d'fhéadfadh sé ndéanfaidís iarracht labhairt leatsa nó le do leanaí. Ní gá duit labhairt leo ar chor ar bith. Ní thabharfaimid cead d'iriseoirí agallamh a chur ar do leanbh ar scoil agus molaimid duit gan ligean dóibh déanamh amhlaidh taobh amuigh den scoil ach an oiread. Níl na leanaí siad aibí a ndóthain lena gcuid cainte a mheas agus d'fhéadfadh sé go ndéarfaidís rud éigin a mbeadh aiféala orthu faoi amach anseo.

Is minic a théann daoine óga caol díreach chuig na meáin shóisialta ina leithéid de chásanna lena bhfuil i mbéal an phobail a fháil amach, nó le tuilleadh eolais a fháil. Cé go bhféadfadh sé go bhfaigheadh do leanbh sólás sna meáin shóisialta, molaimid go láidir duit a chur ina luí air gur gá dó bheith an-chúramach ar fad nuair a phostálfaidh sé aon rud chuig daoine eile.

Táimid ag cuimhneamh ar mhuintir ***(ainm an teaghlaigh)*** agus oraibhse ar fad.

Is mise le meas,

Ainm an phríomhoide

R4

FÓGRA SAMPLACH DO NA MEÁIN

Féadfaidh scoileanna é seo a úsáid mar theimpléad le seoladh mar r-phost, le cur suas ar láithreán na scoile ar na meáin shóisialta nó le tabhairt do na meáin. D'fhéadfadh sé go laghdófaí líon na nglaonna agus na gcuairteanna ar an scoil ó na meáin dá bharr.

I gcúinsí áirithe ní cuí ainmneacha ná eolas a thabhairt sa ráiteas a d'fhéadfaí a úsáid le daoine aonair a aithint.

Beidh sé riachtanach an fógra seo a leasú ag brath ar shaincheisteanna rúndachta, ar mhianta theaghlach an íospartaigh agus ar an gcineál teagmhais a bhí i gceist.

(Ainm) is ainm dom agus is mise príomhoide Scoil ***(Ainm)***. Fuaireamar an drochscéala ar maidin inniu faoi bhás ***(duine dár gcuid daltaí nó ainm an dalta)***. Is uafásach an tragóid é seo don teaghlach/do na teaghlaigh, dár scoil agus dár bpobal ar fad. Goilleann an méid a tharla go mór orainn. Cuirimid ár gcomhbhrón in iúl do mhuintir ***(Ainm)*** agus dá gcairde agus tá siad inár smaointe.

(Buachaill sa 5ú bliain) ab ea ***(ainm an dalta/na ndaltaí)*** agus aireoidh na daoine ar fad a raibh aithne acu air uathu é.

Bhíomar i dteagmháil lena thuismitheoirí agus d'iarr siad orainn bheith tuisceanach faoina bpríobháideacht sa tréimhse dheacair seo.

Is iomaí duine a thairg tacaíocht agus táimid an-bhuíoch díbh. Tá Plean Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil curtha i bhfeidhm ag an scoil.

Tá an lá caite ag síceolaithe de chuid na Seirbhíse Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais agus ***(cuir isteach eolas eile más cuí)*** linn agus iad ag tabhairt tacaíochta dúinn agus ag cur comhairle ar mhúinteoirí sna hiarrachtaí atá á ndéanamh acu cúnamh a thabhairt dár ndaltaí ag an tráth seo.

Tá múinteoirí ag cabhrú le daltaí déileáil leis an tragóid seo.

Tá an scoil ag cur fáilte roimh thuismitheoirí ionas go bhféadfaimid tacú leo, comhairle a chur orthu agus treoir a thabhairt dóibh.

Iarraimid oraibh bheith tuisceanach faoinár bpríobháideacht ag an am seo.

Go raibh maith agaibh.

R5

SEISIÚN SEOMRA RANGA TAR ÉIS SCÉALA A FHÁIL FAOI THEAGMHAS CRITICIÚIL

Sa ghnáthchúrsa, is é an múinteoir ranga, an teagascóir ranga nó múinteoir eile a bhfuil aithne aige ar na daltaí a inseoidh dóibh faoinar tharla agus a bheidh i gceannas ar an seisiún ranga. Is iondúil go n-airíonn daltaí slán sábháilte le duine a bhfuil aithne acu air cheana. I gcás nach mbeidh múinteoir compordach leis an ról sin, féadfaidh ball foirne eile nó an síceolaí oibriú leo agus an tasc a roinnt eatarthu. Ba chóir go mbeadh deis ag múinteoirí gan an obair seo a ghlacadh orthu féin má airíonn siad nach bhfuil siad in ann aici agus ba chóir socruithe eile a dhéanamh don ghrúpa ranga sin.

Is é aidhm an tseisiúin ná an scéala a thabhairt amach; deis a thabhairt do dhaltaí a bhfuil tarlaithe a phlé agus a smaointe agus a gcuid mothúchán a chur in iúl i dtimpeallacht shábháilte. Is gá don mhúinteoir éisteacht leo agus a bheith báúil.

Is gá an seisiún a chur in oiriúint d'aois agus do leibhéal forbartha an ghrúpa ranga.

Seo a leanas breac-chuntas ar an seisiún:

CÉIM 1 Na fíricí a thabhairt agus deireadh a chur le ráflaí
CÉIM 2 Scéalta a roinnt agus iad a spreagadh chun smaointe a roinnt agus a gcuid mothúchán a chur in iúl
CÉIM 3 Na freagairtí a normalú
CÉIM 4 Imní (i gcás leanaí níos óige)
CÉIM 5 Comhairle a thabhairt faoi úsáid na meán sóisialta
CÉIM 6 Cumhachtú
CÉIM 7 Clabhsúr
CÉIM 8 Am Saor
CÉIM 9 Téarnamh

CÉIM 1 Na fíricí a thabhairt agus deireadh a chur le ráflaí	Inis do na daltaí go socair, i nguth íseal, fíorasach • Ar tharla • Cé a bhí bainteach lenar tharla • Cén uair a tharla sé • An plean don lá Script Shamplach *Tá scéal an-bhrónach agam le roinnt libh.* ***An t-eolas fíorasach ar chomhaontaigh an fhoireann é, mar shampla, (Ainm an dalta)****, dalta a fhreastalaíonn ar an scoil seo, a bhí ar iarraidh – tá sé faighte anois. Seans maith go bhfuair tú amach trí na meáin shóisialta go bhfuil sé marbh. Tháinig na Gardaí ar a chorp inné. Tá fiosrú á dhéanamh acu faoinar tharla agus cuirfidh siad ar an eolas muid a luaithe a bheidh a thuilleadh eolais acu.* *Tá an-bhrón go deo orm faoin méid a tharla. Caithimis roinnt ama in éineacht lena chéile anois chun cúnamh a thabhairt dá chéile labhairt faoin gcaoi a n-airímid faoinar thit amach.*

CÉIM 2 Scéalta a roinnt	Cuir am i leataobh le nithe a phlé. D'fhéadfadh sé gur mhian le daltaí a scéal faoinar tharla a insint. Ní aireoidh siad go bhfuil siad ina n-aonair chomh mór sin mar go mbeidh siad ábalta a scéalta comónta a roinnt lena chéile. Nuair a thugtar cúnamh dóibh a scéalta a chur i bhfocail cabhraíonn sé sin leo teacht chucu féin. Maidir le daltaí nach furasta dóibh a scéalta a chur i bhfocail nó maidir le daltaí ag a bhfuil deacrachtaí foghlama, d'fhéadfadh sé go gcabhródh sé leo dá dtabharfaí cead dóibh a gcuid mothúchán a chur trasna agus a scéal a insint ar bhealaí eile. Is minic gur mór an chabhair é do dhaltaí níos óige go háirithe scéalta a scríobh nó leas a bhaint as ealaín chun an scéal a insint. Moltar i gCuid 11, **R24**, roinnt ábhar is féidir a úsáid chun na críche sin. Tabhair rogha do dhaltaí faoin gcaoi ar mian leo a scéalta a chur i láthair. Bíodh fáil ar bosca ciarsúir páipéir. Script Shamplach *Déanfaimid bosca cuimhní i gcuimhne ar* ***(ainm an duine a bhásaigh)*** *le cabhrú linn inniu. Féadfaidh tú pictiúr a tharraingt faoi thréimhse a ritheann leat a chaith tú le* ***(ainm an duine a bhásaigh)*** *nó dán a chumadh dó nó litir a scríobh chuige. Más mian leat féadfaimid iad a chur i mbosca deas agus an bosca a thabhairt do theaghlach* ***(ainm an duine a bhásaigh)*** *go gairid. Cabhróidh sé sin leo a thuiscint a thábhachtaí a bhí* ***(ainm an duine a bhásaigh)*** *dúinne.*
CÉIM 3 Na freagairtí a normalú	Inis do na leanaí go mbeidh freagairt éagsúil ag gach duine acu faoinar tharla agus nach bhfuil freagairt cheart ná mhícheart ann. Déan liosta de roinnt de na mothúcháin agus de na freagairtí a d'fhéadfadh a bheith ag na leanaí (féach **R9**). Mínigh dóibh gur gnáthfhreagairtí do chúinsí mínádúrtha iad na freagairtí atá acu. Inis do na daltaí go n-imeoidh na freagairtí nó na hairí in am is i dtráth. Abair leo mura mbeidh na hairí imithe tar éis roinnt seachtainí gur cheart dóibh é sin a insint duitse nó dá dtuismitheoirí. De bhreis ar na comhráite a bheidh acu le cairde leo ar na meáin shóisialta, d'fhéadfadh sé gur gá dóibh labhairt le duine éigin faoin gcaoi a n-airíonn siad. Ag brath ar an teagmhas agus ar aois na leanaí, dáil bileoga eolais **R7, R8, R9, R10** orthu.
CÉIM 4 Imní (i gcás leanaí níos óige)	Script Shamplach *B'fhéidir go bhfuil imní oraibh faoi* ***(ainm an duine a bhásaigh)*** *– go bhfuil sé brónach nó uaigneach nó go bhfuil ocras air nó go bhfuil sé fuar. Nuair a fhaigheann duine bás ní airíonn siad an fuacht, ní bhíonn ocras orthu ná ní airíonn siad rudaí mar sin níos mó.* *B'fhéidir go bhfuil imní oraibh go bhféadfadh an rud céanna tarlú duitse nó do dhuine de do theaghlach. An méid a tharla do* ***(ainm an duine a bhásaigh)****, ní minic a tharlaíonn a leithéid.* Sa chás go raibh an dalta a bhí sa rang leo breoite, d'fhéadfá an méid seo a leanas a rá: Bhí sé an-tinn agus is beag an baol go dtarlódh sé arís d'aon duine a bhfuil aithne agat air.
CÉIM 5 Comhairle a thabhairt faoi úsáid na meán sóisialta	D'fhéadfaí tús a chur leis an bplé ach breac-chuntas a thabhairt ar na meáin shóisialta éagsúla a úsáideann baill an ghrúpa faoi láthair. Ba chóir luach na meán sóisialta a aithint mar bhealach le coinneáil i dteagmháil le cairde agus mar bhealach le tacú leo. D'fhéadfaí iarraidh ar na daltaí samplaí a thabhairt ar bhealaí ar chabhraigh a leithéid de chumarsáid leo, chomh maith le samplaí ar bhealaí nár chabhraigh leo. Is fearr a bhíonn daoine in ann tacú lena chéile i gcás cumarsáid bheo ar nós Skype nó Viber i bhformhór na gcásanna agus tuigeann daoine a chéile níos fearr ná comhráite téacs. Spreagfar daltaí chun machnamh a dhéanamh ar cá mhéad ba chóir dóibh na meáin shóisialta a úsáid, go háirithe go déanach san oíche. Tá tuilleadh treorach faoi úsáid na meán sóisialta le fáil in **R22**.

CÉIM 6 Cumhachtú	Cabhraigh leis na daltaí straitéisí a aithint a d'fhéadfaidís a úsáid chun cabhrú leo a bhfreagairt a bhainistiú, mar shampla, labhairt le daoine muinteartha agus cairde, a ndóthain codlata a fháil, aclaíocht a dhéanamh go rialta agus úsáid chuí a bhaint as na meáin shóisialta. Is féidir le daltaí, más cuí, straitéisí a d'oibrigh dóibhsean i gcásanna strusmhara eile a roinnt nó ransú smaointe a bheith acu faoi na nithe a d'fhéadfadh cabhrú leo. Tríd is tríd, tá sé tábhachtach lámh chúnta a thabhairt do na daltaí smacht a fháil orthu féin arís.
CÉIM 7 Clabhsúr	Dírigh ar an am atá le teacht leis an seisiún a thabhairt chun críche. Ag brath ar an gcineál teagmhais, cabhraigh leis an rang/leis an ngrúpa cinneadh a dhéanamh faoinar mhian leo a dhéanamh faoi shaincheisteanna éagsúla, mar shampla céard a dhéanfar faoi chathaoir fholamh an duine, faoi chártaí nó litreacha a scríobh. Treisigh an pointe in athuair gur gnáthfhreagairtí do chúinsí mínádúrtha iad na freagairtí atá acu.
CÉIM 8 Am Saor	Nuair a bheidh an plé thart, d'fhéadfadh sé go mbeadh an múinteoir ag iarraidh am spraoi a thabhairt do na daltaí i gclós na scoile nó am saor a thabhairt dóibh sa seomra ranga nó i spás aontaithe, ag brath ar aois na ndaltaí.
CÉIM 9 Téarnamh	D'fhéadfadh sé go mbeadh sé fiúntach leanúint leis na gníomhaíochtaí sin ag amanna rialta agus iad a mheascadh leis an gcuraclam sna laethanta ina dhiaidh sin. Ba chóir filleadh ar an ngnáthamh chomh luath agus is féidir i bhformhór mór na gcásanna. • Ba chóir daltaí a spreagadh chun filleadh ar an spórt agus ar ghníomhaíochtaí seach-churaclaim eile • Is cuí curaclam an ranga a athrú nó a chur in oiriúint. Mar shampla, níor chóir do mhúinteoirí ábhar nua a mhúineadh do leanaí go ceann tamaill i ndiaidh teagmhais ó tharla go bhféadfadh sé a bheith deacair ar leanaí díriú isteach air • Tapaigh deiseanna a thiocfaidh chun cinn le linn gnáthoibre ranga le tuilleadh tacaíochta a thabhairt do na daltaí agus le cur lena gcumas déileála • D'fhéadfaí daltaí a spreagadh chun plé a dhéanamh ar cén chaoi a bhféadfaidís géarchéimeanna a sheachaint san am atá le teacht agus ar an gciall cheannaithe atá acu anois de bharr an mhéid a tharla. Tiocfaidh deiseanna chun cinn chomh maith le plé struchtúrtha a dhéanamh taobh istigh de chláir oideachais shóisialta, phearsanta agus sláinte na scoile. Comhthéacs iontach le tacaíocht a chur ar fáil is ea am curaclaim an oideachais shóisialta phearsanta agus sláinte (OSPS).

R6

TUISCINT AGUS FREAGAIRT LEANAÍ AR AN mBÁS DE RÉIR AOISE

(Féadtar é seo a úsáid le grúpaí agus daoine aonair éagsúla).

Braithfidh an tuiscint a bheidh ag leanaí ar bhás agus a bhfreagairt air ar aois na leanaí agus ar a leibhéal forbartha. Níl iontu seo a leanas ach treoracha de bharr nach mbeidh an fhreagairt chéanna ná an tuiscint chéanna ag aon bheirt leanaí ar tharluithe agus braithfidh sé sin ar raon cúiseanna agus seachas ar aois amháin.

0 – 2 BHLIAIN D'AOIS

- Ní thuigeann naíonáin an bás
- D'fhéadfadh sé go léireoidís imní nuair a scairtear ó dhuine muinteartha iad
- D'fhéadfadh sé go mbeadh an chuma orthu go bhfuil siad trína chéile, ceansaithe agus nach bhfuil suim acu ina dtimpeallacht.

2 – 5 BLIANA D'AOIS

- Ní thuigeann siad buaine an bháis
- D'fhéadfadh sé go lorgóidís an duine nach bhfuil ann
- D'fhéadfadh sé go n-aireoidís gurb iadsan is cúis leis an mbás ar bhealach éigin
- D'fhéadfadh sé go mbeidís ar nós cuma liom agus in ísle brí
- D'fhéadfaidís titim ar ais chuig leibhéal forbartha níos luaithe, mar shampla, a bheith ag diúl ar ordóg, ag fliuchadh na leapa, racht feirge a bheith orthu nó a bheith i gcónaí i i ngreim eireabaill i nduine
- D'fhéadfadh sé go mbeadh faitíos orthu roimh dhul a chodladh
- D'fhéadfadh sé go mbeadh imní orthu go bhfaigheadh daoine muinteartha eile leo bás.

CÉN CHAOI AR FÉIDIR LEAT CABHRÚ

- Lean leis an ngnáthamh, mar shampla, amanna béile agus am codlata
- Tabhair sólás fisiciúil dóibh
- Mínigh an bás i dteanga shoiléir, shimplí agus úsáid focail agus frásaí amhail "bás" agus "fuair sé bás" - Ná húsáid téarmaí amhail "imithe a chodladh", "caillte" ná "imithe ar shlí na fírinne"
- D'fhéadfadh sé go mbeadh ort an t-eolas céanna a thabhairt dóibh arís is arís eile
- Lig dóibh ceisteanna a chur agus tabhair na freagraí céanna orthu i gcónaí
- Cuir ar a suaimhneas iad nach raibh baint ná páirt acu leis an mbás agus go bhfuil daoine muinteartha eile go maith.

5 – 9 mBLIANA D'AOIS

- Tá siad ag fáil tuisceana ar bhuaine an bháis, ach níl tuiscint shoiléir acu ar an mbeatha tar éis bháis go fóill
- D'fhéadfadh sé go mbeadh imní orthu faoin gcaoi a n-airíonn an duine básaithe nó faoi na smaointe atá ag an duine básaithe agus é san uaigh
- D'fhéadfadh sé go mbeadh go leor ceisteanna acu faoi ghnéithe den bhás mar shampla an chaoi ar bhásaigh an duine, an chuma a bhí air, an tsochraid, na flaithis, cónraí
- Tá freagairt a bpiaraí tábhachtach, d'fhéadfadh sé go n-aireoidís nach 'mar a chéile' iad féin agus a bpiaraí
- D'fhéadfadh sé go mbeadh a bpiaraí míshuaimhneach faoin mbás agus go seachnóidís teagmháil
- D'fhéadfadh sé go ndéanfaí bulaíocht orthu.

CÉN CHAOI AR FÉIDIR LEAT CABHRÚ

- Spreag leanaí chun labhairt agus caoineadh faoin duine a bhásaigh más mian leo, murach sin bíodh meas agat gur mian leo bheith ina dtost
- Freagair ceisteanna agus tabhair an oiread eolas fíorasach agus is féidir faoin mbás
- Cuir ar a suaimhneas iad agus abair leo nach smaoiníonn daoine básaithe ar rud ar bith tar éis bháis ná nach n-airíonn siad rud ar bith
- Bí san airdeall ar bhulaíocht.

9 – 12 BHLIAIN D'AOIS

- Tuigeann siad buaine agus uilíocht an bháis
- Tá cur amach acu ar a mbásmhaireacht féin agus b'fhéidir go mbeadh imní orthu faoina mbás féin
- D'fhéadfadh sé go mbeadh airí síceasómatacha le tabhairt faoi deara, mar shampla, gearáin fhisiceacha amhail pian boilg
- D'fhéadfadh sé go mbeadh siad ag iarraidh fanacht sa bhaile i gcomhluadar a dtuismitheoirí
- D'fhéadfadh fearg a bheith orthu.

CÉN CHAOI AR FÉIDIR LEAT CABHRÚ

- Cuir ar a suaimhneas iad ach imní ar bith atá orthu faoina sláinte féin nó faoi shláinte daoine muinteartha eile leo a dhíbirt
- Spreag iad chun filleadh ar an scoil
- Tabhair cead dóibh bheith feargach agus taispeáin dóibh bealaí cuí chun déanamh amhlaidh.

ÓGÁNAIGH

- Tuigeann siad buaine agus uilíocht an bháis go hiomlán agus a dhosheachanta is atá sé. Is é an dá mhar a chéile an bás d'ógánaigh agus do dhaoine fásta a bheag nó a mhór
- D'fhéadfadh sé gurb iomaí mothúchán a bheadh acu: ciontacht, aiféala, fearg, uaigneas, srl.
- Cuireann bás leis na mothúcháin chasta a bhíonn ag ógánaigh.
- D'fhéadfadh sé go mbeadh an chuma orthu gur cuma leo faoin mbás
- D'fhéadfadh go lorgóidís tacaíocht taobh amuigh den teaghlach.

CÉN CHAOI AR FÉIDIR LEAT CABHRÚ

- Tabhair cluas dóibh
- Lig dóibh a mbrón a chur in iúl ar a mbealach féin
- Bí réidh le haghaidh guagachtaí giúmair
- Ná braith go bhfuil tú i leataobh más cosúil go bhfuil níos mó measa acu ar a gcuid cairde ná ar a dtuismitheoirí
- Ba chóir do thuismitheoirí monatóireacht a dhéanamh ar an úsáid a bhainfidh leanaí as na meáin shóisialta.

Sa chás go bhfuil na tuismitheoirí féin ag déanamh bróin, d'fhéadfadh sé nach mbeidís ábalta ó thaobh mothúcháin de tacaíocht a thabhairt dá leanaí eile. Ina leithéid de chás, d'fhéadfadh sé gur ghá do dhuine fásta tacúil eile i saol an linbh tacaíocht mhothúchánach a chur ar fáil, mar shampla, daoine muinteartha eile, cairde, comharsana.

Ba chóir a choinneáil i gcuimhne i gcás leanaí a bhfuil riachtanais speisialta oideachais acu go mbraithfidh an tuiscint a bheidh acu ar ar tharla ar a n-aois forbartha.

R7

CÉIMEANNA AN BHRÓIN

(Féadtar é seo a úsáid le grúpaí agus daoine aonair éagsúla)

Freagairt don bhás atá nádúrtha agus sláintiúil agus a d'fhéadfaí a thuar is ea an brón. Cé go bhfuil céimeanna ar leith sa phróiseas bróin, gabhann daoine trí na céimeanna sin in oird éagsúla agus ar luasanna difriúla. Creidtear gur iondúil go dtógann daoine fásta thart ar dhá bhliain leis an bpróiseas bróin a chur taobh thiar díobh, ach maidir le leanaí agus le hógánaigh, d'fhéadfadh sé go mbeadh scála ama níos faide i gceist de réir mar a thiocfadh saincheisteanna chun cinn agus iad ag fás aníos agus ag cur clocha míle forbartha díobh.

Séanadh, maoile mothúchán, suaitheadh (suas le 6 seachtaine)

- Diúltú glacadh le bás duine
- Mothúcháin a thagann chun cinn a choinneáil faoi chois
- Diúltú labhairt faoin mbás
- Coinníonn an duine atá fágtha faoi bhrón an-ghnóthach ionas nach smaoineoidh ar an mbás
- D'fhéadfadh sé go mbeadh comharthaí ann go bhfuil an duine atá fágtha faoi bhrón trína chéile agus go bhfuil dearmad á dhéanamh aige ar ghnáthaimh laethúla
- D'fhéadfadh sé go bhfanfadh leanaí ciúin, go dtarraingeoidís siar ó dhaoine, nó go gcuirfidís rachtanna caointe díobh.

Brón géar/cumha i ndiaidh an duine a bhásaigh (6 seachtaine go 4 mhí)

- Brón géar – caoineadh
- Taomanna péine fisiciúla, lena n-áirítear easpa goile agus codladh corrach
- Pian mhothúchánach, lena n-áirítear gruaim, éadóchas, gan a bheith in ann an intinn a dhíriú ar nithe
- Eagla faoin mbeatha tar éis bháis, tromluí, taibhsí
- Dí-eagrú
- Mothúcháin láidre chiontachta agus iad féin agus daoine eile a cheistiú, go háirithe i gcás bás tobann
- Fearg leis an duine a bhásaigh as iad a fhágáil
- D'fhéadfadh an duine atá fágtha faoi bhrón diúltú do thairiscintí sóláis.

Dul i gcleachtadh ar an saol d'uireasa an duine a bhásaigh (6 mhí go 18 mí)

- Tosaíonn daoine ag dul i gcleachtadh ar an saol d'uireasa an duine atá imithe uathu
- Braistint uaignis
- Imní orthu go ligfidh siad an duine básaithe i ndearmad
- Níos lú caointe agus cantail
- Fadhbanna pearsantachta a bhí ag an duine cheana féin a dhéanamh níos measa. D'fhéadfadh sé gur mó an baol a bheadh ann go mbeadh deacrachtaí mothúchánacha agus iompair ag leanaí a bhfuil lagmheas acu orthu féin.

Normalú an tsaoil

- Ar an tseanléim arís
- I ndea-ghiúmar agus in ann spraoi a dhéanamh arís
- In ann páirt a ghlacadh i gcaidrimh nua ó thaobh mothúchán de
- Athrú meoin faoin duine a bhásaigh - in ann smaoineamh ar an duine a bhásaigh gan bheith i bpian
- Maolú ar na hairí coirp/mothúcháin
- Ní airíonn sé chomh ciontach sin a thuilleadh.

R8

AN CHAOI LE DÉILEÁIL LEIS NUAIR A THARLAÍONN RUD ÉIGIN UAFÁSACH

- Iarr lámh chúnta – is mian le daoine féachaint i do dhiaidh
- Labhair le cairde, daoine muinteartha agus múinteoirí - cabhróidh sé leat teacht chugat féin
- Ná déan dearmad gur duine daonna thú agus go bhfuil na freagairtí atá agat nádúrtha - ná ceap go bhfuil tú craiceáilte ná imithe as do mheabhair
- Ní náire ar bith é bheith ag caoineadh
- Ní náire ar bith é aoibh an gháire a bheith ort
- Má tá difríocht idir do mhothúcháin agus d'fhreagairtí agus cinn do chairde, ná déan dearmad nach mar a chéile aon bheirt daoine
- Nuair a bhíonn an-strus ar dhaoine bíonn cathú orthu leagan ar alcól nó ar dhrugaí chun na mothúcháin a mhaolú. Déanfaidh siad sin rudaí níos casta seachas faoiseamh a thabhairt dóibh
- Mothaíonn roinnt daoine níos fearr má thugtar deis dóibh píosa a scríobh nó pictiúr a tharraingt. Céard faoi nóta nó litir a scríobh chuig teaghlach an duine a bhásaigh nó chuig an duine féin?
- Caith am le daoine a mbíonn dea-thionchar acu ort
- Déan a mhéad cinntí laethúla agus is féidir leat. Aireoidh tú go bhfuil smacht agat ar do shaol, mar shampla, má iarrann duine éigin ort céard a thaitneodh leat le hithe - freagair iad, fiú mura bhfuil tú cinnte
- Luíonn sé le nádúr go rithfidh smaointe, brionglóidí nó cuimhní leat arís agus arís eile – ná coinnigh siar iad – maolóidh siad in imeacht ama agus maolóidh an phian a ghabhann leo
- Déan iarracht ar leith aire a thabhairt duit féin i gcaitheamh an ama seo. Déan iarracht dul a chodladh go luath, bia cothaitheach a ithe agus coinneáil aclaí, fiú mura bhfuil i gceist ach siúlóid
- Cabhróidh sé leat cloí leis do ghnáthamh. Cuir eagar ar d'am – coinnigh gnóthach
- Cuir am i leataobh duit féin – téigh ar shiúlóid nó buail liathróid peile
- Faigh cothromaíocht idir na nithe diúltacha a tharla trí rud éigin speisialta nó spraíúil a dhéanamh duit féin. Cuimhnigh ar rud éigin a n-airíonn tú go maith faoi. Ansin déan é – ar nós dul chuig an bpictiúrlann, éisteacht le ceol, glao a chur ar chara leat, srl. Is maith an leigheas é an gáire. Breathnaigh ar scannán barúil nó imir cluiche seafóideach le leanaí níos óige chun do chroí a ardú
- D'fhéadfadh sé go gcabhródh na meáin shóisialta leat, ach ná braith orthu mar d'aon fhoinse tacaíochta amháin
- Láithreáin ghréasáin úsáideacha: **www.spunout.ie; www.youth.ie; www.reachout.com.au**

Thar aon ní eile, ná déan dearmad go bhfuil sé nádúrtha go n-aireofá mar seo tar éis tarlú trámach. Bí tuisceanach ort féin agus ar dhaoine eile.

R9

FREAGAIRTÍ AR THEAGMHAS CRITICIÚIL

Tá gach ar tharla tar éis stangadh mór a bhaint asat. B'fhéidir go n-airíonn tú freagairtí láidre mothúcháin nó coirp anois. Ní bhaineann 'ceart' ná 'mícheart' leis an gcaoi a n-airíonn tú ach tá liosta anseo thíos de dheacrachtaí a d'fhéadfadh a bheith agat tar éis a leithéid de tharlú.

MOTHÚCHÁIN

- Eagla
- Ciontacht
- Náire
- Aiféala
- Fearg
- Fonn caointe
- Uaigneas
- Imní
- Neamhdhiongbháilteacht
- Guagachtaí giúmair
- Suaitheadh
- Cumha
- Maoile mothúchán
- Trína chéile
- Scoiteacht

IOMPRAÍOCH

- Tromluí
- Tarraingt siar go sóisialta
- Róspleách ar na meáin shóisialta
- Cantal
- Gan bheith in ann an intinn a dhíriú ar nithe/díchuimhne
- Forrántacht fhisiciúil/chainte
- Mí-úsáid drugaí, lena n-áirítear alcól

FISICIÚIL

- Tuirse
- Neamhchodladh
- Tinnis chinn
- Fadhbanna boilg – Fadhbanna leis an bputóg/leis an lamhnán
- Easpa goile nó méadú ar an ngoile

SMAOINTE

- Díchreideamh
- Séanadh
- Braistint neamhréaltachta
- Róghafa le híomhánna den tarlú/duine

R10

BRÓN TAR ÉIS FÉINMHARÚ NÓ FÉINMHARÚ AMHRASTA

Ní bhaineann 'ceart' ná 'mícheart' leis an gcaoi a ndéileálann tú leis nuair a fhaigheann duine a bhfuil aithne agat air bás. Is iomaí freagairt a bheidh ag daoine don mhéid a tharla.

- Bíodh a fhios agat go dtiocfaidh tú slán as, fiú má mhothaíonn tú nach dtiocfaidh ag an am seo
- B'fhéidir go mothóidh tú go bhfuil gach rud ag dul sa mhuileann ort nó go mbeidh faitíos ort roimh do mhothúcháin. Ní haon rud as an ngnáth é sin. Níl tú craiceáilte; tá tú faoi bhrón
- B'fhéidir nach mothóidh tú mórán faoin méid a tharla. Ní haon rud as an ngnáth é sin ach an oiread.
- B'fhéidir go mothóidh tú ciontach, trína chéile, dearmadach agus feargach. Arís eile, is gnáthfhreagairtí iad sin ar fad.
- B'fhéidir go mbeidh fearg ort leis an duine a bhásaigh, leat féin, le Dia, le gach duine agus le gach rud. Ná bíodh aon drogall ort an fearg sin a chur in iúl.
- B'fhéidir go mothóidh tú ciontach faoina ndearna tú nó faoi nach ndearna. Gníomh an duine aonair is ea an féinmharú, rud nach féidir linn bheith freagrach as
- B'fhéidir nach mbeidh freagra agat ar an gceist "cén fáth" go deo, ach is féidir leat an cheist a chur arís is arís eile go dtí go mbeidh tú sásta leis na freagraí páirteacha a fuair tú
- Déanann daoine cinntí in amanna nach bhfuil neart againn orthu. Níorbh í do rogha í
- Imeoidh an dúlagar de réir a chéile, ach ní féidir teacht slán ón bhféinmharú. Buanréiteach ar fhadhb shealadach is ea an féinmharú. Má tá tú in ísle brí nó má tá rudaí ag dul deacair ort, iarr cabhair ar dhuine éigin
- Lig duit féin caoineadh, cabhróidh sé sin leat teacht chugat féin arís.
- Seans go dtógfaidh sé sin tamall ort. Tabhair am duit féin le brón a dhéanamh.
- Déanann daoine brón ar bhealaí difriúla agus ar luas éagsúil
- Cuir siar aon chinntí móra a dhéanamh, más féidir
- Is é seo an rud is deacra a dhéanfaidh tú go deo. Bí foighneach leat féin agus tuisceanach ort féin
- Caith am le daoine atá sásta cluas a thabhairt duit nuair a theastaíonn uait labhairt agus a thuigeann gur mian leat bheith i do thost in amanna freisin
- Faigh cabhair ó ghairmí má thosaíonn rudaí ag dul sa mhuileann ort
- Má tá tú ag smaoineamh ar láimh a chur i do bhás féin, ní mór duit labhairt le duine fásta a bhfuil muinín agat as
- Fan glan ar na daoine siúd a dhéanann iarracht a insint duit cén chaoi ba chóir duit mothú agus cén chaoi ba chóir duit é a mhothú agus, go háirithe, orthu siúd a cheapann gur chóir go mbeifeá "tagtha abairt le críochnú"
- Fiosraigh ar scoil faoi ghrúpa tacaíochta do mharthanóirí, ar áit shábháilte é inar féidir leat do chuid mothúchán a chur in iúl nó inar féidir leat bheith in éineacht le marthanóirí eile atá ag déileáil le roinnt de na rudaí céanna leatsa.
- Bí ag gáire in éineacht le daoine eile agus déan gáire fút féin fiú amháin. Cneasú is ea é sin.
- Láithreáin ghréasáin úsáideacha: www.spunout.ie; www.youth.ie; www.reachout.com.au

R11

FILLEADH AN LINBH A FÁGADH FAOI BHRÓN AR AN SCOIL

Tugtar roinnt moltaí anseo a d'fhéadfadh cabhrú leis an scoil agus leis an leanbh a fágadh faoi bhrón ullmhú le haghaidh fhilleadh an linbh ar an scoil. Is cabhair iad chun a chinntiú go n-aireoidh an duine aonair, na daltaí eile agus an fhoireann níos compordaí agus ar a suaimhneas.

- Tabhair cuairt ar an dalta a fágadh faoi bhrón sa bhaile lena fháil amach céard ba mhaith leis a tharlódh nuair a fhillfidh sé ar an scoil.
- Labhair le rang an dalta faoin gcaoi a gcuireann brón isteach ar dhaoine agus spreag iad chun a gcuid mothúchán féin a roinnt. Fiafraigh díobh cén chaoi ar dhéileáil siadsan le bás ina saol féin agus céard a chabhraigh leo.
- Déan plé ar a dheacra is a d'fhéadfadh sé a bheith ar an dalta filleadh ar an scoil. Fiafraigh díobh cén chaoi a dtaitneodh leosan go gcaithfí leo dá mbeidís ag filleadh ar an scoil tar éis bás duine éigin. D'fhéadfaí é sin a dhéanamh i mbeirteanna nó i ngrúpaí beaga agus spreagfaí gach duine chun bheith rannpháirteach ar an gcaoi sin. Cinnteoidh sé chomh maith go gcuirfear raon roghanna in iúl agus treiseoidh sé sin an pointe faoi roghanna éagsúla a bheith ag daoine éagsúla maidir leis an gcaoi a gcaithfí leo. D'fhéadfadh sé go dteastódh ó dhaoine áirithe ar tharla a phlé ach d'fhéadfadh sé gurbh fhearr le daoine eile a bheith fágtha leo féin. De ghnáth deir daltaí a fágadh faoi bhrón go dtaitneodh leo go gcaithfeadh daoine leo mar a dhéanaidís roimhe sin seachas a bheith 'ródheas' leo. Bíodh sin mar atá, is deacair cothromaíocht a bhaint amach toisc nach mian leo go leanfadh daoine ar aghaidh amhail is nár tharla aon rud.
- D'fhéadfadh sé go gcabhródh sé dá seolfaí cártaí nó nótaí chuig an dalta a fágadh faoi bhrón nó dá dtarraingeofaí pictiúir lena aghaidh sula bhfillfidh sé ar scoil. Thabharfadh sé sin le fios dó nach bhfuil sé á ligean i ndearmad.
- Tráth a fhillte, déan a bhris a chásamh leis, "tá brón orm go bhfuair (ainm an duine a bhásaigh) bás. Tá a fhios agam go bhfuil tú faoi bhrón. Ní náire ar bith é bheith ag caoineadh." (Maidir le hIar-Bhunscoile-anna, déan cinnte de go ndéanfar an méid sin sa chéad rang an lá sin agus nach ndéanfar i ngach uile rang é.
- Is féidir le múinteoirí a gcomhbhrón a chur in iúl astu féin a luaithe a bheidh an dalta ar ais sa rang.
- Tar éis don dalta filleadh, d'fhéadfadh sé go rachadh sé deacair air a intinn a dhíriú ar an ábhar nó páirt a ghlacadh sna gníomhaíochtaí ranga. Bí tuisceanach.
- Lig dó dul chuig 'seomra ciúin', áit a bhféadfaidh sé bheith ar a suaimhneas leis féin. D'fhéadfá an méid seo a leanas a rá leis: "Is féidir linn aontú ar chomhartha a úsáidfidh tú más gá duit an rang a fhágáil am ar bith." (Déan cinnte de go ndéanfar maoirseacht air)
- Tabhair deis don treoirchomhairleoir am a chur i leataobh don dalta chun tacú leis más gá
- Éist leis nuair is mian leis labhairt: "Má theastaíonn uait an t-ualach a chur díot am ar bith, beidh mo chluas agat."
- Lean ar aghaidh leis an ngnáthamh agus leis an ngnáthchur chuige i leith smachta
- D'fhéadfadh sé go rachadh sé deacair air obair bhaile agus tascanna a chur i gcrích: "Má tá sé ag dul deacair ort d'obair baile a dhéanamh, beidh sé togha go ceann tamaill má dhéanann tú an méid is féidir leat."
- Cibé cé mhéad ama a theastóidh uaidh leis an mbrón a chur de, tabhair an t-am sin dó.

R12

BEALAÍ LE CABHRÚ LE DO LEANBH AG AN AM DEACAIR SEO

Ní gá a mhúineadh do leanaí cén chaoi an brón a chur díobh. Déanfaidh siad go nádúrtha é ar bhealaí sláintiúla má ligimid dóibh déanamh amhlaidh, má chothaímid atmaisféar sábháilte agus má thugaimid cead agus sampla dóibh.

- Éist go cúramach leo. Lig dóibh a scéal féin a insint. Cuir in iúl dóibh gur gnáthfhreagairtí iad na freagairtí atá acu.
- Tabhair aird ar leith orthu, caith a thuilleadh ama leo, cabhraigh leo agus cuir ar a gcompord iad.
- Cuir ar a suaimhneas iad go bhfuil siad slán sábháilte.
- Ná habair leo go bhfuil "an t-ádh orthu nach raibh sé níos measa." Ní chuireann ráitis den sórt sin daoine ar a suaimhneas. Ina áit sin, abair leo go bhfuil aiféala ort gur tharla a leithéid de rud agus go bhfuil tú ag iarraidh brí a bhaint as agus cabhair a thabhairt dóibh.
- Ná cuireadh athruithe in iompar ná i bpearsantacht an duine iontas ort. Beidh siad ar a seanléim arís in am is i dtráth.
- Ná síl go bhfuil a gcuid feirge nó mothúcháin eile dírithe ortsa. Cabhraigh leo tuiscint a fháil ar an mbaint atá idir fearg agus tráma. Cabhraigh leo bealaí sábháilte a fháil chun a gcuid mothúchán a chur in iúl, mar shampla, pictiúir a tharraingt, aclaíocht a dhéanamh, nó labhairt.
- Ní mór a thuiscint go bhfuil réimse leathan mothúchán ag baint le briseadh croí agus tá roinnt páistí agus daoine óga ann a d'fhéadfadh na mothúcháin sin a chur in iúl trí mheán na feirge seachas an bhróin. Ní mór a thuiscint chomh maith, go bhféadfadh iompar a bhfuil contúirt ag baint leis, atá trodach nó dúshlánach a bheith i gceist agus do pháiste ag iarraidh an chra¥na heagla a bhaineann leis an mbriseadh croí a sheachaint. Tabhair staid nó baill mhothúchánach an pháiste faoi deara, tabhair cúnamh dóibh ainm a chur leis na mothúcháin sin agus cuir comhbhá agus tuiscint in iúl a thabharfas le fios nach bhfuileadar astu féin agus na mothúcháin seo á mbrath acu.
- Nuair a rachaidh tú amach, inis dóibh cá bhfuil tú ag dul agus cén uair a bheidh tú ar ais.
- Má bhíonn tú amuigh ar feadh tamall fada, cuir glao orthu agus cuir ar a suaimhneas iad.
- Cuir suas le hiompar aischéimnitheach ar nós ingne a ithe, a bheith ag diúl ar ordóg nó solas oíche a bheith ag teastáil uathu.
- Inis dóibh faoin taithí atá agat féin ar bheith scanraithe faoi rud éigin agus an chaoi ar éirigh leat é a chur díot.
- Má airíonn siad ciontach nó má bhíonn náire orthu, cuir ina luí orthu nár shocraigh siad go dtarlódh sé seo agus nach bhfuil milleán le cur orthu. Fiú sa chás go raibh siad feargach leis an duine a bhásaigh, nó má bhí siad gránna leo, níorbh é sin ba chúis leis an méid a tharla.
- Oibrigh i gcomhar le seirbhísí tacaíochta na scoile agus le seirbhísí eile atá ar fáil.
- Chomh maith le comhairle a chur ar na leanaí faoi úsáid chuí na meán sóisialta, déan monatóireacht orthu, go háirithe ag an am leochaileach seo. Láithreán gréasáin úsáideach: **www.webwise.ie**

R13

TREOIR GHINEARÁLTA MAIDIR LE hAGALLAIMH DO THREOIRCHOMHAIRLEOIRÍ, SÉIPLÍNIGH AGUS BAILL FOIRNE AINMNITHE EILE

Féadfar é seo a úsáid chun freagairt dalta do theagmhas criticiúil agus an tionchar atá aige air a chíoradh. D'fhéadfadh sé go mbeadh sé cabhrach don dalta smaointe, braistintí agus mothúcháin a chur in iúl i dtimpeallacht shlán in éineacht le duine fásta comhbhách.

AINM AN DALTA DÁTA BREITHE AOIS INSCNE F/B RANG / BLIAIN

Táimid ag breathnú amach duit agus ba mhaith linn a fháil amach cén chaoi a bhfuil ag éirí leat. Cabhróidh an chaint a bheidh againn inniu linn plé a dhéanamh ar rudaí a bhfuil ag éirí go maith leo i do shaol agus ar rudaí nach bhfuil ag éirí chomh maith sin leo. Más mian leat go gcoinneoinn an plé a bheidh eadrainn príobháideach, déanfaidh mé é sin – seachas na nithe sin ar gá dom iad a phlé le daoine eile chun cabhrú leat. Mar shampla, má tá tusa nó duine éigin eile i mbaol ar bhealach ar bith, ní fhéadfaidh mé an méid sin a choinneáil faoi rún. Tá mé anseo chun cabhrú le daoine agus bheadh de dhualgas orm beart a dhéanamh sa chás sin.

Tabhair oiread sonraí agus is féidir leat sna freagraí. Iarrfaidh mé ort anois agus arís níos mó a insint dom faoi do chuid smaointe agus mothúchán.

- Cá raibh tú nuair a thit an méid a tharla amach?
- Céard a chonaic tú nó céard a chuala tú faoin méid a tharla?
- Cén chaoi a bhfuil tú ag aireachtáil anois?
- Cén sórt aithne atá agat ar na daoine a gortaíodh nó a maraíodh?
- Ar tharla aon ní cosúil leis seo duitse nó do dhuine ar bith de do theaghlach roimhe seo?
- Cén t-athrú a thiocfaidh ar do shaol anois?
- Cén chaoi a gcuirfidh sé sin isteach ar do theaghlach sna laethanta atá amach romhainn, dar leat?
- Céard is mó atá ag cur isteach ort faoin méid a tharla?
- An bhfuil tú den tuairim go raibh duine ar bith in ann rud éigin a dhéanamh chun é a sheachaint?
  Tá Níl Cé?
- Céard a bhí tú/siad in ann a dhéanamh?
- Smaoinigh siar ar an méid a tharla;

	Ar chor ar bith	Beagán	Níos mo ná beagán	Go mór mór
Cé chomh feargach is atá tú faoi?	1	2	3	4
Cé chomh brónach is atá tú faoi?	1	2	3	4
Cé chomh ciontach is a airíonn tú faoi?	1	2	3	4
Cé chomh scanraithe is atá tú faoi?	1	2	3	4

- Cé na hathruithe a tháinig ar do shaol nó ar do gnáthamh de bharr an mhéid a tharla?
- Céard a dhéanann tú de ghnáth nuair a bhíonn cúnamh ag teastáil uait le fadhb phearsanta?
- Cé na cairde agus na daoine muinteartha ar féidir leat labhairt leo faoi seo?
- An úsáideann tú na meáin shóisialta le coinneáil i dteagmháil le do chuid cairde?
- Céard a dhéanfaidh tú tar éis na scoile inniu? Mura bhfuil tú cinnte, labhróimis faoinar chóir duit a dhéanamh.

R14

SEICLIOSTA - DALTAÍ ATÁ I mBAOL

D'fhéadfadh an síceolaí an seicliosta seo a úsáid nó d'fhéadfadh sé go gcabhródh sé leis an bhfoireann scoile sa chás go bhfuil imní orthu faoi dhalta. Ba chóir a choinneáil i gcuimhne i gcás go seiceálfar líon áirithe nithe maidir le dalta aonair ar bith, go bhféadfadh sé go dtabharfadh sé sin nod duit go bhfuil fadhbanna eile ann. Má bhíonn líon áirithe de na fachtóirí seo ag gabháil do dhalta aonair ar bith, ba chóir an scéal a fhiosrú tuilleadh.

Laghdú gan choinne ar an bhfeidhmíocht acadúil	☐
Caint faoin bhféinmharú	☐
Smaointe agus téamaí a bhaineann leis an dúlagar, leis an mbás agus leis an bhféinmharú ina chuid oibre	☐
Ráitis á ndéanamh faoi bheith gan dóchas, gan bhrí nó gan fiúntas	☐
Athrú sa ghiúmar agus éagobhsaíocht shuntasach ó thaobh mothúchán de	☐
Brón nó strus suntasach	☐
Tarraingt siar as caidrimh	☐
Caidreamh tábhachtach a bhriseadh	☐
Fadhbanna smachta, a bheith i dtrioblóid sa scoil	☐
Tarraingt siar as gníomhaíochtaí seach-churaclaim	☐
Fáil réidh le nithe pearsanta	☐
Easpa suime i nithe a mbíodh suim ag an dalta iontu	☐
Gan aire a thabhairt dá dhreach ná dá chuma	☐
Airí coirp a bhí mothúcháin ina gcúis leo	☐
Iompar an-chontúirteach	☐
Mí-úsáid alcóil nó drugaí	☐
Bulaíocht nó íospairt	☐
Iompar féinmharfach a bheith ag gabháil don dalta, mar shampla, iompraíocht a mbainfeadh contúirt léi amhail é féin a ghearradh nó ródháileog a thógáil	☐
Féinmharú/iarracht ar fhéinmharú a bheith ag gabháil do theaghlach an dalta	☐
Ró-úsáid na meán sóisialta nó róspleách orthu	☐

R15

CÍORADH A DHÉANAMH AR BHAOL AN FHÉINMHARAITHE AGUS TREOIR I gCÁS GO gCUIRFIDH DALTA IN IÚL GO BHFUIL SÉ AG SMAOINEAMH AR AN bhFÉINMHARÚ

B'fhéidir go gcuirfidh dalta smaointe in iúl nó go léireoidh saghsanna iompair agus é ar scoil a thugann le fios go bhfuil sé ag smaoineamh ar an bhféinmharú nó b'fhéidir go dtuairisceoidh dalta eile nó tuismitheoir eolas. Tá sé de dhualgas ar an scoil measúnú agus beart a dhéanamh. Úsáidtear an téarma 'measúnú riosca' ar bhealach sonrach agus ní mór do ghairmí oilte measúnú den sórt sin a dhéanamh. Tá an nóta seo beartaithe le cabhrú leis na gairmithe siúd (baill foirne ainmnithe de chuid na scoile, amhail treoirchomhairleoirí nó séiplínigh) is túisce a mbeidh teacht ag an dalta orthu i leith cinneadh a dhéanamh láithreach bonn ar cibé acu atá an dalta i mbaol nó nach bhfuil. Sa chás gur údar tromchúiseach imní an dalta, ní mór an dalta a chur ar aghaidh gan aon mhoill. Ní héasca an rud é a mheas cé chomh tromchúiseach is atá a leithéid d'iompar. Níl an scoil freagrach as tromchúis an riosca a chinneadh. Tríd is tríd, ba chóir go ndéileálfaí go stuama le gach bagairt agus bagairt thuairiscithe fiú dá mbeadh an chuma ar an scéal go bhfuil an dalta ag iarraidh 'aird a tharraingt air féin'.

CÉARD BA CHÓIR DON MHÚINTEOIR A DHÉANAMH?

Tabhair cluas don dalta. Má théann dalta ar thóir múinteora le plé a dhéanamh ar nithe is údar imní dó faoin bhféinmharú, creideann sé gur féidir leis an múinteoir cabhrú leis ina chroí istigh. Caith go cineálta leis agus cuir in iúl dó go bhfuil tú lánsásta cabhrú leis. D'fhéadfadh sé nach mbeadh do dhóthain ama agat plé ceart a dhéanamh air an chéad uair a thiocfaidh an dalta chugat. Socraigh am le labhairt agus ullmhaigh don chruinniú.

Ba chóir athbhreithniú a dhéanamh ar aon athruithe suntasacha a tugadh faoi deara sa dalta sna seachtainí roimhe sin. Ba chóir liosta na gcomharthaí rabhaidh atá in a úsáid mar threoir don phlé leis na baill foirne ábhartha.

> Ná bíodh faitíos ort roimh an bhfocal "féinmharú" a úsáid. Má deir tú an focal go hoscailte, b'fhéidir go n-aireoidh an dalta gur tugadh éisteacht dó nuair a bhí cabhair ag teastáil uaidh.

Bíodh plé díreach agus oscailte agat leis an dalta ach bí tuisceanach freisin. Sa chás go bhfaighfear tuairisc go bhfuil dalta ag caint faoi fhéinmharú, is cóir an cheist a fhiafraí amach díreach díobh. Tabharfaidh sé an deis don dalta labhairt faoina chuid mothúchán agus faoi na smaointe atá aige. Sa chás go n-admhóidh sé go raibh sé ag cuimhneamh air, is cóir cíoradh a dhéanamh ar an bhfreagra sin ansin ach na saincheisteanna seo a leanas a ardú leis an dalta:

Iarracht roimh ré

An ndearna an dalta iarracht lámh a chur ina bhás féin roimhe seo? D fhéadfá a fhiafraí de **"an ndearna tú iarracht riamh roimhe seo dochar a dhéanamh duit féin?"** Má deir sé "Rinne" mar fhreagra ar an gceist sin, is mó an riosca a bheidh ann.

Cúinsí pearsanta/teaghlaigh

Méadaíonn leibhéal an bhaoil ag brath ar líon na ndeacrachtaí pearsanta/teaghlaigh agus ar a thromchúisí is atá siad, mar shampla, briseadh síos i gcaidreamh, deireadh le cairdeas, i dtrioblóid leis an dlí, idirscaradh tuismitheoirí, bás sa teaghlach le gairid, breoiteacht thromchúiseach, srl. **"Cén chaoi a raibh ag éirí leat le gairid; ar tharla aon rud suntasach i do shaol le déanaí?"**

Cúinsí coirp/mothúchánacha

Is mó an baol a bheidh ann do dhalta a bhfuil mórdheacrachtaí pearsanta acu, cibé acu is deacrachtaí coirp (san ospidéal le gairid, tinneas ainsealach) nó is deacrachtaí suntasacha mothúchánacha (dúlagar, uaigneas, ciontacht, fearg, srl.) iad. **"Cén chaoi a bhfuil rudaí ag éirí leat? An raibh tú tinn? Ar tharla aon rud suntasach duit le gairid?"**

Plean

An bhfuil plean ag an dalta? Más 'tá', fiafraigh de **"Cén chaoi a bhfuil sé i gceist agat tabhairt faoi?"** An bhfuil lá áirithe ar intinn aige? "Cén uair atá sé i gceist agat é a dhéanamh?" An bhfuil nóta féinmharaithe scríofa aige? Dá dhaingne an plean is ea is tromchúisí an bhagairt.

Modh agus áit

An bhfuil modh agus áit ag an dalta chun é a dhéanamh. Fiafraigh de **"Cén chaoi a bhfuil sé i gceist agat é a dhéanamh?"** An bhféadfadh an dalta é féin a mharú ar an modh atá leagtha amach aige? An bhfuil teacht acu ar rópa nó ar phiollairí? **"Cén áit a ndéanfá é?"** An mbeadh an dalta in áit a bhféadfaí é a shábháil? Mar shampla, an bhfuil sé i gceist aige an gníomh a dhéanamh nuair a bheidh a thuismitheoirí, a dheartháireacha agus a dheirfiúracha as baile?

CUR AN CHÁIS AR AGHAIDH

Dá mhéad freagraí dearfacha a thabharfar ar na ceisteanna thuas is ea is mó an baol agus is ea is mó an gá cás an dalta a chur ar aghaidh láithreach. Ba chóir na tuismitheoirí a chur ar an eolas ar an bpointe agus iarraidh orthu an dalta a thabhairt chuig a nDochtúir Teaghlaigh nó chuig seirbhís éigin eile. Ba chóir an méid a dúirt an dalta a chur in iúl dóibh chomh maith. Cuir comhairle orthu faoi na Seirbhísí Timpiste agus Éigeandála a úsáid má cheapann siad nach mbeidh siad in ann theacht ar an dochtúir taobh amuigh de na huaireanta oibre.

Ná cuir an dalta abhaile leis féin má bhíonn imní ort faoi. Tabhair an dalta go díreach do na tuismitheoirí má bhíonn ceisteanna ann faoi shábháilteacht an dalta. Mínigh don dalta go bhfuil beart déanta agat agus cuir in iúl dó cén beart a rinne tú. Sa chás go bhfuil an dalta faoi bhun 18 mbliana d'aois, beidh sé de dhualgas ar an múinteoir na tuismitheoirí a chur ar an eolas fiú gan toiliú an dalta.

Breac síos an t-eolas agus na bearta a dhéantar. Comhroinn an t-eolas sin leis an té bainteach ar an bhfoireann bainistíochta. Comhroinn eolas le baill foirne eile de réir mar a mheasfaidh tú is cuí (m.sh. foireann tacaíochta daltaí, múinteoir ranga/ábhair) ach cuir ceart rúndachta an dalta sa mheá.

FILLEADH AR AN SCOIL

Beidh duine ainmnithe ón bhfoireann tacaíochta daltaí freagrach as plean le haghaidh ath-imeascadh an dalta. Déan machnamh ar cén uair a fhillfidh an dalta ar an scoil más rud é go raibh sé as láthair ar feadh tamaill. Déan plé ar fhilleadh an dalta leis na tuismitheoirí agus leis an dalta féin. **Ar chóir don dalta a bheith faoi chúram dochtúra? An féidir leis na tuismitheoirí comhairle a thabhairt don scoil ón bhfoireann leighis a rinne measúnú ar an dalta? Cén chaoi ar mhaith leis an dalta go míneofaí an asláithreacht?**

Ná comhroinn ach an t-eolas faoin bhfilleadh a mheasfar is gá (mar shampla, leis an lucht bainistíochta, leis an bhfoireann tacaíochta daltaí, le múinteoir ranga/ábhair agus le baill foirne eile de réir mar is iomchuí). Tabhair aird ar thábhacht na rúndachta. Beidh tábhacht ag baint le monatóireacht sa chéad chúpla lá den phlean. Bíodh ball foirne ar fáil le bualadh leis ar theacht isteach chun na scoile dó. Déan cinnte de go bhfuil na múinteoirí ar fad ar an eolas go raibh am deacair ag an dalta. Cuir in iúl don dalta cén ball foirne a bheidh ar fáil má theastaíonn tacaíocht uaidh. Cloígh leis an ngnáthamh oiread agus is féidir. Déan cinnte de go bhfuil uimhir theagmhála reatha ar fáil i gcomhair tuismitheora/caomhnóra ar fhaitíos go mbeidh deacrachtaí ann.

Déan monatóireacht ar iompar cairde agus daltaí eile a d'fhéadfadh a bheith ag tabhair tacaíochta don dalta lena chinntiú nach mbeidh siad ag glacadh an iomarca freagrachta orthu féin as folláine an dalta. Sa chás gur tharla féinmharú sa scoil cheana féin, bíodh a fhios a agat go bhféadfadh sé go mbeadh féinmharú aithrise nó éifeacht ghabhálach an fhéinmharaithe ann, rudaí a tharlaíonn nuair a dhéantar aithris ar iompar féinmharaithe (féach 7.6 sna Treoirlínte).

TREOIR CHOISCTHEACH AGUS ULLMHÚCHÁIN DO SCOILEANNA

Ní hamháin go bhfuil córais scoile freagrach as riachtanais acadúla an dalta, ach as a fholláine mhothúchánach, shóisialta agus fhisiciúil chomh maith. Ba chóir do scoileanna glacadh le cur chuige coisctheach sa scoil uile i leith *Treoirlínte do Chothú na Meabhairshláinte agus do Chosc an Fhéinmharaithe* (2013/2015) a chur i bhfeidhm, rudaí atá le fáil ar láithreán gréasáin an ROS. Tá i gceist leis sin freisin a chinntiú go gcuirfí Curaclam an OSPS ar fáil go comhsheasmhach sa scoil. Leagann an OSPS amach creat is féidir a úsáid le hoideachas a chur ar dhaoine óga faoina sláinte agus faoina bhfolláine ar bhealach pleanáilte agus struchtúrtha. Moltar go gcuirfí feasacht mheabhairshláinte san áireamh ar gach leibhéal den scoil agus an curaclam á chur ar fáil.

Mura bhfuil Foireann Tacaíochta/Cúraim Daltaí i bhfeidhm sa scoil, déan machnamh ar cheann a chur ar bun. Acmhainn áisiúil is ea an cháipéis *Foirne Tacaíochta Scoláirí in Iar-Bhunscoileanna (2014)* agus tá sí le fáil ar láithreán gréasáin an ROS. Leagtar amach inti córas i gcomhair rianú agus monatóireacht a dhéanamh ar na daltaí siúd a mbíonn deacrachtaí acu. Is lú imní a bheidh ar bhaill foirne má bhíonn córas den sórt sin i bhfeidhm sa scoil de bharr go gcomhroinneann sé an t-ualach.

Moltar do scoileanna go gcuirfí oiliúint forbartha gairmiúla ASIST, arna cur ar fáil ag FSS, ar roinnt baill foirne. Tá eolas le fáil ar www.nosp.ie

R16

CEISTEANNA COITIANTA (PRÍOMHOIDÍ)

Seo a leanas achoimre ar cheisteanna a fhiafraíonn Príomhoidí go minic tar éis teagmhas criticiúil.

C. Céard é an rud is túisce a dhéanfaidh mé má fhaighim scéala faoi theagmhas/faoi bhás?
F. Más ón teaghlach lena mbaineann a fuarthas an scéala, cuir do chomhbhrón in iúl dóibh agus faigh a oiread fíricí agus is féidir ar bhealach tuisceanach. Más ó fhoinse eile a fuarthas an scéala, cinntigh gurb í an fhírinne í; faigh na fíricí; an líon daoine a gortaíodh, srl. Faigh amach cé a bheidh freagrach as teagmháil a dhéanamh leis an neasghaol. D'fhéadfadh sé go mbeadh sé sin déanta ag na Gardaí cheana féin.

C. Cé leis a ndéanfaidh mé teagmháil chun cabhair a fháil?
F. Sa chás go bhfuil an scoil dúnta (deireadh seachtaine/laethanta saoire), déan teagmháil le baill na Foirne Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil ag féachaint le cruinniú a eagrú. Déan teagmháil leis an mBord Bainistíochta agus/nó le gníomhaireachtaí seachtracha, m.sh. an tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais/ Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte. Sa chás go bhfuil na Scrúduithe Stáit ar siúl, téigh i dteagmháil le Coimisiún na Scrúduithe Stáit (CSS) (0906 442700) chomh luath agus is féidir, ionas go mbeidh siad in ann an Bainisteoir Scrúduithe agus Measúnuithe (BSM) don scoil a chur ar an eolas.

C. Céard é an chéad rud ba chóir dom a dhéanamh ar an gcéad mhaidin ar ais ag an scoil?
F. Tionól cruinniú den Fhoireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil. Mura mbíonn fáil ar an bhfoireann, tionól cruinniú den Bhord Bainistíochta agus den lucht ardbhainistíochta. Cuir foireann ar bun a mhairfidh go dtí deireadh na géarchéime.

C. Céard ar chóir dó bheith ar an gclár don chruinniú sin?
F.
1. Ráiteas faoi na fíricí mar is eol iad.
2. Tarmligean freagrachtaí
3. An méid a bheidh le rá ag cruinniú foirne a ullmhú
4. An méid a bheidh le rá leis na daltaí a ullmhú
5. Sceideal tosaigh don lá
6. Litir a ullmhú do thuismitheoirí/chaomhnóirí
7. Plé ar na seirbhísí/gníomhaireachtaí tacaíochta a mbeidh a dtacaíocht ag teastáil, b'fhéidir, agus an duine a dhéanfaidh teagmháil leo
8. Ráiteas a ullmhú do na meáin, más cuí.

C. Cén chaoi a ndéileálfaidh mé leis na meáin?
F. Beidh ar scoileanna teagmháil ar an bhfón agus tríd an r-phost a bhainistiú, óir is rud é seo a d'fhéadfadh a bheith strusmhar. Ainmnigh duine nó beirt a bheidh oiriúnach don tasc seo. Tabhair treoir shoiléir dóibh faoinar chóir dóibh a rá nó a scríobh. Ba chóir go mbeadh fáil ar ráiteas fíricí comhaontaithe. Is féidir é sin a chur suas ar láithreán na scoile ar na meáin shóisialta chomh maith.

C. Cén chaoi a gcoinneoidh mé na baill foirne ar an eolas faoin scéala is déanaí?
F. Is seomra an-tábhachtach é an seomra foirne do na múinteoirí ar an lá seo. Féadfar cruinnithe faisnéise neamhfhoirmiúla a eagrú le linn na sosanna, chomh maith le cruinnithe níos foirmiúla ag tús agus ag deireadh gach lae.

C. Cén chaoi a réiteoidh mé páirt na scoile sa tsochraid/sna searmanais reiligiúnacha le mianta na dtuismitheoirí?
F. Is é séiplíneach na scoile nó an chléir áitiúil/an sagart paróiste an duine is fearr lena aghaidh seo. Cinntigh go dtaispeántar urraim do mhianta na dtuismitheoirí agus go n-aontaíonn siad le daltaí nó cairde a bheith rannpháirteach. Cinntigh go dtuigtear creidimh faoin mbás nó gnásanna áirithe sochraide a bhíonn ag grúpaí áirithe reiligiúnacha nó eitneacha agus go léirítear meas dóibh.

C. Cén chaoi a ndéileálfaidh mé le baill foirne ar mian leo gan bheith rannpháirteach?
F. Bheifí ag súil leis go mbeadh na baill foirne go léir i láthair ag cruinnithe a eagraítear chun eolas a scaipeadh. Bíodh sin mar atá, ba chóir go gcuirfí ina luí ar an bhfoireann ag na cruinnithe sin gur féidir leo rogha a dhéanamh gan bheith rannpháirteach sa chineál oibre tacaíochta sin mura gceapann siad go mbeidh siad in ann déileáil léi. Bí ar an airdeall go bhféadfadh baill foirne áirithe a bheith an-leochaileach agus bí ag faire amach dóibh.

C. Cén chaoi a ndéileálfaidh mé leis na meáin? (Féach Cuid 9 – Déileáil leis na meáin)
F. Leag an cúram ar dhuine feiliúnach amháin le déileáil leis na meáin.
Ullmhaigh ráiteas do na meáin.

- Luaigh gur tréimhse chrua é don scoil
- Ba chóir béim a leagan ar gach a bhfuil á dhéanamh le tacú le baill foirne agus le daltaí
- Tugtar le fios sna treoirlínte 'Media Guidelines for the Portrayal of Suicide' gur féidir leis na meáin cabhrú chun aithris ar fhéinmharú a chosc ar na bealaí seo a leanas: gan mionsonraí a lua faoin bhféinmharú, mar shampla, láthair agus an modh a úsáideadh; gan abairtí fileata a úsáid chun cuma finscéil a chur air; gan cúiseanna le féinmharú a lua, rud a d'fhéadfadh a thabhairt le fios go hindíreach gur rogha é an féinmharú. Ba choir don scoil cloí leis na treoirlínte sin i gcomhfhreagras ar bith leis na meáin.
- Tabhair rochtain theoranta agus rialaithe do na meáin ach preas-seomra a chur ar fáil
- Beidh Coimisiún na Scrúduithe Stáit in ann cabhrú má tharlaíonn an teagmhas ag aimsir na scrúduithe.
- D'fhéadfadh sé go mbeadh preasoifigigh ag ceardchumainn do mhúinteoirí, iontaobhaithe scoile agus comhlachtaí bainistíochta, daoine a d'fhéadfadh comhairle a chur ar an scoil, dá mba chuí.

C. Céard ba chóir dom a insint don fhoireann/do dhaltaí faoin teagmhas?
F. Tabhair na fíricí atá ar eolas agat. Is é an bealach is fearr é chun ráflaí agus cumadh a sheachaint. Ba chóir é sin a dhéanamh a luaithe is féidir ionas nach gcloisfidh baill foirne ná daltaí ó fhoinsí eile é, ar foinsí iad a bhíonn mí-oiriúnach uaireanta.

C. Céard ba chóir dom a dhéanamh má airím féin trína chéile agus más deacair dom labhairt faoi?
F. Tá sé fíorthábhachtach a chur ina luí ar leanaí go bhfuil sé nádúrtha agus inghlactha a bheith trína chéile agus a bheith ag caoineadh. Is fearr mothúcháin a roinnt leo ná iad a cheilt, mar sin ná bíodh náire ar bith ort má bhíonn tú trína chéile. D'fhéadfadh sé go mbeadh sé ina chabhair chun atmaisféar sábháilte, oscailte a chruthú don bhrón. Ina theannta sin, ba chóir duit tacaíocht a lorg agus a fháil duit féin agus tú ag déileáil leis an tarlú deacair seo.

C. Céard ba chóir dom a dhéanamh má bhíonn an chuma ar an scéal nach bhfuil roinnt leanaí faoi bhrón?
F. Ní gá a mhúineadh do leanaí cén chaoi an brón a chur díobh. Déanfaidh siad go nádúrtha é ar bhealaí sláintiúla má ligimid dóibh déanamh amhlaidh, má chothaímid atmaisféar sábháilte agus má thugaimid cead agus sampla dóibh. Ná déan talamh slán de nach bhfuil an duine ag déanamh bróin toisc nach féidir leatsa comharthaí follasacha an bhróin a fheiceáil. Bíonn a bhealach pearsanta féin ag gach duine brón a dhéanamh. Tá sé tábhachtach go léireofar urraim do na bealaí éagsúla sin agus go bhfeicfear go bhfuil siad nádúrtha.

C. Cá fhad a thógann sé le glacadh leis an mbás?
F. Níl aon fhreagra cinnte ar an gceist sin. Oibríonn gach duine tríd ar a luas féin agus ní hionann aon dá chás (féach AA7).

C. Cé chomh luath agus ba chóir deartháireacha agus deirfiúracha nó cairde maithe a raibh dlúthbhaint acu lenar tharla a spreagadh le filleadh ar an scoil?
F. Tríd is tríd ba chóir dóibh filleadh ar an scoil sách luath i ndiaidh an teagmhais. Bíonn tacaíocht a bpiarghrúpa ag teastáil uathu agus tabharfaidh gnáthamh na scoile cúnamh dóibh de bharr go mbeidh rudaí mar ba ghnách arís. Beidh deis ag daltaí eile a bhrón a chur in iúl dóibh má bhíonn siad sa scoil chomh maith. Dá thúisce a fhillfidh siad is ea is éasca a bheidh sé orthu imeascadh le daltaí eile na scoile. Ba chóir an chomhairle sin a mhaolú, áfach, i gcás cúinsí neamhghnácha áirithe agus is iad na tuismitheoirí/caomhnóirí ar chóir dóibh na cinntí sa deireadh thiar thall.

C. Sa chás go mbeidh go leor cairde ag tabhairt cuairt ar an teach le dea-rún agus go mbeidh siad ag fanacht amuigh deireanach san oíche, cén chomhairle ba cheart dom a chur ar an teaghlach atá fágtha faoi bhrón?
F. Mol dóibh teorainneacha soiléire a leagan amach, m.sh. amanna ar féidir le cairde teacht chuig an teach agus an t-am ar cheart dóibh fágáil. Is minic is gá a chur i gcuimhne do dhaoine fásta atá fágtha faoi bhrón gur maith an rud é teorainneacha soiléire a leagan síos. D'fhéadfadh sé go gcaithfeadh cairde an iomarca ama sa teach de bharr nach mbeadh a fhios acu cén uair ba chóir dóibh an teach a fhágáil ná cén chaoi déanamh amhlaidh. D'fhéadfadh an scoil cabhrú leis an teaghlach ach teorainneacha ama a mholadh do na cairde. Bíonn tábhacht ar leith ag baint leis sin ag aimsir na scrúduithe de bharr nach mór do dhaltaí a ndóthain codlata a fháil.

C. Céard is féidir liom a dhéanamh faoi théacsáil nó faoi úsáid na meán sóisialta, go háirithe má bhíonn teachtaireachtaí neamhiontaofa (nó míchuí) á gcur ó dhuine go duine?
F. Tarraingíonn teagmhas criticiúil aird gur gá beartas dea-bhunaithe a bheith ag an scoil maidir leis an tsaincheist seo (féach **R22**). Ba chóir comhairle a chur ar na daltaí go léir go dtugann an scoil an t-eolas iontaofa is déanaí dóibh. Ba chóir iad a spreagadh chun gach rud a fheicfidh siad ar na meáin shóisialta nach bhfuil ag teacht leis na fíricí is eol nó atá ina údar imní nó buartha dóibh a thuairisciú do mhúinteoir - go háirithe más rud é go mbainfidh sé le cairde leo.

C. Cá fhad ba chóir dúinn an limistéar cuimhní a fhágáil sa seomra ranga/sa phasáiste?
F. Uaireanta socraítear spás/tábla in ómós don duine a bhásaigh, ar a leagtar grianghraf, coinnle, bláthanna, teachtaireachtaí, cártaí, srl. D'fhéadfadh na nithe sin a bheith ina bpointe fócasach sna laethanta díreach i ndiaidh an tarlaithe. Is féidir na rudaí a thabhairt chuig an tsochraid mar chuid den mhórshiúl ofrála.

R17

CEISTEANNA COITIANTA (MÚINTEOIRÍ)

Seo a leanas achoimre ar cheisteanna a fhiafraíonn múinteoirí go minic tar éis teagmhas criticiúil.

C. Ba mhaith liom gan an cineál oibre tacaíochta seo a dhéanamh ar chúiseanna pearsanta. An bhfuil sé sin ceart go leor?
F. Tá cruthúnas ann gurb iad na múinteoirí na daoine is fearr chun tacú le daltaí sna scoileanna nuair atá daltaí faoi bhuairt mar go bhfuil siad i gcomhluadar daoine a bhfuil aithne acu orthu agus a bhfuil muinín acu astu. Dá réir sin, moltar do na múinteoirí go léir agus do bhaill eile d'fhoireann na scoile cabhrú le daltaí ag a leithéid d'amanna. Mar sin féin, níor chóir go mbeadh dualgas ar dhuine ar bith an obair sin a dhéanamh agus ba chóir go mbeadh an rogha ag daoine gan an obair a dhéanamh más mar sin a airíonn siad. D'fhéadfadh gur iomaí ní is cúis leis sin, lena n-áirítear bás duine muinteartha le gairid, cailleadh duine de bharr teagmhais ar chosúil leis an teagmhas áirithe sin é, nó cúinsí eile. Bíodh sin mar atá, is gá dóibh bheith i láthair ag cruinnithe foirne ina scaiptear eolas faoin teagmhas ionas go mbeidh an t-eolas is déanaí acu.

C. Níl cáilíocht ar bith agam a d'fhéadfainn a úsáid sa chineál réimse seo. Nár chóir an obair a fhágáil faoi na saineolaithe?
F. Gach seans go bhfuil níos mó scileanna agatsa sa réimse seo ná mar a cheapann tú. Is mór is fiú an taithí, an inniúlacht agus na scileanna atá agat mar mhúinteoir agus mar shaineolaí i dtaobh déileáil le leanaí agus le daoine óga. Thar aon ní eile, tá aithne ag na daltaí ort. Bíonn timpeallacht shábháilte de dhíth ar dhaltaí ina bhféadfaidh siad glacadh leis an méid a tharla. Is minic a chuirtear leis an tslándáil sin de bharr gur féidir leo ar tharla a phlé le múinteoir a bhfuil aithne acu air ar an gcéad dul síos.

C. Céard ba cheart dom a dhéanamh sa seomra ranga le bheith cabhrach?
F. Ba chóir duit a admháil gur tharla an eachtra agus na fíricí is eol a shoiléiriú. Tá sé fíorthábhachtach a bheith ionraic. Spreag na daltaí chun ceisteanna a chur ionas go mbeidh tuiscint shoiléir acu ar an méid a tharla. Ba chóir duit iarracht a dhéanamh filleadh ar an ngnáthamh a luaithe is féidir – ach déan iarracht cothromaíocht a bhaint amach idir é sin agus deiseanna a thabhairt do na daltaí labhairt faoin teagmhas agus a gcuid smaointe agus mothúchán a chur in iúl. Spreag iad le filleadh ar ghníomhaíochtaí seach-churaclaim agus cabhraigh leo na háiteanna ar féidir leo tacaíocht a fháil a aithint. Spreag iad chun tacaíocht a thabhairt dá chéile.

C. Céard iad na comharthaí bróin a d'fhéadfainn a thabhairt faoi deara i ndaltaí?
F. D'fhéadfadh sé go mbeadh raon leathan freagairtí éagsúla ag daltaí tar éis bás duine – d'fhéadfadh sé go n-éireodh roinnt díobh ciúin agus go dtarraingeoidís siar agus d'fhéadfadh sé go n-éireodh roinnt díobh ionsaitheach, cantalach nó feargach. D'fhéadfadh sé go mbeadh guagachtaí giúmair acu nó nach mbeidís in ann a n-intinn a dhíriú ar nithe. Déan iarracht foighne a bheith agat chun déileáil leis na gnáthfhreagairtí sin – ná lig dóibh iontas ná fearg a chur ort (féach **R6**, **R7** agus **R9**). Ní mór duit níos mó airde a thabhairt ar athruithe ar bith ar iompar an dalta más rud é go raibh deacrachtaí aige san am atá thart, mar shampla, briseadh síos an teaghlaigh, trombhreoiteacht, fadhbanna le halcól nó le drugaí, nó deacrachtaí eile.

C. Céard a dhéanfaidh mé má bhím den tuairim nach bhfuil daltaí áirithe ag déileáil leis an mbrón go nádúrtha?
F. Níl a leithéid de rud ann agus an bealach 'ceart' le brón a chur díot. Bíonn roinnt daoine ag caoineadh, bíonn roinnt eile ag gáire, agus bíonn daoine eile ann nach léiríonn freagairt ar bith. Is é an ní is tábhachtaí gur freagairtí nádúrtha agus gnáthfhreagairtí iad na freagairtí sin ar fad agus ba chóir duit iarracht a dhéanamh cabhrú leis an dalta é sin a thuiscint.

Is é an bealach ar féidir leis an duine plé a dhéanamh lenar tharla. Tá sé nádúrtha chomh maith go mbeadh freagairtí éagsúla ag daoine éagsúla – níl a leithéid de rud ann agus bealach 'ceart' le brón a dhéanamh.

C. Cé na scileanna tábhachtacha atá agam?
F. Gach seans gurb iad na scileanna éisteachta na scileanna is tábhachtaí atá agat. De ghnáth airíonn daoine ar bhain tubaiste nó tráma dóibh gur fearr a bhíonn siad in ann guaim a choinneáil ar a gcuid mothúchán ach labhairt le daoine eile. Nuair is léir go dteastaíonn ó dhalta labhairt, déan iarracht am a chur i leataobh dó. Cuir ar a suaimhneas iad agus bí foighneach leo ach ag am céanna labhair go cineálta leo chun misneach a thabhairt dóibh labhairt faoinar tharla. Cuir an dalta ar a shuaimhneas go bhfuil tú ann chun cúnamh a thabhairt dó.

C. An bhfuil aon ní tábhachtach ann ba chóir dom a rá thar aon ní eile?
F. Tá – leag béim ar an bpointe gur próiseas sláintiúil, nádúrtha é a bheith faoi bhrón tar éis teagmhas trámach.

C. An smaoineamh maith é seisiún ranga a eagrú tar éis teagmhas criticiúil?
F. Eagraíonn roinnt scoileanna iad agus bíonn siad an-éifeachtach, dar leo. Gheobhaidh tú nótaí in **R5** faoi bheith i gceannas ar sheisiún ranga tar éis scéala a fháil faoi theagmhas. Ar cheann de na buntáistí anseo ná go n-airíonn daltaí níos sábháilte agus níos sláine i gcomhluadar a ngnáthmhúinteora ranga.

C. Céard ba chóir dom a dhéanamh má airím go dteastaíonn a thuilleadh tacaíocht ghairmiúil ó dhalta?
F. Déan plé ar an gceist sin leis an bpríomhoide nó leis an treoirchomhairleoir. D'fhéadfadh sé gur mhian leis an té sin í a phlé ansin le síceolaí de chuid na Seirbhíse Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais nó le seirbhísí tacaíochta eile agus le tuismitheoirí an dalta. D'fhéadfadh sé go gcuirfí an cás ar aghaidh chuig an tseirbhís chuí mar thoradh air sin.

C. Céard í an teachtaireacht fhoriomlán i dtaobh cabhair a thabhairt do leanaí atá fágtha faoi bhrón?
F. *"Tiocfaidh tú slán as an tréimhse dheacair seo agus táimid anseo chun cabhrú leat má theastaíonn tacaíocht uait. Tabhair aire duit féin agus breathnaigh amach dá chéile. Is fearr labhairt linn má tá cabhair ag teastáil uait nó má cheapann tú go bhfuil cara leat i bponc seachas bheith ag brath go hiomlán ar na meáin shóisialta."*

C. Cén uair ba cheart dom filleadh ar an ngnáthamh teagaisc le rang?
F. Tá sé tábhachtach a ndóthain ama agus spáis a thabhairt do dhaltaí a gcuid mothúchán a roinnt agus glacadh leis an méid a tharla. Bíodh sin mar atá, tá sé tábhachtach chomh maith iarracht a dhéanamh filleadh ar an ngnáthamh a luaithe is féidir. Maolaítear strus má fhilltear ar an bpátrún a bhí sa scoil agus a raibh cleachtadh ag na daltaí air. Ná tosaigh ar ábhar nua díreach tar éis teagmhais nó báis, ó tharla go bhféadfadh brón agus suaitheadh cur isteach ar aird agus ar spreagadh na ndaltaí. Is minic gur dea-smaoineamh é dul i gcomhairle leis na daltaí féin maidir leis an am is fearr le filleadh ar an ngnáthamh.

C. Céard a dhéanfaidh mé faoi chathaoir fholamh/nithe pearsanta an dalta, srl.?
F. D'fhéadfadh sé go mbeadh sé cabhrach mar straitéis tabhairt ar na daltaí a bheith rannpháirteach i bplé faoina ndéanfar leis an gcathaoir. D'fhéadfadh go mbeifeá in ann an deis a thapú bogadh ar aghaidh chuig céim nua sa phróiseas freisin. Maidir le nithe pearsanta an dalta, d'fhéadfadh sé go mbeadh sé fóinteach comhad nó 'bosca cuimhní' de shaothar an dalta a chur le chéile ar mhaithe leis na tuismitheoirí. D'fhéadfaí an comhad nó an bosca sin a thabhairt dóibh ag am cuí.

C. An bhfuil contúirt ann go gceapfaidh daltaí eile gur rogha é an féinmharú má labhraítear faoi?
F. Cabhraítear le daoine ciall a bhaint as an méid ar tharla nuair a labhraíonn siad faoin mbás. Is féidir le daoine déileáil leis an bhfírinne, ach ní ceart féinmharú a chur i láthair mar rogha bhailí in aon chás. Níor chóir an duine a bhásaigh a cháineadh ach an oiread. Scar an duine óna ndearna sé. Tá sé tábhachtach labhairt faoin gcaoi a bhféadfadh duine a cheapadh gurb é an féinmharú an t-aon rogha atá aige ach treisigh an pointe nach rogha mhaith é. Is iondúil go n-imíonn an dúlagar de réir a chéile, ach ní féidir teacht slán ón bhféinmharú. B'fhéidir gur athrú ar chúinsí saoil atá ag teastáil ó dhuine a dhéanann iarracht lámh a chur ina bhás féin seachas deireadh a chur lena shaol i ndáiríre. Bíonn cabhair ar fáil i gcónaí más féidir leis an duine an chabhair sin a iarraidh. Spreag daltaí chun cabhair a lorg má theastaíonn sí uathu.

R18

CEISTEANNA COITIANTA (TUISMITHEOIRÍ)

Seo a leanas achoimre ar cheisteanna a fhiafraíonn tuismitheoirí go minic tar éis teagmhas criticiúil.

C. Chuir an méid a tharla isteach go mór ar m'iníon/mo mhac. Ó tharla go bhfuil go leor ráflaí ag dul thart, ba mhaith liom fios a bheith agam faoinar tharla i ndáiríre. Cén chaoi ar féidir liom an t-eolas sin a fháil?
F. Cuirfidh an scoil daltaí agus tuismitheoirí ar an eolas faoi na príomhphointí - a mhéid is eol iad. Uaireanta ní fhaightear an fhirinne go ceann tamaill. Idir an dá linn, tá sé tábhachtach coinneáil leis na fíricí is eol. Cuir in aghaidh ráflaí nó cúlchainte toisc gur minic a bhíonn siad mícheart agus gur féidir leo cur isteach ar theaghlaigh agus ar chairde na ndaoine lena mbaineann. Ní hiontaofa a bhíonn an t-eolas ar na meáin shóisialta agus ní foláir é a sheiceáil i ngach cás.

C. An mbeidh teacht ag na daltaí ar chabhair sa scoil?
F. Braithfidh sé sin ar an gcás áirithe atá ann. Is iondúil go gcuireann an scoil plean i bhfeidhm chun tacú le daltaí. D'fhéadfadh sé gur plé sa seomra ranga, plé i ngrúpaí beaga nó tacaíocht aonair do dhaltaí ar gá leo í a bheadh i gceist leis sin. Má bhíonn imní ar leith orainn faoi do mhac nó faoi d'iníon, cuirfear ar an eolas thú.

C. Cén chabhair is féidir liom a thabhairt do mo leanbh?
F. Is tusa an crann taca nádúrtha atá ag do leanbh. D'fhéadfadh sé go dteastódh uaidh a chuid mothúchán agus smaointe a roinnt leat. Beidh tú in ann cabhrú leis ach cluas a thabhairt dó. Ba chóir duit a rá leis gur rud nádúrtha é go n-airíonn sé mar a airíonn sé, gur iomaí freagairt éagsúil a bhíonn ag daoine agus gur chóir dó labhairt faoi seachas é a choinneáil aige féin. Cuir comhairle air faoi na meáin shóisialta a úsáid ar bhealach sábháilte agus déan monatóireacht ar an úsáid sin.

C. Cá fhad a mhairfidh an brón?
F. Ní ann d'aon fhreagra éasca ar an gceist sin. Ní hionann é d'aon bheirt agus braitheann sé ar na cúinsí. Braithfidh sé chomh maith ar cé chomh gar is a bhí an leanbh don teagmhas nó don duine a bhásaigh. D'fhéadfadh sé go dtabharfaí básanna eile chun cuimhne de bharr an teagmhais. Bí idir fhoighneach agus thuisceanach. Seans go dtógfaidh sé tamall.

C. Ó tharla an teagmhas téann sé deacair ar mo leanbh codladh a fháil, bíonn tinnis chinn aige, srl. An féidir liom bheith cinnte go mbaineann siad sin leis an teagmhas?
F. Is féidir leis an mbrón cur isteach orainn go fisiceach agus go mothúchánach araon agus d'fhéadfadh sé go mbeadh a leithéid d'airíonna agus airíonna eile ina gcuid den fhreagairt bhróin. Má leanann siad ar aghaidh, téigh i gcomhairle le dochtúir.

C. Má bhíonn mo leanbh fós trína chéile céard is cóir dom a dhéanamh?
F. Sa chás go mbeadh do leanbh fós an-trína chéile tar éis tréimhse sé seachtaine nó mar sin, d'fhéadfadh sé go dteastódh breis tacaíochta uaidh ach ní ann d'aon riail docht daingean faoi fhad an phróisis bróin. Má thagann an-imní ort ag pointe ar bith, is fearr cabhair bhreise a iarraidh ar do Dhochtúir Teaghlaigh/ar Sheirbhísí FSS.

C. Cén difríocht atá ann idir ógánaigh agus leanaí eile?
F. Is iomaí athrú a thagann ar dhaoine óga le linn na hógántachta agus d'fhéadfadh sé go mbeadh roinnt acu trína chéile fúthu féin agus faoin saol thart orthu cheana féin. Is gnách go gcuireann brón leis na mothúcháin sin agus leis an mearbhall. D'fhéadfadh sé gur mó a bhraithfeadh an duine aonair ar a chuid cairde seachas ar dhaoine muinteartha chun tacaíocht agus suaimhneas a fháil. Ná gortaíodh sé sin thú. Éist leis má theastaíonn uaidh labhairt leat agus déan cinnte de go bhfuil a fhios aige go bhfuil tú ann dó.

R19

BEARTAS AGUS PLEAN TEAGMHAIS CHRITICIÚIL CREATLACH

Is í an phleanáil an rud is tábhachtaí i leith teagmhais chriticiúla a bhainistiú. Moltar go láidir do scoileanna beartas a fhorbairt i ndáil le freagairt do theagmhas criticiúil. Molann an SNSO do scoileanna chomh maith Plean Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil a fhorbairt ina bhfuil breac-chuntas tugtha ar an obair a bheadh le déanamh i gcás tubaiste agus ar cé a bheadh i mbun na hoibre sin.

Tá na teimpléid a bhfuil breac-chuntas tugtha orthu thíos deartha le cabhrú le scoileanna plean á dhréachtú. Beidh ar gach scoil breathnú ar a comhthéacs agus a cúinsí áirithe féin agus beartas agus plean ar leith a dhréachtú dá réir sin.

BEARTAS TEAGMHAIS CHRITICIÚIL

Cuir struchtúir ar bun agus cuir i bhfeidhm iad

Cuir Foireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil (CBTC) ar bun a bheidh freagrach as beartas a fhorbairt agus as Plean Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil (PBTC) a chur i bhfeidhm.

Tá sé mar aidhm ag ***(ainm na scoile)*** folláine a ndaltaí agus a mball foirne a chosaint ach timpeallacht shábháilte agus oiliúnach a chur ar fáil i gcónaí. (Déan tagairt do ráiteas misin na scoile). Tá an Bord Bainistíochta, i gcomhar le ***(ainm an phríomhoide)***, tar éis plean bainistíochta teagmhais chriticiúil a chur i dtoll a chéile, a bheidh mar ghné amháin de bheartais agus pleananna na scoile.

Is é an aidhm atá againn ná Foireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil (FBTC) a bhunú chun forbairt agus forfheidhmiú an Phlean Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil a stiúradh.

Athbhreithniú agus Taighde

Ba chóir don FBTC breathnú ar na cáipéisí acmhainne atá ar fáil do scoileanna ar **www.education.ie** agus ar **www.nosp.ie**, lena n-áirítear:

- Freagairt do Theagmhais Chriticiúla: Treoirlínte agus Ábhair Acmhainne do Scoileanna (SNSO 2016)
- Féinmharú a Chosc i Scoileanna: Treoirlínte Dea-chleachtais (Cumann na hÉireann um Eolaíocht an Fhéinmharaithe, an Grúpa Náisiúnta Athbhreithnithe ar Fhéinmharú, 2002)
- Féinmharú a Chosc sa Phobal - Treoir Phraiticiúil (FSS, 2011)
- Folláine in Iar-Bhunscoileanna: Treoirlínte do Chothú na Meabhairshláinte agus do Chosc an Fhéinmharaithe (ROS, RS, FSS 2013)
- Folláine i mBunscoileanna: Treoirlínte do Chothú na Meabhairshláinte (ROS, RS, FSS 2015)

Tá cáipéisí áisiúla eile le fáil ar na láithreáin ghréasáin atá leagtha amach ar leathanaigh 95 agus 96.

Tabhair sainmhíniú ar a bhfuil i gceist agat leis an téarma 'teagmhas criticiúil'.

Aithníonn foireann agus lucht bainistíochta (ainm na scoile) gurb éard is teagmhas criticiúil ann ná "aon teagmhas nó sraith teagmhas a chuireann gnáthmheicníochtaí déileála na scoile as a riocht." D'fhéadfadh sé go mbainfeadh teagmhais chriticiúla le dalta nó ball foirne amháin, le níos mó ná dalta nó ball foirne amháin, nó le baill den phobal áitiúil. Úsáid na samplaí seo a leanas le liosta a dhéanamh le haghaidh do phlean:

- Bás duine de phobal na scoile trí thimpiste, foréigean, féinmharú nó féinmharú amhrasta nó bás eile gan choinne
- Briseadh isteach chuig an scoil
- Timpiste a raibh baint ag baill de phobal na scoile léi
- Mórthimpiste/mórthubaiste sa phobal
- Damáiste tromchúiseach déanta d'fhoirgneamh na scoile, mar thoradh ar thine, tuile, loitiméireacht, srl.
- Mórthimpiste/mórthubaiste sa phobal

Aidhm

Is é aidhm an PBTC cabhrú le lucht bainistíochta agus foireann na scoile freagairt go tapa agus go héifeachtach do theagmhas, cabhrú linn smacht a choinneáil ar chúrsaí agus a chinntiú go dtairgtear tacaíocht chuí do dhaltaí agus don fhoireann. Cinnteoidh an plean go mbeidh teorainn leis na hiarmhairtí a bheidh ag teagmhas ar dhaltaí agus ar bhaill foirne. Cuirfidh sé ar ár gcumas filleadh ar an ngnáthamh chomh luath agus is féidir.

Éiteas déileála atá comhbhách agus tacúil a chruthú sa scoil

Tá córais curtha i bhfeidhm againn a chothóidh teacht aniar i measc na foirne agus na ndaltaí araon, rud a ullmhóidh iad le déileáil le raon tarluithe saoil. Ina measc siúd tá bearta chun aghaidh a thabhairt ar shábháilteacht choirp agus shíceolaíoch phobal na scoile.

Sábháilteacht choirp

Tabhair roinnt samplaí dá bhfuil á dhéanamh ag an scoil ag an bpointe seo. D'fhéadfá tagairt a dhéanamh do do Bheartas Sláinte agus Sábháilteachta chomh maith

- Plean aslonnaithe curtha i dtoll a chéile
- Déantar druileanna dóiteáin go rialta
- Seiceáiltear bealaí éalaithe agus múchtóirí dóiteáin go rialta
- Maoirseacht roimh oscailt na scoile (tabhair sonraí, b'fhéidir)
- Glas ar gheata tosaigh na scoile i rith na n-uaireanta scoile
- Glas ar dhoirse na scoile i rith ranganna
- Rialacha an chlóis súgartha – tabhair mionsonraí.

Sábháilteacht shíceolaíoch

Tá sé mar aidhm ag lucht bainistíochta agus foireann (ainm na scoile) cláir agus acmhainní atá ar fáil a úsáid chun aghaidh a thabhairt ar fhorbairt phearsanta agus shóisialta na ndaltaí, chun cur le sábháilteacht agus slándáil na scoile agus chun deiseanna a chur ar fáil do mhachnamh agus plé.

Tabhair samplaí ar leith de réir mar is cuí.
Seo a leanas roinnt moltaí:

- Tá an tOideachas Sóisialta, Pearsanta agus Sláinte (OSPS) comhtháite le hobair na scoile. I gcuraclam an OSPS tugtar aghaidh ar shaincheisteanna amhail brón agus caillteanas; scileanna cumarsáide; bainistiú struis agus feirge; teacht aniar; bainistiú coinbhleachta; réiteach fadhbanna; cabhair a lorg; bulaíocht; cinnteoireacht agus cosc ar úsáid agus ar mhí-úsáid alcóil agus drugaí. Tá cur na meabhairshláinte chun cinn ina chuid dhílis de.
- Tá teacht ag an bhfoireann ar oiliúint i dtaca lena ról san OSPS
- Tá cur amach ag an bhfoireann ar na Nósanna Imeachta Cosanta Leanaí agus is eol dóibh cé hé an Teagmhálaí Ainmnithe

- Tá leabhair agus acmhainní ar fáil maidir leis na deacrachtaí a bhíonn le sárú ag daltaí bunscoile/ iar-bhunscoile
- Cuirtear eolas ar fáil ar mheabhairshláinte go ginearálta agus ar réimsí sonracha amhail comharthaí agus airíonna an dúlagair agus na himní
- Tá cur amach ag baill foirne ar réimse na feasachta i leith féinmharú agus d'fhreastail roinnt acu ar shainoiliúint amhail ASIST, a chuireann FSS ar fáil
- Tá naisc forbartha ag an scoil le raon gníomhaireachtaí seachtracha - liostaigh na gníomhaireachtaí sin
- Déantar breithniú cúramach ar ar féidir le soláthraithe seachtracha a rá le daltaí trí thagairt do chritéir a bhaineann le sábháilteacht daltaí, oiriúnacht an ábhair, agus saineolas an tsoláthraí. Féach na himlitreacha ón ROS 0022/2010 (Bunscoileanna) nó 0023/2010 (Iar-Bhunscoileanna)
- Tá beartas soiléir maidir le bulaíocht ag an scoil agus déanann an scoil plé le cásanna bulaíochta de réir an bheartais sin.
- Tá córas cúraim i bhfeidhm sa scoil ina n-úsáidtear "Cur chuige an Chontanaim Tacaíochta", a bhfuil breac-chuntas tugtha air sna cáipéisí de chuid an SNSO a foilsíodh in 2007 i gcomhair bunscoileanna agus in 2010 i gcomhair iar-bhunscoileanna. Féach freisin Foirne Tacaíochta Scoláirí in Iar-Bhunscoileanna (2014). Tá na cáipéisí sin le fáil ar www.education.ie
- Cuirtear daltaí a aithnítear atá i mbaol ar aghaidh chuig an mball foirne ainmnithe (m.sh., treoirchomhairleoir nó múinteoir tacaíochta), déantar cíoradh ar nithe is údar imní agus tugtar an leibhéal cuí cúnaimh agus tacaíochta dóibh. Cuirtear tuismitheoirí/caomhnóirí ar an eolas agus cuirtear an dalta ar aghaidh chuig gníomhaireacht chuí, nuair is iomchuí (tá achoimre déanta ar an tacaíocht sin in **R23**)
- Tugtar eolas don fhoireann faoi cén chaoi ar féidir leo teacht ar an tacaíocht dóibh féin.

Foireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil (FBTC)

Tá FBTC curtha ar bun de réir an dea-chleachtais. Roghnaíodh baill na foirne ar bhonn deonach agus beidh na róil sin acu go ceann aon scoilbhliana amháin ar a laghad. Tiocfaidh baill na foirne le chéile uair sa bhliain chun athbhreithniú a dhéanamh ar an mbeartas agus ar an bplean agus chun iad a thabhairt cothrom le dáta. Tá comhad teagmhais chriticiúil ar leith ag gach ball den fhoireann. Tá cóip den bheartas agus den phlean ann, chomh maith le hábhair a bhaineann go sonrach leis an ról áirithe atá aige, agus iad le húsáid i gcás teagmhais.

Ullmhú an Phlean Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil (PBTC)

Róil: Is gá do scoileanna socruithe a dhéanamh chun róil a shannadh, agus saincheisteanna praiticiúla amhail méid na scoile agus líon na foirne atá ar fáil a thabhairt san áireamh. Tarlóidh dúbailt ar róil i bhformhór na scoileanna. D'fhéadfadh sé gur mhian le scoil machnamh a dhéanamh ar bhall amháin nó níos mó den Bhord Bainistíochta a chur ar an bhfoireann freisin, mar aon le baill d'fhoireann tacaíochta/cúraim daltaí na scoile.

Is iad seo a leanas na príomhróil ar gá iad a chlúdach:

CEANN FOIRNE
TEAGMHÁLAÍ LEIS NA GARDAÍ
TEAGMHÁLAÍ LEIS AN bhFOIREANN
TEAGMHÁLAÍ LEIS NA DALTAÍ
TEAGMHÁLAÍ LE TUISMITHEOIRÍ/CAOMH-NÓIRÍ
TEAGMHÁLAÍ LEIS AN bPOBAL
TEAGMHÁLAÍ LEIS NA MEÁIN
RIARTHÓIR

Tugtar breac-chuntas thíos ar roinnt pointí maidir leis na príomhfhreagrachtaí a bhaineann le gach ról. Is féidir nóta faoi na cáilíochtaí fónta maidir le gach ról a fháil sa bhosca téacs. Bíodh sin mar atá, beidh ar gach scoil na sonraí seo a chur in oiriúint dá gcúinsí agus dá riachtanais féin.

CEANN FOIRNE

Duine a bhfuil údarás aige agus ar féidir leis cinntí a dhéanamh le linn géarchéime (m.sh. an scoil a dhúnadh, freastal ar sheirbhísí cuimhneacháin, srl.)

- Tugann scéala faoin ngéarchéim do na baill foirne agus eagraíonn cruinniú
- Déanann tascanna a chomhordú don fhoireann
- Coinníonn i dteagmháil leis an mBord Bainistíochta; ROS; SNSO; CSS; BOO
- Coinníonn i dteagmháil leis an teaghlach a fágadh faoi bhrón.

Tá sé tábhachtach machnamh a dhéanamh ar cé a bheadh i mbun ról an chinn foirne mura mbeadh an ceann foirne i láthair.

TEAGMHÁLAÍ LEIS NA GARDAÍ

(D'fhéadfadh sé go mbeadh an ról seo ina chuid de ról an chinn foirne)

- Bíonn i dteagmháil leis na Gardaí
- Cinntíonn go seiceáiltear an t-eolas faoi bhásanna nó faoi fhorbairtí eile sula roinntear é

TEAGMHÁLAÍ LEIS AN bhFOIREANN

Ball foirne a bhfuil aithne ag an bhfoireann air agus a bhfuil muinín acu as

- Bíonn i gceannas ar chruinnithe faisnéise leis an bhfoireann maidir leis na fíricí is eol, tugann an deis do bhaill foirne a dtuairimí a chur in iúl agus ceisteanna a chur, leagann síos gnáthamh an lae
- Cuireann comhairle ar bhaill foirne maidir le nósanna imeachta chun daltaí leochaileacha a aithint
- Cuireann ábhair ar fáil don fhoireann (óna chomhad teagmhais chriticiúil)
- Coinníonn baill foirne ar an eolas i rith an lae
- Bíonn ar an airdeall faoi bhaill foirne leochaileacha agus déanann teagmháil leo astu féin
- Cuireann in iúl dóibh go bhfuil cabhair le fáil ón tSeirbhís Chúnaimh d'Fhostaithe agus tugann an uimhir theagmhála dóibh.

TEAGMHÁLAÍ LEIS NA DALTAÍ

Duine a bhfuil muinín ag na daltaí as agus a bhfuil aithne acu air. D'fhéadfadh sé go mbeadh gá le roinnt teagmhálaithe dá leithéid i gcás scoileanna móra.

- Maidir le hiar-bhunscoileanna, d'fhéadfadh an teagmhálaí seo eolas a bhailiú ó theagascóirí agus ó chinn bhliana maidir le daltaí a bhfuil imní orthu fúthu
- Cuireann baill foirne eile ar an airdeall faoi dhaltaí leochaileacha (ar bhealach iomchuí)
- Cuireann ábhair ar fáil do na daltaí (óna fhillteán teagmhais chriticiúil)
- Coinníonn taifead ar shonraí teagmhála na ndaltaí (**R1**)
- Bíonn freagrach as seomra suaimhnis a réiteach agus as maoirseacht a dhéanamh air i gcás go n-aontófaí go mbeadh a leithéid ann.

TEAGMHÁLAÍ LEIS AN bPOBAL/LE GNÍOMHAIREACHTAÍ

Duine ag a bhfuil dea-chaidreamh aige le gníomhaireachtaí agus le daoine ábhartha sa phobal

- Coinníonn uimhreacha teagmhála cothrom le dáta le haghaidh
  - Tuismitheoirí a bhfuil róil thábhachtacha acu, amhail baill de Chomhairle na dTuismitheoirí
  - Seirbhísí tacaíochta éigeandála agus teagmhálaithe agus acmhainní seachtracha eile
- Coinníonn i dteagmháil le gníomhaireachtaí sa phobal maidir le tacaíocht agus cásanna a chur ar aghaidh
- Bíonn ar an airdeall gur gá dintiúir daoine aonair a thairgeann tacaíocht a sheiceáil
- Comhordaíonn rannpháirtíocht na ngníomhaireachtaí sin
- Cuireann i gcuimhne do baill foirne na ngníomhaireachtaí sin gur gá dóibh suaitheantais aitheantais a chaitheamh
- Tugann tuairiscí chun dáta do na baill foirne maidir le rannpháirtíocht gníomhaireachtaí seachtracha

TEAGMHÁLAÍ LE TUISMITHEOIRÍ/CAOMHNÓIRÍ

Duine éigin a bhfuil aithne ag tuismitheoirí air. Ba chóir don duine sin a bheith ar a chompord agus é ag labhairt os comhair slua mór agus scileanna a bheith aige chun freagairtí mothúchánacha daoine aonair nó grúpaí tuismitheoirí a láimhseáil

- Tugann cuairt ar an teaghlach atá fágtha faoi bhrón in éineacht leis an gceann foirne
- Eagraíonn cruinnithe, má thionóltar a leithéid
- Éascaíonn a leithéid de chruinnithe agus bainistíonn seisiúin 'ceisteanna agus freagraí'
- Bainistíonn saincheisteanna a bhaineann le 'toiliú' de réir bheartas aontaithe na scoile
- Cinntíonn go bhfuil litreacha samplacha ullmhaithe agus go mbíonn siad ar fáil ar chóras TF na scoile, agus iad réidh le cur in oiriúint d'aon chás ar leith
- Réitíonn seomra le haghaidh cruinnithe le tuismitheoirí
- Coinníonn taifead ar na tuismitheoirí ar bualadh leo
- Buaileann le tuismitheoirí aonair
- Cuireann ábhair chuí ar fáil do thuismitheoirí (óna chomhad teagmhais chriticiúil).

TEAGMHÁLAÍ LEIS NA MEÁIN

Duine a bhfuil scileanna maithe idirphearsanta aige, a bheidh compordach labhairt leis na meáin ar an teileafón nó duine le duine. Duine atá in ann teorainneacha a leagan síos gan cur as do dhaoine

- Duine a ndéanfaidh machnamh ar na saincheisteanna a d'fhéadfadh teacht chun cinn sula dtarlóidh aon teagmhas, agus ar an gcaoi bhfreagródh sé dóibh (m.sh. daltaí ag dul faoi agallamh, grianghrafadóirí ar an áitreabh, srl.)
- I gcás teagmhais, déanfaidh teagmháil más gá leis an gCoimisiún um Scrúduithe Stáit, leis na ceardchumainn ábhartha múinteoirí, srl.
- Dréachtóidh preasráiteas agus tabharfaidh eolas agus agallaimh do na meáin (de réir mar a chomhaontóidh lucht bainistíochta na scoile).

RIARTHÓIR

- Coinníonn uimhreacha teileafóin cothrom le dáta le haghaidh
  - Tuismitheoirí/caomhnóirí
  - Múinteoirí
  - Seirbhísí éigeandála
- Freagraíonn glaonna teileafóin agus breacann síos nótaí ar na glaonna ar gá freagairt orthu
- Cinntíonn go bhfuil na teimpléid ar fáil ar chóras TF na scoile agus iad réidh le cur in oiriúint d'aon chás ar leith.
- Ullmhaíonn litreacha, ríomhphoist agus facsanna, agus seolann amach iad
- Déanann ábhair a fhótachóipeáil de réir mar is gá
- Coinníonn taifid.

Coinneáil taifead

I gcás teagmhais, coinneoidh gach ball den fhoireann taifid ar ghlaonna teileafóin a chuirtear agus a fhaightear, litreacha, ríomhphoist agus téacsanna a sheoltar agus a fhaightear, cruinnithe a thionóltar, daoine a mbuailtear leo, idirghabhálacha a úsáidtear, ábhar a úsáidtear, srl.
Beidh príomhról ag rúnaí na scoile, ***(ainm),*** i dtaobh glaonna a fháil agus a logáil, litreacha a sheoladh, ábhair a fhótachóipeáil, srl.

Ceisteanna maidir le rúndacht agus dea-chlú

Tá d'fhreagracht ar lucht bainistíochta agus ar fhoireann (ainm na scoile) príobháideacht agus dea-chlú na ndaoine a bhfuil baint acu le teagmhas ar bith a chosaint agus beidh siad ar an airdeall faoi na hiarmhairtí a d'fhéadfadh a bheith ag ráitis phoiblí ar bith. Beidh baill foirne na scoile airdeallach air sin agus déanfaidh a ndícheall lena chinntiú go ndéanfaidh na daltaí amhlaidh chomh maith. Mar shampla, ní úsáidfear an téarma 'féinmharú' ach amháin i gcás go bhfuil eolas deimhnithe ann gur féinmharú ba chúis leis an mbás agus go dtoilleann an teaghlach lena mbaineann le húsáid an téarma sin. D'fhéadfaí na frásaí 'bás tragóideach' nó 'bás tobann' a úsáid ina áit. Ar an tslí chéanna, níor chóir an focal 'dúnmharú' a úsáid go dtí go ndeimhneofar de réir an dlí go ndearnadh dúnmharú. D'fhéadfaí an téarma 'bás foréigneach' a úsáid ina áit.

Seomraí teagmhais chriticiúil

I gcás teagmhas criticiúil,
tabhair ainm ar an seomra - úsáidfear mar an príomhsheomra le bualadh leis na bhfoireann é
tabhair ainm ar an seomra/na seomraí - úsáidfear le haghaidh cruinnithe le daltaí é
tabhair ainm ar an seomra - le haghaidh tuismitheoirí
tabhair ainm ar an seomra - le haghaidh na meán
tabhair ainm ar an seomra - úsáidfear le haghaidh seisiúin duine le duine le daltaí é
tabhair ainm ar an seomra - le haghaidh cuairteoirí eile

Comhairliúchán agus cumarsáid maidir leis an bplean

Chuathas i ndáil chomhairle leis an bhfoireann ar fad agus lorgaíodh a dtuairimí nuair a bhí an beartas agus an plean seo á n-ullmhú. Chuathas i ndáil chomhairle leis na hionadaithe do thuismitheoirí/chaomhnóirí agus lorgaíodh a dtuairimí freisin.

Cuireadh beartas agus plean deiridh ár scoile i ndáil le freagairt do theagmhais chriticiúla i láthair na foirne uile.

Tá cóip phearsanta den phlean ag gach ball den fhoireann teagmhais chriticiúil.

Cuirfidh (ainm an bhaill foirne) baill foirne nua agus shealadacha ar an eolas faoi mhionsonraí an phlean.

Nuashonrófar an plean go bliantúil ***(sonraigh an mhí)***

R20

TEIMPLÉAD BAINISTÍOCHTA TEAGMHAIS CHRITICIÚIL LE hAGHAIDH AN PHLEAN SCOILE

FOIREANN BAINISTÍOCHTA TEAGMHAIS CHRITICIÚIL

Ról	Ainm agus Seoladh ríomhphoist	Uimhir theileafóin
Ceann Foirne		
Teagmhálaí leis na Gardaí		
Teagmhálaí leis an bhFoireann		
Teagmhálaí leis na Daltaí		
Teagmhálaí le Tuismitheoirí		
Teagmhálaí leis an bPobal		
Teagmhálaí leis na Meáin		
Riarthóir		

GNÍOMHARTHA GEARRTHÉARMACHA – LÁ 1

Tasc	Ainm
Bailigh eolas cruinn	
Cé, céard, cén uair, cén áit?	
Tionóil cruinniú den Fhoireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil (CIMT) – sonraigh an t-am agus an áit go soiléir	
Déan teagmháil leis na gníomhaireachtaí seachtracha	
Déan socruithe le maoirseacht a dhéanamh ar dhaltaí	
Tionóil cruinniú foirne	
Comhaontaigh sceideal an lae	Gach ball foirne
Cuir daltaí ar an eolas – (d'fhéadfadh sé gur ghá an scéal a insint do dhlúthchairde agus do dhaltaí a bhfuil deacrachtaí foghlama acu astu féin)	
Cuir liosta de dhaltaí leochaileacha i dtoll a chéile	
Déan teagmháil leis an teaghlach a fágadh faoi bhrón/tabhair cuairt air	

(thall)

Ullmhaigh agus aontaigh ráiteas do na meáin agus déileáil leis na meáin	
Cuir tuismitheoirí/caomhnóirí ar an eolas	
Tionóil cruinniú faisnéise don fhoireann ag deireadh an lae	

GNÍOMHARTHA MEÁNTÉARMACHA - (LÁ 2 AGUS NA LAETHANTA INA DHIAIDH SIN)

Tasc	Ainm
Tionóil cruinniú den FBTC chun súil siar a chaitheamh ar ar tharla ar lá 1	Ceann Foirne
Buail le gníomhaireachtaí seachtracha	
Buail leis an bhfoireann ar fad	
Eagraigh tacaíocht do dhaltaí, don fhoireann, do thuismitheoirí/chaomhnóirí	
Tabhair cuairt ar na daoine atá gortaithe	
Téigh i dteagmháil leis an teaghlach ar bhain an teagmhas dó maidir le socruithe sochraide	
An bhfreastalóidh lucht na scoile ar an tsochraid? An mbeidh siad páirteach inti?	
Déan cinneadh faoin scoil a dhúnadh	An Bord Bainistíochta

OBAIR LEANTACH TAR ÉIS 72 UAIR A CHLOIG

Tasc	Ainm
Déan monatóireacht ar dhaltaí lena chinntiú nach bhfuil siad fós trína chéile	Múinteoirí ranga
Coinnigh i dteagmháil le gníomhaireachtaí maidir le cásanna a chur ar aghaidh	
Déan pleananna don tráth a dtiocfaidh an dalta/na daltaí a fágadh faoi bhrón ar ais	
Déan pleananna le 'bosca cuimhní' a thabhairt don teaghlach a fágadh faoi bhrón	
Déan cinneadh ar shearmanais agus ar laethanta cuimhneacháin	An Bord Bainistíochta/ an fhoireann, tuismitheoirí agus daltaí
Déan athbhreithniú ar an bhfreagairt ar an teagmhas agus leasaigh an plean	An fhoireann/An Bord Bainistíochta

R21

LIOSTA TEAGMHÁLAITHE ÉIGEANDÁLA

(Le crochadh sa seomra foirne, in oifig na scoile agus in oifig an Phríomhoide, srl.)

GNÍOMHAIREACHT	UIMHREACHA TEAGMHÁLA
AN GARDA SÍOCHÁNA	
OSPIDÉAL	
AN BHRIOGÁID DÓITEÁIN	
DOCHTÚIRÍ GINEARÁLTA ÁITIÚLA	
FSS/Foireann Cúraim Phríomhúil/Ionad Cúraim Phríomhúil/Na Seirbhísí Áitiúla Meabhairshláinte do Leanaí agus d'Ógánaigh Oifigeach Acmhainne um Fhéinmharú a Chosc	
CIGIRE SCOILE	
SÍCEOLAÍ DE CHUID AN SNSO	
ROS/BOO	
CMÉ/CMMÉ/AMÉ	
SAGART PARÓISTE/CLÉIR	
COIMISIÚN NA SCRÚDUITHE STÁIT	
AN tSEIRBHÍS CÚNAIMH D'FHOSTAITHE	1800 411 057

R22

TREOIR MAIDIR LE hÚSÁID NA MEÁN SÓISIALTA I gCÁS TEAGMHAS CRITICIÚIL

Tá na meáin shóisialta ina gcuid de chumarsáid laethúil agus comhroinnt faisnéise na laethanta seo. Is úsáideoirí díograiseacha, inniúla iad an chuid is mó de dhaltaí. Is sciobtha anois ná riamh roimhe a chomhroinntear faisnéis trí theachtaireachtaí ar na meáin shóisialta. D'fhéadfaidís tionchar nach beag a imirt ar iompar daoine óga le linn teagmhas criticiúil. D'fhéadfadh sé go dtarlódh roinnt cumarsáide trí na meáin shóisialta i ngan fhios d'fhoireann na scoile agus d'fheadfadh sé go ngoillfí ar dhaltaí nó ar a dtuismitheoirí/a gcaomhnóirí dá bharr sin.

Cabhróidh an t-eolas seo a leanas le scoileanna machnamh a dhéanamh ar na saincheisteanna a bhaineann le húsáid na meán sóisialta tar éis teagmhas criticiúil.

- Tá sé ríthábhachtach go dtuigeadh scoileanna gur gá do roinnt daoine den lucht bainistíochta agus den fhoireann a bheith inniúil ar úsáid na meán sóisialta. Má bhíonn imní nó eagla ar leith ar bhaill den FBTC faoi úsáid na meán sóisialta, ba chóir dóibh dul i ndáil chomhairle leo siúd a bhfuil cur amach acu orthu cheana. D'fhéadfaí cúnamh a iarraidh ar dhaltaí sinsearacha, m.sh. daltaí de chuid an 6ú bliain atá ar chomhairle na mac léinn. Is tábhachtach an rud é úsáid na meán sóisialta ag daltaí a normalú tar éis teagmhas criticiúil.

- Ba chóir do scoileanna litearthacht sna meáin shóisialta a chur san áireamh i gcuraclam na scoile. Tá sé ríthábhachtach go dtuigfeadh lucht bainistíochta, foireann agus daltaí na scoile ról na meán sóisialta, lena n-áirítear na gnéithe dearfacha agus diúltacha díobh. Dá mbeadh meon dearfach ag an scoil i leith na meán sóisialta, d'fhéadfadh sé go spreagfadh sé na daltaí le bheith tuisceanach agus iad á n-úsáid tar éis teagmhas criticiúil.

- Ba chóir go mbeadh comhaontú maidir le húsáid chuí na meán sóisialta le linn teagmhas criticiúil san áireamh i mBeartas Úsáide Inghlactha na scoile. Ba cheart do bhaill foirne uile na scoile cloí leis na prótacail ar líne ghairmiúla, de réir mar a leagtar síos sa Chód Nua um Iompar Gairmiúil do Mhúinteoirí, .i. "Ba chóir do mhúinteoirí a chinntiú gur cuí atá aon chumarsáid a dhéanfaidh siad le daltaí/scoláirí, le comhghleacaithe, le tuismitheoirí/caomhnóirí, le lucht bainistíochta na scoile agus le daoine eile, lena n-áirítear cumarsáid trí na meáin leictreonacha, amhail ríomhphost, téacsáil agus na meáin shóisialta, srl." (Comhairle na Múinteoirí, 2012). Féadfaidh an FBTC an Beartas Úsáide Inghlactha a chur i gcuimhne do bhaill foirne, do dhaltaí agus do bhaill bhainteacha eile den phobal nuair a bhíonn géarchéim ann.

- Agus plé á dhéanamh le teagmhas criticiúil, moltar do scoileanna bearta a dhéanamh go gasta ach go cúramach. D'fhéadfaí nóta mar seo a leanas a chur suas ar láithreán gréasáin na scoile agus ar aon chuntais atá ag an scoil ar na meáin shóisialta:

  'B'fhéidir go bhfuil tú ar an eolas cheana féin faoi eachtra a tharla le déanaí laistigh de phobal na scoile. Iarraimid ort meas a léiriú do phríobháid agus do ghoilliúnacht an teaghlaigh ach machnamh a dhéanamh ar cibé acu ba chóir nó nár chóir duit tráchtanna a phostáil, go háirithe ar na meáin shóisialta. Coinneoimid ar an eolas thú faoin scéala is déanaí ar na gnáthbhealaí.'

- Is féidir le scoil leas a bhaint as na meáin shóisialta le heolas cothrom le dáta a scaipeadh ar gach duine lena mbaineann ó thús deireadh an teagmhais. Féadtar teachtaireachtaí dearfacha agus comhairle chuí a chur ar fáil do dhaoine óga agus dá dtuismitheoirí/gcaomhnóirí. Ba chóir a chur i gcuimhne do thuismitheoirí/chaomhnóirí gur cheart dóibh úsáid na meán sóisialta a phlé lena leanaí agus monatóireacht ghníomhach a dhéanamh ar an úsáid sin tar éis eachtra.

- Tá sé tábhachtach go mbeadh cur amach ag baill FBTC ar na treoirlínte um chur teachtaireachtaí go sábháilte agus ar an gcáipéis **Media Guidelines for Reporting Suicide and Self-harm**. Ba chóir cloí leis na treoirlínte um chur teachtaireachtaí go sábháilte agus teachtaireachtaí á seoladh chuig baill foirne, chuig daltaí, chuig an bpobal nó chuig na meáin tar éis do dhuine lámh a chur ina bhás féin. Ba chóir na treoirlínte sin a thabhairt d'aon phearsanra de na meáin a dhéanann teagmháil leis an scoil le linn teagmhas criticiúil. Más gá le linn géarchéime, is féidir le scoileanna teagmháil a dhéanamh le Preasoifig na Roinne Oideachais agus Scileanna le comhairle agus tacaíocht a fháil, nó i gcás scoileanna de chuid Boird Oideachais agus Oiliúna, le príomhoifig an Bhoird.

- Is minic a phostálann daoine óga teachtaireachtaí ar na meáin shóisialta ina nguíonn suaimhneas síoraí ar an té a bhásaigh. Postálacha mothúchánacha ó chroí is ea iad sin go hiondúil, go háirithe sa chás gur chuir an té lámh ina bhás féin. Ba chóir go mbeadh teachtaireachtaí amhail "Airím uaim go mór thú ach is gearr go bhfeicfidh mé thú" nó "Leanfaidh mé ort" ina n-údar imní agus ba cheart labhairt leis an duine sin. D'fhéadfadh sé go n-imreodh bás duine trí fhéinmharú tionchar ar dhaoine eile. Bíonn éifeacht ghabhálach ag an bhféinmharú ar dhaoine óga go háirithe D'fhéadfadh sé go ndéanfaidís siúd atá leochaileach ó thaobh mothúcháin de iarraidh a thabhairt ar fhéinmharú nuair a bhuaileann spadhar iad.

- Foinse thábhachtach eolais is ea gníomhaíocht ar na meáin shóisialta le linn teagmhas criticiúil, mar shampla, comhaontú féinmharaithe a fháil amach agus sainaithint a dhéanamh ar ghrúpaí nó ar dhaoine óga aonair atá leochaileach a d'fhéadfadh a bheith i mbaol féinmharú. Ós rud é gur féidir le daoine óga socruithe príobháide a gcuntais féin a athrú, d'fhéadfadh sé go bpostálfaí eolas is údar buartha i ngan fhios do thuismitheoirí ná do lucht bainistíochta na scoile. Is dócha go gcuirfeadh úsáideoirí srian le rochtain ar a leithéid de phostálacha, rud a fhágann nach mbeadh teacht ag gach duine orthu.

- Tá saincheisteanna príobháide agus faireachais ag baint le monatóireacht a dhéanamh ar láithreáin gréasáin. Ní mholtar do scoileanna dul i mbun monatóireachta. Bíodh sin mar atá, sá chás go bhfaigheann scoileanna amach faoi phostáil mhíchuí arna cur suas ag dalta, d'fhéadfaidís na tuismitheoirí/caomhnóirí a chur ar an eolas fúithi agus iad a spreagadh chun iarraidh ar an dalta í a scriosadh. Is é an bealach is éasca le postáil a bhaint ná iarraidh ar an té a phostáil ar an gcéad dul síos í í a scriosadh óna chuntas nó baint na postála a iarraidh. Is iondúil nach mbaineann soláthróirí seirbhíse postálacha ach amháin má tá an t-inneachar ag teacht salach ar a mBeartas Úsáide Inghlactha.

Tugtar an chomhairle seo a leanas d'iriseoirí in Media Guidelines for Reporting Suicide and Self-harm.

Cruthaíonn an tIdirlíon idir dheiseanna agus dhúshláin d'iriseoirí sa chaoi gur féidir faisnéis a rochtain agus a fhoilsiú chomh héasca agus chomh sciobtha sin. Is féidir dearcthaí a chur i láthair níos gasta agus níos furasta anois ná riamh, ach uaireanta gan athbhreithniú ná bonn fíorasach. Téann sé deacair ar roinnt léitheoirí an difríocht idir an fhírinne agus tuairimí a thuiscint. Más ag postáil do scéil ar láithreán gréasáin nuachta nó ar bhlag atá tú, déan machnamh ar na pointí seo a leanas:

- Ná nasc le láithreáin ghréasáin a chuireann an féinmharú chun cinn ná a chuireann cuma na mealltachta air, agus ná luaigh a n-ainmneacha ach an oiread. Tá liosta de láithreáin ghréasáin áisiúla a chuireann tacaíocht ar fáil le fáil ag **www.ias.ie** agus ag **www.samaritans.org/ireland/links**.

- Déan iarracht cúram agus breithiúnas grinn a léiriú agus scéalta nuachta a chuirfear suas ar líne á gcur le chéile agat de bharr gur minic a bhíonn fógraí agus tráchtanna nach bhfuil smacht ar bith ag an údar orthu timpeall orthu. Féadann gnéithe breise atá ar an leathanach comhthéacs diúltach a chruthú, rud a fágann go bhféadfadh sé go mbeadh fógraí le haghaidh piollairí dúlagair curtha ar taispeáint in aice le hailt a bhaineann le cúrsaí meabhairshláinte.

- Cuir hipearnaisc chuig foinsí tacaíochta leis an alt d'fhonn a chinntiú go mbeidh daoine atá i mbaol in ann teacht ar acmhainní úsáideacha gan mhoill. Déan machnamh ar a chur chun cinn más in Éirinn nó sa Ríocht Aontaithe atá tú, nó www. má tá tú taobh amuigh de na tíortha sin.

- **Tionscnamh sábháilteachta ar líne is ea webwise.ie**, arna maoiniú ag an ROS, atá dírithe ar fheasacht ar shaincheisteanna sábháilteachta ar líne a fheabhsú agus ar dhea-chleachtas a chur chun cinn i measc daltaí, a dtuismitheoirí/gcaomhnóirí agus múinteoirí. www.webwise.ie

Aiseolas ó léitheoirí

- Tugann an cumas chun trácht a dhéanamh ar ailt nó ar phostálacha blag an deis do léitheoirí cuma na mealltachta a chur ar an bhféinmharú nó tuairimí conspóideacha faoi chlaontaí féinmharaithe agus faoin meabhairshláinte a chur i láthair. De bharr gur tráchtanna anaithnide iad a bheag nó a mhór, is minic a spreagtar díospóireachtaí nach bhfuil oiriúnach do láithreán gréasáin nuachta agus a d'fhéadfadh dochar a dhéanamh do léitheoirí eile fiú amháin.

- Déanann láithreáin ghréasáin fhreagracha cinnte de go bhfuil na téarmaí agus coinníollacha a nglacann gach postálaí leo nuair a chuireann sé rud éigin suas follasach faoi céard is ann d'inneachar míchuí agus faoin gcaoi a ndéanfar plé leis. Ina theannta sin, ba chóir d'úinéirí láithreáin agus do riarthóirí tuiscint a bheith acu ar na himpleachtaí a d'fhéadfadh a bheith i gceist le ligean do dhaoine tráchtanna den sórt sin a fhoilsiú ar a láithreán gréasáin.

- Nuair is féidir, déan iarracht do lucht léitheoireachta a chur ar an eolas faoin gcaoi ar féidir leo aiseolas a thabhairt ach meas a léiriú do shláinte, sábháilteacht agus folláine gach uile dhuine ag an am céanna, agus faoin gceart atá ag an bhfoilsitheoir aon inneachar míchuí a bhaint.

- Déan machnamh ar é a dhéanamh soiléir d'úsáideoirí go stiúrtar na seirbhísí aiseolais, cibé de láimh nó go leictreonach.

R23

MÚINTEOIRÍ AG CABHRÚ LE DALTAÍ I gCÁS GÉARCHÉIME NÓ ÉIGEANDÁLA

1. ÉIST 2. COSAIN 3. CEANGAIL 4. SAMHALTAIGH & 5. MÚIN

SMAOINIGH AR AN "mBAINT DHÍREACH" a bhí ag do dhaltaí leis an méid a tharla .i. An bhfaca siad ar tharla lena súile cinn nó an raibh siad páirteach ann.

Tar éis an teagmhais, féadfaidh athruithe a theacht ar smaointe, mothúcháin agus iomaíochtaí daltaí. B'fhéidir go mbeidh imní ar do dhaltaí faoi bhaill teaghlaigh eile, faoi pháirtithe ranga, faoi chairde, nó faoi pheataí a bhfuil gean acu orthu, agus b'fhéidir go mbeidh imní orthu go dtarlóidh arís é. I measc na ngnáthfhreagairtí ar ghéarchéimeanna agus ar chásanna éigeandála tá deacrachtaí dul a chodladh, fadhbanna ar scoil agus le cairde, gan a bheith in ann díriú ar rudaí, agus gan a bheith in ann obair a chríochnú. D'fhéadfadh sé go n-éireodh do dhaltaí níos cantalaí, níos brónaí, níos feirge, nó níos imníche de réir mar a dhéanfaidh siad machnamh ar ar tharla, agus mar a fheicfidh siad na hiarrachtaí athshlánaithe tar éis an teagmhais.

Nuair a chomhroinneann daltaí a gcuid eispéireas, smaointe agus mothúchán faoin eachtra, ÉIST le haghaidh na bhFACHTÓIRÍ RIOSCA i leith freagairtí díobhálacha.

I measc na bhfachtóirí riosca a d'fhéadfadh a chur in iúl gur gá cás an dalta a chur ar aghaidh chuig comhairleoir tá:

- cailleadh baill teaghlaigh, carad scoile, nó carad
- gortú tromchúiseach nó bás duine eile a fheiceáil
- baill teaghlaigh nó cairde ar iarraidh tar éis eachtra, taithí ar thrámaí nó ar an mbás san am atá thart
- gortú nó breoite de bharr na heachtra
- cailleadh baile, bogadh an teaghlaigh, athruithe ar chomharsanachtaí/scoileanna, agus/nó cailleadh giuirléidí.

Más rud é gur bhain aon cheann de na nithe sin do dhalta, d'fhéadfadh sé gur mhaith leat machnamh a dhéanamh ar a chás a chur ar aghaidh chuig Seirbhísí FFS. Beidh an síceolaí de chuid an SNSO in ann tacaíocht agus comhairle a thabhairt duit. Anois gurb eol duit ar féidir cur isteach ar do dhaltaí tar éis tubaiste, géarchéim scoile, nó cás éigeandála, tá tú réidh le **hÉisteacht, Cosaint, Ceangal, Samhaltú agus Múineadh**

1. ÉIST, COSAIN, CEANGAIL, SAMHALTAIGH AGUS MÚIN

Is é an chéad chéim tar éis teagmhais ná éisteacht lena ndeir siad agus aird a thabhairt ar a ndéanann. D'fhéadfadh sé go léireodh do dhaltaí a gcuid mothúchán ar bhealaí neamhbhriathartha freisin, amhail fadhbanna iompraíochta nó tarraingt siar mhéadaithe. Bíodh a fhios ag do dhaltaí go bhfuil tú lántoilteanach éisteacht leo agus labhairt faoinar tharla, nó iad a chur ar aghaidh chuig gairmí cuí, dá mb'fhearr leo é. Úsáid na ceisteanna seo a leanas le labhairt le do chuid daltaí. Cuir cluas ort féin do noid a chuireann in iúl go bhfuil an saol ag dul deacair ar dhaltaí. Breac síos roinnt samplaí a d'fhéadfadh a bheith cabhrach:

- Céard iad na rudaí a d'fhéadfadh a bheith ag cur cosc ar dhalta teacht chun na scoile nó fanacht sa scoil?
- Céard iad na rudaí a d'fhéadfadh a bheith ag cur cosc ar dhalta díriú ar rudaí nó obair bhaile a dhéanamh?
- Céard iad na rudaí a d'fhéadfadh a bheith ag cur cosc ar dhalta filleadh ar ghníomhaíochtaí eile atá bunaithe sa scoil?

Éist leo, breathnaigh orthu, agus breac síos aon athruithe a bhaineann le:

- Iompar agus/nó giúmar
- Feidhmíocht ar scoil
- Idirghníomhaíochtaí le cairde scoile agus le múinteoirí
- Rannpháirtíocht i ngníomhaíochtaí atá bunaithe sa scoil
- Iompar sa bhaile a phléann tuismitheoirí/caomhnóirí leat.

ÉIST **2. COSAIN,** NASC, SAMHALTAIGH AGUS MÚIN

Is féidir leat ardú croí a thabhairt do do chuid daltaí ach roinnt de na rudaí seo a leanas a dhéanamh:

- Freagair na ceisteanna go simplí agus go macánta d'fhonn aon mhíthuiscint a d'fhéadfadh a bheith ar na daltaí faoinar tharla a réiteach
- Cuir in iúl do do chuid daltaí go bhfuil na freagairtí céanna ag roinnt mhaith daoine
- Tabhair deiseanna do do chuid daltaí labhairt, tarraingt agus súgradh a dhéanamh, ach ná cuir iallach orthu déanamh amhlaidh
- Labhair le do chuid daltaí faoi na rudaí atá á ndéanamh ag an scoil agus ag an bpobal le gach aon duine a choinneáil slán sábháilte
- Coinnigh súil in airde d'aon rud sa timpeallacht a d'fhéadfadh tráma a fhágáil ar dhaltaí in athuair
- Cuir cluas ort féin d'iompraíochtaí bulaíochta
- Cloígh leis an ngnáthamh laethúil, le gníomhaíochtaí laethúla agus leis an struchtúr. Bíodh a fhios ag na daltaí céard a bhfuil tú ag súil leis agus bíodh rialacha comhsheasmhacha leagtha síos
- Déan coigeartuithe ar thascanna le bheith tuisceanach ar leibhéal reatha feidhmíochta na ndaltaí
- Cuir teorainn le rochtain ar theilifís bheo agus ar an Idirlíon, áit a dtaispeántar radhairc ar an eachtra a d'fhéadfadh cur isteach ar na daltaí
- Ná déan dearmad go bhféadfadh rudaí cur isteach ar dhaltaí nó mearbhall a chur orthu fiú mura gcuireann isteach ar dhaoine fásta ar chor ar bith, nó a mhalairt
- Spreag daltaí chun "sos a ghlacadh" ón ngéarchéim ach díriú ar ghníomhaíochtaí nach mbaineann leis an eachtra
- Aimsigh bealaí a bhféadfadh na daltaí a bheith cabhrach i do sheomra ranga, sa scoil, agus sa phobal.
- Liostaigh rudaí eile a dhéanann tú le hardú croí a thabhairt do do chuid daltaí. B'fhéidir go bhfaighidh tú tuilleadh smaointe le cabhrú le do chuid daltaí má chomhroinneann an liosta seo le múinteoirí eile.

ÉIST, COSAIN, **3. NASC**, SAMHALTAIGH AGUS MÚIN

Cabhróidh muintearas le daoine i do scoil agus i do phobal le do chuid daltaí tar éis géarchéim scoile nó cás éigeandála. Is láidre a bheidh gach duine de bharr na nasc sin. Déan machnamh ar bhealaí a bhféadfá roinnt de na naisc seo a leanas, nó iad ar fad, a dhéanamh:

- Faigh "an scéala is déanaí" ó na daltaí ar bhonn rialta
- Aimsigh acmhainní a d'fhéadfadh tacaíocht a thabhairt do do chuid daltaí agus ball foirne
- Tabhair gníomhaíochtaí idirghníomhacha scoile ar ais, lena n-áirítear spóirt, cruinnithe club, tionscadail dalta, agus comhairle na mac léinn, cóitseálaithe, srl.
- Spreag do dhaltaí dul i mbun gníomhaíochtaí le cairde leo, lena n-áirítear tionscadail ranga agus gníomhaíochtaí seach-churaclaim

- Bíodh comhbhá agat le do chuid daltaí ach tuilleadh ama a chur i leataobh dóibh ábhair nua a fhoghlaim
- Cuir le láidreachtaí do chuid daltaí ach iad a spreagadh chun leas a bhaint as ar fhoghlaim siad san am atá thart le dul i ngleic leis an teagmhas seo
- Cuir i gcuimhne do do chuid daltaí nach minic a tharlaíonn tubaistí, géarchéimeanna agus cásanna éigeandála móra
- Déan plé ar mhothú slán sábháilte agus ar amanna ar mhothaigh siad slán sábháilte
- Liostaigh cláir agus gníomhaíochtaí a nascann tusa agus do chuid daltaí leis an bpobal
- Comhroinn do liosta le múinteoirí eile le liosta níos mó de ghníomhaíochtaí agus acmhainní a chruthú.

ÉIST, COSAIN, NASC, **4. SAMHALTAIGH** AGUS MÚIN

De réir mar a chabhróidh tú le do chuid daltaí tar éis tubaiste, géarchéime, nó cás éigeandála, seans go n-éireoidh níos fearr leat – agus go mbeidh níos lú struis ort – má choinníonn tú an méid seo a leanas i gcuimhne:

- Bí feasach ar do chuid smaointe, mothúchán, agus freagairtí féin mar gheall gur féidir le do chuid daltaí iad sin a fheiceáil agus d'fhéadfadh sé go n-imreoidís tionchar orthu
- Imreoidh an chaoi a ndéileáladh tú féin leis an méid a tharla tionchar ar an gcaoi a ndéileáladh do chuid daltaí leis agus ar an gcaoi a n-iompróidh siad iad féin. Beidh do chuid daltaí ag breathnú ort le haghaidh leideanna briathartha agus neamhbhriathartha
- Déan monatóireacht ar chomhráite a d'fhéadfadh daltaí a chloisteáil
- Admhaigh cé chomh deacair is atá sé, ach léirigh gur féidir le daoine teacht le chéile le cabhrú lena chéile tar éis a leithéid de theagmhas.

ÉIST, COSAIN, NASC, SAMHALTAIGH AGUS **5. MÚIN**

Labhair le do chuid daltaí faoi na freagairtí a mbeifear ag súil leo tar éis géarchéime (mothúchánach, iompraíoch, cognaíoch, agus fiseolaíoch). Is iad "gnáthfhreagairtí" ar eachtraí neamhghnácha iad.

- B'fhéidir go mbeidh freagairtí difriúla ag daoine difriúla, fiú laistigh den teaghlach céanna
- Tar éis an teagmhais, beidh méideanna difriúla ama ag teastáil ó dhaoine difriúla le déileáil leis agus le dul i dtaithí air
- Spreag do chuid daltaí chun sainaithint a dhéanamh ar straitéisí dearfacha déileála agus iad a úsáid tar éis an teagmhais
- Cabhraigh le do chuid daltaí dul i mbun fadhbréiteach le teacht slán as gach lá
- Cabhraigh le do chuid daltaí spriocanna beaga "indéanta" a shocrú agus caith leis na spriocanna sin mar "bhuanna" do na daltaí agus do do rang
- Cuir i gcuimhne do dhaltaí go dtagann feabhas ar rudaí tar éis tamaill i bhformhór mór na gcásanna. Mura dtagann, ba chóir labhairt le tuismitheoir nó le múinteoir
- Le himeacht ama, BÍODH do chuid daltaí, a dteaghlach agus do rang AG SÚIL LE TÉARNAMH.

Arna chur in oiriúint ag an tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais (SNSO) i gcomhair scoileanna Éireannacha ó na hábhair Garchabhrach Síceolaíche arna bhforbairt ag Cros Dhearg Mheiriceá (2014 agus FEMA, féach www.ready.gov). Aithnímid an méid sin le buíochas.

R24

LÁITHREÁIN GHRÉASÁIN AGUS LÍNTE CABHRACH ÚSÁIDEACHA I gCOMHAIR ROCHTAIN AR ACHMHAINNÍ

Tá na hacmhainní seo a leanas aitheanta ag an tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais mar acmhainní a d'fhéadfadh a bheith fónta do scoileanna. Bíodh sin mar atá, ba chóir do lucht bainistíochta na scoile athbhreithniú a dhéanamh ar na hábhair go léir lena chinntiú go dtagann siad le héiteas agus le beartas na scoile sula n-úsáidfí iad.

OILIÚINT - www.nosp.ie

Oiliúint i Scileanna Feidhmeacha Idirghabhála i dtaca le Féinmharú (ASIST): Ceardlann idirghníomhach dhá lá i ngarchabhair féinmharaithe is ea an Oiliúint i Scileanna Feidhmeacha Idirghabhála i dtaca le Féinmharú (ASIST). Tá sí feiliúnach do gach cineál cúramóra - oibrithe sláinte, múinteoirí, oibrithe pobail, Gardaí, oibrithe don ógra, daoine a oibríonn go deonach, daoine a fhreagraíonn do theaghlach, do chairde agus do chomhoibrithe. Tá sí saor in aisce. Más mian leat difríocht a dhéanamh i do phobal, d'fhéadfadh sé gur mhian leat dul faoin oiliúint agus a fhoghlaim cén chaoi cabhrú le daoine. Is féidir eolas a fháil ar láithreán gréasáin na hOifige Náisiúnta um Fhéinmharú a Chosc.

SafeTALK: Clár oiliúna leathlae is ea SafeTALK 'suicide alertness for everyone', a ullmhaíonn na rannpháirtithe le sainaithint a dhéanamh ar dhaoine atá ag smaoineamh ar fhéinmharú agus le hiad a chur i dteagmháil le acmhainní garchabhrach féinmharaithe. Tugtar 'airdeall ar an bhféinmharú' ar na scileanna sin agus múintear iad ionas go mbainfidh an té atá ag dul faoin oiliúint úsáid astu le riosca féinmharaithe a laghdú ina bpobal. Foghlaimíonn na rannpháirtithe cén chaoi cabhair phraiticiúil a chur ar fáil do dhaoine atá ag smaoineamh ar an bhféinmhárú agus ní thógann sé ach roinnt uaireanta. Tar éis ceardlann SafeTALK a chur i gcrích, is fearr a bheidh tú in ann ról cabhrach tábhachtach a ghlacadh i leith duine atá ag smaoineamh ar an bhféinmhárú agus beidh tú toilteanach déanamh amhlaidh.

LÁITHREÁIN GHRÉASÁIN

Cuireann Barnardos comhairle agus achmhainní ar fáil ar **www.barnardos.ie/resources**, **www.barnardos.ie/teenhelp**

Cónaidhm ilghairmiúil **d'eagraíochtaí agus** de dhaoine aonair a bhíonn ag obair le leanaí agus daoine óga a fhágtar faoi bhrón is ea an Childhood Bereavement Network.**www.irishchildhoodbereavementnetwork.ie**

Is ann do Cruse Bereavement Care d'fhonn folláine daoine a fhágtar faoi bhrón a chur chun cinn agus chun cur ar a gcumas tuiscint a fháil ar an bhfáth a bhfuil brón orthu agus déileáil leis an mbrón sin. **www.crusebereavementcare.org.uk**

Tugann Foireann Sláinte agus Folláine na Seirbhíse um Fhorbairt Ghairmiúil do Mhúinteoirí **(SFGM)** tacaíocht do mhúinteoirí bunscoile agus iar-bhunscoile leis an gcorpoideachas, leis an oideachas sóisialta, pearsanta agus sláinte (OSPS), lena n-áirítear frithbhulaíocht, cosaint leanaí, meabhairshláinte agus folláine mheabhrach, leis an oideachas caidrimh agus gnéasachta (OCG) agus le réimsí eile a bhaineann leis an OSPS. I measc na dtacaíochtaí a chuirtear ar fáil do scoileanna tá oiliúint inseirbhíse do phríomhoidí, comhordaitheoirí, múinteoirí OSPS, grúpaí foirne uile; pleanáil cláir; forbairt beartais scoile; cuairteanna ar scoileanna.
www.pdst.ie. Tá Seirbhís Tacaíochta OSPS ina cuid d'Fhoireann Sláinte agus Folláine an SFGM anois.
Téigh go dtí **www.sphe.ie** le tuilleadh eolais a fháil agus le cúrsaí iar-bhunscoile OSPS a chur in áirithe.

Bunaíodh **An Oifig Náisiúnta um Fhéinmharú a Chosc** (ONFC) chun maoirseacht a dhéanamh ar fhorfheidhmiú 'Lámh Chuidithe: An Straitéis Náisiúnta um Fhéinmharú a Chosc' agus chun iarrachtaí chun féinmharú a chosc a chomhordú ar fud na tíre. Oibríonn an ONFC as lámha a chéile le **hOifigigh Coiscthe Féinmharaithe FSS**. Is féidir sonraí teagmhála na n-oifigeach coiscthe féinmharaithe a fháil ar láithreán gréasáin an ONFC **www.nosp.ie**

Is fóram é **Cumann na hÉireann um Eolaíocht an Fhéinmharaithe** (CÉEF) atá dírithe ar na daoine agus ar na grúpaí deonacha go léir a mbíonn baint acu le gné ar bith eolaíocht an fhéinmharaithe d'fhonn cur ar a gcumas eolas a fhaightear mar gheall ar dhearcthaí agus taithí éagsúil a chomhroinnt. **www.ias.ie**

F**oras Ospíse na hÉireann – www.hospicefoundation.ie**

Tacaíonn Lifelines leis na daoine ar fad ar chuir féindíobháil isteach orthu ar bhealach ar bith sa Riocht Aontaithe agus níos faide i gcéin. Tacaíonn sé leo siúd a dhéanann féindíobháil, agus lena gcuid gaolta agus cairde. **www.selfharm.org**

Cabhraíonn an **Winstonswish Foundation** le leanaí a fhágtar faoi bhrón agus lena dteaghlach. **www.winstonswish.org.uk**

Acmhainní agus tacaíocht dóibh siúd a chaithfidh déileáil le féinmharú, dúlagar nó suaitheadh mothúchánach, déagóirí agus daoine fásta óga go háirithe. **www.papyrus-uk.org**

Carthanas atá tiomanta do mheabhairshláinte gach linbh agus duine óig a fheabhsú. **www.youngminds.org.uk**

Láithreán gréasáin Éireannach ina gclúdaítear na gnéithe go léir a bhaineann le sláinte, slí mhaireachtála, cultúr agus craic. Is éard atá ann ná ionad eolais ar líne don óige, iris, clinic sláinte, eolaire teagmhála, fóram don óige ar na meáin, tionscnamh déanta beart, áit athbheochana pobail agus neart neart eile. **www.spunout.ie**

Láithreán atá dírithe ar shaincheisteanna a bhaineann le daoine óga in Éirinn sa lá atá inniu ann. **www.youth.ie**

Láithreán Astrálach a chabhraíonn le daoine óga nuair a bhíonn an saol ag dul deacair orthu. **www.reachout.com.au**

Tá sé mar aidhm ag **Meabhairshláinte Éireann** meabhairshláinte dhearfach a chur chun cinn agus tacaíocht ghníomhach a thabhairt do dhaoine a bhfuil meabhairghalar orthu, dá dteaghlaigh agus dá gcúramóirí ach a riachtanais a aithint agus gníomhú ar son a gceart. Tá eolas ar fáil san iris ghréasáin, a chuireann saincheisteanna déagóra chun cinn agus ar chruthaigh daoine óga do dhaoine óga í, ar shláinte fhisiceach agus meabhairshláinte, ceisteanna coitianta, comórtais, greann agus magadh, agus scéalta. **www.mentalhelathireland.ie**

Eolas agus tacaíocht gan bhreithiúnas. **www.gayswitchboard.ie**

LÍNTE CABHRACH

Cuir i gcuimhne do dhaltaí gur féidir leo glao a chur ar na huimhreacha seo a leanas am ar bith sa lá nó san oíche má theastaíonn uathu labhairt le duine:

Childline:	1800 666 666 (saorghlao)
Na Samáraigh:	1850 60 90 90 (íosghlao)