GNÉ

04

Cé dó a bhfuil sé agus cé leis a ndéantar é?

NYCI National Youth Council of Ireland

GNÉ

04

Cé dó a bhfuil sé agus cé leis a ndéantar é?

I nGné 4, tugtar eolas do na rannpháirtithe faoi bheith ag obair le daoine óga.



Torthaí Foghlama

Maidir leis na rannpháirtithe:

- Beidh siad ar an eolas faoi na príomhathruithe ar fhorbairt san ógántacht agus sa luath-aosacht.
- Beidh siad ar an eolas faoin tábhacht ríthábhachtach a bhaineann le caidreamh a chothú le daoine óga trí phróiseas na hoibre óige.
- Beidh tuiscint acu ar ról an oibrí dheonaigh i gcaidreamh a chothú le tuismitheoirí/ caomhnóirí
- Beidh siad ar an eolas faoin tábhacht a bhaineann le teorainneacha cuí i gcaidreamh idir oibrithe deonacha agus daoine óga.

Bileog Eolais 4.1

An Ógántacht agus Luath-Aosacht mar Chéimeanna Tábhachtacha Saoil

Tréimhsí aistrithe i saol daoine óga is ea an ógántacht (10 - 19 mbliana d'aois) agus luath-aosacht (20 - 24 bliain d'aois) agus iad ag bogadh i dtreo níos mó neamhspleáchais, lena n-áirítear ag aibiú ó leanbh go duine fásta, ag dul chun cinn ón mbunscoil go dtí an iar-bhunscoil agus an t-ardoideachas/oiliúint, ag bogadh ón oideachas isteach sa lucht saothair, ag tosú caidreamh rómánsúil agus bheith ina saoránaigh fhreagracha ghníomhacha. Le linn na tréimhse sin, téann daoine óga trí aibiú suntasach bitheolaíoch, síceolaíoch agus sóisialta, rud a mbíonn tionchar aige ar a bhféiniúlacht agus ar a gcaidreamh le piaraí, le baill den teaghlach agus leis an bpobal i gcoitinne.

Is iad seo a leanas roinnt athruithe tábhachtacha:

Caithreachas agus Gnéasacht Ógánach

Is é caithreachas, arb é an t-aistriú bitheolaíoch go dtí aibíocht choirp é, tús na hógántachta. Téann ógánaigh trí chaithreachas ag aoiseanna éagsúla, agus sroicheann cailíní aibíocht ghnéasach níos luaithe ná buachaillí den chuid is mó. Is mó seans go mbeidh tionchar diúltach ag forbairt choirp a tharlaíonn níos luaithe nó níos déanaí ná mar is inmhianaithe ar fhéinmheas agus ar íomhá coirp duine óig.

Forbairt Chognaíoch
(An próiseas fáis agus athraithe i gcumais intleachtúla/ mheabhracha amhail smaointeoireacht, réasúnaíocht agus tuiscint)

Tarlaíonn forbairt thapa inchinne leis an gcaithreachas a mbíonn tionchar aici ar chumais chognaíocha agus suimeanna daoine óga. Le linn na hógántachta, tosaíonn smaointeoireacht daoine óga ag forbairt chun go mbeidh siad ábalta coincheapa teibí (fadhbanna a réiteach, pleananna a dhéanamh agus spriocanna a shocrú) a thuiscint ar bhealach níos fearr. Mar sin féin, bíonn claonadh ag ógánaigh freisin patrúin

smaointeoireachta idéalaíocha féinlárnacha (leithleacha) agus soineanta a bheith acu, áibhéil a dhéanamh faoi fhreagairtí daoine eile dá a n-iompraíocht agus a gcinntí a bhunú ar thuairimí neamhréadúla faoina dtodhchaí.

Caidreamh Sóisialta (m.sh. caidreamh le cairde, le baill den teaghlach, le comharsana, le daoine le húdarás)

Tugtar tús áite don chaidreamh idir phiaraí, agus cé go bhfuil tábhacht fós leis an gcaidreamh le tuismitheoirí, d'fhéadfadh easaontú teacht chun cinn sa chaidreamh idir an tuismitheoir agus an leanbh. Chomh maith leis sin, bíonn caidreamh dearfach le daoine fásta eile ón bpobal ina thoisc chosanta thábhachtach d'fhorbairt ógánach.

Méadú ar Dhul san Fhiontar

Tá méadú ar ríogacht (an claonadh gníomhú gan smaoineamh) agus dul san fhiontar ina ghné de chuid na hógánachta , rud a bhféadfadh drochthorthaí amhail mí-úsáid substaintí agus iompar frithshóisialta a bheith mar thoradh air. D'fhéadfadh tionchar a bheith ag pearsantacht, forbairtí bhealaí na hinchinne, chomh maith leis an bhfonn dul i gcion ar phiaraí ar an ríogacht sin.

Féiniúlacht agus Féin-choincheap (Cé mé féin agus cad é atá ionam – an íomhá atá againn dínn féin)

Is tréimhse í an ógántacht ina dtosaíonn daoine ag forbairt tuisceana ar cé hiad féin agus ar an gceangal atá acu lena bpobal agus leis an tsochaí i gcoitinne. Tá cur síos déanta air mar thréimhse géarchéime féiniúlachta i gcomparáid le mearbhall róil. Sa luathógántacht (10-14 bliana d'aois), féachann daoine óga le smaointe, mothúcháin agus prionsabail a fhorbairt nach féidir iad a bhlaiseadh go díreach ach ar fhéiniúlacht fhíor fhiúntach ghrúpabhunaithe iad le piaraí mar sin féin, agus sa lár-ógántacht (15-18 mbliana d'aois), tosaíonn daoine óga ag fáil amach a luachanna pearsanta agus a bhféiniúlacht aonair. Sa luath-aosacht (20-24

bliain d'aois), aistríonn daoine óga go dtí aosacht neamhspleách agus comhtháthaíonn siad róil shóisialta éagsúla i bhféiniúlacht chomhtháite. D'fhéadfadh níos mó deacrachtaí a bheith ag daoine óga ó ghrúpaí de bhunadh mionlaigh eitnigh maidir le féiniúlacht dhearfach a chruthú mar gheall ar roinnt coimhlintí idir cultúir phríomhshrutha agus cultúir mhionlaigh.

Forbairt Moráltachta agus Luachanna (Conas a smaoiníonn daoine ar cad atá ceart agus cad atá mícheart)

Forbraíonn réasúnaíocht mhorálta agus an cumas breathnú ar chásanna ó dhearcadh daoine eile le linn na hógántachta freisin. Tá sé tábhachtach go dtacófaí le forbairt na réasúnaíochta morálta, ós rud é go bhfuil baint dhearfach aici le hiompar prósóisialta agus go bhfuil baint dhiúltach aici le hiompar frithshóisialta. Tá baint ag réasúnaíocht mhorálta fheabhsaithe leis an deis saincheisteanna morálta a phlé le daoine fásta.

Achoimre

Tarlaíonn athruithe ar an dóigh a smaoiníonn daoine óga, an dóigh a n-iompraíonn siad iad féin agus an dóigh a mothaíonn siad fúthu féin, faoi dhaoine eile agus faoin domhan mór leis an gcaithreachas agus na hathruithe fisiciúla a tharlaíonn le linn na hógántachta. Fágann sé sin gur tréimhse thráthúil í an ógántacht chun scileanna sóisialta, cognaíocha agus mothúchánacha a neartú agus iompraíochtaí sláintiúla a chothú a mbeidh tionchar dearfach fadtéarmach acu ar shaol daoine óga suas go dtí an aosacht.

(Oiriúnaithe ó Réamhrá maidir le Cur Chun Cinn na Meabhairshláinte, Aonad 1, Ollscoil na Gaillimhe).

Bileog Eolais 4.2
Céimeanna i bhForbairt Ógánach

	LUATH 10-15 BLIANA D'AOIS	LÁR 14-17 MBLIANA D'AOIS	DÉANACH 16-19 MBLIANA D'AOIS
Fáis an choirp	• Feictear tréithe gnéis tánaisteacha • Sroicheann fás tapa buaicphointe	• Tagann tréithe gnéis tánaisteacha chun tosaigh • Moillíonn an fás • Beidh thart ar 95% d'fhás duine fásta bainte amach aige/aici	• Aibithe go fisiceach
Fás na hinchinne (an choirtéis réamhthosaigh)		• Fásann an inchinn • Tionchar ar scileanna sóisialta agus réitigh fadhbanna	
Cognaíocht (an cumas eolas a fháil trí smaoineamh ar bhealaí éagsúla)	• Úsáideann sé/sí smaointeoireacht choincréiteach ('anois díreach') • Ní thuigeann sé/sí conas a bheidh toradh ar ghníomh reatha amach anseo	• Is féidir leis an smaointeoireacht a bheith níos teibí (teoiriciúil) ach téann sí ar ais go smaointeoireacht choincréiteach faoi strus • Tá tuiscint níos fearr aige/aici ar thorthaí a g(h)níomhartha féin • Thar a bheith féinghafa	• Tá an chuid is mó den smaointeoireacht teibí anois • Déanann sé/sí pleananna don todhchaí • Tuigeann sé/sí an tionchar a bhíonn ag roghanna agus cinntí a ndéantar anois ar an todhchaí
Síceolaíoch agus sóisialta	• Caitheann sé/sí am ag smaoineamh ar fhás tapa coirp agus ar íomhá coirp (conas a bhreathnaíonn daoine eile orthu) • Athruithe rialta ar ghiúmar	• Cruthaíonn sé/sí a (h)íomhá coirp • Bíonn sé/sí ag smaoineamh go mór ar bhrionglóidí neamhphraiticiúla nó dodhéanta • Mothaíonn sé/sí an-chumhachtach • Baineann sé/sí triail as rudaí amhail gnéas, drugaí, cairde, rioscaí	• Pleanálann agus leanann sé/sí spriocanna fadtéarmacha • Bíonn sé/sí ar a s(h)uaimhneas lena (h)íomhá coirp féin de ghnáth • Tuigeann sé/sí an ceart ón mícheart (go morálta agus go heiticiúil)
Teaghlach	• Bíonn sé/sí ag streachailt le rialacha faoi neamhspleáchas/ spleáchas • Bíonn sé/sí ag argóint agus bíonn sé/sí easumhal	• Bíonn sé/sí ag argóint le daoine a bhfuil údarás acu	• Aistríonn sé/sí ó chaidreamh idir leanbh agus tuismitheoir/ caomhnóir go caidreamh níos cothroime idir beirt dhuine fhásta
Piarghrúpa	• Tábhachtach dá bhforbairt • Dianchairdeas leis an inscne chéanna • Teagmháil le daoine den inscne eile i ngrúpaí	• Cairdeas láidir le piaraí • Is é an piarghrúpa an rud is tábhachtaí agus is é a shocraíonn iompraíocht	• Níl an oiread sin tionchair ag piaraí ar chinntí/ luachanna anois i gcomparáid le cairdeas aonair • Rogha páirtí bunaithe ar rogha an duine aonair seachas cad a cheapann daoine eile
Gnéasacht	• Féin-iniúchadh agus meastóireacht	• Cruthaíonn sé/sí caidrimh sheasmhacha	• Caidreamh collaí de chomhthoil agus cothrom

Bileog eolais
(ar lean)



Acmhainn
Úsáideach

https://generationeurope.org/wp-content/uploads/2023/02/Booklet-3-Sharing-4-Caring.pdf

Bileog Eolais 4.3

Forbairt inchinne luathdhéagóirí agus déagóirí: Na Bunrudaí.

Tagann borradh ollmhór fáis ar inchinn leanaí nuair a bhíonn siad an-óg. Faoin am a mbíonn siad 6 bliana d'aois, bíonn a n-inchinn thart ar 90-95% de mhéid inchinne daoine fásta cheana féin. Tá na luathbhlianta ina dtréimhse ríthábhachtach d'fhorbairt na hinchinne, ach teastaíonn go leor athmhúnlaithe ón inchinn fós sula bhféadfaidh sí feidhmiú mar inchinn duine fhásta. Tarlaíonn an t-athmhúnlú inchinne sin go dian le linn na hógántachta, agus leanann sé sin ar aghaidh go dtí go mbíonn an duine óg i lár na 20idí. Braitheann athrú na hinchinne ar aois, taithí agus athruithe hormónacha le linn caithreachais.

Taobh Istigh d'Inchinn Luathdhéagóirí agus Déagóirí

Is é an príomhathrú go ndéantar naisc neamhúsáidte i smaointeoireacht agus próiseáil inchinn an linbh (ar a dtugtar an t-ábhar liath) a 'ghearradh' ar shiúl. Ag an am céanna, neartaítear naisc eile san inchinn (an t-ábhar bán). Is é sin bealach na hinchinne chun bheith níos éifeachtaí, bunaithe ar an bprionsabal 'bain úsáid as nó caill é'.

Tosaíonn an próiseas gearrtha seo i gcúl na hinchinne. Is é cuid tosaigh na hinchinne, an choirtéis réamhthosaigh, an chuid is deireanaí ar a ndéantar athmhúnlú. Is í an choirtéis réamhthosaigh an chuid den inchinn ina ndéantar cinntí. Tá sí freagrach as cumas duine óig pleanáil agus smaoineamh ar iarmhairtí gníomhaíochtaí, fadhbanna a réiteach agus spadhair a rialú. Leanann athruithe ar an gcuid sin den inchinn ar aghaidh go dtí an luath-aosacht.

Mar go bhfuil an choirtéis réamhthosaigh fós ag forbairt, d'fhéadfadh luathdhéagóirí agus

déagóirí brath ar chuid den inchinn ar a dtugtar an t-amagdala chun cinntí a dhéanamh agus fadhbanna a réiteach níos mó ná mar a dhéanann daoine fásta. Tá baint ag an amagdala le mothúcháin, spadhair, iompar bagrach agus iompar instinneach.

Ar thug tú faoi deara go mbíonn cuma sách aibí ar smaointeoireacht agus ar iompraíocht duine óig uaireanta, ach ag amanna eile is cosúil go n-iompraíonn siad iad féin nó go smaoiníonn siad ar bhealaí neamhloighciúla, spadhrúla nó mothúchánacha? Míníonn forbairt ó chúl go tosach na hinchinne na hathruithe agus an bogadh sin. Tá an duine óg ag obair le hinchinn atá fós á forbairt.

Tacú le hInchinn Shláintiúil Luathdhéagóirí agus Déagóirí

Bíonn tionchar ag an meascán d'inchinn uathúil duine óig agus a t(h)impeallacht ar an dóigh a ngníomhaíonn, a smaoiníonn agus a mothaíonn siad. Mar shampla, d'fhéadfadh gníomhaíochtaí agus scileanna is ansa le duine óig a bheith 'cruashreangaithe' san inchinn.

Tá an Dóigh a gCaitheann Luathdhéagóirí agus Déagóirí a gcuid Ama Ríthábhachtach d'Fhorbairt na hinchinne

Mar sin, is fiú smaoineamh ar an réimse gníomhaíochtaí agus eispéireas a bhfuil suim ag daoine óga iontu – mar shampla, ceol, spórt, staidéar, teangacha, físchluichí. Cén tionchar atá acu sin ar an gcineál inchinne a bheidh ag daoine óga nuair a bheidh siad ina ndaoine fásta?

Straitéisí Iompraíochta Dearfaí le haghaidh Forbairt Inchinne Luathdhéagóirí agus Déagóirí

Agus inchinn duine óig ag forbairt, b'fhéidir go ndéanfadh siad an méid seo a leanas:

- gníomhaíochtaí ardriosca nó iompar contúirteach a roghnú.
- níos mó mothúchán agus mothúcháin níos láidre a chur in iúl.
- cinntí spadhrúla a dhéanamh.

Roinnt Leideanna chun Iompraíocht Dhearfach a Spreagadh agus Naisc Dhearfacha san Inchinn a Neartú

- Tacaigh le daoine óga le bealaí nua a aimsiú lena gcuid mothúchán a chur in iúl agus a bhainistiú, go háirithe má tá mothúcháin nua nó láidre acu. Ceapann luathdhéagóirí agus déagóirí go bhfuil spórt a imirt nó a choimhéad, nó ceol, scríobh agus foirmeacha ealaíne eile ina mbealaí maithe.
- Tacaigh le cinnteoireacht daoine óga. Labhair faoi roghanna féideartha agus a n-iarmhairtí. Spreag iad chun iarmhairtí nó luach saothair dearfach a mheas i gcoinne cinn dhiúltacha.
- Cuir teorainneacha ar fáil, chomh maith le deiseanna chun na teorainneacha sin a chaibidliú (amhail nuair atá conarthaí grúpa á bhforbairt). Teastaíonn treoir agus socruithe teorainneacha ó dhaoine óga óna dtuismitheoirí agus ó dhaoine fásta suntasacha ina saol.
- Tabhair moladh agus luach saothair go minic as iompraíocht dhearfach. Neartaíonn sé sin conairí in inchinn an duine óig.
- Bí i do rólchuspa dearfach. Taispeánfaidh d'iompraíocht do dhaoine óga an iompraíocht atá tábhachtach i do chlub/ghrúpa.
- Nuair a bhítear oscailte agus cairdiúil, is féidir cuidiú le daoine óga a mbealach a dhéanamh tríd an gcéim sin ina saol.

Straitéisí Smaointeoireachta le haghaidh Forbairt Inchinne Luathdhéagóirí agus Déagóirí

Ciallaíonn fás agus forbairt na hinchinne le linn na mblianta sin go dtosóidh daoine óga ag déanamh na nithe seo a leanas:

- smaoineamh ar bhealach níos loighciúla
- smaoineamh ar rudaí ar bhealach níos teibí agus a thuiscint nach mbíonn saincheisteanna simplí i gcónaí
- leideanna mothúchánacha daoine eile a aithint níos mó

- fadhbanna casta a réiteach ar bhealach loighciúil, agus fadhbanna a fheiceáil ó dhearcthaí éagsúla
- iarmhairtí fadtéarmacha a roghanna agus a ngníomhaíochtaí a thuiscint.

Is féidir leat **tacú le forbairt smaointeoireachta daoine óga** leis na straitéisí seo a leanas:

- Spreag comhbhá. Labhair faoi mhothúcháin – do chuid féin, mothúcháin an duine óig agus mothúcháin daoine eile. Cuir i dtábhacht go mbíonn go leor dearcthaí agus cúinsí éagsúla ag daoine. Cuir i bhfios go láidir gur féidir le gníomhaíocht amháin tionchar a imirt ar go leor daoine.
- Cuir béim ar iarmhairtí láithreacha agus fadtéarmacha gníomhaíochtaí. Tá an chuid den inchinn atá freagrach as smaointeoireacht sa todhchaí (an choirtéis réamhthosaigh) fós ag forbairt. Má labhraíonn tú faoin dóigh a mbíonn tionchar ag gníomhaíochtaí duine óig ar an am i láthair agus an todhchaí, is féidir leat cuidiú le forbairt shláintiúil a gcoirtéise réamhthosaigh.
- Déan iarracht do leibhéal teanga a mheaitseáil le leibhéal tuisceana an duine óig. Chun eolas tábhachtach a fháil, is féidir leat a sheiceáil ar thuig an duine óg trína iarraidh orthu a insint duit ina bhfocail féin cad a chuala siad.
- Cuidigh leis an duine óg scileanna cinnteoireachta agus réitigh fadhbanna a fhorbairt. D'fhéadfadh ceannairí agus daoine óga oibriú le chéile trí phróiseas a bhaineann le fadhbanna a shainiú, roghanna a liostáil, agus torthaí a mheas a mbeidh gach duine sásta leo. Tá sé tábhachtach freisin na scileanna sin a rólmhúnlú.

(Oiriúnaithe ó raisingchildren.net.au)

Bileog Eolais 4.4

Ról an Oibrí Dheonaigh i gCaidreamh a Chothú le Daoine Óga

Is duine aonair gach duine óg a bhfuil a c(h)umas uathúil féin aige/aici. Is féidir le hobair óige cuidiú le duine óg a c(h)áilíochtaí, a t(h)allann agus a s(h)uimeanna uathúla a fháil amach. I measc na gceisteanna a chuideoidh le hoibrithe deonacha níos mó a fhoghlaim faoi na daoine óga tá rudaí amhail:

- Cad atá ar eolas agat faoi shuimeanna agus faoi bhuanna na ndaoine óga a bhfuil tú ag obair leo?
- Conas is féidir leat tuilleadh eolais a fháil faoi shuimeanna agus faoi bhuanna daoine óga?

Aithne a Chur ar na Daoine Óga

Tá sé an-tábhachtach go gcaithfidh ceannairí am ag cur aithne ar na daoine óga ina ngrúpaí. Agus aithne á cur ag daoine óga ar na ceannairí, méadaíonn a leibhéal muiníne. Seo roinnt bealaí chun caidreamh a chothú:

- Glac páirt i gcluichí agus i ngníomhaíochtaí le daoine óga – nuair is iomchuí
- Socraigh deiseanna le comhrá a dhéanamh
- Oibrigh leis na daoine óga i ngrúpaí beaga
- Spreag na daoine óga atá leis an gclub/ngrúpa ar feadh tréimhse níos faide chun gníomhú mar mheantóirí do bhaill nua.

Bileog Eolais 4.5

Teorainneacha sa Chaidreamh le Daoine Óga

Chun caidreamh sábháilte agus cuí a chothú idir ceannairí fásta agus daoine óga, ní mór d'oibrithe deonacha a ról a iniúchadh agus machnamh a dhéanamh ar na teorainneacha lena ndéantar idirdhealú idir a bheith 'cairdiúil' seachas a bheith i do 'chara'.

Tá sé riachtanach go nglacfaidh gach oibrí deonach páirt in oiliúint maidir le cumhdach agus cosaint leanaí, inar cheart ionchur a chuimsiú maidir le teorainneacha cuí idir ceannairí agus daoine óga agus úsáid a bhaint as

Áirítear ar chumhdach tábhachtach:

Cód Iompair.

- Ba chóir teorainneacha idir ceannairí agus daoine óga a iniúchadh agus a shoiléiriú do chách
- Cumarsáid a dhéanamh le daoine óga trí ghuthán club/grúpa nó na meáin shóisialta, agus ní trí chuntais phearsanta
- Ba chóir iompar an suíomh óige agus uaidh a bhainistiú go sábháilte
- Beirt cheannairí fásta ar a laghad i láthair i gcónaí agus cóimheasa cuí do gach grúpa.

Bileog Eolais 4.6

Caidreamh a Chothú le Tuismitheoirí/Caomhnóirí

Ba chóir go dtosódh an próiseas cumarsáide le tuismitheoirí/caomhnóirí ag tús thuras an duine óig leis an gclub/ngrúpa óige agus is féidir tógáil air de réir mar a rachaidh an duine óg sin ar aghaidh, más cuí. Nuair a ghlacann duine óg páirt i ngrúpa, ba chóir go gcuirfí a t(h)uismitheoirí/c(h)aomhnóirí ar an eolas faoin dóigh a n-oibríonn an grúpa agus conas agus cad is féidir leo a bheith ag súil leis i dtéarmaí cumarsáide ón ngrúpa i ndáil lena leanbh agus le gníomhaíochtaí an ghrúpa. Ba chóir go gcuirfí ar an eolas iad freisin faoi na beartais agus na nósanna imeachta atá i bhfeidhm sa ghrúpa (m.sh. beartas frithbhulaíochta, na meáin shóisialta, nósanna imeachta chun déileáil le hiompraíocht shuaiteach/dhúshlánach) chomh maith le beartas agus nósanna imeachta na heagraíochta/an ghrúpa i ndáil le cumhdach agus cosaint leanaí.

D'fhéadfadh na leideanna seo a leanas a bheith úsáideach:

- Ba chóir go mbeadh gach duine ar an eolas faoin muinín a chuireann tuismitheoirí/caomhnóirí iontu
- Cinntigh go bhfuil tuismitheoirí/caomhnóirí ar an eolas faoi bheartais agus nósanna imeachta na heagraíochta/an ghrúpa, go háirithe maidir le cumhdach agus cosaint leanaí (lena n-áirítear an Ráiteas um Chosaint Leanaí)
- Cinntigh go mbeidh deiseanna ag tuismitheoirí/caomhnóirí aon sonraí ábhartha nó tábhachtacha faoina leanbh a roinnt m.sh. sláinte, roghanna, riachtanais bhreise, cúinsí teaghlaigh, srl.
- Cinntigh go gcuirtear aon doiciméid ábhartha ar fáil do thuismitheoirí/chaomhnóirí, lena n-áirítear foirmeacha toilithe, sonraí faoi thurais, srl.

- Bain úsáid as deiseanna ar líne agus as líne chun éachtaí an chlub/an ghrúpa/an tionscadail a chur ar taispeáint
- Cuir tuismitheoirí/caomhnóirí ar an eolas faoi aon timpistí nó teagmhais agus conas a tharla siad
- Féach le haon saincheisteanna nó ábhair imní a d'fhéadfadh a bheith ag tuismitheoirí/caomhnóirí a réiteach de réir mar a thiocfaidh siad chun cinn
- Má thagann saincheist dheacair nó míthuiscint chun cinn le tuismitheoir/caomhnóir, féach ar nós imeachta gearán na heagraíochta.

(Oiriúnaithe ón gCód Eitice agus Dea-Chleachtas: Cumann Gasóg na hÉireann)

CLEACHTADH

4A

Cleachtadh

Caidreamh Dearfach Iontaofa a Chothú le Daoine Óga

Aidhm an Chleachtaidh

Cuidiú leis na rannpháirtithe iniúchadh a dhéanamh ar bhealaí inar féidir leo caidreamh dearfach agus iontaofa a chothú le daoine óga agus aon bhacainní a d'fhéadfadh a bheith rompu a shainaithint.

Treoracha

Agus iad ag obair i ngrúpaí beaga, iarrann an t-oiliúnóir ar na rannpháirtithe smaoineamh ar an gcaidreamh a bheidh acu leis na daoine óga a mbeidh siad ag obair leo. Iarr ar na rannpháirtithe plé a dhéanamh ar an méid seo a leanas:

- Cad iad na tréithe a bhaineann le caidreamh dearfach agus iontaofa?
- Conas is féidir leo aghaidh a thabhairt ar aithne a chur ar na daoine óga – cad atá oiriúnach agus cad nach bhfuil?
- Conas a chuirfidh na daoine óga aithne orthu – cad atá oiriúnach agus cad nach bhfuil?
- Cad a d'fhéadfadh cuidiú leis an bpróiseas sin agus cad a d'fhéadfadh bac a chur air maidir le caidreamh a chothú le daoine óga ina gcomhthéacs/timpeallacht ar leith?

Treoracha (ar lean)

Éascaíonn an t-oiliúnóir aiseolas agus plé, ag féachaint ar na bileoga eolais ábhartha:

- Bileog Eolais 4.1 Ógántacht agus Luath-Aosacht mar Chéimeanna Tábhachtacha Saoil
- Bileog Eolais 4.2 Céimeanna i bhForbairt Ógánach
- Bileog Eolais 4.3 Ról an Oibrí Dheonaigh i gCaidreamh a Chothú le Daoine Óga
- Bileog Eolais 4.4 Teorainneacha sa Chaidreamh le Daoine Óga

Ba chóir don oiliúnóir tagairt a dhéanamh freisin d'aon phointí ábhartha i gCód Iompair na heagraíochta agus d'aon doiciméid/bheartais ábhartha eile.

CLEACHTADH
4B

Cleachtadh

Iniúchadh a Dhéanamh ar Inchinn Ógánach

Aidhm an Chleachtaidh

Cuidiú leis na rannpháirtithe machnamh a dhéanamh ar na bealaí ina bhfuil inchinn an ógánaigh ag forbairt agus ar an tionchar atá aige sin.

Treoracha

Cuireann an t-oiliúnóir trí leathanach i gcoirnéil éagsúla den seomra oiliúna:

- ceann leis an gceannteideal AONTAÍM
- ceann leis an gceannteideal EASAONTAÍM agus
- ceann leis an gceannteideal NÍL A FHIOS AGAM.

Insíonn an t-oiliúnóir do na rannpháirtithe go léifidh siad roinnt ráiteas amach faoi dhaoine óga agus forbairt na hinchinne agus iarrann sé/sí orthu ansin dul go dtí an coirnéal ábhartha den seomra ag brath ar cad a cheapann siad faoin ráiteas, .i.e. an aontaíonn siad leis, an easaontaíonn siad leis nó nach bhfuil a fhios acu faoi.

I ndiaidh gach ráitis, agus nuair a bheidh a bhfreagra roghnaithe ag na rannpháirtithe, éascaíonn an t-oiliúnóir plé maidir lena gcuid smaointe ar an ráiteas lena mbaineann.

Má tá an cleachtadh seo á dhéanamh agat ar líne, is féidir leat ordóg suas nó síos a úsáid le haghaidh aontú nó easaontú.

Nóta: Tá roinnt eolas fíorasach breise i ngach ráiteas ar féidir leis an oiliúnóir leas a bhaint as mar chuid den phlé.

Tá an rogha ag na rannpháirtithe freisin a seasamh a athrú le linn an phlé freisin, más mian leo.

Ráiteas 1. Tá inchinn an duine fásta go hiomlán faoi 6 bliana d'aois.

Bíonn 95% d'inchinn an duine fásta faoi 6 bliana d'aois. Is é an pointe criticiúil anseo go mbíonn an inchinn fós ag forbairt go dtí tús na 20idí. D'fhéadfadh sé a bheith úsáideach plé a dhéanamh ar an tionchar atá aige sin i dtimpeallacht an chlub. Is iad na príomhphointí nach féidir linn ionchais daoine fásta a bheith againn ó dhéagóirí nuair nach bhfuil na codanna tábhachtacha sin den inchinn forbartha go fóill. Tá sé tábhachtach a thabhairt chun suntais go bhfuil ról ríthábhachtach ag an gceannaire maidir leis sin nuair a thuigimid go bhfuil cuidiú de dhíth ar an déagóir le scileanna nach bhfuil aige/aici cheana féin.

Ráiteas 2. Téann déagóirí san fhiontar mar gheall ar na daoine a mbíonn siad ag crochadh thart leo.

Tá go leor cúinsí le plé anseo gur féidir leis an bpiarghrúpa a mbíonn daoine óga páirteach ann tionchar a imirt orthu maidir le dul san fhiontar ACH go bhfuil an cathú dul san fhiontar fréamhaithe san inchinn cheana féin ag an gcéim sin den fhorbairt agus nach é an t-aon chúis é. D'fhéadfaí an píosa sin a fhorbairt tuilleadh agus iompraíocht dhúshlánach á plé agus tacú le rannpháirtithe a thuiscint nach bhfuil roinnt iompraíochtaí mar thoradh ar mhailís, ach seachas sin go mbíonn fíormhianta spadhrúla ag an ógánach a dtéann sé/sí san fhiontar san ógántacht mar thoradh orthu.

Ráiteas 3. Tá sé ríthábhachtach go mbainfí triail as rudaí san ógántacht óir ní fhoghlaimeoidh tú an scil sin choíche.

Déantar gearradh ar chodanna den inchinn le linn na hógántachta agus beidh tionchar aige sin ar chodanna den inchinn nach bhfuil á húsáid. Chun na críche sin, is céim "úsáid é nó caill é" é.

Treoracha (ar lean)

Mar sin, tá sé ríthábhachtach go mbainfí triail as rudaí nua le linn na céime sin den saol, amhail uirlis cheoil a sheinm, spórt a imirt, teanga a fhoghlaim, srl. Tá seans beagnach 50% ann go leanfar le gníomhaíocht/scil/tasc má thosaítear iad le linn na hógánachta. D'fhéadfadh sé a bheith úsáideach ceist a chur ar na rannpháirtithe cad chuige a bhfuil sé úsáideach é sin a bheith ar eolas acu. Is féidir é a cheangal ar ais leis an bhfealsúnacht maidir le bheith níos diongbháilte agus níos mó a thriail.

Ráiteas 4. Bíonn daoine óga thar a bheith taghdach.

Is fearr is féidir é sin a thuiscint trí phlé a dhéanamh ar go bhfuil níos mó codlata ag teastáil ó dhaoine óga. Mar gheall air sin, mar aon leis an méadú ar hormóin, agus mar gheall go bhfuil athmhúnlú 10 mbliana á dhéanamh ar a n-inchinn, bíonn sé níos deacra dul a chodladh agus ansin níos deacra múscailt ansin. Ciallaíonn sé sin go bhfuil go leor athruithe ag tarlú ag an am céanna. Dá bharr sin, bíonn sé níos deacra do dhaoine óga a gcuid mothúchán a rialú agus a smachtú, mar níl na scileanna go léir acu fós chun déanamh amhlaidh. Arís, is é an pointe is tábhachtaí anseo an tábhacht a bhaineann le gan ionchais daoine fásta a bheith agat ó dhaoine óga agus iarracht a dhéanamh cuimhneamh ar na píosaí tábhachtacha eolais sin agus muid ag iarraidh daoine óga a threorú, cuidiú leo agus meantóireacht a dhéanamh orthu.

Conclúid

TÁ LUASAIRE DEA-FHORBARTHA AG DÉAGÓIRÍ ACH NÍL ACU ACH COSCÁN ATÁ FORBARTHA GO PÁIRTEACH!

(Cleachtadh arna sholáthar ag Edel Mc Grath, Foróige)

Féadfaidh an t-oiliúnóir féachaint ar Bhileog Eolais 4.3: Forbairt inchinne luathdhéagóirí agus déagóirí. Na bunrudaí.

CLEACHTADH
4C

Cleachtadh

Teorainneacha sa Chaidreamh le Daoine Óga

Aidhm an Chleachtaidh

Cuidiú leis na rannpháirtithe teorainneacha sa chaidreamh le daoine óga a iniúchadh agus machnamh a dhéanamh ar na himpleachtaí a bhaineann le sárú na dteorainneacha sin (laistigh den Chód Iompair).

Treoracha

Agus iad ag obair i ngrúpaí beaga, soláthraíonn an t-oiliúnóir cóip den chás seo a leanas agus na ceisteanna a ghabhann leis do gach grúpa:

Cás:
Faigheann tú amach go bhfuil Pat, oibrí deonach eile, ag seoladh téacs chuig roinnt daoine óga ón gclub agus go bhfacthas é ag crochadh thart leo ag an deireadh seachtaine.

1. Céard é do fhreagra ar an gcás sin?
2. Cad iad na fadhbanna sa chás sin?
3. An bhfuil aon imní ort faoi seo?
4. Cad a dhéanfá mar fhreagairt don chás sin dá dtiocfá trasna air sa 'saol mar atá'?

Éascaíonn an t-oiliúnóir aiseolas agus plé, ag féachaint ar bheartas na heagraíochta (go háirithe an Cód Iompair) agus ba chóir dó/di a chinntiú go dtuigfidh na rannpháirtithe na saincheisteanna agus na hábhair imní sa chás

Treoracha (ar lean)

sin go soiléir, agus go dtuigfidh siad cad ba cheart dóibh a dhéanamh mar fhreagairt dó sin go soiléir freisin.

Is féidir leis an oiliúnóir leas a bhaint as Bileog Eolais 4.5 Teorainneacha sa chaidreamh le daoine óga.

Ba chóir na rannpháirtithe a spreagadh chun caidreamh a chothú le daoine óga, ach a chinntiú go ndéanfaidh siad amhlaidh ar bhealach dearfach iomchuí.

CLEACHTADH
4D

Cleachtadh

Caidreamh a Chothú le Tuismitheoirí/Caomhnóirí

Aidhm an Chleachtaidh

A chur ar chumas na rannpháirtithe an t-eolas riachtanach a theastaíonn ó thuismitheoirí/chaomhnóirí agus ón gclub/ngrúpa i ndáil leis an duine óg a iniúchadh.

Treoracha

Agus na rannpháirtithe ag obair i ngrúpaí beaga, iarrann an cóitseálaí orthu na ceisteanna seo a leanas a phlé:

- Cad a bhíonn tuismitheoir/caomhnóir ag súil leis ón gclub/ngrúpa agus ó na hoibrithe deonacha?
- Cén t-eolas a theastaíonn ón tuismitheoir/gcaomhnóir ón gclub?
- Cad iad na bealaí éagsúla agus na bealaí is fearr chun an t-eolas sin a roinnt?
- Cad é an t-eolas riachtanach, dar leat, a theastaíonn ó chlubanna/ghrúpaí i ndáil leis na daoine óga atá ag glacadh páirt iontu?
- Cad é an bealach is fearr chun an t-eolas sin a fháil?

Éascaíonn an cóitseálaí aiseolas agus plé. Leagann an t-oiliúnóir béim ar an tábhacht a bhaineann leis an méid seo a leanas:

Treoracha (ar lean)

- Foirmeacha ballraíochta (lena n-áirítear eolas faoi aon riachtanais bhreise/eolas leighis ábhartha, srl. i ndáil leis an duine óg)
- Foirmeacha toilithe
- Ráiteas maidir le Cumhdach Leanaí
- An Cód Iompair
- Beartas frithbhulaíochta
- Beartas um ghearáin
- Aon eolas/doiciméid ábhartha eile

D'fhéadfadh an t-oiliúnóir leas a bhaint as Bileog Eolais 4.6 Caidreamh a Chothú le Tuismitheoirí/ Caomhnóirí.



Acmhainn Úsáideach

Chun tuilleadh eolais a fháil téigh chuig:

Ag Obair go Sábháilte i gClub Óige - Comhairle Náisiúnta na nÓg