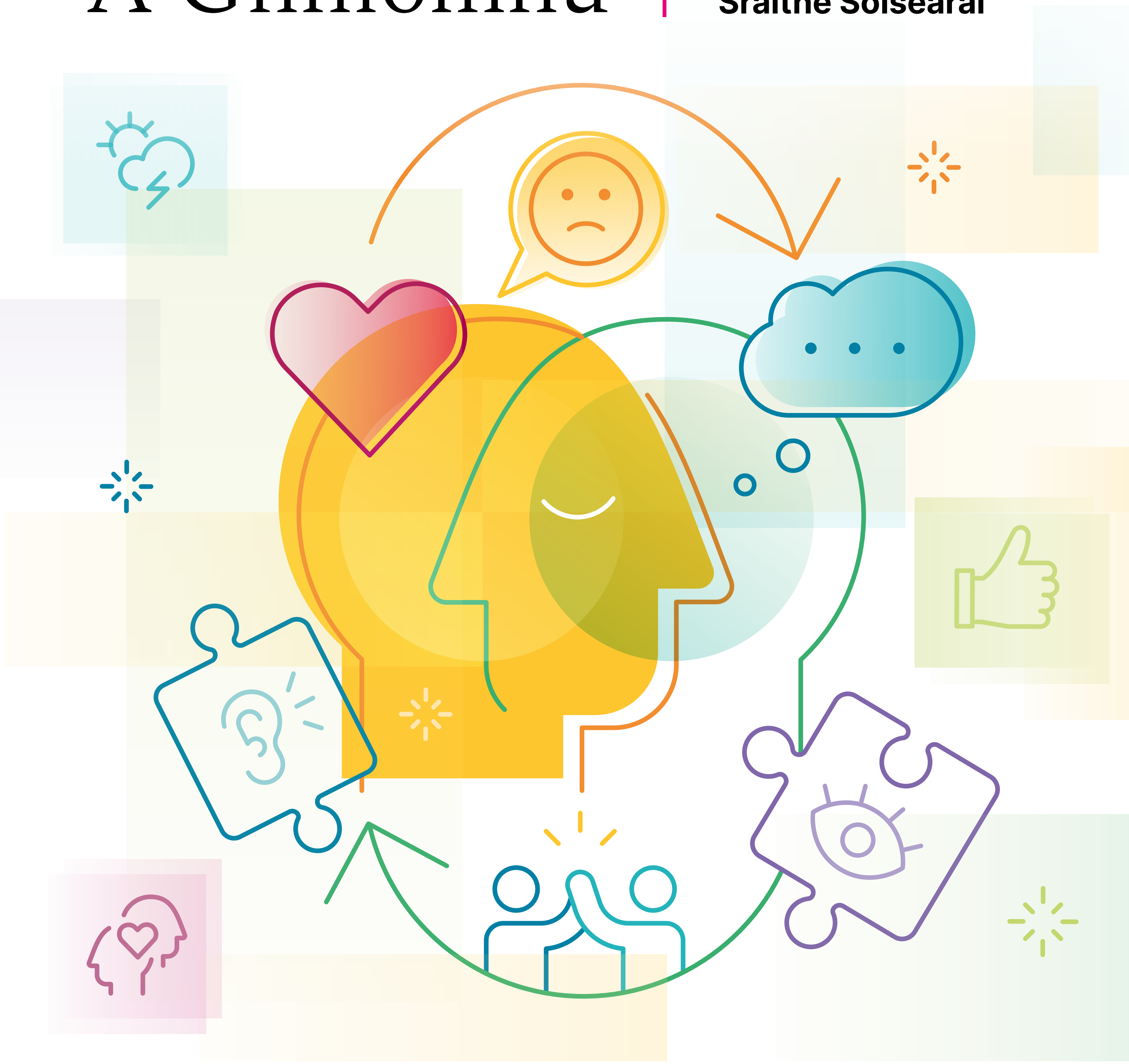
Ollscoil na Gaillimhe
University of Galway

unesco Chair

Comhbhá Shóisialta A Ghníomhú

Áis OSPS na **Sraithe Sóisearaí**



I gcomhpháirtíocht le foróige

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization · UNESCO Chair in Community, Leadership, and Youth Development, The Pennsylvania State University

Ollscoil na Gaillimhe
University of Galway

Taighdeoirí ó Lárionad Taighde Leanaí agus Teaghlaigh UNESCO agus ó Scoil an Oideachais in Ollscoil na Gaillimhe, i gcomhar le Foróige agus Ollscoil Stát Pennsylvania, a d'ullmhaigh na ceachtanna a bhaineann le Comhbhá Shóisialta a Ghníomhú (CSG).

Is acmhainn tacaíochta iad na ceachtanna seo do mhúinteoirí Oideachais Shóisialta, Phearsanta agus Sláinte (OSPS) a bhíonn ag obair le daltaí na sraithe sóisearaí i scoileanna iar-bhunoideachais. Tógann ábhar an chláir ar theoiric agus ar chleachtas i réimse na Foghlama Sóisialta agus Mothúchánaí agus tá sé mar bhonn agus mar thaca ag fianaise agus taighde ar fhorbairt comhbhá, freagrachta sóisialta agus iompair réamhshóisialta le linn na hógántachta.

Moltar an saothar a lua mar seo: Dolan, P., Silke, C., Davitt, E., Flynn, N. & Murray, C. (2023) *Activating Social Empathy: Junior Cycle Programme*. Galway: UNESCO Child and Family Research Centre, University of Galway. Adapted from the original Boylan & Dolan (2019) ASE Teacher Manual.

Cóipcheart © 2023 ag Ionad Taighde Leanaí agus Teaghlaigh UNESCO in Ollscoil na Gaillimhe agus Cathaoir UNESCO i bPobal, Ceannaireacht agus Forbairt Óige in Ollscoil Stáit Pennsylvania. Gach ceart ar cosaint.

Chun tuilleadh eolais a fháil, déan teagmháil le:
Ionad Taighde Leanaí agus Teaghlaigh UNESCO
An Institiúid Cúrsa Saoil agus Sochaí
Ollscoil na Gaillimhe

Teil: +353 (091) 495398

Rphost: empathy@universityofgalway.ie

Idirlíon: www.universityofgalway.ie/cfrc/

Clár an Ábhair

Intreoir don Chomhbhá	4
Treoirlínte don Éascaitheoireacht	6
Seisiún 1 – Comhbhá a Thuiscint	11
Seisiún 2 – Ag Forbairt Scileanna Comhbhá	20
Seisiún 3 – Ag Freagairt le Comhbhá	28
Seisiún 4 – Na Constaicí don Chomhbhá	43
Aguisín	52
Tagairtí	55

Intreoir don Chomhbhá

Réamhrá

Rinneadh na ceachtanna CSG seo a fhorbairt mar acmhainn phleanála chun tacú le teagasc agus foghlaim don OSPS sa tSraith Shóisearach. Cuideoidh an acmhainn seo le múinteoirí dul i ngleic le mórthorthaí foghlama a bhaineann le héisteacht le daoine eile, meas a léiriú ar dhaoine eile agus cumarsáid a dhéanamh le daoine eile, tábhacht na comhbhá a thuiscint, agus scileanna comhbhá a léiriú, go sonrach. Tá na seisiúin seo curtha in oiriúint go príomha do dhaltaí na chéad bhliana agus an dara bliain, agus tá siad ceaptha go straitéiseach chun scileanna comhbhá, atá mar bhonn agus mar thaca ag na trí ghné uileghabhálacha den OSPS, a chur chun cinn: Feasacht, Idirphlé, agus Machnamh agus Gníomh.

Cad is Comhbhá ann?

Is **inniúlacht shóisialta-mhothúchánach** bhunúsach í an chomhbhá atá bunaithe ar ár gcumas tuiscint a fháil ar a chéile agus freagairt dá chéile. Feidhmíonn sí ar leibhéal idirphearsanta inár bpobail agus ar leibhéal domhanda le daoine eile lasmuigh dár ngrúpaí náisiúnta, eitneacha agus cultúrtha féin. Ó thaobh na síceolaíochta de, creidtear go gcuimsíonn comhbhá **comhbhá cognaíoch** (smaointe, mothúcháin agus dearcthaí daoine eile a bhrath agus a thuiscint), agus **comhbhá mhothúchánach** (ag dul i bpáirt le daoine eile ina gcuid mothúchán). Is é an tríú heilimint den chomhbhá atá molta ná **gníomh comhbhách**; freagairt iompraíochta ghníomhach atá bunaithe ar chomhbhá atá dírithe ar chabhrú le duine eile (ar a dtugtar "iompar próshóisialta" go minic). Is é an sainmhíniú ar chomhbhá atá mar bhonn agus mar thaca leis an gclár seo ná ceann a chomhcheanglaíonn na trí ghné seo; comhbhá atá dinimiciúil agus gníomhach agus a bhaineann le héigeantas gnímh. Tugaimid **Comhbhá Shóisialta** air seo.

Cén Fáth ar cheart Comhbhá Shóisialta a Mhúineadh?

Tugann taighde síceolaíochta agus socheolaíochta le fios gur scil í an chomhbhá is féidir a fhoghlaim, agus a neartú le himeacht ama. Tá sé tábhachtach go ndéanfaí scileanna comhbhá a mhúineadh mar chuid den oideachas dara leibhéal, mar go bhfuil fianaise ann go bhfuil na déaga ríthábhachtach maidir le comhbhá a fhorbairt. Tá sé tábhachtach go bhfaigheadh ógánaigh tuiscint ar an gcomhbhá, mar go bhfuil dlúthbhaint ag an gcomhbhá le folláine daoine óga go sóisialta agus ó thaobh na mothúchán de. Cuidíonn comhbhá le daoine óga caidreamh maith a thosú agus a choinneáil lena bpiaraí; cothaíonn sí folláine ó thaobh na síceolaíochta de; agus spreagann sí iompar neamhleithleasach. I measc na mbuntáistí féideartha a bhaineann le hoideachas na comhbhá i scoileanna, tá: atmaisféar agus caidrimh níos dearfaí sa seomra ranga; níos lú saincheisteanna smachta; leibhéil laghdaithe bulaíochta; cultúr scoile níos dearfaí; agus feidhmíocht acadúil fheabhsaithe. Tá tábhacht ag baint le comhbhá shóisialta i measc daoine óga mar gheall ar a gcumas forbairt phearsanta agus shóisialta a fheabhsú ag leibhéal an duine aonair agus luachanna sóisialta níos leithne a chothú a chuireann ar chumas sochaithe rath a bheith orthu (féach an leabharliosta más mian leat tuilleadh a léamh faoin gcomhbhá).

Treoirlínte don Éascaitheoireacht

Forléargas

Is clár oideachais gearr idirghníomhach é Comhbhá *Shóisialta a Ghníomhú* (CSG), a úsáideann modheolaíochtaí gníomhacha foghlama chun scoláirí a spreagadh chun foghlaim faoin gcomhbhá, machnamh a dhéanamh ar an tábhacht atá léi, agus scileanna comhbhá a chleachtadh. Tá sé mar aidhm ag na ceachtanna seo cabhrú le scoláirí a bheith níos feasaí ar mhothúcháin agus ar an gcaoi a mbraitheann daoine eile, agus a bheith níos cumasaí ag léiriú agus ag cur comhbhá in iúl.

Tá an acmhainn seo curtha ar fáil chun tacú le teagasc agus foghlaim in OSPS na Sraithe Sóisearaí agus go príomha chun na torthaí foghlama seo a leanas a fhorbairt:

Ba chóir go mbeadh sé ar chumas an scoláire:

- **Toradh Foghlama 1.8:** Machnamh a dhéanamh ar bhrí agus ar thábhacht na comhbhá, agus na bealaí ar féidir comhbhá a chur in iúl a phlé.
- **Toradh Foghlama 1.7:** cumarsáid a dhéanamh ar bhealach measúil éifeachtach agus éisteacht go hoscailte agus go tuisceanach le tuairimí/mothúcháin daoine eile.
- **Toradh Foghlama 1.6:** plé a dhéanamh ar eispéiris/chásanna claontachta, éagothroime nó eisiaimh agus bealaí a cheapadh chun timpeallachtaí níos ionchuimsithí a chruthú go gníomhach.
- **Toradh Foghlama 4.8:** na fáthanna nach seastar an fód a fhiosrú agus gníomhaíochtaí is féidir le daoine óga a dhéanamh, gan iad fein a chur i mbaol a aithint, i gcásanna ina bhfuil siad ar an eolas faoi eachtraí mí-úsaideacha nó bulaíochta.

Tá an acmhainn seo roinnte ina ceithre sheisiún, agus ba cheart go dtabharfaí ceann acu gach seachtain. Tugtar faoi théama difriúil i ngach seisiún:

1. **Comhbhá a Thuiscint** – Cuireann na scoláirí lena dtuiscint ar chomhbhá agus ar an tábhacht atá léi.
2. **Scileanna Comhbhá a Fhorbairt** – Foghlaimíonn agus neartaíonn daltaí scileanna a bhaineann le comhbhá.
3. **Ag Freagairt le Comhbhá** – Cuireann na scoláirí na scileanna comhbhá atá forbartha acu i bhfeidhm agus cleachtann siad conas freagairt le comhbhá i gcásanna éagsúla.
4. **Aghaidh a thabhairt ar Chonstaicí atá roimh an gComhbhá** – Aithníonn agus tugann na scoláirí aghaidh ar chuid de na constaicí a chuireann cosc ar dhaoine óga comhbhá a léiriú.

Tacaíonn na trí phríomheilimint a bhaineann le teagasc agus foghlaim éifeachtach in OSPS leis na ceithre théama seo: Feasacht, Idirphlé, agus Machnamh agus Gníomh. Díríonn na seisiúin ar gach ceann de na heilimintí seo le cabhrú le daltaí scileanna comhbhá a fhorbairt. Is é an sprioc atá leis go mbeadh sé ar chumas daltaí plé le chéile ar bhealach cineálta agus tuisceanach.

Treoir d'Éascaitheoirí

Cuirtear treoracha céim ar chéim ar fáil ag tús gach seisiúin maidir le conas gach gníomhaíocht CSG a chur ar fáil. Tabhair faoi deara, cé go moltar na seisiúin a chur i bhfeidhm de réir mar a thuairiscítear sna treoracha, gur féidir le múinteoirí gníomhaíochtaí a oiriúnú nó a athrú chun freastal ar riachtanais a ngrúpaí ranga aonair.

Cuirtear ábhair shamplacha (m.sh. cásanna, naisc físe etc.) ar fáil do gach seisiún. B'fhéidir gurbh fhearr le múinteoirí a gcuid ábhair féin a aimsiú le haghaidh na ngníomhaíochtaí. Moltar do mhúinteoirí athbhreithniú a dhéanamh ar na hábhair shamplacha roimh gach seisiún lena n-oiriúnacht a mheas, agus acmhainní eile a aimsiú más gá.

Spreagtar múinteoirí leis na seisiúin CSG a éascú ar bhealach seicheamhach (ag tosú ag Seisiún 1 agus ag críochnú ag Seisiún 4), toisc go bhfuil gach seisiún deartha chun cur leis na scileanna agus an t-eolas a fuarthas sa seisiún roimhe sin. Mar sin féin, is féidir gach seisiún a éascú mar sheisiún aonair más gá.

Moltar gach seisiún CSG a chur ar fáil i rith rang dúbailte amháin 40 nóiméad nó rang amháin 60 nóiméad, chun go mbeidh dóthain ama plé ann.

Nótaí faoin Leabhrán don CGS

Ábhair

Beidh cóipleabhar don OSPS (nó a chomhionann) ag teastáil ó dhaltaí, mar aon le páipéar breise agus pinn. Beidh clár bán agus nasc idirlín ag teastáil le haghaidh roinnt gníomhaíochtaí. I gcásanna áirithe, b'fhéidir gur mhaith le múinteoirí ábhair a fhótachóipeáil do na scoláirí roimh an seisiún. Nuair a bhíonn gá le hábhair bhreise, leagtar béim air seo ag tús gach gníomhaíochta.

Acmhainní

Uaireanta bíonn acmhainní ar nós físeán curtha ar fáil mar chuid de na gníomhaíochtaí. I gcásanna eile, cuirtear liosta acmhainní breise ar fáil (m.sh. páipéar A3, pinn, etc.). Spreagtar múinteoirí chun acmhainní a aimsiú dóibh féin má bhraitheann siad go bhfuil siad níos oiriúnaí dá gcomhthéacs sainiúil féin.

Eochair

Úsáidtear na siombailí seo a leanas ar fud na treoirlínte seo.

Nóta an Mhúinteora

Tugann Nótaí an Mhúinteora atá le fáil ó thús go deireadh an lámhleabhair leideanna agus eolas do mhúinteoirí faoin mbealach leis na gníomhaíochtaí a éascú.

Díospóireachtaí Ranga

Tá na díospóireachtaí ranga riachtanach don chlár agus d'fhorbairt comhbhá na scoláirí. Is leideanna iad na ceisteanna plé ranga a chuirtear ar fáil chun plé a spreagadh agus machnamh a chothú, ach is iad na múinteoirí atá ag éascú an chláir is fearr a shocraíonn na cineálacha ceisteanna a spreagfaidh níos mó plé agus machnaimh laistigh dá ngrúpaí scoláirí féin. Spreagtar múinteoirí chun scoláirí a chur i mbun díospóireachta ranga ar feadh an cheachta ar fad, agus dúshlán na scoláirí a thabhairt machnamh a dhéanamh ar a dtuairimí agus na nithe a chreideann siad nó a gcuid foghlama ar bhealaí fiúntacha.

Foghlaim Lasmuigh den Seomra Ranga

Is moltaí iad na tascanna don Fhoghlaim lasmuigh den Seomra Ranga chun foghlaim na scoláirí tar éis an tseisiúin a fhorbairt (m.sh. scileanna a thástáil nó a chleachtadh lasmuigh den seomra ranga). Tugann siad seo deis do scoláirí a gcuid foghlama a chleachtadh agus cabhraíonn siad le leanúnachas a chruthú idir na seisiúin. Moltar na tascanna 'Foghlaim Lasmuigh den Seomra Ranga' a phlé go hachomair ag tús gach seisiúin nua.

Machnamh na Scoláirí

Ag deireadh gach seisiúin, iarrtar ar scoláirí machnamh a dhéanamh ar a gcuid foghlama. Cabhraíonn machnamh pearsanta le scoláirí na scileanna nó an t-eolas nua atá foghlamtha acu a aithint, agus machnamh a dhéanamh ar an gcaoi a raibh a dtuairimí cosúil le, nó difriúil, óna bpiaraí. Is féidir le scoláirí a gcuid machnaimh a scríobh ina gcóipleabhar nó an phríomhtheachtaireacht 'a bheidh á tabhairt abhaile acu leo' a roinnt leis an rang.

Atmaisféar an Ranga a Shocrú

Tá sé tábhachtach a chinntiú go bhfuil na scoláirí ar a gcompord leis na gníomhaíochtaí. Tá gníomhaíochtaí cosúil le rólghlacadh agus díospóireachtaí ranga i gceist leis an acmhainn a d'fhéadfadh a bheith dúshlánach ag daltaí. Tá sé tábhachtach a mheabhrú dóibh nach bhfuil 'freagraí' cearta nó míchearta ar bith ann ach tuairimí agus eispéiris éagsúla, a bhfuil meas orthu ar fad, agus nach gá dóibh a bheith ina ngníomhaithe cumasacha ná ina gcainteoirí poiblí. **Is é an aidhm atá leis seo ná go mbainfeadh na scoláirí taitneamh as na gníomhaíochtaí, go nglacfaidh siad páirt go hiomlán iontu agus go bhfoghlaimeoidh siad.** Spreagtar múinteoirí le scoláirí a chur ar a suaimhneas, agus, nuair is gá, na modheolaíochtaí a chur in oiriúint do shaintréithe an ranga aonair. Mar shampla, b'fhéidir gurbh fhearr le scoláirí áirithe na gníomhaíochtaí a dhéanamh i ngrúpaí beaga/i mbeirteanna seachas mar rang iomlán. Moltar do mhúinteoirí freisin an Conradh Ranga a mheabhrú do na scoláirí le linn an chláir.

Tá an clár CSG deartha le bheith **faoi cheannas na scoláirí** chomh fada agus is féidir sa mhéid is gur cheart scoláirí a spreagadh chun plé a thosú agus a threorú, gníomhaíochtaí a stiúradh agus iad a chur in oiriúint dá n-ábhair spéise féin, a gcruthaitheacht féin a fheidhmiú agus gníomhaíochtaí á gcur i gcrích acu. Le linn díospóireachtaí ranga, ba chóir do mhúinteoirí scoláirí a spreagadh lena gcuid tuairimí a roinnt. **Déan iarracht a chinntiú go gcloistear éagsúlacht guthanna agus tuairimí le linn na seisiún.**

Múinteoirí mar Eiseamláirí

Mar mhúinteoir, tá sé tábhachtach go mbeadh tuiscint agat ar an tionchar dearfach atá agat ar scoláirí, mar dhuine údarásach atá in ann cur chuige comhbhách a mhúnlú in idirghníomhaíochtaí. Dá réir sin, is cuid thábhachtach den chlár seo í foghlaim an mhúinteora féin, agus níor cheart dearmad a dhéanamh air sin. Ba chóir do mhúinteoirí a fhiafraí díobh féin conas is féidir leo cur chuige comhbhách a leathnú ina gcuid teagaisc, a n-idirghníomhaíochtaí le daltaí, agus a n-idirghníomhaíochtaí agus a gcaidrimh le baill eile na scoile.

Seisiún 1

Comhbhá a Thuiscint

Meabhrúchán don mhúinteoir:

Sula gcuirtear tús leis an bhfoghlaim ba chóir an conradh ranga a chur i gcuimhne do na scoláirí – ag cur béim faoi leith ar an tábhacht a bhaineann le meas, muinín agus rannpháirtíocht.

Nasc le Torthaí Foghlama OSPS na Sraithe Sóisearaí:

Ba chóir go mbeadh sé ar chumas an scoláire:

Toradh Foghlama 1.8: Machnamh a dhéanamh ar bhrí agus ar thábhacht na comhbhá, agus na bealaí ar féidir comhbhá a chur in iúl a phlé.

Gníomhaíocht 1 - Tuiscint Comhbhá

Díreoidh an ghníomhaíocht seo ar:

- mhíniú a thabhairt ar cad is brí le comhbhá.
- cur síos a dhéanamh ar an difríocht idir comhbhá agus trua.

Cineál Gníomhaíochta:

Tobsmaointeoireacht, Plé.

Ábhair Foghlama:

Naisc chuig acmhainní físe; Sainmhínithe do Mhúinteoirí.

Modh Teagaisc:

Tá trí chuid sa ghníomhaíocht seo: (1) comhbhá a shainmhíniú; (2) samplaí den chomhbhá a thabhairt, agus (3) idirdhealú a dhéanamh idir comhbhá agus trua. Is fiú am a chaitheamh leis an ngníomhaíocht seo chun a chinntiú go dtuigeann na daltaí an coincheap seo i gceart sula mbogann tú ar aghaidh chuig an gcuid eile den chlár.

1. Scríobh an focal 'Comhbhá' ar an gclár bán agus iarr ar na daltaí sainmhíniú a thabhairt air. Scríobh aon fhocail thábhachtacha ar an gclár bán.
2. Mínigh comhbhá don rang. Tá roinnt sainmhínithe i mBosca 1.
3. Iarr ar na daltaí roinnt samplaí den chomhbhá a thabhairt óna dtaithí féin. B'fhéidir gur léirigh duine éigin eile comhbhá dóibh; nó gur léirigh siad féin comhbhá do dhuine eile; nó go bhfaca siad comhbhá á léiriú idir daoine eile am éigin. D'fhéadfá na daltaí a roinnt ina mbeirteanna agus iarraidh orthu cúpla nóiméad a chaitheamh lena bpáirtí ag iarraidh smaoineamh ar shamplaí.
4. Cuir ceist ar dhaltaí an dóigh leo gurb ionann comhbhá agus trua. Mínigh gur minic a mheasctar comhbhá le trua, ach nach mar a chéile iad. Mínigh an difear idir Trua agus Comhbhá. Tugtar roinnt sainmhínithe/moltaí i mBosca 2.

Bosca 1: Comhbhá a Mhíniú

Bain úsáid as sainmhínithe:

Is ionann comhbhá agus an cumas mothúcháin agus smaointe daoine eile a thuiscint, agus na mothúcháin chéanna a bheith agat.

Seans gurb as an úrscéal 'To Kill a Mockingbird' le Harper Lee a thagann an sliocht is cáiliúla ón litríocht maidir le comhbhá. Deir Atticus le Scout: *"If you can learn a simple trick, Scout, you'll get along a lot better with all kinds of folks. You never really understand a person until you consider things from his point of view ... Until you climb inside of his skin and walk around in it."* (Lee, 1989, lch 33).

Is minic a chuirtear síos ar chomhbhá chomh maith mar '*phíosa den bhóthar a shiúl i mbróga duine eile*'.

Is éard atá i gceist le comhbhá ná dearcadh duine eile a thuiscint (áirítear leis seo a bheith in ann a aithint nach ionann an bealach a bhfreagraíonn daoine éagsúla do rudaí) agus freagairt mhothúchánach, dhomhain a mhothú.

Úsáid samplaí:

Tabhair sampla ina bhfeiceann tú rud trom ag titim ar chos duine éigin agus an chaoi a d'fhéadfadh strainc a bheith le feiceáil ar d'éadan, nó do chos a ardú ón talamh de d'ainneoin, agus fiú pian bheag a bheith le haireachtáil i do chos.

Tabhair sampla de dhuine ag insint duit faoi thaithí faoi leith a bhí aige/aici, ar taithí í a bhí agat féin roimhe sin, agus ar an gcaoi a bhfuil tú in ann smaointe agus mothúcháin an duine eile a thuiscint ar bhealach an-soiléir agus domhain.

Le sampla a thabhairt, abair go bhfuil sé ar nós a bheith ag féachaint ar radharc brónach ar chlár teilifíse, scannán nó físeán ar líne, agus tú a bheith trína chéile ar nós na gcarachtar.

Úsáid Físeáin:

Sesame Street, **'Mark Ruffalo: Empathy'** (Fad: 2.28)

Lifehacker, **'The importance of empathy'** (Fad: 3.30)

CogSai, **'What is empathy?'** (Fad: 3.31)

Bosca 2: An Difríocht idir Comhbhá agus Trua a Mhíniú

Bain úsáid as sainmhínithe:

Is ionann trua agus bá a bheith agat le duine eile, nó imní a bheith ort faoi/fúithi, agus go minic bíonn an duine a mbíonn mothúcháin trua aige/aici ag iarraidh go dtiocfadh feabhas ar an duine sin, nó go mbeadh sé/sí níos sona. "Airím brónach ar do shon, agus tuigim duit. Goilleann do chás orm". Is minic a chothaíonn trua comhbhá, ach ní mar a chéile iad. Nuair a bhíonn trua agat do dhuine, ní ghlacann tú le dearcadh an duine, agus ní bhíonn na mothúcháin chéanna agat.

Bain úsáid as físeáin

The Royal Society of Arts, **'Brené Brown on Empathy'** (Fad reatha: 2.53)

SoulPancake, **'The Parking Ticket Experiment | The Science of Empathy'** (Fad reatha: 6.48)

Díospóireacht Ranga:

1 **Conas a bhraith tusa nuair a thaispeáin tú comhbhá nó nuair a taispeánadh comhbhá duit?**

2 **Conas a cheapann tú a chothódh comhbhá trua agus cineáltas do dhaoine eile?**
LEID: *Cén fáth a dtarlaíonn sé seo?*

3 **An mbíonn sé deacair nó éasca comhbhá a léiriú?**
LEID: *An mbraitheann sé cé dó a mbíonn tú ag léiriú comhbhá? An bhfuil sé níos éasca comhbhá a bheith agat le daoine áirithe?*

4 **Cá as a dtagann an chomhbhá, meas tú?**
LEID: *An gceapann tú go mbíonn daoine comhbhách ón uair a thagann siad ar an saol, nó an scil atá inti ar féidir í a fhoghlaim?*

Nóta an Mhúinteora

Léiríonn taighde síceolaíochta go mbíonn tionchar ag an méid comhbhá a bhíonn ag daoine óga ar an seans atá ann go gcabhróidís le daoine eile. Ní hamháin gur mó seans go gcuideodh daoine a bhfuil níos mó scileanna comhbhá acu le daoine eile, ach is mó seans go dtabharfaidh siad cúnamh níos freagraí agus níos sainiúla freisin (i.e. cúnamh ar bhealach a fheileann níos fearr do riachtanais aonair an duine). Mar sin féin, léiríonn fianaise eolaíoch freisin go n-athraíonn comhbhá ag brath ar chásanna éagsúla. Bíonn sé níos fusa orainn comhbhá a bheith againn lenár gcairde/lenár dteaghlaigh, agus daoine a bhfuil aithne againn orthu agus a thaitníonn linn, agus bíonn sé níos deacra orainn comhbhá a bheith againn leo siúd a cheapann muid atá difriúil uainn, daoine nach bhfuil aithne againn orthu, nó daoine nach bhfuil aithne mhaith againn orthu. Cé go mbíonn baint ag géinte le comhbhá, is scil í an chomhbhá is féidir a fhoghlaim agus a chleachtadh le himeacht ama. I measc cuid de na bealaí is mó a bhfoghlaimíonn agus a bhforbraíonn leanaí comhbhá tá: Comhbhá á léiriú ag daoine eile; Comhbhá a fheiceáil á múnlú ag daoine eile; Ag foghlaim faoi chomhbhá (agus ábhair eile den sórt sin) i scoileanna; a bheith i dtimpeallacht ina bhfuil meas ar chomhbhá. Tá ról tábhachtach ag tuismitheoirí, cairde agus scoileanna maidir le forbairt comhbhá daoine óga a mhúnlú.

Gníomhaíocht 2 – Tábhacht na Comhbhá

Díreoidh an ghníomhaíocht seo ar:

Feasacht a fhorbairt maidir leis na buntáistí a bhaineann le comhbhá.

Cineál Gníomhaíochta:

Smaoinigh, Péaráil, Roinn - Plé

Ábhair Foghlama:

Cártaí - Scéalta Comhbhá

Modh:

1. Cuir na daltaí i mbeirteanna. Tabhair ceann de na 'Cártaí Scéalta Comhbhá' (leathanaigh 16-19) do gach beirt, ag cur síos ar chásanna inar chaith daoine óga le daoine eile le comhbhá nó gan comhbhá.
2. Ba cheart go bpléifeadh na scoláirí an scéal agus go ndéanfaidís cinneadh cé acu ar léiríodh comhbhá sa suíomh a tugadh dóibh.
3. Iarr ar na beirteanna an tionchar a bhí ag comhbhá nó ag an easpa comhbhá ar an gcás a cuireadh os a gcomhair a phlé. D'fhéadfadh daltaí an tábla thíos a úsáid lena gcuid smaointe a bhreacadh síos.

Plé Ranga:

1. **Conas mar a d'athródh comhbhá an toradh i ngach ceann de na scéalta seo?**
2. **An ndéanann comhbhá difríocht?**
   LEID: *Cén tionchar a bhíonn ag an gcomhbhá ar ár gcaidrimh agus idirghníomhú le daoine eile?*
3. **Cén fáth a bhfuil comhbhá tábhachtach?**

Seisiún 1: Machnamh

Tabhair cúig nóiméad don rang chun machnamh a dhéanamh ar *thrí phríomhtheachtaireacht* atá faighte acu ón seisiún.

Foghlaim lasmuigh den seomra ranga

Mol do na daltaí nóta a scríobh faoi aon sampla den chomhbhá a thugann siad faoi deara i rith na seachtaine. D'fhéadfadh sé gur uaireanta a léirigh siad féin comhbhá a bheadh i gceist leis sin, nó má bhí comhbhá ag duine eile leosan, sampla den chomhbhá a chonaic siad ina dteaghlach féin nó i measc a gcairde, nó samplaí den chomhbhá i gcláir theilifíse, ar na meáin shóisialta nó i leabhair. Iarr orthu na samplaí sin a thabhairt ag tús an chéad seisiúin eile.

Cártaí Scéalta Comhbhá

Samplaí ina léirítear Comhbhá

Scéalta Comhbhá	**Ar léiríodh comhbhá sa scéal seo? Tabhair samplaí mar thaca le do fhreagra.**	**Conas a chuaigh comhbhá nó an easpa comhbhá i bhfeidhm ar an scéal?**
1. Tá Charlie agus Luke an-mhór le chéile ón uair a bhí siad sa bhunscoil le chéile. Taitníonn Jenny go mór le Charlie agus d'inis sé do Luke faoi seo an mhí seo caite. Ag an deireadh seachtaine chuaigh Luke agus Jenny amach le chéile i ngan fhios do Charlie. Fuair Charlie amach ó chara eile. Nuair a labhair Charlie le Luke faoi, shocraigh Charlie éisteacht le taobh Luke, agus tuiscint níos fearr a fháil ar an scéal, sula socródh sé cad ba cheart a dhéanamh. Bhí a fhios ag Luke gur ghortaigh sé Charlie agus bhraith sé an-dona faoi, ach mhínigh sé gur thaitin Jenny leis le fada an lá agus nach raibh a fhios aige conas é sin a insint do Charlie. D'iarr Luke ar Charlie maithiúnas a thabhairt dó/di. D'fhéadfadh Charlie a fheiceáil go raibh an-aiféala ar Luke faoin eachtra.		

Scéalta Comhbhá	Ar léiríodh comhbhá sa scéal seo? Tabhair samplaí mar thaca le do fhreagra.	Conas a chuaigh comhbhá nó an easpa comhbhá i bhfeidhm ar an scéal?
2. Tá Jamie agus Alex díreach tar éis cluiche peile a chríochnú. Nuair a bhí siad i mbun imeartha, labhair Jamie go magúil faoi chúpla botún a rinne Alex ar an bpáirc.Sa seomra feistis ina dhiaidh sin, lean Jamie ag magadh faoi Alex. Tharraing Alex Jamie i leataobh agus d'iarr air stopadh. Dúirt Jamie nach raibh ann ach greann agus nár shíl sé go nglacfadh Alex chomh dáiríre sin leis. Mhínigh Alex gur bhraith sé go dona cheana féin faoina scileanna peile agus go raibh tuairimí Jamie ag cur as dó. Bhí Jamie in ann a fheiceáil go raibh Alex trína chéile de bhrí go raibh an cluiche caillte aige, agus thuig sé go raibh sé tar éis dul thar fóir leis na scéalta grinn, agus ghabh sé a leithscéal.		
3. Tá Ella ag déileáil le cúpla rud sa bhaile le tamall anuas agus níl sí an-sásta inti féin. Thug a cara, Aisling, faoi deara go raibh an chuma ar Ella go raibh sí in ísle brí agus chuir sí ceist uirthi an raibh gach rud ceart go leor. Mhínigh Ella an méid a bhí ag tarlú agus conas a mhothaigh sí. D'éist Aisling go foighneach le gach rud a dúirt Ella, gan aon bhreithiúnas a thabhairt. D'inis Aisling d'Ella gur thuig sí an chaoi ar mhothaigh Ella, agus go mbeadh sí ar fáil le cluas éisteachta a thabhairt di dá mbeadh Ella ag iarraidh labhairt faoi riamh. Mhothaigh Ella níos fearr i ndiaidh di labhairt le hAisling.		

Samplaí nach léirítear Comhbhá iontu

Scéalta Comhbhá	**Ar léiríodh comhbhá sa scéal seo? Tabhair samplaí mar thaca le do fhreagra.**	**Conas a chuaigh comhbhá nó an easpa comhbhá i bhfeidhm ar an scéal?**
1. Tá Charlie agus Luke an-mhór le chéile ó bhí siad sa bhunscoil. Taitníonn Jenny go mór le Charlie agus d'inis sé do Jenny faoi seo an mhí seo caite. Ag an deireadh seachtaine chuaigh Luke amach le Jenny i ngan fhios do Charlie. Fuair Charlie amach ó chara eile. Nuair a labhair Charlie le Luke faoi, bhí sé/sí ar buile agus d'inis sé do Luke go raibh an rud a rinne siad uafásach. Mhothaigh Charlie gur droch-chara a bhí i Luke agus níor thuig sé conas a d'fhéadfadh duine é sin a dhéanamh ar an gcara is fearr a bhí aige. Dúirt Luke le Charlie é a thógáil go réidh agus rinne sé iarracht an méid a tharla a mhíniú, ach ní raibh Charlie ag iarraidh é a chloisteáil. Ní raibh Charlie agus Luke in ann aontú agus sa deireadh thit siad amach le chéile.		
2. Tá Jamie agus Alex i ndiaidh cluiche peile a imirt. Le linn an chluiche, lean Jamie ag béicíl go hard faoi Alex agus ag trácht ar aon bhotúin a rinne Alex ar an bpáirc. Sa seomra feistis ina dhiaidh sin, lean Jamie ag magadh faoi bhotúin Alex. Bhí Alex gortaithe mar gheall ar na tuairimí agus chas sé ar Jamie. Dúirt Jamie nach raibh sé ach ag magadh agus gur cheart d'Alex é a thógáil go réidh. Dúirt Jamie leis an gcuid eile den fhoireann nár thuig sé go raibh Alex chomh goilliúnach sin.		

Scéalta Comhbhá	Ar léiríodh comhbhá sa scéal seo? Tabhair samplaí mar thaca le do fhreagra.	Conas a chuaigh comhbhá nó an easpa comhbhá i bhfeidhm ar an scéal?
3. Tá Ella ag déileáil le cúpla rud sa bhaile le tamall anuas agus níl sí an-sásta inti féin. Shocraigh sí an scéal a insint dá cara Aisling, agus a mhíniú di cad a bhí ag tarlú ina saol agus conas a mhothaigh sí. Dúirt Aisling le hElla gur cheart di a bheith níos sásta mar gur iomaí rud is measa agus d'athraigh sí an t-ábhar cainte. Mhothaigh Ella nár éist Aisling i gceart léi, agus dá bhrí sin bhraith sí ciontacht faoin gcaoi ar mhothaigh sí. Mhothaigh Ella níos measa fós i ndiaidh di labhairt le hAisling.		

Seisiún 2

Ag Forbairt Scileanna Comhbhá

Nasc le Torthaí Foghlama OSPS na Sraithe Sóisearaí:

Ba chóir go mbeadh sé ar chumas an scoláire:

Toradh Foghlama 1.8: Machnamh a dhéanamh ar bhrí agus ar thábhacht na comhbhá, agus na bealaí ar féidir comhbhá a chur in iúl a phlé.

Toradh Foghlama 1.7: Cumarsáid a dhéanamh ar bhealach measúil éifeachtach agus éisteacht go hoscailte agus go tuisceanach le tuairimí/mothúcháin daoine eile.

SÚIL SIAR: Foghlaim lasmuigh den seomra ranga

Ag tús an tseisiúin seo iarr ar na daltaí conas a d'éirigh leo leis an tasc *Foghlaim lasmuigh den Seomra Ranga* ó Sheisiún 1 (má bhaineann).

- Ar tháinig tú trasna ar aon samplaí den chomhbhá i rith na seachtaine – go pearsanta, sa nuacht, ar na meáin shóisialta?
- An féidir leat samplaí a thabhairt de na huaireanta a thug tú comhbhá faoi deara nó ar léirigh daoine comhbhá leat i rith na seachtaine?

Gníomhaíocht 1 - Mothúcháin Daoine Eile a Léamh?

Díreoidh an ghníomhaíocht seo ar:

Cur síos a dhéanamh ar a thábhachtaí is atá comharthaíocht choirp chun staid mhothúchánach daoine eile a bhrath.

Cineál Gníomhaíochta:

Cluiche

Ábhair Foghlama:

Cártaí Mothúchán, Hata/Babhla; Nóta an Mhúinteora ar Chumarsáid Bhriathartha/Neamhbhriathartha; Tráth na gCeist ar Líne.

Modh:

Tá dhá chuid sa ghníomhaíocht seo: cluiche agus tráth na gceist. An cuspóir atá leo ná spreagadh a thabhairt do dhaltaí machnamh a dhéanamh ar an gcaoi a léann siad mothúcháin daoine eile trí chomharthaíocht choirp agus trí ghothaí gnúise.

1. Sula dtosaíonn tú, iarr ar na daltaí an difear idir cumarsáid bhriathartha agus cumarsáid neamhbhriathartha a mhíniú, agus sainmhíniú a thabhairt ar an rud atá i gceist le comharthaíocht choirp. Cúpla sainmhíniú a chabhróidh leo tuiscint a fháil ar na coincheapa a thugtar i nóta an Mhúinteora thíos.
2. Mínigh dóibh go bhfuil an chéad chluiche eile cosúil le cluiche searáidí - Searáidí Mothúchán - agus gur dearadh é chun cabhrú mothúcháin daoine a léamh trína gcomharthaíocht choirp.
3. Gearr na cártaí mothúchán (féach leathanach 23) agus cuir i hata/mbosca iad.
4. Iarr ar dhuine acu teacht suas chuig barr an ranga agus Cárta Mothúcháin (féach thíos) a bhaint amach as hata. Ní mór dó/di an mothúchán sin a chur in iúl go neamhbhriathartha, trí chomharthaíocht choirp amháin.

5 I gcás ceann amháin de na tástálacha a mbaineann síceolaithe úsáid astu chun éirim mhothúchánach a thástáil, iarrtar ar dhaoine buille faoi thuairim a thabhairt maidir leis an mothúchán atá á chur in iúl i sraith grianghraf de ghothaí gnúise (ar cineál comharthaíochta coirp iad). Bain triail as an tráth na gceist seo ón láithreán gréasáin Greater Good http://greatergood.berkeley.edu/ei_quiz/. Is féidir leat roinnt den tráth na gceist seo a dhéanamh leis an rang, nó an t-iomlán, agus i ngach cás glacadh leis an bhfreagra a bhfuil an chuid is mó den rang ar aon intinn faoi (tugann an tráth na gceist an freagra duit sula mbogann tú ar aghaidh chuig an gcéad ghotha gnúise eile).

Nóta an Mhúinteora

Bíonn idir chumarsáid bhriathartha agus chumarsáid neamhbhriathartha i gceist le scileanna cumarsáide.

Cumarsáid Bhriathartha:

Cumarsáid de chineál ar bith ina mbaintear úsáid as teanga bhriathartha, cosúil le labhairt nó scríobh.

Cumarsáid Neamhbhriathartha:

Cumarsáid de chineál ar bith nach mbaineann úsáid as focail. San áireamh leis sin tá gothaí gnúise, féachaint ar dhuine sa tsúil, comharthaí láimhe, suíomh colainne mar aon le staidiúir, agus 'comharthaíocht choirp' an téarma ginearálta a úsáidtear chun cur síos orthu.

Cineál comharthaíochta coirp atá i gceist le cumarsáid neamhbhriathartha. San áireamh leis tá na comharthaí a dhéanaimid (lenár lámha, mar shampla), na gothaí gnúise a bhíonn in úsáid againn (mar shampla, roic ag teacht ar ár n-éadain, meangadh gáire a bheith orainn, ár súile a bheith leata) agus an staidiúir a bhíonn orainn (mar shampla, ár lámha nó ár gcosa a bheith trasna ar a chéile). Tugann ár gcolainn go leor eolais fúinn in idirchaidrimh shóisialta. D'fhéadfaí a rá go nochtaimid eolais, fiú, trínár gcomharthaíocht choirp. Deirtear, mar shampla, nuair atá duine ag insint bréaga, nó ag cur eolais faoi cheilt, go bhféadfadh comharthaí láimhe faoi leith a bheith á ndéanamh acu, cosúil lena mbéal a chlúdach nó na súile a chaochadh níos mó ná mar is gnách. Is fíor chomh maith nach mbíonn a bhfuil le tuiscint ó chomharthaíocht choirp mar a chéile ó chultúr go cultúr. Mar shampla, tá cultúir áirithe ann ina nglactar leis gur dea-bhéas é féachaint sa tsúil ar dhuine agus ceist á cur ort, ach comhartha drochbhéasa atá ann i gcultúir eile.

Cén fáth a bhfuil comharthaíocht choirp tábhachtach?

Tá sé tábhachtach mar sin a bheith in ann comharthaíocht choirp an duine eile a léamh le go dtuigfidh tú a bhfuil á rá aige/aici nó a bhfuil á aireachtáil aige/aici. Mar shampla, dá ndéarfadh duine leat nach bhfuil sé/sí neirbhíseach roimh thástáil, ach go dtabharfá faoi deara go bhfuil siad ag útamáil lena lámha agus go bhfuil siad ag breathnú timpeall an t-am ar fad, an gceapfá go bhfuil siad neirbhíseach?

Cártaí Mothúchán

Brón	Díomá	Sceitimíní	Míshásamh
Crá	Cantal	Mórtas	Trua
Imní	Fearg	Cúthaileacht	Gliondar
Eagla	Ciontacht	Uaigneas	Bród
Leadrán	Áthas	Frustrachas	Náire

Díospóireacht Ranga:

1. An gcabhraíonn comharthaíocht choirp linn a thuiscint cén chaoi a n-airíonn daoine eile?
2. Cé chomh deacair nó chomh héasca is atá sé comharthaíocht choirp a léamh?
3. An bhfuil sé níos éasca daoine áirithe seachas daoine eile a léamh? An mbraitheann sé ar an gcomhthéacs?

Gníomhaíocht 2 – Éisteacht Chomhbhách

Díreoidh an ghníomhaíocht seo ar:

Cur síos a dhéanamh ar a thábhachtaí is atá éisteacht chomhbhách, agus scileanna éisteachta comhbháiche a chleachtadh.

Cineál Gníomhaíochta:

Éisteacht, Obair i mbeirteanna

Ábhair Foghlama:

Treoir don Éisteacht Chomhbhách

Modh:

1. Cuir ceist ar na daltaí céard iad na tréithe a bheadh ag éisteoir maith. Déan tobsmaointeoireacht leis na daltaí mar ghrúpa ranga agus scríobh a bhfreagraí ar an gclár bán.
2. Iarr ar na daltaí léamh tríd an *Treoir maidir le hÉisteacht Chomhbhách*. Déan machnamh le chéile ar na cosúlachtaí nó éagsúlachtaí idir an Treoir agus na tuairimí a bhí ag na daltaí.
3. Roinn an rang i mbeirteanna agus iarr ar na beirteanna sin Cainteoir agus Éisteoir a roghnú.
4. Iarr ar gach duine smaoineamh ar fhadhb bheag atá acu faoi láthair nó ar am a raibh siad míshona nó ar am a bhí dúshlánach ar bhealach éigin. Tabhair roinnt samplaí don rang, mar shampla má bhí siad ag streachailt le hábhar scoile; má bhí siad tinn nó gortaithe; mura ndearna siad chomh maith is a bhí siad ag súil leis i scrúdú nó ag imirt spóirt; má bhí náire orthu faoi rud éigin; má bhraith siad gur chaith tuismitheoir/múinteoir go héagórach leo. Abair leis na daltaí gan ach eolas a bhraitheann siad compordach a roinnt a nochtadh (féach nóta an mhúinteora thíos).
5. Tabharfar 3 nóiméad do gach Cainteoir chun a scéal a insint, agus éisteoidh an tÉisteoir leis go comhbhách. Déanfaidh siad na róil a bhabhtáil ag deireadh gach comhrá.
6. Bí ag siúl thart sa seomra ranga agus agus coinnigh súil ar an gcaidreamh a bheidh idir na daltaí. Tabhair cúnamh do dhaltaí más gá.

Treoir maidir le hÉisteacht Chomhbhách

1. D'aird iomlán a thabhairt.

- Bíodh aird iomlán agat ar an gcainteoir.
- Cuir uait d'fhón póca agus rud ar bith eile a d'fhéadfadh cur isteach ort, más féidir.
- Má thugann tú faoi deara go bhfuil tú ag smaoineamh ar rudaí eile nuair atá an duine eile ag caint, dírigh d'aird air/uirthi arís.

2. Féach sa tsúil ar an gcainteoir.

- Déan iarracht gan bheith ag féachaint ar rudaí eile sa seomra.
- Féach sa tsúil ar an gcainteoir ach ní bí ag stánadh air/uirthi (más féidir).

3. Cuir bacainní as an mbealach.

- Ná bí ar chúl bacainní fisiciúla cosúil le boird.
- Ná bíodh do lámha trasna ar a chéile agat agus tú ag éisteacht.

4. Bíodh do chomharthaíocht choirp dearfach.

- Claon do cheann agus bíodh meangadh gáire ort leis an duine chun é/í a spreagadh.

5. Tabhair cead cainte don duine eile.

- Ná cuir isteach ar an duine eile agus é/í ag caint mura bhfuil gá leis.
- Má tá soiléiriú uait ón duine, fan go dtiocfaidh sos nádúrtha sa chomhrá.
- Bíodh tréimhsí beaga ciúnais ann, ní gá caint a bheith ann i gcónaí.

6. Tuiscint.

- Éist lena bhfuil á rá ag an duine eile agus tabhairt aird ar a c(h)omharthaíocht choirp.
- Déan iarracht dháiríre mothúcháin agus smaointeoireacht an duine eile a thuiscint.

7. Léirigh go dtuigeann tú é/í.

- Cuir in iúl don duine eile go dtuigeann tú é/í le focail agus geáitsí.
- Déan an méid atá cloiste agat ón duine a athinsint dóibh e.g. 'Seo é an méid a thuigim ón méid atá ráite agat...'; 'Seo é an méid a chloisim uait...'; 'Cheapfá go bhfuil tú ....'
- Roinn samplaí ó do thaithí féin má tá aon taithí agat (ach bí cúramach gan an comhrá a athrú i do threo féin).

8. Ná tabhair breithiúnas.

- Ná tabhair breithiúnas agus ná déan cáineadh ar a bhfuil le rá ag an duine eile.

Nóta don Mhúinteoir

Chun oiread tairbhe agus is féidir a bhaint as an ngníomhaíocht seo d'fhéadfadh múinteoirí an ghníomhaíocht seo a léiriú don rang sula gceapann siad daltaí ina gCainteoir agus ina nÉisteoir. D'fhéadfá iarraidh ar dhalta cabhrú leat é a léiriú don rang, nó físeán gearr a thaispeáint dóibh faoi éisteacht chomhbhách.

Meabhraigh do na daltaí nach gá dóibh eispéireas ar bith atá an-phearsanta a roinnt mura bhfuil siad compordach leis sin. Mínigh go han-soiléir do na daltaí gur cheart don sampla a úsáideann siad gan bheith ródháiríre agus gur tharla sé ar bhonn sealadach, in áit ceann a mbaineann mothúcháin láidre dhiúltacha leis.

B'fhéidir go gcabhródh an ghearrthóg seo ón scannán 'Inside Out' le daltaí tuiscint níos fearr a fháil ar éisteacht comhbhách: https://www.youtube.com/watch?v=t685WM5R6aM

Plé Ranga:

1 **Conas a bhraith tú nuair a bhí tú i d'éisteoir comhbhách? Céard é an rud a bhí éasca faoi? Céard é an rud ba dhúshlánaí faoi?**

2 **An dóigh leat go bhfuil éisteacht chomhbhách tábhachtach?**
LEID: *Cén chaoi ar bhraith sé duine a bheith ag éisteacht leat go comhbhách? Cén chaoi a mbraitheann sé nuair nach bhfuil duine ag éisteacht i gceart leat? Cén chaoi ar bhraith sé a bheith i do chainteoir?*

3 **Cén chaoi is fearr a bhféadfá éisteacht chomhbhách a chleachtadh?**

4 **An bhfuil tú in ann tú féin a shamhlú ag cur an mhodha éisteachta seo i bhfeidhm i do shaol féin, anois nó amach anseo?**

Seisiún 2 Machnamh

Tabhair cúpla nóiméad do na daltaí le machnamh a dhéanamh ar a bhfuil foghlamtha acu ón seisiún. Iarr ar dhaltaí smaoineamh ar an rud is mó a chuir iontas orthu faoi mhothúcháin daoine eile a léamh nó a bheith go maith ag éisteacht le daoine. Iarr ar chúpla dalta a gcuid freagraí a roinnt leis an rang.

Foghlaim lasmuigh den seomra ranga

Iarr ar na daltaí triail a bhaint as éisteacht chomhbhách a thabhairt do dhuine éigin i rith na seachtaine. Iarr orthu labhairt faoin eachtra seo ag tús an chéad seisiúin eile.

Seisiún

3

Ag Freagairt le Combhá

Nasc le Torthaí Foghlama OSPS na Sraithe Sóisearaí:

Ba chóir go mbeadh sé ar chumas an scoláire:

Toradh Foghlama 1.6: Plé a dhéanamh ar eispéiris/chásanna claontachta, éagothroime nó eisiaimh agus bealaí a cheapadh chun timpeallachtaí níos ionchuimsithí a chruthú go gníomhach.

Toradh Foghlama 1.8: Machnamh a dhéanamh ar bhrí agus ar thábhacht na comhbhá, agus na bealaí ar féidir comhbhá a chur in iúl a phlé.

Toradh Foghlama 1.7: Cumarsáid a dhéanamh ar bhealach measúil éifeachtach agus éisteacht go hoscailte agus go tuisceanach le tuairimí/mothúcháin daoine eile.

SÚIL SIAR:
Foghlaim lasmuigh den seomra ranga

Cuir tús leis an seisiún seo trí iarraidh ar na daltaí conas mar a d'éirigh leo leis an tasc Ag Foghlaim lasmuigh den seomra ranga ó Sheisiún 2 (má bhaineann).

- An ndearna tú iarracht an modh éisteachta comhbhách a chleachtadh le do mhuintir nó le do chairde i rith na seachtaine?
- Ar chuir tú tú féin i mbróga daoine eile?
- Conas a mhothaigh tú?
- Céard a d'fhoghlaim tú?

Gníomhaíocht 1 – Díospóireacht Siúil

Díreoidh an ghníomhaíocht seo ar an méid seo a leanas:

Cleachtadh a dhéanamh dearcadh daoine eile a ghlacadh chucu féin agus comhbhá a bheith acu le daoine aonair agus le grúpaí i gcúinsí éagsúla.

An Cineál Gníomhaíochta:

Díospóireacht Siúil

Ábhair Foghlama:

Rólchártaí

Cuireadh an ghníomhaíocht seo in oiriúint ó Barrett, J. & Richardson, F. (2007), 'Giant steps' in Ireland – a level playing pitch? A Transition Unit resource. An Ghníomhaireacht um Chomhrac na Bochtaineachta lgh 31-2.

Modh:

1. Tabhair Rólchárta do gach dalta. Cinntigh go dtugtar na cártaí céanna do roinnt daltaí chun go mbeidh sibh in ann comparáid a dhéanamh idir a ndearcthaí ar deireadh. Cinntigh go bhfuil ord randamach ann le go mbogfaidh gach duine achar difriúil ón duine in aice leo. Agus tú ag tabhairt amach na Rólchártaí, bí tuisceanach ar chúinsí aonair do ranga. Má bhraitheann tú nár cheart do dhaltaí áirithe cártaí áirithe a fháil, fág na cártaí seo as an áireamh ar fad.

2. Iarr ar dhaltaí a *Rólchárta* a léamh agus glacadh lena róil. Ba cheart dóibh machnamh a dhéanamh maidir le cé hiad féin, an áit a bhfuil siad ina gcónaí ann, cé mhéad duine atá ina dteaghlach, an cineál saoil atá acu, na deiseanna atá acu, agus conas a airíonn siad ar a suaimhneas ina bpobal, ar scoil, ina dteaghlach etc.

3. Iarr ar na daltaí seasamh ar thaobh amháin den seomra agus a ndroim le balla. Cinntigh go bhfuil ord randamach ann chun go mbogfaidh gach duine achar difriúil ón duine atá lena dtaobh.

4. Mínigh dóibh go bhfuil tú chun sraith ráiteas a léamh amach. Ba cheart do na daltaí coiscéim mhór a thógáil má tá siad in ann an rud sin a dhéanamh go héasca nó má bhaineann an ráiteas sin leo go hiomlán. Sa chás gur ar éigean atá siad in ann é a dhéanamh nó sa chás nach mbaineann sé leo ach ar éigean, ba cheart dóibh coiscéim bheag a thógáil. Níor cheart dóibh bogadh ar chor ar bith sa chás nach mbaineann an ráiteas leo beag ná mór.

5. Léigh gach ráiteas ceann ar ceann. Léigh na ráitis don Díospóireacht Siúil do na daltaí (féach leathanach 35).

Nóta an Mhúinteora

Tugtar an sainmhíniú seo a leanas ar eisiamh sóisialta amanna 'a process which pushes people out to the edge of society and distances them further and further from the chance of a job or an adequate income, from social and educational opportunities, from social and community networks and from power and decision-making' (Barrett & Richardson, 2007, lch 8). Is féidir daoine a eisiamh ón tsochaí/ó ghrúpaí pobail, nó d'fhéadfadh níos mó deacrachtaí a bheith acu agus iad ag iarraidh teacht ar áiseanna/ar dheiseanna/ar chearta ar chúiseanna a bhaineann le hinscne, cúlra socheacnamaíoch, cine/grúpa eitneach, nó claonadh gnéis etc.

Don díospóireacht siúil tá sé tábhachtach go mbeadh na daltaí ar a gcompord agus iad ag úsáid a gcuid rólchártaí. Cuir i gcuimhne do na daltaí go gcaithfidh siad na ceisteanna ón díospóireacht siúil a fhreagairt ó dhearcadh an duine atá ar an rólchárta a tugadh dóibh, agus nach léiriú ar chúinsí pearsanta na ndaltaí féin a bheidh sna freagraí. B'fhéidir gur mhaith leat lipéid ar a mbeidh ainmneacha na gcarachtar ó na rólchártaí a thabhairt do na daltaí, chun go mbeidh siad níos compordaí ag freagairt ó dhearcadh a gcarachtair.

Don díospóireacht ranga, roghnaigh cúpla dalta a bhog chuig barr an tseomra le labhairt faoina dtaithí – cérbh iad? Cá huair agus cén fáth a raibh siad in ann dul chun tosaigh, nó cá huair agus cén fáth ar fhan siad san áit a raibh siad. Déan an rud céanna i gcás na ndaltaí i lár an tseomra agus ar chúl an tseomra. Déan iarracht comparáid a dhéanamh idir daltaí a raibh an rólchárta céanna acu, más féidir (cén fáth nárbh ionann an dearcadh a bhí acu?).

Rólchártaí

SORCHA, 13

Tá tú i do chónaí i nGaillimh i dteach mór agus radharc agat ar an bhfarraige. Is dlíodóir í do mháthair agus is dochtúir é d'athair. Baineann tú taitneamh as an scoil agus tá tú go maith ag foghlaim mar sin d'iarr tú ríomhaire glúine do do bhreithlá chun cabhrú le do chuid staidéir. An samhradh seo tá súil agat dul go Coláiste Samhraidh sa Ghaeltacht agus ceann don Fhraincis chun do chumas sna teangacha sin a fheabhsú. Chuaigh tú ar thuras scoile go Páras i mbliana agus thaitin sé go mór leat agus tá súil agat níos mó taistil a dhéanamh le do theaghlach an samhradh seo.

Achoimre: **Ag smaoineamh ar ríomhaire glúine a fháil; É beartaithe aici dul chun cúrsa Gaeilge agus cúrsa Fraincise a dhéanamh; Chuaigh sí go Páras; Tá sí ag iarraidh tuilleadh taistil a dhéanamh.**

JOHN, 14

Tá cónaí ort i mBaile Átha Luain, Co. na hIarmhí in éineacht le do bheirt deartháireacha níos sine. Tá caifé ag d'athair agus do mháthair sa bhaile, ach fágadh faoi uisce é i mbliana an dara huair le ceithre bliana de bharr tuillte. Chaill an teaghlach go leor airgid mar thoradh air sin agus tá siad faoi strus sa bhaile agus iad ar bheagán airgid. Tá duine de do chuid deartháireacha níos sine ag freastal ar choláiste cheana féin agus tá an duine eile ag súil le cúrsa céime a thosú an bhliain seo chugainn. Tá do thuismitheoirí ag streachailt chun na billí a íoc agus dá bharr bíonn tú ag tabhairt cúnaimh níos minice tar éis scoile.

Achoimre: **Fágadh caifé a thuismitheoirí faoi uisce; gan mórán airgid sa bhaile; Ag iarraidh cabhair a thabhairt níos minice.**

OWEN, 12

Tá cónaí ort le do mháthair, do leas-athair agus le do thriúr deartháireacha/deirfiúracha níos óige i gCorcaigh. Tá tú an-mhór le do sheanmháthair. Cónaíonn sí in aice leat agus is minic go mbailíonn sí ón scoil tú agus go bhfanann tú léi go dtí go mbíonn do mham críochnaithe ag obair. Is fuath leat obair bhaile agus caitheann tú go leor de d'am ag imirt cluichí ríomhairí ar an Playstation agus ag bualadh le do chairde sa bhaile mór. Ceapann do mham go bhfuil an iomarca tóir agat ar an spraoi agus gur cheart duit díriú isteach ar an obair scoile, is minic go mbíonn sibh ag argóint faoi sin.

Achoimre: **Mór lena sheanmháthair; Is fuath leis obair bhaile; Is maith leis PlayStation agus a bheith ag bualadh le cairde; ag argóint lena mham faoin obair scoile.**

JAMES, 13

Tá tú i do chónaí ar láithreán stad in éineacht le do mháthair, d'athair, do dheartháireacha agus do dheirfiúracha. Taitníonn sé leat ach bíonn deacrachtaí ann uaireanta mar nach bhfuil na háiseanna rómhaith ann. Téann tú chuig an scoil áitiúil ach bíonn sé deacair ort toisc nach bhfuil mórán déagóirí eile ón bPobal Taistealaithe ag freastal ar an scoil agus faigheann tú íde béil ar bhonn leanúnach. Ní bhíonn tú cairdiúil ach le daoine óga eile ón bPobal Taistealaithe. Ní théann tú ar scoil gach lá níos mó, agus níl tú cinnte an leanfaidh tú ag dul ar scoil beag ná mór go luath. Deir d'athair nach fiú duit fanacht ar scoil mar nach gcabhróidh sé leat post a fháil toisc go mbeidh gach fostóir i d'éadan ar aon chuma mar gur duine den Phobal Taistealaithe thú.

Achoimre: **Cónaíonn sé ar láithreán stad; is duine den Phobal Taistealaithe é; faigheann sé íde béil ar scoil; ní bhacann sé fiú dul ar scoil gach lá.**

SARAH, 12

Chaill d'athair a phost agus d'ardaigh an tiarna talún an cíos bliain ó shin. Mar thoradh air sin, níl aon áit chónaithe bhuan agatsa, ag do thuismitheoirí ná ag do bheirt deartháireacha níos óige, agus cuireadh i seomra óstáin sibh fad is atá an t-údarás áitiúil i mbun iarrachtaí áit chónaithe a aimsiú daoibh. Bíonn ort trí bhus éagsúla a fháil agus tú ag taisteal ón óstán go dtí do scoil, agus bíonn tú traochta faoin am a mbaineann tú an scoil amach. Tá sé an-deacair obair bhaile a dhéanamh ar leaba óstáin nuair atá do dheartháireacha ag pleidhcíocht agus nuair nach bhfuil aon spás agat duit féin. Bíonn tú tuirseach agus trína chéile go minic, agus bíonn sé deacair díriú ar obair scoile. Tá tú scoite amach anois ó do chairde chomh maith mar go bhfuil cónaí ort chomh fada sin uathu.

Achoimre: **Fágadh an teaghlach gan dídean; cónaíonn sí i seomra óstáin; bíonn uirthi 3 bhus éagsúla a fháil agus í ag dul ar scoil; bíonn sí tuirseach agus trína chéile go minic; airíonn sí scoite amach óna cairde.**

ELAINE, 13

Tá tú i gcathaoir rothaí ó bhí tú an-óg. Tá tú i do chónaí sa bhaile le do thuismitheoirí agus le deirfiúr níos sine, agus tá gach duine acu an-chabhrach agus tacaíonn siad go mór leat. Tá do thuismitheoirí go maith as agus bhí siad in ann an teach a chur in oiriúint do chathaoir rothaí gan stró. Tá sé d'acmhainn acu taisteal a dhéanamh leat agus na rudaí sin a bhíonn de dhíth ort a cheannach duit, rud a fhágann nach n-airíonn tú go bhfuil tú éagsúil ó dhaoine eile. Tá tú ag freastal ar an meánscoil áitiúil agus tá go leor cairde agat. Tá gníomhaíochtaí áirithe ann nach bhfuil tú in ann a bheith páirteach iontu, cosúil le spórt, agus ní bhíonn sé chomh héasca ort dul ó áit go háit, rud a fhágann go mbíonn sé níos deacra ort teacht le chéile le do chairde ag brath ar cá bhfuil a dtriall. Ba mhaith leat freastal ar an gcoláiste ach bíonn imní ort faoi mhaireachtáil leat féin i bhfad ó thacaíocht do theaghlaigh.

Achoimre: **I gcathaoir rothaí ; tuismitheoirí go maith as; neart cairde; cailleann amach ar roinnt gníomhaíochtaí; imní uirthi faoi mhaireachtáil léi féin.**

SHANE, 15

Tá tú i do chónaí tú le do dheirfiúr, do dheartháir agus do thuismitheoirí i gContae Luimnigh. Thuig tú go raibh tú aerach dhá bhliain ó shin, ach níor inis tú é sin ach do bheirt de do chairde is fearr go fóill, agus thug siad sin an-tacaíocht duit. Is breá leat spórt agus aclaíocht agus ba mhaith leat a bheith i do thraenálaí pearsanta nuair a bheidh tú níos sine. Caitear go dona leat ar scoil, agus bíonn daoine ag scairteadh ainmneacha mailíseacha ort. Is fada leat go mbeidh tú críochnaithe ar scoil agus nuair a bheidh tú in ann imeacht chomh fada ón mbaile agus is féidir leat.

Achoimre: **D'inis sé dá chairde go raibh sé aerach; is breá leis an spórt; caitear go dona leis ag an scoil; ag súil go mór a bheith réidh leis an scoil agus imeacht i bhfad ó bhaile.**

LISA, 14

Tá cónaí ort i sráidbhaile beag i gCo. Dhún na nGall le do mháthair agus do dheirfiúr atá 10 mbliana d'aois. Cailleadh d'athair bliain ó shin agus tá tú fós trína chéile agus croíbhriste faoina bhás. Téann tú chuig an scoil áitiúil gar don bhaile. Tá tú ag maireachtáil le Neamhord Hipirghníomhaíochta Easnamh Airde (NHEA/ADHD) agus uaireanta bíonn sé deacair ort díriú ar obair scoile, ach is breá leat ceol agus ealaín. Baineann tú taitneamh as a bheith ag cur físeáin ghearra le chéile le do chairde do na meáin shóisialta agus amach anseo ba mhaith leat a bheith ag obair in earnáil an cheoil.

Achoimre: **Cailleadh a hathair; Deacair díriú ar obair scoile; Is maith léi ceol agus ealaín.**

MERCY, 14

Is as an Nigéir do thuismitheoirí ach bhog siad go hÉirinn sular rugadh tusa. Rugadh tusa in Éirinn agus tá tú ag freastal ar an meánscoil áitiúil faoi láthair. Caitheann an chuid is mó de na daltaí ar scoil go maith leat agus bíonn siad cairdiúil, airíonn tú nach mbíonn múinteoirí do do cheistiú chomh minic le daltaí eile, agus ceapann tú uaireanta go bhfuil talamh slán déanta ag na múinteoirí de nach bhfuil rún agat dul chuig an ollscoil.

Achoimre: **Rugadh in Éirinn, ach as an Nigéir a tuismitheoirí; an chuid is mó de na daltaí cairdiúil; airíonn sí go ndéanann múinteoirí neamhaird di.**

QUINN,15

Tá cónaí ort i gCiarraí le do mháthair agus deartháir atá níos óige ná tú. Is duine trasinscneach thú agus bíonn drocham agat ar scoil in amanna mar gheall air seo, ach tá an-tacaíocht agat ó do theaghlach. Tá tú an-díograiseach maidir le cearta níos fearr a bhaint amach do dhaoine trasinscneacha agus is maith leat bualadh le daoine eile atá ar aon intinn leat ar líne. Ní maith leat dul ar scoil agus mothaíonn tú gur cheart go gcaithfeadh scoileanna níos mó ama ag teagasc scileanna tábhachtacha saoil.

Achoimre: Ina c(h)ónaí i gCiarraí; Duine Trasinscneach Ní maith leis/léi an scoil; Ceapann gur cheart do scoileanna níos mó scileanna saoil a theagasc.

PETER, 14

Is as Ceanada ó dhúchas tú ach tá tú i do chónaí i mBaile Átha Cliath toisc go mbíonn do thuismitheoirí ag taisteal don obair. Tá tú ag freastal ar mhéanscoil phríobháideach agus oibríonn tú go dian chun marcanna arda a bhaint amach. Tá sé éasca duit cairde nua a dhéanamh mar go n-imríonn tú spórt agus go mbíonn tú ag bualadh le daoine tar éis na scoile. Tugann do thuismitheoirí airgead duit gach mí agus is féidir leat dul amach le do chairde go minic. Is breá leat a bheith ag taisteal ach ba bhreá leat fanacht in aon chathair amháin ar feadh tréimhse níos faide ná cúpla bliain.

Overview: As Ceanada, ag taisteal go minic. Tugann a thuismitheoirí airgead dó. Téann sé amach lena chairde go minic. Ní maith leis a bheith ag bogadh tí chomh minic sin.

PHIL, 13

Fuair tú amach le déanaí go bhfuil Uathachas ort. Uaireanta mothaíonn tú faoi bhrú le hobair ghrúpa sa rang agus ní thuigeann do mhúinteoir é seo go minic. Tá roinnt cairde fíormhaith agat i do cheantar áitiúil ach uaireanta mothaíonn tú nach bhfuil aon tuiscint ag na daltaí eile ort. Ba mhaith leat níos mó ama a chaitheamh leis na daltaí eile, ach éiríonn sé beagán iomarcach uaireanta nuair a bhíonn go leor torainn agus daoine thart. Déanann do thuismitheoirí cibé rud is féidir leo chun cabhrú leat a bheith páirteach i rudaí a bhfuil suim agat iontu, agus tá siad in ann é seo a dhéanamh toisc go bhfuil poist acu a bhfuil luach saothair maith acu.

Achoimre: Uathachas air; Cuireann go leor torainn agus daoine isteach air; Tá cairde aige ina cheantar áitiúil; Ba mhaith leis níos mó ama a chaitheamh leis na daltaí eile ina rang.

Ráitis don Díospóireacht Siúil

- Éireoidh go maith leat ar scoil.
- Gheobhaidh tú post páirtaimseartha gan stró.
- Leanfaidh tú ort go dtí an tríú leibhéal (coláiste, ollscoil) nuair a bheidh an scoil críochnaithe agat.
- Tá na bunriachtanais atá agat maidir le bia, deoch agus cógas leighis á gcomhlíonadh.
- Airíonn tú sábháilte go fisiciúil.
- Tá do sheomra leapa féin agat.
- Faigheann tú an chuid is mó de na rudaí a bhíonn uait, cosúil le héadaí, airgead póca, etc.
- Tá tú sásta ar scoil.
- Tá an saol sa bhaile slán agus socair agat.
- Taitníonn sé leat a bheith i do chónaí san áit ina bhfuil tú anois.
- Tá go leor cairde agat.
- Bíonn sé éasca ort dul amach agus am a chaitheamh le do chairde.
- Tá dóthain airgid agat chun dul ar saoire gach bliain.
- Is furasta a bheith páirteach i ngníomhaíochtaí na scoile agus an phobail.
- Faigheann tú cúnamh agus tacaíocht bhreise nuair a theastaíonn sé uait.
- Tá tú muiníneach go mbainfidh tú amach barr do chumais sa saol.
- Ní airíonn tú go bhfuil tú scoite amach ó dhaoine eile.
- Tá scileanna agus cumais éagsúla agat.
- Ní dócha go mbeidh fadhbanna meabhairshláinte agat.
- Tá tú in ann dul chuig an siopa go héasca i d'aonar.
- Tá teacht agat ar na meáin shóisialta.
- Tá tú in ann léamh agus scríobh.
- Airíonn tú go nglactar leat san áit ina bhfuil cónaí ort, agus go bhfuil meas ort.
- Tá tú in ann a bheith compordach ionat féin gan aon duine a bheith ag déanamh bulaíochta ort, nó ag cur ina luí ort go bhfuil tú éagsúil.
- Tá tú dóchasach maidir leis an todhchaí, agus tá an chosúlacht ar chúrsaí go n-éireoidh leat.
- Tá teacht agat ar áiseanna ar nós siopaí agus bialanna i d'áit chónaithe/sa bhaile is gaire duit.
- Tá tú sásta.

Plé Ranga:

1

Dóibh siúd a bhí in ann an chuid is mó de na céimeanna a ghlacadh, cén fáth a raibh sé sin amhlaidh?

Conas a mhothaigh sibh?

Cad iad na ráitis a bhrú chun cinn sibh?

Cad iad na ráitis a chinntigh nach raibh ar bhur gcumas bogadh ar chor ar bith?

2

Dóibh siúd a fágadh ar deireadh, cén fáth a raibh sé sin amhlaidh?

Conas a mhothaigh sibh?

Cad iad na ráitis a bhrúigh chun cinn sibh?

Cad iad na ráitis a chinntigh nach raibh ar bhur gcumas bogadh ar chor ar bith?

3

Conas a mhothaigh tú nuair a bhí daoine eile in aice leat ag bogadh chun cinn nó do do fhágáil ar deireadh?

4

Conas a d'fhéadfaí cabhrú leo siúd a bhí fágtha ar chúl chun bogadh chun cinn?

5

Cad iad na rudaí praiticiúla gur féidir linn ar fad a dhéanamh chun cabhrú le daoine nach bhfuil an oiread deiseanna acu agus atá againn, nó nach bhfuil teacht acu ar na hacmhainní céanna agus atá againne?

Gníomhaíocht 2 – Ag Gníomhú le Comhbhá

Díreoidh an ghníomhaíocht seo ar:

Cur síos a dhéanamh ar bhealaí éagsúla inar féidir le daoine comhbhá a léiriú i gcásanna éagsúla.

An Cineál Gníomhaíochta:

Obair ghrúpa, Rólghlacadh, Cásanna Samplacha

Ábhair Foghlama:

Cártaí faoi Chásanna ar Leith

Modh:

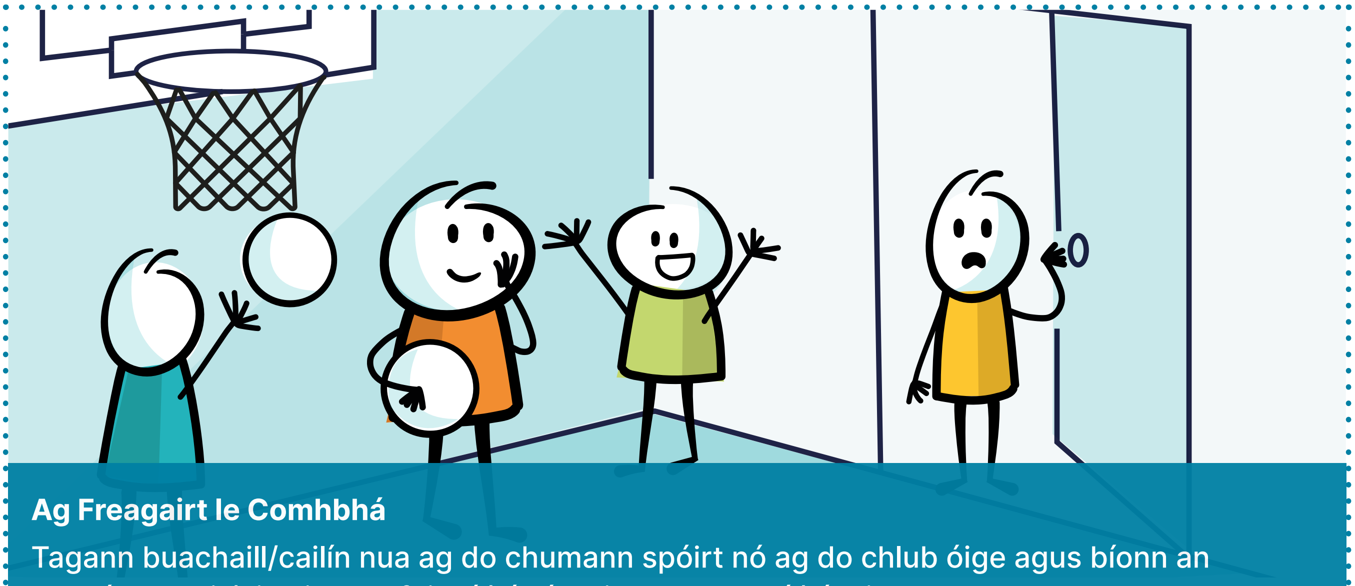
1. Roinn na daltaí i ngrúpaí agus tabhair Cárta faoi Chás ar Leith atá éagsúil do gach grúpa. Tá na Cártaí faoi Chásanna ar Leith ar fáil ar lch (38-41).
2. Mínigh dóibh gur cheart do gach grúpa an chaoi a bhfreagróidís le comhbhá don chás atá tugtha dóibh a scríobh síos. Iarr orthu na gníomhartha a dtabharfaidís fúthu a scríobh síos, mar aon leis na focail a mbainfidís úsáid astu. Féadfaidh siad roinnt freagraí éagsúla a thabhairt más mian leo. Meabhraigh dóibh machnamh a dhéanamh air ó pheirspictíocht an duine ag lár an cháis ar leith.
3. Iarr ar na grúpaí rólghlacadh a ullmhú chun an cás ar leith a léiriú.
4. Siúil thart sa seomra ranga, agus tabhair leideanna, spreagadh agus cúnamh más gá.
5. Iarr ar roinnt de na grúpaí, nó na grúpaí ar fad, rólghlacadh a dhéanamh den chás don chuid eile den rang. Nuair a bheidh gach rólghlacadh léirithe acu, fiafraigh de na grúpaí eile an bhféadfaidís cuimhneamh ar aon bhealaí eile chun comhbhá a léiriú sa chás áirithe sin.

Díospóireacht sa Rang:

1. **An mbíonn sé deacair uaireanta fios a bheith agat conas comhbhá nó cineáltas a thaispeáint do dhuine eile? Cén fáth? Céard iad na bealaí ina mbíonn sé deacair?**

2. **Céard iad na torthaí a d'fhéadfadh a bheith air sa chás go léiríonn tú comhbhá le daoine eile?**
   LEID: *An mbraitheann sé ar an gcomhthéacs ina bhfuil tú nó ar an duine atá i do chomhluadar?*

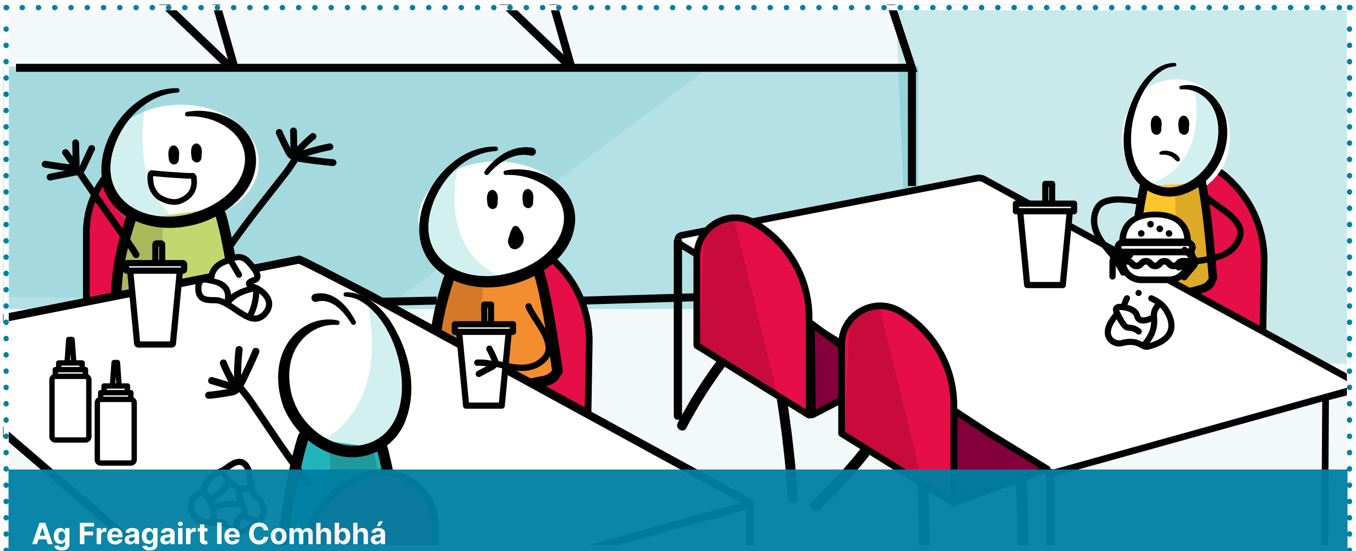
3. **An bhfuil tú in ann cuimhneamh ar ghnáthshamplaí ina n-iarrtar ort freagairt le comhbhá, le cineáltas nó le trua? Cén freagra a thabharfá ar a leithéid de chásanna?**



Ag Freagairt le Comhbhá

Tagann buachaill/cailín nua ag do chumann spóirt nó ag do chlub óige agus bíonn an chosúlacht air/uirthi go bhfuil sé/sí cúthail. Seasann sé/sí thiar ag an doras agus an chosúlacht air/uirthi go bhfuil faitíos air/uirthi teacht isteach sa seomra.

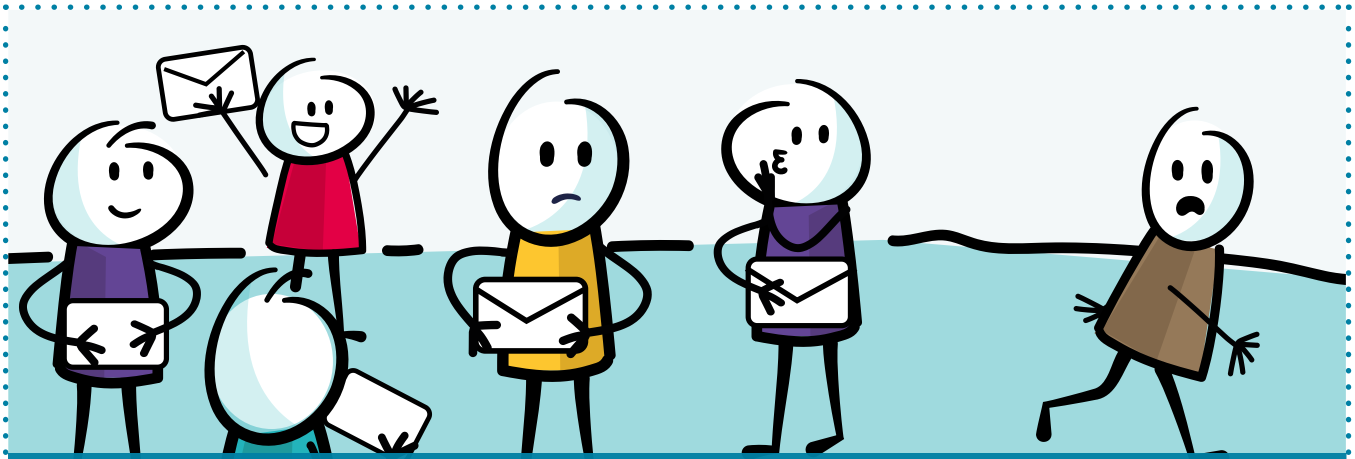
An freagra a bheadh agatsa?



Ag Freagairt le Comhbhá

Tá tú sa bhialann ghasta le do chairde ag an deireadh seachtaine nuair a thugann tú faoi deara dalta ón rang ag ithe ina (h)aonar. Is cosúil go bhfuil náire air/uirthi gur thug tú faoi deara é/í.

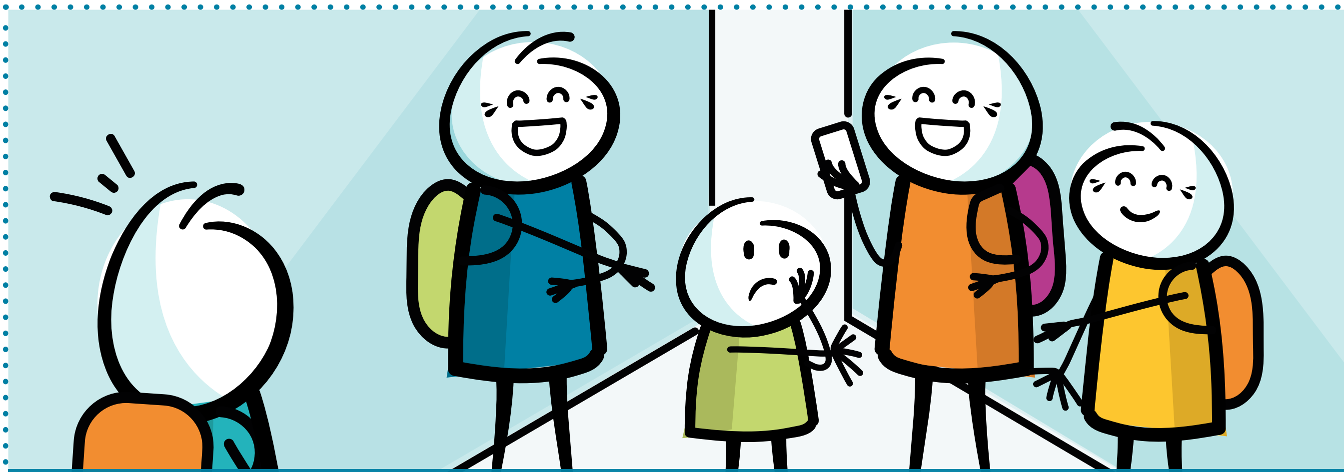
An freagra a bheadh agatsa?



Ag Freagairt le Comhbhá

Tá cóisir lae breithe á eagrú ag do chara. Faigheann tú amach gur thug sé/sí cuireadh do gach duine sa rang, seachas duine amháin, agus síleann tú gur fhág do chara an duine sin amach d'aon ghnó.

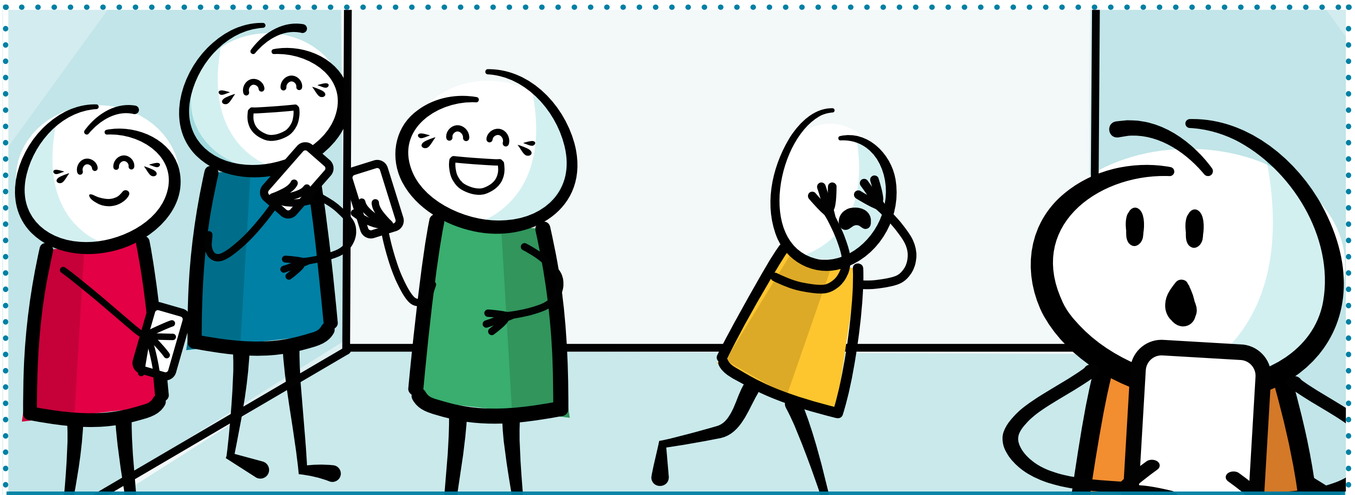
An freagra a bheadh agatsa?



Ag Freagairt le Comhbhá

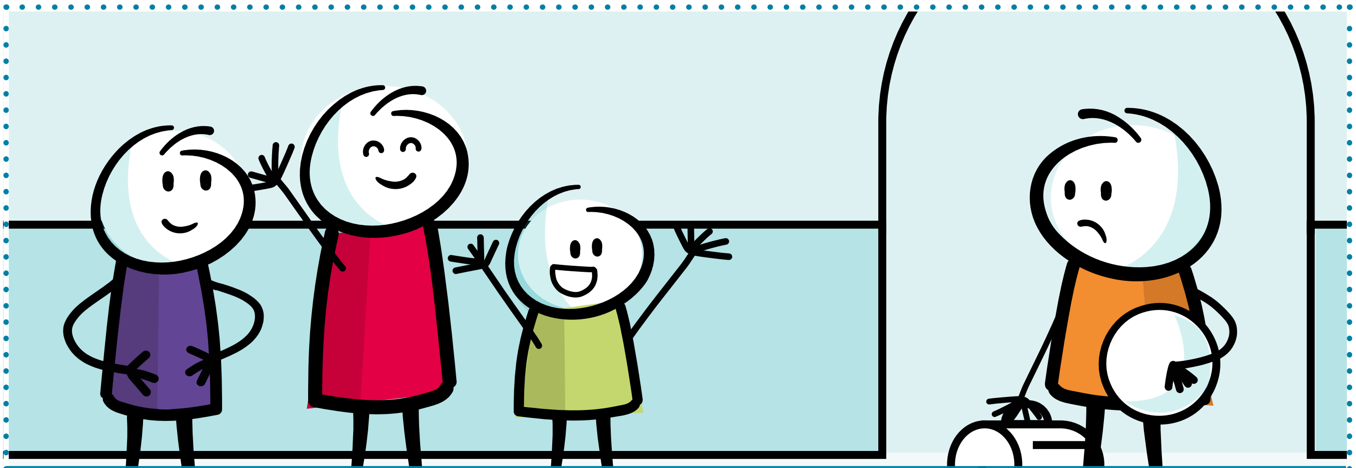
Sa halla ar scoil, feiceann tú go bhfuil roinnt daltaí tar éis fón póca dalta eile a thógáil agus go bhfuil siad ag féachaint trí na meáin shóisialta ar an bhfón. Tá siad ag gáire agus ag fonóid. Is léir go bhfuil an dalta go mór trína chéile.

An freagra a bheadh agatsa?



Ag Freagairt le Comhbhá
Roinneadh grianghraf de dhalta i do rang leat le déanaí. Tá an rang ar fad ag caint faoin íomhá sin agus tá náire ar an dalta faoin ngrianghraf.

An freagra a bheadh agatsa?



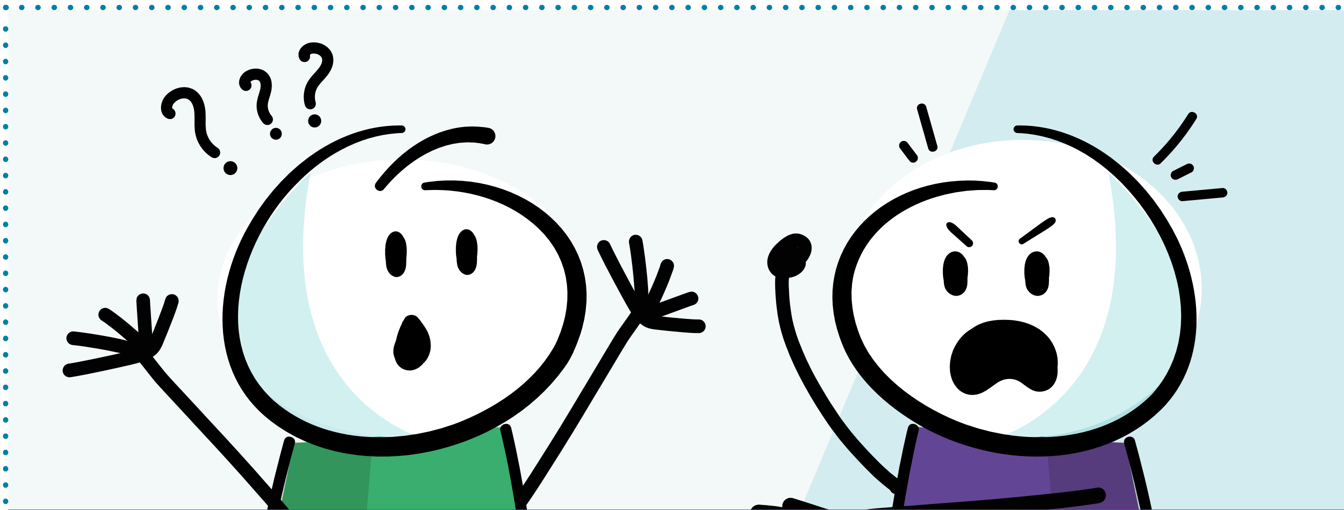
Ag Freagairt le Comhbhá
Bhí tú féin agus do chairde ag cluiche tábhachtach ina raibh do chara ag imirt ann agus níor imir sé/sí chomh maith agus a bhí ar a c(h)umas. Castar ar a chéile sibh agus sibh ar an mbealach amach ón gcluiche.

An freagra a bheadh agatsa?

Ag Freagairt le Comhbhá

Bíonn tú ag féachaint ar fhíseáin ar líne agus tagann tú trasna ar fhíseán a d'uaslódáil roinnt daltaí i do rang ina raibh daoine ag magadh faoi dhalta eile. Níl aithne mhaith agat ar an dalta sin ach mothaíonn tú nach bhfuil mórán geana ag formhór na ndaoine air/uirthi.

An freagra a bheadh agatsa?



Ag Freagairt le Comhbhá

Níl duine de do chairde is fearr mar a bhíonn sé/sí de ghnáth timpeall ort. Thosaigh sé/sí ag argóint leat gan chúis roinnt uaireanta agus ní thuigeann tú cén fáth.

An freagra a bheadh agatsa?

Seisiún 3
Machnamh

Tabhair cúig nóiméad don rang machnamh a dhéanamh ina Leabhar Oibre ar a bhfuil foghlamtha acu ón seisiún agus chun an chaoi ar athraigh a dtuairimí faoi conas comhbhá a léiriú. Iarr ar na daltaí trí rud a d'fhoghlaim siad nó a mhothaigh siad difriúil fúthu a scríobh, tar éis dóibh páirt a ghlacadh sa seisiún.

Foghlaim lasmuigh den seomra ranga

Iarr ar na daltaí nóta a choinneáil faoin gcaoi ar fhreagair siad le comhbhá do dhaoine eile i rith na seachtaine, agus iarr orthu samplaí a thabhairt ag tús an chéad seisiúin eile.

Seisiún 4

Na Constaicí don Chomhbhá

Nasc le Torthaí Foghlama OSPS na Sraithe Sóisearaí:

Ba chóir go mbeadh sé ar chumas an scoláire:

Toradh Foghlama 1.8: Machnamh a dhéanamh ar bhrí agus ar thábhacht na comhbhá, agus na bealaí ar féidir comhbhá a chur in iúl a phlé.

Toradh Foghlama 4.8: Na fáthanna nach seastar an fód a fhiosrú agus gníomhaíochtaí is féidir le daoine óga a dhéanamh, gan iad fein a chur i mbaol a aithint, i gcásanna ina bhfuil siad ar an eolas faoi eachtraí mí-úsáideacha nó bulaíochta.

SÚIL SIAR: Foghlaim lasmuigh den seomra ranga

Cuir tús leis an seisiún seo trí iarraidh ar na daltaí conas gur éirigh leo leis an tasc *foghlaim lasmuigh den seomra ranga* ó Sheisiún 3 (má bhaineann).

- Cad iad na samplaí atá ag scoláirí ón tseachtain inar fhreagair siad le comhbhá?
- An raibh amanna ann a raibh sé deacair freagairt le comhbhá?

Gníomhaíocht 1 – Na Constaicí a bhaineann le Gníomhaíocht Comhbhách

Díreoidh an ghníomhaíocht seo ar:

Na tosca a théann i bhfeidhm ar iompraíochtaí comhbhá daoine a aithint.

An Cinéal Gníomhaíochta:

Plé, Obair Ghrúpa, Cásanna ar Leith, Muileata a Naoi

Ábhair Foghlama:

Cártaí faoi Chásanna ar Leith

Modh:

1. Cuir an rang i ngrúpaí agus tabhair liosta de na Cásanna ar Leith thíos do gach grúpa. Tá na Cásanna ar Leith ar leathanach 46.
2. Iarr orthu machnamh a dhéanamh ar céard a dhéanfaidís sna cásanna sin. Cén beart a nglacfaidís leis?
3. Iarr ar na grúpaí na cásanna samplacha a rangú ó 1 go 9, bunaithe ar a dhóchúla is atá sé go ndéanfaidís idirghabháil ag úsáid muileata a naoi (féach thíos). Is é 1 an ceann is neamhdhóchúla, agus 9 an ceann is dóchúla.

✱ Nod don Mhúinteoir:

Le tuilleadh eolais a fháil faoi muileata a naoi féach:
https://www.jct.ie/perch/resources/english/diamond-nine-strategy-sheet-1.pdf
(Nasc chuig Muileata a 9 ar www.jct.ie)

https://pdst.ie/sites/default/files/teaching%20toolkit%20booklet%20without%20keyskills.pdf (Muileata a 9 ar PDST)

Muileata a Naoi Samplach

is mó seans go ndéanfaidh siad idirghabháil

Níos lú seans go ndéanfaidh siad idirghabháil

Beag seans go ndéanfaidh siad idirghabháil

Cásanna ar Leith

Tá an lá scoile thart, agus tá tú ag siúl amach ón scoil in éineacht le do chairde. Tá gach duine ag déanamh a mbealach abhaile. Tugann tú faoi deara go bhfuil mála scoile dalta eile tar éis titim, agus go bhfuil a raibh ann caite amach ar an gcosán.

Tá tú ag traenáil cispheile agus tosaíonn beirt de do chairde ar an bhfoireann ag troid. Maslaíonn duine amháin an duine eile ag rá leis/léi dul ar ais abhaile go dtí a t(h)ír féin.

Tá tú ag siúl abhaile trí pháirc phoiblí. Tá sé ciúin agus níl aon duine eile thart. Feiceann tú fear agus an chuma air go bhfuil a mhadra imithe ar strae. Bíonn sé ag glaoch ainm an mhadra, agus is léir go bhfuil an-imní air.

Tá tú i mbun comhrá ar na meáin shóisialta le grúpa de do chuid cairde nuair a thosaíonn cuid acu ag dul i bpáirt lena chéile i gcoinne duine eile sa ghrúpa. Tosaíonn siad ag cáineadh iompar agus dreach an duine sin.

Tá tú i d'aonar agus ar tí dul isteach ag dioscó do dhéagóirí chun bualadh le do chuid cairde nuair a fheiceann tú dalta eile ó do scoilbhliain ina s(h)uí leis/léi féin ar an talamh taobh amuigh den dioscó. Níl an chosúlacht air/uirthi go bhfuil sé/sí ag aireachtáil go maith, agus is léir gur cheart dó/di dul abhaile.

Feiceann tú dalta eile ó do rang agus é/í i mbun iarrachta ríomhaire glúine an mhúinteora a bhriseadh in aon turas.

Bhí titim amach agat le duine de do chairde tamall ó shin. Lá amháin ar scoil feiceann tú é/í ag teacht amach as an rang agus an chuma air/uirthi go bhfuil sé/sí an-trína chéile.

Tá duine ar bhuail tú leis/léi ar na meáin shóisialta ag lorg cabhrach le hobair dheonach ag an deireadh seachtaine agus ba mhaith leis/léi bualadh leat sa bhaile mór.

Tá nótaí uafásacha scríofa ag do chara faoi dhuine eile i do rang ar chúl doras an tseomra folctha.

Nóta an Mhúinteora

Tá roinnt cúiseanna ann a dteipfeadh ar dhaoine cuidiú nó idirghabháil a dhéanamh i gcásanna áirithe.

Bac coitianta amháin ar ghníomh comhbhá a dhéanamh is ea Neamhghníomh an tSlua

Sainmhínítear an feiniméan ar a dtugtar 'neamhghníomh an tslua' mar an drogall a bhíonn ar an duine cúnamh a thabhairt nuair atá daoine eile i láthair. Bíonn claonadh níos mó ag daoine cabhrú nuair nach mbíonn aon duine eile ag faire.

Cén fáth, mar sin, nach gcabhraímid nuair atáimid i lár an tslua? Cúis amháin ná 'scaipeadh na freagrachta', an chaoi a n-airíonn an duine níos lú brú gníomhú nuair atá daoine eile ar an láthair, mar go ndéantar talamh slán de nach ortsa amháin atá an dualgas idirghabháil a dhéanamh. An deacracht leis an meon sin nach nglacann aon duine leis an bhfreagracht nuair atá gach duine ar an aigne chéanna.

Cúis eile atá leis ná an claonadh a bhíonn ionainn muid féin a iompar ar bhealach atá inghlactha don tsochaí. Nuair nach ngníomhaíonn daoine eile, is minic a ghlacaimid leis an neamhghníomh sin mar chomhartha nach dteastaíonn gníomh, nó nach bhfuil gníomh feiliúnach. Bíonn imní orainn go ndéanfaimid léirmhíniú míchruinn ar a bhfuil romhainn má ghníomhaímid agus go bhfágfar cuma an amadáin orainn féin.

Is iondúil go dtagraítear don fheiniméan seo i gcúinsí éigeandála, mar shampla duine a bheith i mbaol a bháite agus iad siúd ar an gcladach ag féachaint air, ach gan aon duine ag tabhairt faoi ghníomh cúnta. Ach bíonn feidhm aige chomh maith i gcásanna nach bhfuil chomh tromchúiseach sin, mar shampla, nuair a shleamhnaíonn duine nó nuair a thiteann mála ó dhuine ar shráid phlódaithe agus nuair a thiteann na hearraí as an mála ar an talamh – agus nach gcuidíonn aon duine leis nó léi.

Mínigh neamhghníomh an tslua trí úsáid a bhaint as an bhfíseán seo faoi neamhghníomh an tslua: SoulPancake, **'The Bystander Effect | The Science of Empathy',**
https://www.youtube.com/watch?v=Wy6eUTLzcU4&index=3&list=PLzvRx_johoA85tJ4dNepYNjRXM0svNOXH (Fad: 5.53)

Díospóireacht sa Rang

1. **An bhfuil tú in ann smaoineamh ar uair nár ghníomhaigh tú nuair a cheap tú gur cheart duit gníomhú? Cad a chuir bac ort gníomhú le comhbhá nó comhbhá a léiriú?**

2. **Cad iad na cineálacha rudaí a chuireann bac ar dhaoine cuidiú le daoine eile nó comhbhá a léiriú?**

   LEID: *An mbraitheann sé ar an gcás nó an mbraitheann sé ar ár scileanna féin?*

Gníomhaíocht 2 – Ag Aithint Réiteach

Díreoidh an ghníomhaíocht seo ar:

Aghaidh a thabhairt ar nithe a bheadh ina mbac ar chomhbhá agus réitigh a aithint.

Cinéal Gníomhaíochta:	Ábhair Foghlama:
Tobsmaointeoireacht, Plé	Cásanna Samplacha ó Ghníomhaíocht 1, Muileata a Naoi

Modh:

1. Tabhair cuireadh do na daltaí fanacht sna grúpaí ina raibh siad do Ghníomhaíocht 1.
2. Iarr ar gach grúpa breathnú ar an gcás a chuir siad ar bhun a liosta Muileata a Naoi.
3. Roghnaigh an cás a bhí ag bun liosta Mhuileata a Naoi i nGníomhaíocht a hAon – iarr ar gach grúpa na constaicí a chuirfeadh cosc ar dhaoine gníomhú sa chás sin a aithint.
4. Iarr ar gach grúpa trí mholadh a dhéanamh a d'fhéadfadh siad a dhéanamh sa chás seo chun dul i ngleic leis na constaicí sin agus chun comhbhá a léiriú. Má tá an cás céanna ag na grúpaí ar fad ag bun Mhuileata a Naoi, tabhair cuireadh do gach grúpa oibriú ar chásanna ó chodanna eile de Mhuileata a Naoi.

Plé Ranga

1. **Conas is féidir linn nithe a chuireann bac ar chomhbhá a shárú agus gníomhú go comhbhách?**
2. **Cad iad na bealaí is praiticiúla chun comhbhá a léiriú?**
3. **Cad iad na scileanna atá foghlamtha agat chun cabhrú leat comhbhá a léiriú?**

Gníomhaíocht 3 – Mo Chuid Spriocanna Comhbhá

Díreoidh an ghníomhaíocht seo ar:

Spriocanna pearsanta comhbhá a aithint agus a dhearbhú.

Cinéal Gníomhaíochta:

Spriocanna a leagan síos

Ábhair Foghlama:

Cóipleabhair an dalta nó páipéar

Modh:

1. Chun na seisiúin a chríochnú iarr ar na scoláirí spriocanna comhbhá a cheapadh don rang chomh maith lena spriocanna comhbhá pearsanta féin.

2. Le bheith ag obair ar spriocanna an ranga, roinn an rang ina ghrúpaí agus iarr orthu trí 'Sprioc Comhbhá' a cheapadh mar ghrúpa. Féadfaidh dearcthaí nó iompraíochtaí a bheith san áireamh sna spriocanna seo m.sh. 'Glacfaimid le tuairimí éagsúla sa rang', 'Cosnóimid a chéile ó iompar bulaíochta', 'Déanfaimid iarracht labhairt níos minice le daoine lasmuigh dár ngrúpaí cairde', 'Déanfaimid gníomhaíocht dheonach nó charthanachta amháin mar rang', 'Féachfaimid ar scannán faoi cheist shóisialta'. B'fhéidir go mbeadh an Treoir um Do Chomhbhá a Mhéadú ina chuidiú (féach Aguisín A).

3. Tabhair an rang le chéile agus cruthaigh liosta amháin de spriocanna Comhbhá. Is féidir iad seo a thaispeáint áit éigin sa seomra ranga nó is féidir é a chur leis an gconradh ranga OSPS.

4. Ar deireadh, tabhair cúpla nóiméad do na mic léinn chun a gcuid spriocanna comhbhá pearsanta féin a scríobh ina gcóipleabhair.

An bhfuil tú críochnaithe leis na seisiúin CSG?

Ba bhreá linn aiseolas a fháil uait.

Lean an cód QR nó cliceáil ar an nasc thíos chun foirm aiseolais ghearr a líonadh:
https://www.surveymonkey.com/r/ASEFEEDBACK1

Mo Spriocanna Comhbhá

Spriocanna Comhbhá Don Rang	Spriocanna Comhbhá Domsa

Aguisín

Treoir um Do Chomhbhá a Mhéadú

Is í an Fhoireann Tionscadail do Chomhbhá Óige agus Luachanna Sóisialta a d'ullmhaigh an treoir seo. Ionad Taighde Leanaí agus Teaghlaigh UNESCO, Ollscoil na Gaillimhe

Tá sé léirithe ag staidéir go bhfuil iompair faoi leith a mbíonn tionchar acu ar chomhbhá a fhorbairt agus ar an rud ar a dtugann na síceolaithe "iompair phróshóisialta" orthu. I measc na n-iompar sin d'áireofaí cúnamh a thabhairt do dhaoine eile, do chuid a roinnt leo, sólás a thabhairt dóibh agus iad a chosaint nuair is gá. Bunaíodh an treoir seo ar staidéir atá déanta ar fud an domhain ar ógánaigh, comhbhá agus iompair phróshóisialta.[1]

Ballraíocht i gCumainn Spóirt agus i nGrúpaí

Bíonn an chomhbhá agus iompar próshóisialta nasctha le rannpháirtíocht i spórt agus le ballraíocht i gcumainn spóirt.

Tá rannpháirtíocht i ngníomhaíochtaí amhail ceol, obair dheonach, nó grúpaí seach-churaclaim (e.g. na banóglaigh, clubanna iarscoile) in ann iompar próshóisialta níos fearr a chothú.

Céard is féidir leat a dhéanamh?

- ✔ Bí páirteach i spóirt foirne. Glac páirt i gcumann spóirt áitiúil nó i spóirt sa scoil. D'fhéadfadh sraitheanna spóirt neamhfhoirmeálta a bheith ann dóibh siúd nach bhfuil ag iarraidh a bheith páirteach i spóirt iomaíocha. (Iarr ar do chairde a bheith páirteach!)
- ✔ Glac páirt i gclub óige. Féach ar Foróige agus ar Youth Work Ireland chun sonraí a fháil faoi ghrúpaí áitiúla.
- ✔ Bí ag faire amach do dheiseanna obair dheonach a dhéanamh i do phobal féin
- ✔ Bí ag casadh ceoil le daoine eile: glac páirt i gceolfhoireann nó cór, nó cuir banna ceoil le chéile
- ✔ Téigh chuig ceolchoirmeacha nó gigeanna, áit ar bith a bhfuil ceol á chasadh do lucht féachana

Caidrimh le do Phiaraí

Má cheapann do chairde agus piaraí gur rud dearfach an t-iompar próshóisialta, is mó seans go n-iompróidh tú tú féin ar bhealach próshóisialta. Agus tá a mhalairt fíor chomh maith (déanann níos lú ógánach iompar próshóisialta a chleachtadh nuair a ghlacann a gcairde nó a bpiaraí le hiompar ionsaitheach).

Dá fheabhas na caidrimh dhearfacha thacúla a bhíonn ag daoine lena bpiaraí, is ea is mó seans go mbeadh iompar próshóisialta á chleachtadh acu.

Céard is féidir leat a dhéanamh?

- ✔ An bhfuil tú ar do chomhpord leis an gcaoi a n-iompraíonn do chairde iad féin? An airíonn tú go bhfuil tú ag géilleadh don treoir atá á tabhairt duit ag do chairde, agus go bhfuil tú do d'iompar féin ar bhealaí míchearta? Seans go mbeifeá ag iarraidh athsmaoineamh a dhéanamh ar an ngrúpa cairde atá agat, ach is minic nach mbíonn sé sin indéanta. An bhféadfá triail a bhaint as iompar éagsúil a spreagadh?
- ✔ Bí ag tacú le do chairde agus leis na daltaí eile i do rang, agus tabhair spreagadh dóibh aon bhealach is féidir leat. Beidh tú ag cabhrú leo a bheith comhbhách agus cineálta le daoine eile (tú féin san áireamh, seans!). Agus má bhíonn siad amhlaidh leat, seans go mbeidh níos mó comhbhá agat féin do dhaoine i ngan fhios duit féin.

Timpeallacht na Scoile

Cothaítear iompar próshóisialta sa scoil nuair atá timpeallacht dhearfach dhaonlathach inti, agus baint ag na daltaí le cinnteoireacht.

Tá timpeallacht an tseomra ranga tábhachtach chomh maith, mar aon le tacaíocht na múinteoirí, rannpháirtíocht na ndaltaí agus naisc dhearfacha idir piaraí

Céard is féidir leat a dhéanamh?

- ✔ Labhair leis an bPríomhoide nó leis an gCeann Bliana faoin gcaoi le timpeallacht níos dearfaí a chothú sa scoil, agus bíodh moltaí agat.
- ✔ Bí páirteach i gComhairle na nDaltaí nó labhair le baill na Comhairle faoina bhfuil ag tarlú sa scoil agus sa seomra ranga, agus faoin gcaoi le feabhas a chur air.
- ✔ Cuir tús le feachtas nó eagraigh gníomhaíocht éigin chun timpeallacht níos dearfaí a chothú sa scoil.
- ✔ Iarr ar do mhúinteoirí seans a thabhairt duit do thuairim a thabhairt sa seomra ranga e.g. moltaí a dhéanamh nó cabhrú leis na cinntí atá le déanamh faoin gcineál múinteoireachta agus gníomhaíochtaí is fearr a chabhróidh leat foghlaim.
- ✔ Dréachtaigh cairt don seomra ranga ina sonrófar go léireoidh sibh meas ar a chéile sa seomra ranga, lena n-áirítear meas ar thuairimí éagsúla.

Ceantair & Cultúr

Tá tionchar nach beag ag a shláintiúla atá na naisc shóisialta i do chomharsanacht agus do phobal, agus an bhraistint mhuintearais atá agat féin le do phobal, ar chomh próshóisialta agus a bheidh do chuid freagraí.

Céard is féidir leat a dhéanamh?

- ✔ Bí páirteach sa phobal a bhfuil tú i do chónaí ann trí obair dheonach a dhéanamh, nó trí pháirt a ghlacadh i gclub óige áitiúil.
- ✔ An bhfuil leabharlann, nó ionad pobail, cumann spóirt, gairdín pobail, nó séipéal i do cheantar áitiúil? Is minic gur sna háiteanna sin a bhíonn croí an phobail. An féidir leat freastal orthu agus a bheith páirteach?
- ✔ Má tá tú i do chónaí in eastát tithíochta, eagraigh ócáid do na comharsana.

Na meáin

Tá nasc idir an méid ama a chaitear ag féachaint ar an teilifís nó ag imirt cluichí ríomhaireachta agus leibhéil iompair phróshóisialta níos ísle. Tá baint chomh maith ag foréigean sna meáin le laghdú comhbhá agus iompair phróshóisialta.

ACH nuair a fhéachann duine ar ábhar próshóisialta ar na meáin, d'fhéadfadh sé iompar próshóisialta a spreagadh. Tá fianaise ann go dtagann méadú ar chomhbhá an duine nuair a bhíonn suim aige sa léitheoireacht.

Céard is féidir leat a dhéanamh?

- ✔ Déan iarracht an méid ama a chaitheann tú ag imirt cluichí ríomhaireachta agus ag féachaint ar an teilifís a laghdú.
- ✔ Ach nuair atá tú os comhair scáileáin... Déan iarracht cláir theilifíse nó físeáin agus cluichí ríomhaireachta ina bhfuil foréigean a sheachaint agus díriú ar mheáin phróshóisialta a bhfuil teachtaireachtaí dearfacha iontu.
- ✔ Tosaigh ag léamh. Téigh isteach i gclub leabhar, tosaigh ag scríobh dialann léitheoireachta, faigh ballraíocht sa leabharlann.

Daoine Eile

Tá difríochtaí san iompar próshóisialta a léirímid i gcás grúpaí éagsúla, mar shampla an teaghlach, cairde agus strainséirí. Tá roinnt fianaise ann gur mó seans go gcabhróimid leo siúd atá 'cosúil' linn féin.

Céard is féidir leat a dhéanamh?

- ✔ Cuir dúshlán romhat féin comhbhá agus cineáltas a léiriú do dhaoine nach bhfuil aon aithne agat orthu, agus do dhaoine atá éagsúil leat m.sh. strainséirí, daoine ó chúlraí sóisialta, creidimh agus cultúir éagsúla.
- ✔ Labhair le strainséirí.
- ✔ Déan iarracht aithne a chur ar dhaoine nach bhfuil cosúil leat.

Tagairtí

Caprara, G.V. et al. (2000). 'Prosocial foundations of children's academic achievement'. Psychological Science, 11(4), 302–306.

Deković, M., & Gerris, J.R. (1994). 'Developmental analysis of social cognitive and behavioral differences between popular and rejected children'. Journal of Applied Developmental Psychology, 15(3), 367–386.

Domitrovich, C. E., Durlak, J. A., Staley, K. C., & Weissberg, R. P. (2017). 'Social-emotional competence: An essential factor for promoting positive adjustment and reducing risk in school children'. Child development, 88(2), 408-416.

Durlak, J. A., Mahoney, J. L., & Boyle, A. E. (2022). 'What we know, and what we need to find out about universal, school-based social and emotional learning programs for children and adolescents: A review of meta-analyses and directions for future research'. Psychological Bulletin, 148(11-12), 765.

Eisenberg, N., Eggum, N.D. & Di Giunta, L. (2010), 'Empathy-related responding: associations with prosocial behavior, aggression, and intergroup relations', Social Issues Policy Review, 4, 143–180.

Garandeau, C.F., Laninga-Wijnen, L., & Salmivalli, C. (2022). 'Effects of the KiVa Anti-Bullying program on affective and cognitive empathy in children and adolescents'. Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 51:4, 515 529, DOI: 10.1080/15374416.2020.1846541

Goleman, Daniel (1995) *Emotional intelligence: why it can matter more than IQ*. New York: Bantam Books.

Mahoney, J. L., Durlak, J. A., & Weissberg, R. P. (2018). 'An update on social and emotional learning outcome research'. Phi Delta Kappan, 100(4), 18-23.

Mayer, J.D. & Salovey, P. (1997) 'What is Emotional Intelligence?' in P. Salovey & D.J. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications* (pp. 3–34). New York: Basic Books, Inc.

Miklikowska, M. (2018) 'Empathy trumps prejudice: The longitudinal relation between empathy and anti-immigrant attitudes in adolescence', Developmental Psychology, 54, 703–717.

Nesdale, D., Griffith, J., Durkin, K., & Maass, A. (2005). 'Empathy, group norms and children's ethnic attitudes'. Applied Developmental Psychology, 26, 623–637.

Raskauskas, J.L. et al. (2010). 'Bullying among primary school children in New Zealand: Relationships with prosocial behaviour and classroom climate'. Educational Research, 52(1), 1–13.

Silke, C., Brady, B., Boylan, C., & Dolan, P. (2018). 'Factors influencing the development of empathy and pro-social behaviour among adolescents: A systematic review'. Children and Youth Services Review, 94, 421-436.

Van der Graaff, J., Carlo, G., Crocetti, E., Koot, H.M., & Branje, S. (2019). 'Prosocial behaviour in adolescence: Gender differences in development and links with empathy'. Journal of Youth and Adolescence, 47(5), 1086–1099.

van Lissa, C.J., Hawk, S.T., de Wied, M., Koot, H.M., van Lier, P., & Meeus, W. (2014). 'The longitudinal interplay of affective and cognitive empathy within and between adolescents and mothers'. Developmental Psychology, 50, 12–19. 10.1037/a0035050.

Wigelsworth, M., Verity, L., Mason, C., Qualter, P., & Humphrey, N. (2022). 'Social and emotional learning in primary schools: A review of the current state of the evidence'. British Journal of Educational Psychology, 92(3), 898–924.

Wentzel, K.R. (1993). 'Does being good make the grade? Social behavior and academic competence in middle school'. Journal of Educational Psychology, 85(2), 357–364.

Zych, I., Ttofi, M.M., & Farrington, D.P. (2019). 'Empathy and callous–unemotional traits in different bullying roles: A systematic review and meta-analysis'. Trauma, Violence and Abuse, 136(1), 3–21.