Gaelcholáiste Synge

Polasaí um Bainistíocht Teagmhas Criticiúil

GAELCHOLÁISTE SYNGE
65–71 Sráid Heytesbury,
Baile Átha Cliath 8, D08R283
Fón 083 433 57 59
Ríomhphost oifig@gcsynge.ie
Suíomh gréasáin https://www.gcsynge.ie

Clár an Ábhair

1. Réamhrá lthn. 4
2. Teagmhais Criticiúil lthn. 8
3. Foireann Bainistíochta Teagmhas Criticiúil (FBTC) lthn. 10
4. Róil agus Freagrachtaí i bhFBTC lthn. 14
5. Nósanna imeachta i gcás Teagmhas Criticiúil lthn. 24
6. Aguisíní lthn. 44

Ráiteas Misin

Is iad **An Ghaeilge**, **Díograis** agus **Meas** croíluachanna Ghaelcholáiste Synge. Cuireann Gaelcholáiste Synge oideachas den scoth ar fáil trí mheán na Gaeilge. Cothaímid forbairt iomlánaíoch ár ndaltaí ionas go sroichfidh gach scoláire buaic a chumais féin le díograis agus misneach. Cruthaímid pobal foghlama bríomhar, measúil agus spreagúil.

Aidhmeanna na Scoile

- Cuirimid oideachas d'ard chaighdeán ar fáil trí mheán na Gaeilge, ag cothú grá don teanga agus don chultúr Gaelach trí cheol, spórt, traidisiúin agus comhrá.
- Dírímid ár n-aird ar fhorbairt acadúil, mhorálta, fhisiceach, mhothúchánach, shóisialta agus chultúrtha na scoláirí.
- Cruthaímid pobal scoile ina mbraitheann gach scoláire sábháilte, tacaithe agus spreagtha chun barr feabhais a bhaint amach.
- Oibrímid go dlúth le tuismitheoirí agus leis an bpobal chun luachanna na scoile a threisiú. Cothaímid pobal scoile bríomhar atá bunaithe ar mheas, dínit agus comhpháirtíocht.

Tá sé mar aidhm ag Gaelcholáiste Synge folláine a scoláirí agus a foirne a chosaint trí thimpeallacht shábháilte a sholáthar i gcónaí. Tá plean bainistíochta teagmhas criticiúil curtha le chéile ag an mBord Bainistíochta mar ghné amháin de bheartais agus de phleananna na scoile.

1. Réamhrá

Is cuid den saol iad tragóid agus tráma; ach ní bhíonn sé éasca riamh déileáil leo. Bíonn sé thar a bheith deacair nuair a bhíonn tionchar aige ar shaol daoine óga. Ba mhaith leis an bpolasaí seo freastal ar riachtanais shonracha phobal na scoile tar éis aon eachtra thrámach i gcomhthéacs éiteas na scoile. Leagtar amach sa pholasaí seo na nósanna imeachta atá le leanúint chun sábháilteacht agus cosaint phobal Ghaelcholáiste Synge a chinntiú i gcás teagmhais chriticiúil. Úsáidfear na treoirlínte atá leagtha amach sa pholasaí seo go solúbtha agus i ndáil le gach cás mar nach bhfuil aon dá eachtra díreach mar a chéile.

Tá ról tábhachtach ag Gaelcholáiste Synge in aon chás géarchéime ar na cúiseanna seo a leanas:

- Is cuid shuntasach de shaol agus de chóras tacaíochta dalta í an scoil.
- Is eiseamláirí tábhachtacha iad múinteoirí.
- Éascaíonn múinteoirí forbairt scileanna déileála (m.sh. cumarsáid, féinmheas).
- Soláthraíonn an curaclam deiseanna foghlama maidir le sábháilteacht phearsanta agus fhisiceach, scileanna saoil, léiriú mothúchán srl.

Comhthéacs d'Fhorbairt an Pholasaí agus an Phlean

Agus an polasaí agus an plean seo á ndréachtú, cuireadh na doiciméid acmhainní seo a leanas i gcomhairle:

- Treoirlínte maidir le Freagairt do Theagmhais Chriticiúla do Scoileanna (An tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais 2015)
- Ábhair Acmhainní maidir le Freagairt do Theagmhais Chriticiúla do Scoileanna (An tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais 2015)
- Folláine i mBunscoileanna – Treoirlínte maidir le Cur Chun Cinn na Meabhairshláinte (DEY, DOH, HSE 2015)
- Foirne Tacaíochta do Scoláirí Iar-bhunscoileanna (An tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais 2014)
- Folláine in Iar-bhunscoileanna – Treoirlínte maidir le Cur Chun Cinn na Meabhairshláinte agus Cosc ar Fhéinmharú 2013 (Roinn Oideachais agus Óige, Feidhmeannach na Seirbhíse Sláinte 2013)
- Cosc ar Féinmharú sa Phobal - Treoir Phraiticiúil (Feidhmeannach na Seirbhíse Sláinte 2011)
- Freagairt do Theagmhas Criticiúil: Treoirlínte do Scoileanna (An tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais 2003)
- Freagairt do Theagmhas Criticiúil; Pacáiste do Scoileanna (An tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais 2003)
- Teimpléad le haghaidh forbairt Polasaí agus Plean Teagmhais Chriticiúla (An tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais)
- Cosc ar Féinmharú i Scoileanna: Treoirlínte Dea-Chleachtais (Grúpa Náisiúnta Athbhreithnithe Féinmharaithe 2002)

Aidhmeanna agus Cuspóirí an Polasaí um Bainistíocht Teagmhas Criticiúil

- Freagairt do theagmhas criticiúil ar bhealach eolach.
- Timpeallacht dhearfach, oscailte, chumarsáideach a chruthú ina gcomhlíontar riachtanais phobal na scoile i gcásanna teagmhais chriticiúla.
- Aithint cé na teagmhais atá criticiúil do phobal na scoile.
- Timpeallacht scoile shábháilte a chruthú ina dtugtar tús áite do shláinte fhisiceach, shóisialta agus shíceolaíoch na ndaltaí agus na foirne.
- Monatóireacht agus athbhreithniú a dhéanamh ar an mbeartas chun déileáil le héigeandálaí.
- Scileanna déileála gníomhacha a chur chun cinn laistigh de churaclam na scoile.
- Caidrimh oibre dearfacha agus idirphlé a bhunú le gníomhaireachtaí seachtracha, rud a chuirfidh ar chumas comhoibriú iomlán agus éifeachtach i gcás teagmhais chriticiúil.
- Cuirfidh forbairt Polasaí um Bainistíocht Teagmhas Criticiúil srian agus teorainn le tionchar teagmhais ar phobal na scoile.

Rúndacht agus dea-chlú

Tá sé de dhualgas ar bhainistíocht agus ar fhoireann Ghaelcholáiste Synge príobháideacht agus dea-chlú na ndaoine atá bainteach le haon eachtra a chosaint, agus beidh an scoil cúramach maidir le aon ráitis phoiblí.

Is é an Príomhoide an t-aon duine amháin a fhíoróidh faisnéis agus a labhraíonn leis na meáin. Déanfaidh an Príomhoide teagmháil le Cathaoirleach an Bhoird Bainistíochta agus le hIontaobhas Éamainn Rís chun comhairle agus tacaíocht a lorg.

Ní mór d'aon duine a thagann trasna ar eachtra chriticiúil an fhaisnéis a chur ar aghaidh chuig an bPríomhoide chomh maith le cabhair éigeandála a fháil. Cé go mbíonn na himeachtaí a bhaineann le teagmhas criticiúil go minic i réimse an phobail, tá sé tábhachtach a chinntiú go gcoimeádann múinteoirí agus baill foirne cúrsaí faoi rún.

Déanfaidh baill foirne na scoile iarracht a chinntiú go gcoinníonn na daltaí cúrsaí faoi rún freisin.

Ní úsáidfear an téarma 'féinmharú' mura bhfuil faisnéis shoiléir ann gurbh é féinmharú ba chúis leis an mbás agus go dtugann an teaghlach cead an téarma a úsáid. Féadfar an frása 'bás tragóideach' nó 'bás tobann' a úsáid ina ionad.

Ní úsáidfear an focal 'dúnmharú' go dtí go mbeidh sé bunaithe go dleathach gur dúnmharú a bhí i gceist. Féadfar an téarma 'bás foréigneach' a úsáid ina ionad.

2. Feasacht ar an bPolasaí um Bainistíocht Teagmhas Criticiúil

- Tá sé tábhachtach go gcuirtear gach páirtí leasmhar sa scoil – an Bord Bainistíochta, an fhoireann, na daltaí, Iontaobhas Scoileanna Éamainn Rís agus tuismitheoirí – ar an eolas agus go gcuirtear nuashonruithe rialta ar fáil.
- Cuirfear an Polasaí um Bainistíocht Teagmhas Criticiúil i láthair na foirne go léir, lena n-áirítear baill nua foirne.
- Beidh an polasaí ar fáil ar shuíomh gréasáin na scoile.
- Cuirfear na daltaí ar an eolas faoin mbeartas mar chuid dá gclár ionduchtaithe.
- Beidh cóipeanna de na pacáistí éigeandála ag an bhFoireann Freagartha Teagmhas Criticiúil.

Sainmhíniú ar Theagmhas Criticiúil

Aithníonn foireann agus bainistíocht Ghaelcholáiste Synge teagmhas criticiúil mar ‘aon teagmhas nó sraith teagmhas a chuireann gnáthmheicníochtaí déileála na scoile as a riocht’. D’fhéadfadh teagmhais chriticiúla a bheith i gceist le dalta amháin nó níos mó nó le ball foirne amháin nó níos mó, nó le baill dár bpobal áitiúil. Féadfaidh na teagmhais seo:

- a bheith tobann nó gan choinne
- bagairt fhíor agus dian a bheith iontu ar bheatha, ar shláinte, ar mhaoin, ar shlándáil srl.
- cur isteach tromchúiseach a dhéanamh
- tráma a chruthú

Cineálacha Éagsúla Teagmhas Criticiúil

Léirítear sa liosta thíos cásanna a d'fhéadfadh teacht chun cinn agus tionchar a imirt ar phobal na scoile. Níl an liosta seo uileghabhálach.

- Bás ball de phobal na scoile trí thimpiste, foréigean, féinmharú nó féinmharú amhrasach nó bás gan coinne eile
- Imeacht ball de phobal na scoile
- Briseadh isteach sa scoil
- Timpiste a bhaineann le baill de phobal na scoile
- Timpiste/tragóid mhór sa phobal i gcoitinne
- Damáiste tromchúiseach d'fhoirgneamh na scoile trí thine, tuile, loitiméireacht, srl.
- Baint neamhúdaraithe dalta as a theach nó as an scoil
- Troid mhór fhisiceach
- Ionsaí ar mhúinteoir nó ar dhalta
- Mí-úsáid
- Gortú tromchúiseach
- Tinneas mór
- Ráig ghalair

Leibhéil Teagmhas

- **Leibhéal Freagartha 1:** bás dalta nó baill foirne a bhí i mbéal an bháis; bás tuismitheora/dearthár/deirféar; dóiteán sa scoil nach cúis le haon gortú tromchúiseach; dochar tromchúiseach do mhaoin na scoile.
- **Leibhéal Freagartha 2:** bás tobann dalta nó baill foirne.
- **Leibhéal Freagartha 3:** timpiste/teagmhas a bhaineann le roinnt daltaí; bás foréigneach; teagmhas atá in airde sna meáin nó a bhaineann le roinnt scoileanna éagsúla.

2. Foireann Bainistíochta Teagmhas Criticiúil

Is é an aidhm atá againn Foireann Bainistíochta Teagmhas Criticiúil (FBTC) a bhunú chun forbairt agus cur i bhfeidhm an Phlean Bainistíochta Teagmhas Criticiúil a stiúradh.

Aidhm

Is é aidhm an PBTC cabhrú le bainistíocht agus foireann na scoile freagairt go tapa agus go héifeachtach i gcás teagmhais, chun go mbeimid in ann cúrsaí a choinneáil faoi smacht agus a chinntiú go gcuirtear tacaíocht chuí ar fáil do scoláirí agus don fhoireann. Ba cheart go gcuideodh plean maith le cinntiú freisin go mbeidh na héifeachtaí ar na scoláirí agus ar an bhfoireann teoranta. Ba cheart go mbeimid in ann filleadh ar an ngnáthshaol chomh luath agus is féidir.

Éiteas tacúil agus comhbhách a chruthú sa scoil

Tá córais curtha i bhfeidhm againn chun cabhrú le teacht aniar a thógáil i measc na foirne agus na scoláirí, agus ar an gcaoi sin iad a ullmhú chun déileáil le raon imeachtaí saoil. Áirítear leis seo bearta chun aghaidh a thabhairt ar shábháilteacht fhisiceach agus shíceolaíoch phobal na scoile.

Sábháilteacht Choirp

- Plean aslonnaithe curtha i dtoll a chéile
- Polasaí Sláinte agus Sábháilteachta curtha le chéile
- Cód Iompair curtha le chéile
- Déantar druileanna dóiteáin go rialta
- Seiceáiltear bealaí éalaithe agus múchtóirí dóiteáin go rialta
- Maoirseacht roimh oscailt na scoile, i rith am sosa agus lóin agus tar éis na scoile
- Glas ar gheata tosaigh na scoile i rith na n-uaireanta scoile
- Glas ar dhoirse na scoile i rith ranganna

Psychological Safety

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

- Tá an t-Oideachas Sóisialta, Pearsanta agus Sláinte (OSPS) comhtháite le hobair na scoile. I gcuraclam an OSPS tugtar aghaidh ar shaincheisteanna amhail brón agus caillteanas; scileanna cumarsáide; bainistiú struis agus feirge; teacht aniar; bainistiú coinbhleachta; réiteach fadhbanna; cabhair a lorg; bulaíocht; cinnteoireacht agus cosc ar úsáid agus ar mhí-úsáid alcóil agus drugaí. Tá cur chun cinn na meabhairshláinte ina chuid dhílis de.
- Tá teacht ag an bhfoireann ar oiliúint i dtaca lena ról san OSPS.
- Tá cur amach ag an bhfoireann ar na Nósanna Imeachta Cosanta Leanaí agus is eol dóibh cé hé an Duine Idirchaidrimh Ainmnithe (DIA). Tá an fhoireann ar an eolas faoi conas déileáil le hamhras nó nochtadh.
- Tá leabhair agus acmhainní ar fáil maidir leis na deacrachtaí a bhíonn le sárú ag daltaí.
- Cuirtear eolas ar fáil ar mheabhairshláinte go ginearálta agus ar réimsí sonracha amhail comharthaí agus airíonna an dúlagair agus na himní.
- Tá cur amach ag baill fhoirne ar réimse na feasachta i leith féinmharú.
- Tá naisc forbartha ag an scoil le raon gníomhaireachtaí seachtracha lena n-áirítear: Carthanas Seirbhísí Óige agus Pobail (YMCA), Jigsaw, TUSLA, Gardaí, Seirbhís Sláinte Meabhrach do Leanaí agus Déagóirí (CAMHS), scoileanna comharsanacha, YouthReach srl.
- Déantar ionchuir ó sholáthraithe seachtracha a mheas go cúramach i bhfianaise critéir maidir le sábháilteacht na ndaltaí, oiriúnacht an ábhair, agus saineolas na soláthraithe. Féach imlitir 0023/2010.
- Tá beartas soiléir maidir le bulaíocht ag an scoil agus déanann an scoil plé le cásanna bulaíochta de réir an bheartais sin.

- Cuirtear daltaí a aithnítear atá i mbaol ar aghaidh chuig an mball foirne ainmnithe (m.sh.,
- treoirchomhairleoir nó múinteoir tacaíochta), déantar cíoradh ar nithe is údar imní agus tugtar an leibhéal cuí cúnaimh agus tacaíochta dóibh. Cuirtear tuismitheoirí/caomhnóirí ar an eolas agus cuirtear an dalta ar aghaidh chuig gníomhaireacht chuí, nuair is iomchuí.
- Tugtar eolas don fhoireann faoi cén chaoi ar féidir leo teacht ar an tacaíocht dóibh féin.
- Bíonn seachtain bhliantúil um chur chun cinn na sláinte ag an scoil.
- Tá Foireann Tacaíochta do Scoláirí ainmnithe ag an scoil. Buaileann an fhoireann le chéile go rialta chun athbhreithniú a dhéanamh ar sholáthar cúram tréadach agus chun aghaidh a thabhairt ar chásanna sonracha.
- Tá córas cúraim i bhfeidhm sa scoil ag baint úsáide as Contanam Tacaíochta atá leagtha amach i ndoiciméid NEPS.
- Cuirtear baill fhoirne ar an eolas faoi conas rochtain a fháil ar thacaíocht dóibh féin tríd an gClár Chúnaimh d'Fhostaithe.

Foireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil (FBTC)

Tá FBTC bunaithe i gcomhréir le dea-chleachtas. Roghnaíodh baill na foirne ar bhonn deonach agus coinneoidh siad a róil ar feadh bliana scoile amháin ar a laghad. Buailfidh baill na foirne le chéile gach bliain chun an polasaí agus an plean a athbhreithniú agus a nuashonrú.

I rith géarchéime, bíonn líon mór tascanna le déanamh. Trí phríomhróil a aithint roimh eachtra, bíonn ráiteas soiléir ann faoi cé a dhéanfaidh céard, cathain agus conas. Tá sé tábhachtach nach gcuirtear ró-ualach ar aon duine agus nach ndéantar dearmad ar ghnéithe tábhachtacha sa fhreagairt.

D'fhéadfadh na daoine seo a leanas a bheith san áireamh san fhoireann:

- Príomhoide
- Príomhoide Tánaisteach
- Comhairleoir Gairmthreorach
- Ionadaí Sláinte agus Sábháilteachta
- Múinteoir
- Príomhoide Cúnta 1 agus/nó 2
- Feighlí
- Ball den Fhoireann Riaracháin

Féadfar roinnt baill foirne a chomhthoghadh ar an bhfoireann, de réir mar is cuí, mar fhreagairt ar an eachtra. De bharr cúinsí pearsanta, b'fhéidir nach mbeidh daoine áirithe ábalta páirt a ghlacadh.

I gcás go mbeidh an Príomhoide as láthair ó áitreabh na scoile, cuirfear ar an eolas í láithreach faoin eachtra chriticiúil. Má tá an Príomhoide as láthair, aistreofar ról an Bhainisteora Teagmhas chuig an Leas-Phríomhoide.

2. Róil agus Freagrachtaí i bhFoireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil (FBTC)

Tá fillteán teagmhais chriticiúil ag gach ball den FBTC. Tá cóip den pholasaí agus den phlean agus ábhair a bhaineann go sonrach lena ról ann, le húsáid i gcás teagmhais. Tá ról lárnach do gach ball den fhoireann i gcomhréir le dea-chleachtas.

I measc na róil féideartha tá:

- Ceannaire foirne
- Teagmhálaí leis na Gardaí Síochána
- Teagmhálaí leis an bhfoireann
- Teagmhálaí leis na daltaí
- Teagmhálaí le tuismitheoirí/caomhnóirí
- Teagmhálaí leis an bpobal
- Teagmhálaí leis na meáin
- Riarthóir

Ceann Foirne - Príomhoide

Duine a bhfuil údarás aici agus ar féidir léi cinntí a dhéanamh le linn géarchéime (m.sh. an scoil a dhúnadh, freastal ar sheirbhísí cuimneacháin, srl.) Má tá an Príomhoide as láthair, glacfaidh an Príomhoide Tánaisteach an ról seo.

- Soiléiríonn sí na fíricí a bhaineann leis an eachtra.
- Dearbhaíonn sí an eachtra.
- Léiríonn sí comhbhrón leis an teaghlach.
- Sainaithníonn sí duine teagmhála na scoile.
- Cuireann sí baill na foirne ar an eolas faoin ngéarchéim agus tionólann sí cruinniú.
- Comhordaíonn sí tascanna na foirne.
- Déanann sí teagmháil leis an mBord Bainistíochta, Iontaobhas Scoileanna Éamainn Rís, an tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais (NEPS), Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte, an Roinn Oideachais agus Óige, Coimisiún na Scrúduithe Stáit.
- Déanann sí teagmháil leis an teaghlach atá faoi bhrón.
- Cinntíonn sí go gcuirtear tacaíocht leanúnach ar fáil don fhoireann agus do na daltaí.
- Éascaíonn sí imeachtaí cuimhneacháin de réir mar is cuí.

Teagmhálaí leis na Gardaí Síochána - Príomhoide

- Cinntíonn sí go ndéantar an fhaisnéis a sheiceáil le haghaidh cruinneas sula roinntear í.
- Déanann sí teagmháil leis na Gardaí.

Teagmhálaí leis an bhFoireann – Príomhoide Tánaisteach

Baill foirne a bhfuil aithne ag an bhfoireann uirthi agus a bhfuil muinín acu aisti.

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

Teagmhálaí leis an Daltaí – Príomhoide Tánaisteach/Príomhoide Cúnta/Múinteoir Ranga

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

- Maidir le hiar-bhunscoileanna, d'fhéadfadh an teagmhálaí seo eolas a bhailiú ó mhúinteoirí maidir le daltaí a bhfuil imní orthu fúthu
- Cuireann sí baill foirne eile ar an airdeall faoi dhaltaí leochaileacha
- Cuireann sí ábhair ar fáil do na daltaí (óna fillteán teagmhais chriticiúil)
- Coinníonn sí taifead ar shonraí teagmhála na ndaltaí
- Bíonn sí freagrach as seomra suaimhnis a réiteach agus as maoirseacht a dhéanamh air.

Teagmhálaí le Tuismitheoirí/Caomhnóirí – Príomhoide/Príomhoide Tánaisteach

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

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

Teagmhálaí leis an bPobal – Comhairleoir Gairmthreorach/Oifigeach Idirchaidrimh Baile-Scoile

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

- Coinníonn sí uimhreacha teagmhála cothrom le dáta le haghaidh seirbhísí tacaíochta éigeandála, tuismitheoirí a bhfuil róil thábhachtacha acu, ar nós baill de Chomhairle na dTuismitheoirí agus teagmhálaithe agus acmhainní seachtracha eile.
- Coinníonn sí i dteagmháil le gníomhaireachtaí sa phobal maidir le tacaíocht agus cásanna a chur ar aghaidh.
- Bíonn sí ar an airdeall gur gá dintiúir daoine aonair a thairgeann tacaíocht a sheiceáil
- Comhordaíonn sí rannpháirtíocht na ngníomhaireachtaí sin.

- Cuireann sí i gcuimhne do baill foirne na ngníomhaireachtaí sin gur gá dóibh suaitheantais aitheantais a chaitheamh.
- Tugann sí tuairiscí chun dáta do na baill foirne maidir le rannpháirtíocht gníomhaireachtaí seachtracha.

Teagmhálaí leis na Meáin - Príomhoide

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

- Duine a ndéanfaidh machnamh ar na saincheisteanna a d'fhéadfadh teacht chun cinn sula dtarlóidh aon teagmhas, agus ar an gcaoi a freagródh sí dóibh (m.sh. daltaí ag dul faoi agallamh, grianghrafadóirí ar an áitreabh, srl.)
- I gcás teagmhais, déanfaidh sí teagmháil más gá leis an gCoimisiún na Scrúduithe Stáit, leis na ceardchumainn ábhartha múinteoirí, srl.
- Dréachtóidh sí preasráiteas agus tabharfaidh sí eolas agus agallaimh do na meáin (de réir mar a chomhaontóidh lucht bainistíochta na scoile).
- Déanann sí cinneadh conas a chuirfear nuacht in iúl do ghrúpaí éagsúla.
- Ullmhaíonn sí ráiteas poiblí leis an bhfoireann.
- Eagraíonn sí líne theileafóin saor in aisce do ghlaonna isteach agus amach.
- Déanann sí teagmháil le gníomhaireachtaí tacaíochta seachtracha ábhartha.
- Dréachtaíonn sí preasráiteas, tugann sí eolas do na meáin agus agallaimh.
- I bhfianaise chomhairle NEPS, ní dhéanfar agallamh le daltaí, ní cheadófar grianghrafadóirí ar an láthair, agus ní chuirfear grianghraif de dhaltaí ar fáil.

Riarthóir – Rúnaí na Scoile

- Coinníonn sí uimhreacha teileafóin suas chun dáta le haghaidh tuismitheoirí/caomhnóirí, múinteoirí, seirbhísí éigeandála.

- Freagraíonn sí glaonna teileafóin agus breacann síos nótaí ar na glaonna ar gá freagairt orthu.
- Cinntíonn sí go bhfuil na teimpléid ar fáil ar chóras TF na scoile agus iad réidh le cur in oiriúint d'aon chás ar leith.
- Ullmhaíonn sí litreacha, ríomhphoist agus facsanna, agus seolann amach iad.
- Déanann sí ábhair a fhótachóipeáil.
- Coinníonn sí taifead.

Rianú Tinrimh – Sealbhóirí Poist/Múinteoirí Ranga/Múinteoirí

Díreach i ndiaidh na teagmhais chriticiúil, tabharfar aire ar leith do thinreamh na ndaltaí. Déanfar monatóireacht chúramach ar gach neamhláithreacht.

Coinneáil Taifead – Baill FBTC ar fad

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

Seomraí Teagmhais Chriticiúil

I gcás teagmhais chriticiúil:

- Is é an seomra foirne an príomhsheomra a úsáidfear chun bualadh leis an bhfoireann.
- Úsáidfear an halla le haghaidh cruinnithe le daltaí, tuismitheoirí agus na meáin.
- Beidh oifig an Phríomhoide/an Phríomhoide Tánaisteach, cibé acu is iomchuí, mar phríomhoifig do chruinnithe aonair srl.

Trealamh Éigeandála Teagmhas Criticiúil

- Cinntigh go bhfuil uimhreacha teagmhála cuí ar fáil do gach ball foirne - seirbhísí éigeandála; seirbhísí leighis (lia teaghlaigh áitiúla, ospidéil, pearsanra HSE, Seirbhísí Cúraim Pobail srl.)
- Sonraí teagmhála don Bhord Bainistíochta agus Iontaobhas Scoileanna Edmund Rice
- Sonraí teagmhála do thuismitheoir(í)/chaomhnóir(í), foireann (lena n-áirítear foireann riaracháin agus chúnta)
- Sonraí teagmhála don Roinn Oideachais agus Óige
- Trealamh Garchabhrach

- Samplaí de litreacha chuig tuismitheoirí (maidir le tragóid, rannpháirtíocht gníomhaireachtaí seachtracha)
- Samplaí de theimpléid do phreasráitis
- Ainmneacha agus sonraí teagmhála na bhFoirne Bainistíochta Teagmhas Criticiúil
- Plean Aslonnaithe
- Bileoga comhairle

Plean Bainistíochta Teagmhas Criticiúil

Cuirfidh an Teagmhálaí leis an bhfoireann, an Príomhoide Tánaisteach, gach ball foirne nua agus sealadach ar an eolas faoi shonraí an phlean.

Déanfar iniúchadh bliantúil ar nósanna imeachta agus acmhainní atá ann cheana féin:

- Nósanna imeachta éigeandála
- Córais riaracháin
- Straitéisí curaclaim
- Taithí ar theagmhais chriticiúla a tharla
- Rioscaí féideartha e.g. faisnéis éigeandála do thurais scoile
- Acmhainní ábhartha
- Acmhainní foirne (e.g. baill foirne atá oilte i ngarchabhair, in úsáid dífhibrileoir, srl.)
- Naisc le seirbhísí tacaíochta agus le gníomhaireachtaí seachtracha eile
- Scileanna agus cumais phearsanta

Ról na Foirne Bainistíochta Teagmhas Criticiúil:

- Leibhéal na teagmhais agus an fhreagairt atá ag teastáil a mheas
- An freagairt a chomhordú agus a threorú
- Cinneadh a dhéanamh ar na gníomhartha atá ag teastáil
- Cinneadh a dhéanamh ar an bhfoireann/na gníomhaireachtaí is gá a úsáid — de réir mar is iomchuí
- Athbhreithniú agus meastóireacht a dhéanamh ar an bhfreagra
- Ráiteas scríofa ar na fíricí do na daltaí a chur i láthair nuair is cuí
- Ráiteas scríofa ar na fíricí don fhoireann, do thuismitheoirí agus do na meáin
- Freagrachtaí a tharmligean
- Duine a cheapadh chun déileáil le fiosrúcháin teileafóin.
- Duine a cheapadh chun teagmháil a dhéanamh leis na gníomhaireachtaí cuí
- An clár ama/gnáthamh don lá a eagrú (Ag cloí le amchlár na scoile a oiread agus is féidir)
- Cinneadh a dhéanamh ar an bhfoireann is gá a chur ar an eolas

Múinteoirí ag tacú le Daltaí

- Inis do dhaltaí cad atá ar eolas agat faoin eachtra (cloí leis na fíricí).
- Déanfar monatóireacht ghéar ar mhíshuaimhneas daltaí agus, nuair is iomchuí, déanfar teagmháil le tuismitheoirí.
- Taispeánfar conas déileáil le géarchéim m.sh. trí dheis chun an eachtra a phlé.
- Tá a fhios ag múinteoirí faoi iompar réamh-thráma a ndaltaí.
- Ná bíodh eagla ort a rá “Níl a fhios agam”.
- Forbair straitéisí chun tacaíocht shóisialta a mhéadú idir daltaí i do rang m.sh. obair bheirte, obair ghrúpa.
- Lean ort ag déanamh cumarsáid sna míonna i ndiaidh na géarchéime.
- Déan socruithe maidir le filleadh daltaí ar scoil.
- Smaoinigh ar an “suíochán folamh”.
- Athraigh clár an ranga chun tuilleadh míshuaimhneas a sheachaint.
- Bí airdeallach ar an bhféidearthacht go dtarlóidh freagairtí bróin nach bhfuil cabhrach.
- Cumasú

Foireann Bainistíochta Teagmhas Criticiúil (FBTC)

Ról	Ainm & seoladh ríomhphoist	Uimhir Ghutháin
Ceannaire foirne	Clare Catterson ccatterson@syngestreet.com	01 478 39 98
Teagmhálaí leis na Gardaí Síochána	Clare Catterson ccatterson@syngestreet.com	01 478 39 98
Teagmhálaí leis an bhfoireann	Medb Ní Fhearghail mnifhearghail@gcsynge.ie Lesley Plunkett lplunkett@syngestreet.com	083 433 57 59 01 478 39 98
Teagmhálaí leis na daltaí	Medb Ní Fhearghail mnifhearghail@gcsynge.ie Lesley Plunkett lplunkett@syngestreet.com	083 433 57 59 01 478 39 98
Teagmhálaí le tuismitheoirí/caomhnóirí	Medb Ní Fhearghail mnifhearghail@gcsynge.ie Lesley Plunkett lplunkett@syngestreet.com	083 433 57 59 01 478 39 98
Teagmhálaí leis an bpobal	Lisa Kane office@syngestreet.com	01 478 39 98
Teagmhálaí leis na meáin	Clare Catterson	01 478 39 98

	ccatterson@syngestreet.com	
Riarthóir	Lisa Kane office@syngestreet.com	01 478 39 98

3. Procedures to be followed in the event of a Critical Incident

Plean Gníomhaíochta tosaigh

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

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

Faigh cáipéis NEPS *Freagairt do Theagmhais Chriticúla* san fhillteán teagmhais criticiúil .

Déan teagmháil le gníomhaireachtaí cuí (féach Liosta Teagmhálaithe Éigeandála na scoile):

- Seirbhís Éigeandála
- Seirbhís Leighis
- An Bord Bainistíochta
- Iontaobhas Éamainn Rís
- Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte
- An tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais (NEPS)
- Coimisiún na Scrúdaithe Stáit
- Ceardchumainn Múinteoirí
- Ceannairí ó na Pobail Chreidimh

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

Céimeanna Tosaigh

Ní mór teagmháil a dhéanamh leis an bPríomhoide nó leis an duine ainmnithe láithreach.

Bailíonn an Príomhoide nó an duine ainmnithe faisnéis chruinn. Tá sé tábhachtach go gcoimeádtar eolas cruinn.

- Cad a tharla, cá háit agus cathain?
- Cad é méid na ngortuithe?
- Cá bhfuil na daoine atá gortaithe agus na daoine nár gortaíodh?
- Cé mhéad atá i gceist agus cad iad a n-ainmneacha?
- An bhfuil baol ann go ndéanfar tuilleadh díobhála?
- Cé na gníomhaireachtaí a ndearnadh teagmháil leo cheana féin?
- An Bord Bainistíochta agus Iontaobhas Edmund Rice a chur ar an eolas a luaithe is féidir faoin eachtra/leibhéal na heachtra
- Cruinniú a thionól leis an bhFhoireann Bainistíochta Teagmhas Criticiúil
- Cathaoirleacht a dhéanamh ar an gcruinniú
- Teagmháil a dhéanamh leis an tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais
- A chinntiú go gcuirtear na gníomhartha comhaontaithe i bhfeidhm
- Freagra a thabhairt do na meáin, nuair is cuí
- Teagmháil a dhéanamh leis an teaghlach atá faoi bhrón

Cruinniú leis an bhFoireann Bainistíochta Teagmhas Criticiúil

Should the incident occur on the way home from School the CIMT should meet later that evening in order to relieve some of the pressures of the following day. The CIMT will also meet at 8am the morning following the incident.

Should the incident occur during a weekend, or during holiday, provision will need to be made for re-opening the School.

Teagmháil le Baill Phobal na Scoile

- Ainmneofar beirt bhall den FBTC mar Theagmhálaí leis an bhFoireann ar feadh ré na heachtra.
- Nuair a bheidh faisnéis chruinn bailithe, déanfaidh na Teagmhálaithe seo teagmháil le gach ball foirne chun iad a chur ar an eolas faoin staid reatha, agus chun a mheabhrú dóibh a bheith ar scoil mar is gnách an lá dár gcionn.
- Déanfaidh an FBTC socruithe chun an Bord Bainistíochta, Iontaobhas Éamainn Rís, daltaí agus tuismitheoirí a chur ar an eolas.
- Ba chóir go bhfaigheadh gach grúpa an fhaisnéis chéanna ionas nach mbeidh aon mhíthuiscintí ann.

Freagairt na Scoile

Nuair a tharlaíonn teagmhas criticiúil a théann i bhfeidhm ar phobal na scoile, is gnách go mbíonn na nithe seo a leanas i gceist leis an bhfreagairt:

Eolas agus Tacaíocht

Eolas agus tacaíocht a chur ar fáil do dhaltaí, do mhúinteoirí, do bhaill fhoirne, do thuismitheoirí, do na gníomhaireachtaí ábhartha agus don phobal i gcoitinne. Tacaíocht a chur ar fáil do dhaltaí, do mhúinteoirí agus do thuismitheoirí a mbíonn tionchar láithreach orthu. Tuismitheoirí, múinteoirí agus baill fhoirne a threorú chuig na seirbhísí agus na gníomhaireachtaí atá ar fáil. Ar an gcéad dul síos, moltar atreorú chuig dochtúir teaghlaigh do dhaltaí/baill fhoirne.

Cruinniú den Fhoireann Bainistíochta Teagmhas Criticiúil ag 8:00

- Deimhnigh na róil a bheidh ag gach ball den FBTC i rith an lae.

- Cinntigh go bhfuil gach ball den FBTC eolach ar na fíricí agus go bhfuil ráitis ullmhaithe acu do chruinnithe foirne.
- Déanfaidh an fhoireann seo measúnú, bainistíocht agus cuirfidh siad cúrsaí in ord tosaíochta.

Cruinniú Foirne ag 8:30am

- Beidh beirt bhall den FBTC i gceannas ar an gcruinniú seo. Déanfaidh baill eile den FBTC maoirseacht ar na daltaí. Ba chóir go mbeadh gach ball foirne eile i láthair, lena n-áirítear baill fhoirne nach múinteoirí iad.
- Tabharfar ráiteas gairid ar na fíricí mar atá ar eolas (a chomhaontaíodh roimhe seo ag FBTC).
- Ba chóir deis a thabhairt don fhoireann a dtuairimí/mothúcháin a chur in iúl.
- Ba chóir teacht ar chomhaontú maidir le conas a chuirfear na fíricí in iúl do na daltaí agus conas ba chóir don fhoireann freagairt do cheisteanna na ndaltaí.
- Cuirfear an fhoireann ar an eolas faoin amchlár don lá.
- Cuirfear an fhoireann ar an eolas faoi na gníomhaireachtaí seachtracha atá i gceist agus na tacaíochtaí atá i bhfeidhm do dhaltaí agus don fhoireann araon.
- Ba chóir nósanna imeachta chun daltaí leochaileacha a aithint agus déileáil leo a leagan amach.
- Ábhar a dháileadh amach
- Ba chóir gach ball foirne/pobal scoile a chur ar an eolas maidir le conas freagairt do na meáin. Ní mór gach fiosrúchán/tuairim a dhíriú chuig bainistíocht na scoile.

Freagairt Teagmhais Chriticiúil

Freagra Láithreach

- Déan teagmháil leis an bPríomhoide/an chéad bhall eile atá ar fáil den FBTC.
- Taifead agus fíoraigh sonraí - soiléirigh eolas cruinn agus fíor - Cé? Céard? Cathain? Cén áit?
- Cuir na Seirbhísí Éigeandála cuí ar an eolas.
- Cuir an FBTC ar an eolas agus tionól cruinniú. Sonraigh an t-am agus an t-ionad go soiléir.
- Déan measúnú ar na riachtanais – aslonnú, maoirseacht srl.
- Cuir Cathaoirleach an Bhoird Bainistíochta, Iontaobhas Scoileanna Éamainn Rís, an tSeirbhís Náisiúnta Síceolaíochta Oideachais (NEPS) agus gníomhaireachtaí seachtracha ar an eolas.
- Reáchtáil cruinniú foirne chun sceideal don lá a chomhaontú. Iarr ar an bhfoireann gan freagra a thabhairt ar na meáin ná páirt a ghlacadh i ngníomhaíocht sna meáin shóisialta i ndáil leis an eachtra.
- Comhaontú ar ráiteas na bhfíoras do na meáin nó gan aon trácht a dhéanamh, de réir mar is cuí
- Sainaithin daltaí ardriosca
- Ceap duine éigin chun déileáil le fiosrúcháin teileafóin
- Socraigh maoirseacht do dhaltaí.
- Eagraigh an clár ama don lá — coinnigh gnáthamh na scoile, nuair is féidir ar chor ar bith.
- Cruthaigh timpeallacht chiúin, chuspóireach.
- Cuir tuismitheoirí/caomhnóirí ar an eolas, más iomchuí.
- Cuir daltaí ar an eolas agus mínigh dóibh cén fáth ar cheart deireadh a chur le gníomhaíocht ar shuímh meán sóisialta m.sh. TikTok, Instagram, Snapchat srl. Cinntigh nach ndéantar aon íomhánna ná físeáin a roinnt.
- B'fhéidir go mbeadh gá ar leithligh a chur in iúl do chairde dlútha agus do dhaltaí a bhfuil Riachtanais Oideachais Bhreise acu.

- Déan teagmháil leis an teaghlach atá faoi bhrón/tabhair cuairt orthu.
- Eagraigh tacaíocht.
- Ullmhaigh agus comhaontaigh ráiteas meán agus pléigh leis na meáin.
- Reáchtáil cruinniú eolais foirne ag deireadh an lae. Cuir i gcuimhne don fhoireann gan páirt a ghlacadh i ngníomhaíocht meán sóisialta i ndáil leis an eachtra.

Daltaí atá páirteach go díreach

Ba chóir teagmháil a dhéanamh le tuismitheoirí/caomhnóirí a luaithe is féidir, agus ní mór an chéad teagmháil. Leagtar amach na céimeanna atá i gceist thíos:

- Déanfaidh an Príomhoide nó an duine ainmnithe cinneadh cé a roinnfidh eolas le tuismitheoirí.
- Déan liosta de thuismitheoirí/caomhnóirí, a ndearnadh teagmháil leo agus a gcaithfear teagmháil a dhéanamh leo, chun dúbláil teachtaireachtaí a sheachaint
- Tabhair eolas ábhartha agus fíor do thuismitheoirí/caomhnóirí
- Cuir seomra ar leataobh do dhaltaí atá trí chéile chun bualadh le tuismitheoirí/caomhnóirí
- Cuir tacaíocht ar fáil do thuismitheoirí, atá leo féin, nuair a shroicheann siad an scoil.
- Déanfaidh an Príomhoide nó an duine ainmnithe cinneadh agus treoir a thabhairt do cé ba chóir tacú le tuismitheoirí
- Tabhair uimhreacha teileafóin le haghaidh fiosrúcháin
- Eagraigh athaontú daltaí le tuismitheoirí, más gá
- Cuir in iúl do dhaltaí go mbeidh a dtuismitheoirí/gcaomhnóirí á mbailiú a luaithe is féidir.
- Éascaigh daltaí atá trí chéile agus a dtuismitheoirí trí sheomra príobháideach a sholáthar, inar féidir leo bualadh le chéile, tar éis eachtra. D'fhéadfadh sé seo a bheith ina am an-dheacair.

Daltaí nach raibh baint dhíreach acu leis an eachtra

- Ba chóir tuismitheoirí daltaí eile sa scoil a chur ar an eolas faoin eachtra mar go bhféadfadh a bpáiste a bheith trína chéile
- Seol litir chuig na tuismitheoirí ina luaitear na fíricí agus sonraí gearra na heachtra. B'fhéidir nach mbeadh sé oiriúnach ag an bpointe seo ainmneacha na ndaoine a bhí páirteach a nochtadh.
- Eagraigh tacaíocht mhothúchánach do dhaltaí, trí chruinnithe le comhairleoirí scoile ceaptha agus comhairleoirí cáilithe eile ar an bhfoireann.

Treoir maidir le nuacht a chur in iúl do dhaltaí

- Tá ullmhúchán cúramach tábhachtach agus daltaí á mbualadh le chéile chun iad a chur ar an eolas faoi eachtra chriticiúil.
- Ba chóir aois na ndaltaí agus líon an ghrúpa a chur san áireamh. Is fearr é sin a dhéanamh i ngrúpaí ranga nó i bhfoghrúpaí.
- Ba chóir oiriúnacht an 'teachtaire' a chur san áireamh freisin, agus cuimhneamh go meastar go ginearálta gurb iad na daoine fásta a bhfuil aithne ag na daltaí orthu is fearr a thugann tacaíocht.
- D'fhéadfadh aon 'shaineolaí' seachtrach cabhrú trí chúnamh a thabhairt don fhoireann atá ag déanamh an tasc seo chun ullmhú dó agus trí chomhairle agus tacaíocht a sholáthar agus iad á bhainistiú.
- Beidh tionchar soiléir ag cineál na hócáide ar an gcaoi a gcuirtear na daltaí ar an eolas.
- Ceapfaidh an Príomhoide an fhoireann seo chun an fhaisnéis a sholáthar do na daltaí.
- Cuirfear na fíricí ar fad ar fáil do gach ball foirne mar atá ar eolas. Níor cheart ach na fíricí seo a chur in iúl.
- Ba chóir grúpa ranga an dalta/bhall foirne atá básaithe a chur ar an eolas ar dtús.
- Cuirfidh ball den FBTC na ranganna eile ar an eolas a luaithe is féidir. Tá sé tábhachtach a mheabhrú nach mbeidh gach rang trí chéile. Mar sin féin, ní mór an caillteanas don phobal scoile ina iomláine a admháil.
- Abair leis an rang go bhfuil nuacht bhrónach agat agus go bhfuil sé deacair duit é seo a dhéanamh.
- Cuir na fíricí in iúl dóibh mar atá siad ar eolas agatsa (Tá sé ríthábhachtach ráflaí a sheachaint)
- Spreag ceisteanna, ach bí cúramach gan freagra a thabhairt ach amháin leis an méid a dúradh leat mar fhíric.
- Cuir na daltaí ar an eolas faoi imoibrithe coitianta ar an nuacht thragóideach. Is gnách gurb é turraing an t-imoibriú is coitianta.

- Ná lig do dhaltaí an seomra ranga a fhágáil leo féin má tá siad trí chéile. Ba chóir maoirseacht leanúnach a dhéanamh ar dhaltaí agus iad trí chéile.
- Cuir na daltaí ar an eolas faoi na daoine/grúpaí atá ar fáil chun tacú leo.
- Ná bíodh eagla ort a chur in iúl dóibh go bhfuil tú féin trína chéile faoin nuacht freisin.
- Tabhair am do dhaltaí labhairt lena chéile agus a mhíniú conas is féidir leo tacú lena chéile.
- Bí airdeallach ar dhaltaí nach bhfuil ag déileáil go maith leis an nuacht.
- Bheadh nóiméad ciúnais oiriúnach agus d'fhéadfadh sé cabhrú le daltaí scíth a ligean.
- Beidh roinnt daltaí in ann leanúint leis an rang. Beidh ar dhaoine eile dul chuig na seirbhísí comhairleoireachta atá ar fáil.
- Ba chóir do gach múinteoir iarracht a dhéanamh leanúint leis an ngnáthlá scoile nuair is iomchuí ach solúbthacht agus am a cheadú do dhaltaí le labhairt.

Leabhar Comhbhróin

Más gá, osclófar leabhar comhbhróin agus cuirfear in áit lárnach é.

An Chuid Eile den Lá 1

- Ba chóir don scoil timpeallacht chiúin, thacúil a choinneáil agus, a mhéid is féidir, leanúint leis an ngnáthlá scoile agus solúbthacht á ligean ag an am céanna.
- Ba chóir don fhoireann béim a leagan ar na tacaíochtaí atá ar fáil i rith an lae.
- Moltar go mbeadh níos mó baill fhoirne ná mar is gnáth ag meascadh leis na daltaí le linn sosanna chun tacaíocht a thabhairt.
- Buailfidh an FBTC le chéile ag an lón chun freagairt na scoile a mheas, ainmneacha na ndaltaí a bhfuil imní ar chomhghleacaithe fúthu a bhailiú, agus plean a chomhaontú don tráthnóna.
- Ba chóir cruinniú gairid foirne a reáchtáil ag deireadh an lae scoile chun plé a dhéanamh ar an gcaoi ar éirigh leis an lá, daltaí leochaileacha a aithint, pleanáil don lá amárach agus aon socruithe sochraide a mhionsonrú más féidir.

Ag Déileáil leis na Meáin

De ghnáth, ní labhraíonn an Príomhoide leis na meáin. B'fhéidir go mbeadh sé níos oiriúnaí do ghníomhaireachtaí eile agus/nó don teaghlach freagairt do na meáin.

Mar sin féin, ullmhaigh ráiteas scríofa ina n-áirítear:

- Na fíricí faoin eachtra
- Cad atá déanta cheana féin?
- Cad atá le déanamh?
- Eolas nó tuairimí dearfacha faoin duine básaithe

Agallaimh bheo

- Smaoinigh ar an tasc a shannadh do dhuine a bhfuil saineolas aige nó aici ar dhéileáil leis na meáin
- Tóg roinnt ama le hullmhú
- Cuimhnigh go bhfuil gach rud a deir tú ar taifead agus dá bhrí sin, coinnigh simplí, fíor agus gearr é
- Diúltaigh, mura bhfuil tú réidh nó má cheapann tú go bhfuil sé míchuí
- Smaoinigh ar sheomra a chur ar leataobh do na meáin. D'fhéadfadh sé seo cabhrú lena rochtain ar bhaill fhoirne agus ar dhaltaí a rialú.
- Tabhair eolas don fhoireann agus do dhaltaí agus comhairle dóibh maidir le déileáil leis na meáin — gan aon rud a rá mura bhfuil siad ceaptha chun eolas a thabhairt do na meáin.

Lá 1

Tasc	**Ainm**
Bailigh eolas cruinn - Cé, céard, cathain, cén áit?	Clare Catterson
Tionól cruinniú FBTC – sonraigh an t-am agus an áit go soiléir	Clare Catterson
Déan teagmháil le gníomhaireachtaí seachtracha	Lisa Kane
Socraigh maoirseacht do dhaltaí	Medb Ní Fhearghail Lesley Plunkett
Tionól cruinniú foirne	Medb Ní Fhearghail Lesley Plunkett
Comhaontaigh sceideal don lá	Medb Ní Fhearghail Lesley Plunkett
Cuir na daltaí ar an eolas – (b'fhéidir go mbeadh gá cairde dlútha agus daltaí a bhfuil deacrachtaí foghlama acu a chur ar an eolas leo féin)	Medb Ní Fhearghail Lesley Plunkett
Cuir liosta de dhaltaí leochaileacha le chéile	Lisa Kane
Teagmháil a dhéanamh leis an teaghlach atá faoi bhrón/tabhair cuairt orthu	Clare Catterson
Ullmhaigh agus comhaontaigh ráiteas meán agus déileáil leis na meáin	Clare Catterson
Cuir tuismitheoirí ar an eolas	Clare Catterson

Eagraigh tionól foirne ag deireadh an lae	Medb Ní Fhearghail Lesley Plunkett

Freagairt Ghearrthéarmach

- Atmaisféar socair agus ceannaireacht shoiléir a choinneáil.
- Leochaileacht agus riachtanais grúpaí nó daoine aonair éagsúla a mheas.
- Eolas/tacaíocht/cúnamh praiticiúil a thairiscint do thuismitheoirí/chaomhnóirí.
- Seomra a chur ar fáil do dhaltaí le teacht le chéile.
- Tacaíocht foirne a eagrú, ag soláthar deiseanna le haghaidh comhairliúcháin foirne.
- A bheith ar fáil do dhaltaí, do bhaill fhoirne agus do thuismitheoirí/chaomhnóirí.
- Seisiúin eolais a shocrú don fhoireann.
- Teagmháil a dhéanamh le gníomhaireachtaí seachtracha ábhartha.
- Cuairt a thabhairt ar an teaghlach nó ar na teaghlaigh lena mbaineann agus dul i gcomhairle leo, m.sh. maidir le socruithe sochraide.
- Aontú maidir le freastal agus rannpháirtíocht ag seirbhís sochraide.
- Cinntí a dhéanamh faoi dhúnadh na scoile.
- Leabhar comhbhróin a oscailt.
- A mhéid is féidir, an scoil a choinneáil ar oscailt chun gnáthamh na scoile a choinneáil, agus aire mhór á thabhairt acu maidir le pearsanra údaraithe nó neamhúdaraithe ar láthair na scoile.
- Má tá cuid den scoil nó an scoil ar fad dúnta chun críocha imscrúdaithe coiriúil, oibrigh go cruthaitheach le gníomhaireachtaí eile chun an fhéidearthacht a fhiosrú leanúint de ranganna a thabhairt le chéile in áiteanna eile go dtí go mbeidh an scoil ag feidhmiú. Mura féidir é seo a dhéanamh, coinneofar teagmháil le tuismitheoir(í)/caomhnóir(í) le haghaidh nuashonruithe.

Gníomhartha Meántéarmacha (24 - 72 uair an chloig)

Athbhreithniú a dhéanamh ar imeachtaí na chéad 24 uair an chloig

- Foireann Bainistíochta Teagmhas Criticiúil a aththionól
- Seiceáil conas atá gach duine ar an bhfoireann seo ag déileáil leis an scéal
- Socruithe a dhéanamh maidir le cruinnithe tacaíochta amach anseo do thuismitheoirí/chaomhnóirí/dhaltaí/fhoireann
- Aiseolas a bhailiú ó mhúinteoirí maidir le daltaí leochaileacha agus modh éifeachtach a chinneadh chun monatóireacht a dhéanamh ar dhaltaí leochaileacha
- A chinntiú go gcoinnítear an fhoireann ar fad ar an eolas faoi aon fhorbairtí
- Coinnigh súil ar an gcaoi a bhfuil an fhoireann ar fad ag déileáil leis an scéal ar leibhéal pearsanta agus gairmiúil
- Déan teagmháil le baill fhoirne agus daltaí atá as láthair
- Socraigh tacaíocht do ghrúpaí daltaí aonair agus do thuismitheoirí agus soláthar seomra oiriúnach.
- Cruinniú tacaíochta/eolais a reáchtáil do thuismitheoirí/dhaltaí chun soiléiriú a dhéanamh ar ar tharla. Comhairle agus dearbhú a thairiscint. Cuir ar an eolas iad faoi sheirbhísí tacaíochta agus cuir bileoga ábhartha ar fáil
- Tabhair an rogha d'aon mhúinteoir a bhraitheann míchompordach le bheith páirteach i gcruinnithe tacaíochta gan páirt a ghlacadh
- Socraigh, i gcomhairle le gníomhaireachtaí seachtracha, cruinnithe tacaíochta le cead tuismitheoirí
- Pleanáil d'ath-imeascadh daltaí agus foirne (m.sh. scoláirí a bhí as láthair, gortaithe, siblíní, gaolta dlútha srl.). Sainaithin duine/daoine tábhachtacha chun teagmháil a dhéanamh leo ar a bhfilleadh ar scoil.
- Pleanáil cuairteanna ar dhaoine gortaithe. Sainaithin duine/daoine tábhachtacha chun cuairt a thabhairt ar an mbaile/an t-ospidéal, más iomchuí.
- Déan teagmháil leis an teaghlach maidir le socruithe sochraide/seirbhís chuimhneacháin.

- Ainmnigh ball foirne chun teagmháil a dhéanamh leis an teaghlach, chun comhbhrón a chur in iúl agus mianta an teaghlaigh a shoiléiriú maidir le rannpháirtíocht na scoile sa tsochraid/seirbhís chuimhneacháin.
- Freastal agus rannpháirtíocht ag sochraid/seirbhís chuimhneacháin, cinneadh a dhéanamh air seo de réir mhianta na dtuismitheoirí agus chinntí bainistíochta na scoile.
- Socraigh cuairt bhaile ó bheirt ionadaithe foirne laistigh de 24 uair an chloig, más iomchuí.
- Tabhair aird ar thraidisiúin agus ar chreidimh reiligiúnacha éagsúla.
- Tabharfar urraim i gcónaí do mhianta an teaghlaigh bhrónaigh.
- Cinneadh maidir le dúnadh na scoile a iarraidh ar an mBord Bainistíochta.

Athoscailt na Scoile i ndiaidh na Sochraide

Ba chóir do bhaill den FBTC agus do bhaill fhoirne ábhartha eile teagmháil a dhéanamh le daltaí a fhilleann ó neamhláithreacht mar gheall ar an eachtra. Ba chóir monatóireacht a dhéanamh ar dhaltaí a mheastar a bheith leochaileach agus iad a atreorú chuig comhairleoireacht.

Ba chóir cuireadh a thabhairt do dhaltaí a bhfuil faoi strus as imeachtaí na laethanta seo caite chuig seisiún faoi Strus i rith Teagmhais Chriticiúil. Déanfaidh comhairleoir an seisiún a éascú agus beidh ball foirne a raibh aithne mhaith aige/aici ar an duine nach maireann páirteach ann.

Mairfidh an seisiún thart ar 90 nóiméad agus tá sé mar aidhm aige cur ar chumas na ndaltaí tosú ag déileáil leis an bpróiseas bróin.

Aidhmeanna:

- Áit shábháilte, rúnda a sholáthar do dhaltaí chun a scéal a insint agus a gcuid mothúchán a roinnt.

- An scoil a chur ar an eolas faoi dhaoine aonair a bhfuil tacaíocht fhadtéarmach níos sainiúla ag teastáil uathu.
- Cosc a chur le tús neamhord strus iarthrámach.
- Cur ar chumas na ndaltaí filleadh ar an ngnáthsaol a luaithe is féidir.

Freagairt Mheántéarmach

- Leanúint ar aghaidh ag obair i gcomhar le gníomhaireachtaí eile.
- Leanúint ar aghaidh ag monatóireacht eolais faoi imní múinteoirí/tuismitheoirí.
- Deiseanna tacaíochta a chur in iúl do dhaltaí tríd an gcuraclam nó trí ghníomhaireachtaí seachtracha.
- Déan monatóireacht ar dhaltaí le haghaidh comharthaí míshuaimhneas leanúnaigh.
- Déan pleanáil d'fhilleadh daltaí atá faoi bhrón nó gortaithe.
- Déan pleanáil chun leabhar comhbhróin srl. a thabhairt don teaghlach.
- Eagraigh cainteanna, más iomchuí, maidir le sábháilteacht srl.
- Bí airdeallach ar athruithe iompraíochta/imní/eagla i ndaltaí a bhaineann leis an eachtra.
- Cinntigh go bhfuil tacaíocht ar fáil don fhoireann ar leibhéal pearsanta agus gairmiúil.
- Más gá, socraigh atreoruithe chuig gníomhaireachtaí seachtracha do dhaoine aonair/grúpaí ag ligean 4 – 6 seachtaine don ghnáthphróiseas bróin.

Lá 2 agus na laethanta dar gcionn

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

Freagairt Fhadtéarmach

- Déan monatóireacht agus athbhreithniú leanúnach.
- Tacú le daoine atá fós ag fulaingt.
- Measúnú leanúnach a dhéanamh ar riachtanais phobal na scoile agus iad ag déileáil le tionchar na heachtra.
- Déileáil le meabhrúchán faoin eachtra – tionchar an fhiosrúcháin, imeachtaí cúirte srl.
- Leanúint de thacaíocht a thabhairt don fhoireann ar leibhéal pearsanta agus gairmiúil.
- Leanúint le straitéisí cruthaitheacha déileála tríd an gcuraclam srl.
- Comóradh a dhéanamh go cuí; dátaí suntasacha a aithint m.sh. breithlaethanta srl.
- Leanúint de bheith ag obair le gníomhaireachtaí seachtracha, más iomchuí.
- Déan monatóireacht ar dhaltaí le haghaidh comharthaí míshuaimhneas leanúnaigh.
- Cinntigh go bhfuil baill fhoirne nua ar an eolas faoin bpolasaí agus na nósanna imeachta um Bainistíocht Teagmhas Criticiúil. Cinntigh go bhfuil siad ar an eolas faoi na daltaí a raibh tionchar orthu in aon eachtra le déanaí.
- D'fhéadfadh go mbeadh gá le hatreorú chuig a ndochtúir, m.sh. Má leanann dalta de bheith ag taispeáint na nithe seo a leanas thar thréimhse fhada, d'fhéadfadh go mbeadh cúnamh ag teastáil óna ndochtúir:
  - Iompar neamhghnách
  - Meath ar fheidhmíocht acadúil
  - Comharthaí fisiceacha - m.sh. cailliúint/cur suas meáchain; easpa airde ar chuma, tuirse, míshuaimhneas
  - Freagairt mhothúchánach mhíchuí
  - Méadú ar neamhláithreacht

Obair Leantach – tar éis 72 uair a chloig

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

Comóradh

- D'fhéadfadh comóradh freagairtí mothúchánacha a spreagadh i measc daltaí/foireann agus d'fhéadfadh go mbeadh tacaíocht bhreise ag teastáil uathu ag an am seo
- Aithin an comóradh leis an teaghlach agus déan teagmháil le haon chomóradh atá beartaithe Bí íogair do laethanta suntasacha cosúil le breithlaethanta, an Nollaig, Lá na Máithreacha, Lá an Athar.

Measúnú ar Fhreagra Teagmhais Chriticiúil

- Cad a chuaigh go maith?
- Cá raibh na bearnaí?
- Cad ba mhó/ba lú cabhrach?
- An bhfuil atreoruithe riachtanacha chuig seirbhísí tacaíochta déanta?
- An bhfuil aon ghnó le críochnú?

Tuilte, Dóiteán nó Damáiste Tromchúiseach don Scoil

I gcás teagmhais chriticiúil den chineál seo, beidh feidhm ag na nósanna imeachta seo a leanas:

1. Déanfaidh an Príomhoide teagmháil leis na Gardaí Síochána, leis an mBord Bainistíochta, le hIontaobhas Scoileanna Éamainn Rís.
2. Tionólfar cruinniú den FBTC.

- Má aimsítear an damáiste san iarnóin/go luath sa tráthnóna, ba chóir don FBTC bualadh le chéile an tráthnóna sin. Má aimsítear an damáiste go déanach san oíche nó go luath ar maidin, ba chóir don FBTC bualadh le chéile ag 7:00 nó a luaithe is féidir.
- Déanfaidh an FBTC, i gcomhar leis an mBord Bainistíochta, cinneadh an bhfuil sé sábháilte agus praiticiúil an scoil a oscailt.
- I gcás inar féidir an scoil a oscailt, déanfaidh an FBTC cinneadh ar phlean don lá, lena n-áirítear limistéir nach mór a bheith as úsáid/dúnta amach.
- Tionólfar cruinniú gairid foirne ag tús an lae scoile chun an plean seo a leagan amach agus arís ag deireadh an lae le haghaidh aiseolais.
- I gcás ina bhfuil gá leis an scoil a dhúnadh, ba chóir tuismitheoirí/caomhnóirí a chur ar an eolas. Ba chóir go mbeadh an t-eolas i bhfoirm ráitis arna chomhaontú ag an FBTC.
- Nuair a bheidh fráma ama socraithe d'athoscailt na scoile, ba chóir don FBTC plean a dhréachtú do:
  a. Tréimhse an dúnadh (cóiríocht mhalartach srl.)
  b. Athoscailt na scoile.
  c. Freagairt do na meáin
- I gcás go dtarlóidh tine/tuile srl. le linn lá na scoile, cuirfear nósanna imeachta éigeandála na scoile i bhfeidhm mar atá leagtha amach i Ráiteas Sláinte agus Sábháilteachta na Scoile. Tiocfaidh an FBTC le chéile láithreach ansin.

Oiliúint Foirne

Tá Gaelcholáiste Synge tiomanta d'oiliúint leanúnach a chur ar fáil don fhoireann maidir le Teagmhais Chriticiúla agus maidir le déileáil le daltaí atá faoi bhrón/trína chéile.

Critéir Rathúlachta

Sainmhíneofar rath an pholasaí seo leis na nithe seo a leanas;

- Déantar Teagmhais Chriticiúla a bhainistiú go héifeachtach agus go tuisceanach,
- Déantar cumarsáid a láimhseáil go héifeachtach.
- Baintear leibhéal áirithe clabhsúir amach.

Nósanna Imeachta Monatóireachta agus Athbhreithnithe

Déanfar monatóireacht ar éifeachtacht an pholasaí seo trí thaithí ar theagmhais chriticiúla agus riachtanais athraitheacha phobal ár scoile á gcur san áireamh.

4. Aguisíní

1. Clár oibre le haghaidh an chruinnithe leis an bhfoireann bainistíochta teagmhais chriticiúil/le príomhbhaill foirne
2. Litir shamplach chuig tuismitheoirí/caomhnóirí - bás tobann/timpiste
3. Litir shamplach chuig tuismitheoirí/caomhnóirí - bás foréigneach
4. Fógra samplach do na meáin
5. Seisiún seomra ranga tar éis scéala a fháil faoi theagmhas criticiúil
6. Tuiscint agus freagairt leanaí ar an mbás de réir aoise
7. Céimeanna an bhróin
8. An chaoi le déileáil leis nuair a tharlaíonn rud éigin uafásach
9. Freagairtí ar theagmhas criticiúil
10. Brón tar éis féinmharú nó féinmharú amhrasach
11. Filleadh an linbh a fágadh faoi bhrón ar an scoil
12. Bealaí le cabhrú le do leanbh ag an am deacair seo
13. Treoir ghinearálta maidir le hagallaimh do threoirchomhairleoirí agus baill fhoirne ainmnithe eile
14. Seicliosta - daltaí atá i mbaol
15. Cíoradh a dhéanamh ar bhaol an fhéinmharaithe
16. Ceisteanna coitianta - príomhoidí
17. Ceisteanna coitianta - Múinteoirí
18. Ceisteanna coitianta - tuismitheoirí/caomhnóirí
19. Liosta teagmhálaithe éigeandála
20. Treoir maidir le húsáid na meán sóisialta
21. Múinteoirí ag cabhrú le daltaí i gcás géarchéime nó éigeandála
22. Acmhainní

1. Clár Oibre le haghaidh an chruinnithe leis an bhfoireann bhainistíochta teagmhais chriticiúil/le príomhbhaill fhoirne

- Comhroinn na sonraí ar fad faoin teagmhas
- Comhaontaigh na fíricí. Beidh ar na baill fhoirne ar fad iad sin a chur in iúl do na daltaí ar bhealach soiléir, cuí agus comhsheasmhach .
- Déan plé ar na gníomhaireachtaí a bhfuil teagmháil déanta leo agus ar ghníomhaireachtaí eile ba chóir a chur ar an eolas.
- Caithfear aird ar leith a thabhairt ar chumarsáid a bhainistiú. Bain leas as na meáin shóisialta le cumarsáid fhíorasach, chuí a éascú.
- D'fhéadfadh bac a bheith ar línte teileafóin le linn mór-eachtraí. Déan comhaontú maidir leis an líne theileafóin a choimeádtar ar oscailt le haghaidh glaonna éigeandála amach.
- Sa chás go bhfuil roinnt gníomhaireachtaí seachtracha páirteach sa fhreagairt, is gá iad a chomhordú agus nósanna imeachta a chomhaontú. D'fhéadfadh gníomhaireacht ar nós an SNSO an ról sin a ghlacadh.
- Pleanáil na nósanna imeachta don lá .
- Déan plé ar shaincheisteanna a bhaineann le gnáthamh na scoile, lena n-áirítear cibé acu ar chóir an scoil a dhúnadh. **Ná déan dearmad gur tábhachtach an rud é cloí leis an ngnáthamh nuair is féidir**. Moltar amchlár na scoile a rith mar is gnách. Mothóidh daoine go bhfuil siad sábháilte dá bharr agus beidh siad buíoch as an struchtúr, rud a thugann sólás do roinnt mhaith daltaí. Ba chóir do mhúinteoirí deis a thabhairt do dhaltaí labhairt faoin méid a tharla agus gníomhaíochtaí acadúla a chur ar an méar fhada go ceann píosa más gá.

- B'fhéidir gur mhaith leat tuairimí na ndaltaí a lorg má tá imeacht sceidealaithe, amhail turas, ceolchoirm, cluiche, srl. Laghdófar an baol leis sin go mbeidh fearg ar dhaltaí ar ball de bharr go ndearna an scoil rud éigin nó gur theip uirthi rud éigin a dhéanamh.
- Déan plé ar na bealaí is féidir an drochscéala a insint do dhaoine muinteartha agus do dhlúthchairde agus ar an duine is fearr chun é sin a dhéanamh (ná déan dearmad go gcaithfear labhairt leo astu féin i ngach uile chás).
- Déan plé ar na bealaí a bhféadfadh an drochscéala a insint don chuid eile de na daltaí. Is iondúil go mbíonn sé níos fearr labhairt leo ina ngrúpaí ranga, seachas i dtionól mór.
- Déan plé ar cén chaoi sainaithint a dhéanamh ar dhaltaí leochaileacha.
- Má tá daltaí as tíortha eile nó a bhfuil creidimh éagsúla acu sa scoil, ní mór an méid sin a chur san áireamh nuair atá seirbhísí paidreacha, freastal ar an tsochraid, srl. á n-eagrú.
- Eagraigh cruinniú faisnéise don fhoireann uile (lena n-áirítear foireann choimhdeach). B'fhéidir go gcaithfí an cruinniú sin a dhéanamh in dhá ghrúpa ag brath ar na socruithe maoirseachta i gcomhair na ndaltaí.
- Comhaontaigh téacs na litreach a sheolfar amach chuig na tuismitheoirí.
- Déan plé ar cén chaoi a ndéileálfar leis na meáin. Ullmhaigh ráiteas do na meáin agus cuir suas ar láithreán gréasáin na scoile é, más iomchuí. Is féidir an ráiteas sin a chur tríd an r-phost chuig ionadaithe meán a dhéanann teagmháil leis an scoil. B'fhéidir go n-úsáidfear é chomh maith má iarrtar agallamh..
- Dáil freagrachtaí ar an mball cuí den Fhoireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil nó ar phríomhbhall foirne.
- Déan plé ar an seomra/na seomraí a chuirfear ar fáil do ghníomhaireachtaí seachtracha.
- Socraigh cé acu a chuirfear seomra suaimhnis ar fáil do dhaltaí nó nach gcuirfear. Áit do dhaltaí is ea é sin ar féidir leo dul chuici má bhíonn sé ag dul deacair orthu guaim a choinneáil orthu féin sa seomra ranga. Ba chóir go mbeadh ann bosca ciarsúir páipéir, roinnt bréagáin stuáilte, cúisíní, ábhair líníochta agus scríbhneoireachta agus bileoga

faisnéise atá oiriúnach d'aois na ndaltaí ó na hÁbhair Acmhainne ag deireadh na cáipéise seo. Moltar go hiondúil go mbeadh sé ar fáil go ceann seachtaine tar éis an teagmhais agus go ndéanfaí athbhreithniú ar a úsáid ina dhiaidh sin. Ba chóir do dhaltaí síniú amach as a ngnáthrang agus síniú isteach sa seomra suaimhnis go ceann tréimhse áirithe. Ba chóir go ndéanfaí maoirseacht ar na daltaí sa seomra lena sábháilteacht a chinntiú. D'fhéadfadh sé go mbeadh tacaíocht aonair ag teastáil ag dalta atá go mór faoi bhuairt. B'fhéidir go gcuirfeadh an treoirchomhairleoir, an séiplíneach nó ball foirne eile an tacaíocht sin ar fáil. D'fhéadfaí seomra den chineál céanna a chur ar fáil don fhoireann.

- Caithfidh cead tuismitheora/caomhnóra a bheith ag an dalta chun dul chuig an síceolaí. Socraigh go ndéanfar fótachóipeáil den fhoirm cheadúnais agus go seolfar chuig tuismitheoirí/caomhnóirí í.
- I gcás ina ndéantar iarratas go bhfeicfeadh dalta síceolaí sula síneofar an fhoirm cheadúnais, glaoigh ar an tuismitheoir/caomhnóir chun cead ó bhéal a fháil. Mura féidir teagmháil a dhéanamh láithreach, ba chóir don Phríomhoide, i gcomhairle leis an síceolaí, an cinneadh a dhéanamh ar mhaithe le leas an dalta. Ba chóir go mbeadh tosaíocht ag seo thar chúrsaí nós imeachta. Má fheictear dalta gan cead, ba chóir don scoil teagmháil a dhéanamh leis na tuismitheoirí/caomhnóirí a luaithe is féidir.
- Ba chóir taifead a choinneáil ar na daltaí ar fad a labhraíonn baill fhoirne scoile agus gníomhaireachtaí seachtracha leo. Ba chóir duine amháin a cheapadh chun na liostaí a thabhairt le chéile ar bhonn rialta.
- Ba chóir do gach ball foirne taifid a choinneáil ar na glaonna gutháin uile a dhéantar le linn bhainistiú an teagmhais, chomh maith le taifid ar chruinnithe, cuairteanna srl.
- Comhaontaigh an t-am don chéad chruinniú eile den Fhoireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil/de na príomhbhaill fhoirne.
- Comhaontaigh an t-am do chruinniú foirne leantach ag deireadh an lae. Tabharfaidh sé sin deis don phríomhoide an fhoireann a chur ar an eolas faoin scéala is déanaí. Cuirfidh sé ar a gcumas ullmhú don lá dár gcionn chomh maith. Ar deireadh thiar,

tabharfaidh sé deis don fhoireann labhairt lena chéile faoinar tharla ar an lá agus teacht chucu féin arís.

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

2. Litir shamplach chuig tuismitheoirí/caomhnóirí - bás tobann/timpiste

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

(Sonraí Teagmhála na Scoile) (Suaitheantas na Scoile)

A Thuismitheoir/Chaomhnóir, a chara,

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Síniú an phríomhoide

3. Litir shamplach chuig tuismitheoirí/caomhnóirí - bás foréigneach

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

A Thuismitheoir/Chaomhnóir, a chara,
Ní foláir dom tú a chur ar an eolas faoi rud éigin an-bhrónach a tharla le déanaí.

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

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

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

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

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

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

Is minic a théann daoine óga caol díreach chuig na meáin shóisialta ina leithéid de chásanna lena bhfuil i mbéal an phobail a fháil amach, nó le tuilleadh eolais a fháil. Cé go bhféadfadh sé

go bhfaigheadh do leanbh sólás sna meáin shóisialta, molaimid go láidir duit a chur ina luí air gur gá dó bheith an-chúramach ar fad nuair a phostálfaidh sé aon rud chuig daoine eile.

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

Is mise le meas,

Ainm an phríomhoide

4. Fógra samplach do na meáin

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Iarraimid oraibh bheith tuisceanach faoinár bpríobháideacht ag an am seo.

5. Seisiún seomra ranga tar éis scéala a fháil faoi theagmhas criticiúil

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

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

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

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

Céim 1: **Na fíricí a thabhairt agus deireadh a chur le ráflaí**

Inis do na daltaí go socair, i nguth íseal, fíorasach

- Ar tharla
- Cé a bhí bainteach lenar tharla
- Cén uair a tharla sé
- An plean don lá

Script Shamplach

Tá scéal an-bhrónach agam le roinnt libh. **An t-eolas fíorasach ar chomhaontaigh an fhoireann é, mar shampla, (Ainm an dalta)**, dalta a fhreastalaíonn ar an scoil seo, a bhí ar iarraidh – tá sé faighte anois. Seans maith go bhfuair tú amach trí na meáin shóisialta go bhfuil sé marbh. Tháinig na Gardaí ar a chorp inné. Tá fiosrú á dhéanamh acu faoinar tharla agus cuirfidh siad ar an eolas muid a luaithe a bheidh a thuilleadh eolais acu.

Tá an-bhrón go deo orm faoin méid a tharla. Caithimis roinnt ama in éineacht lena chéile anois chun cúnamh a thabhairt dá chéile labhairt faoin gcaoi a n-airímid faoinar thit amach.

Céim 2: Scéalta a roinnt

Cuir am i leataobh le nithe a phlé. D'fhéadfadh sé gur mhian le daltaí a scéal faoinar tharla a insint. Ní aireoidh siad go bhfuil siad ina n-aonar chomh mór sin mar go mbeidh siad ábalta a scéalta comónta a roinnt lena chéile. Nuair a thugtar cúnamh dóibh a scéalta a chur i bhfocail cabhraíonn sé sin leo teacht chucu féin. Maidir le daltaí nach furasta dóibh a scéalta a chur i bhfocail nó maidir le daltaí ag a bhfuil deacrachtaí foghlama, d'fhéadfadh sé go gcabhródh sé leo dá dtabharfaí cead dóibh a gcuid mothúchán a chur trasna agus a scéal a insint ar bhealaí eile. Is minic gur mór an chabhair é do dhaltaí níos óige go háirithe scéalta a scríobh nó leas a bhaint as ealaín chun an scéal a insint. Moltar i gCuid 11, R24, roinnt ábhar is féidir a úsáid chun na críche sin. Tabhair rogha do dhaltaí faoin gcaoi ar mian leo a scéalta a chur i láthair. Bíodh fáil ar bhosca ciarsúir páipéir.

Script Shamplach

Déanfaimid bosca cuimhní i gcuimhne ar ***(ainm an duine a bhásaigh)*** *le cabhrú linn inniu. Féadfaidh tú pictiúr a tharraingt faoi thréimhse a ritheann leat a chaith tú le* ***(ainm an duine a bhásaigh)*** *nó dán a chumadh dó nó litir a scríobh chuige. Más mian leat féadfaimid iad a chur i mbosca deas agus an bosca a thabhairt do theaghlach* ***(ainm an duine a bhásaigh)*** *go gairid. Cabhróidh sé sin leo a thuiscint a thábhachta a bhí* ***(ainm an duine a bhásaigh)*** *dúinne.*

Céim 3: Na freagairtí a normalú

Inis do na leanaí go mbeidh freagairt éagsúil ag gach duine acu faoinar tharla agus nach bhfuil freagairt cheart ná mhícheart ann. Déan liosta de roinnt de na mothúcháin agus de na freagairtí a d'fhéadfadh a bheith ag na leanaí (féach **R9**). Mínigh dóibh gur gnáthfhreagairtí do chúinsí mínádúrtha iad na freagairtí atá acu. Inis do na daltaí go n-imeoidh na freagairtí nó na hairí in am is i dtráth. Abair leo mura mbeidh na hairí imithe tar éis roinnt seachtainí gur cheart dóibh é sin a insint duitse nó dá dtuismitheoirí. De bhreis ar na comhráite a bheidh acu le cairde leo ar na meáin shóisialta, d'fhéadfadh sé gur gá dóibh labhairt le duine éigin faoin gcaoi a n-airíonn siad. Ag brath ar an teagmhas agus ar aois na leanaí, dáil bileoga eolais **R7, R8, R9, R10** orthu.

Céim 4: Imní (i gcás leanaí níos óige)

Script Shamplach

B'fhéidir go bhfuil imní oraibh faoi **(ainm an duine a bhásaigh)** – go bhfuil sé brónach nó uaigneach nó go bhfuil ocras air nó go bhfuil sé fuar. Nuair a fhaigheann duine bás ní airíonn siad an fuacht, ní bhíonn ocras orthu ná ní airíonn siad rudaí mar sin níos mó.

B'fhéidir go bhfuil imní oraibh go bhféadfadh an rud céanna tarlú duitse nó do dhuine de do theaghlach. An méid a tharla do **(ainm an duine a bhásaigh)**, ní minic a tharlaíonn a leithéid.

Sa chás go raibh an dalta a bhí sa rang leo breoite, d'fhéadfá an méid seo a leanas a rá: Bhí sé an-tinn agus is beag an baol go dtarlódh sé arís d'aon duine a bhfuil aithne agat air.

Céim 5: Comhairle a thabhairt faoi úsáid na meán sóisialta

D'fhéadfaí tús a chur leis an bplé ach breac-chuntas a thabhairt ar na meáin shóisialta éagsúla a úsáideann baill an ghrúpa faoi láthair. Ba chóir luach na meán sóisialta a aithint mar bhealach le coinneáil i dteagmháil le cairde agus mar bhealach le tacú leo. D'fhéadfaí iarraidh ar na daltaí samplaí a thabhairt ar bhealaí ar chabhraigh a leithéid de chumarsáid leo, chomh maith le samplaí ar bhealaí nár chabhraigh leo. Is fearr a bhíonn daoine in ann tacú lena chéile i gcás cumarsáid bheo ar nós Skype nó Viber i bhformhór na gcásanna agus tuigeann daoine a chéile níos fearr ná comhráite téacs. Spreagfar daltaí chun machnamh a dhéanamh ar cá mhéad ba chóir dóibh na meáin shóisialta a úsáid, go háirithe go déanach san oíche. Tá tuilleadh treorach faoi úsáid na meán sóisialta le fáil in **R22**.

Céim 6: Cumhachtú

Cabhraigh leis na daltaí straitéisí a aithint a d'fhéadfaidís a úsáid chun cabhrú leo a bhfreagairt a bhainistiú, mar shampla, labhairt le daoine muinteartha agus cairde, a ndóthain codlata a fháil, aclaíocht a dhéanamh go rialta agus úsáid chuí a bhaint as na meáin shóisialta. Is féidir le daltaí, más cuí, straitéisí a d'oibrigh dóibhsean i gcásanna strusmhara eile a roinnt nó ransú smaointe a bheith acu faoi na nithe a d'fhéadfadh cabhrú leo. Tríd is tríd, tá sé tábhachtach lámh chúnta a thabhairt do na daltaí smacht a fháil orthu féin arís.

Céim 7: Clabhsúr

Dírigh ar an am atá le teacht leis an seisiún a thabhairt chun críche. Ag brath ar an gcineál teagmhais, cabhraigh leis an rang/leis an ngrúpa cinneadh a dhéanamh faoinar mhian leo a dhéanamh faoi shaincheisteanna éagsúla, mar shampla céard a dhéanfar faoi chathaoir fholamh an duine, faoi chártaí nó litreacha a scríobh. Treisigh an pointe in athuair gur gnáthfhreagairtí do chúinsí mínádúrtha iad na freagairtí atá acu.

Céim 8: Am Saor

Nuair a bheidh an plé thart, d'fhéadfadh sé go mbeadh an múinteoir ag iarraidh am spraoi a thabhairt do na daltaí i gclós na scoile nó am saor a thabhairt dóibh sa seomra ranga nó i spás aontaithe, ag brath ar aois na ndaltaí.

Céim 9: Téarnamh

D'fhéadfadh sé go mbeadh sé fiúntach leanúint leis na gníomhaíochtaí sin ag amanna rialta agus iad a mheascadh leis an gcuraclam sna laethanta ina dhiaidh sin.

Ba chóir filleadh ar an ngnáthamh chomh luath agus is féidir i bhformhór mór na gcásanna.

- Ba chóir daltaí a spreagadh chun filleadh ar an spórt agus ar ghníomhaíochtaí seach-churaclaim eile
- Is cuí curaclam an ranga a athrú nó a chur in oiriúint. Mar shampla, níor chóir do mhúinteoirí ábhar nua a mhúineadh do leanaí go ceann tamaill i ndiaidh teagmhais ó tharla go bhféadfadh sé a bheith deacair ar leanaí díriú isteach air
- Tapaigh deiseanna a thiocfaidh chun cinn le linn gnáthoibre ranga le tuilleadh tacaíochta a thabhairt do na daltaí agus le cur lena gcumas déileála
- D'fhéadfaí daltaí a spreagadh chun plé a dhéanamh ar cén chaoi a bhféadfaidís géarchéimeanna a sheachaint san am atá le teacht agus ar an gciall cheannaithe atá acu anois de bharr an mhéid a tharla. Tiocfaidh deiseanna chun cinn chomh maith le plé struchtúrtha a dhéanamh taobh istigh de chláir oideachais shóisialta, phearsanta agus sláinte na scoile. Comhthéacs iontach le tacaíocht a chur ar fáil is ea am curaclaim an oideachais shóisialta phearsanta agus sláinte (OSPS).

6. Tuiscint agus freagairt leanaí ar an mbás de réir aoise

Bileog 1

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

0 – 2 bhliain d'aois

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

2 – 5 bliana d'aois

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

Cén chaoi ar féidir leat cabhrú?

- Lean leis an ngnáthamh, mar shampla, amanna béile agus am codlata
- Tabhair sólás fisiciúil dóibh
- Mínigh an bás i dteanga shoiléir, shimplí agus úsáid focail agus frásaí amhail "bás" agus "fuair sé bás" -

- Ná húsáid téarmaí amhail “imithe a chodladh”, “caillte” ná “imithe ar shlí na fírinne”
- D’fhéadfadh sé go mbeadh ort an t-eolas céanna a thabhairt dóibh arís is arís eile
- Lig dóibh ceisteanna a chur agus tabhair na freagraí céanna orthu i gcónaí
- Cuir ar a suaimhneas iad nach raibh baint ná páirt acu leis an mbás agus go bhfuil daoine muinteartha eile go maith.

5 – 9 mbliana d'aois

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

Cén chaoi ar féidir leat cabhrú?

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

9 – 12 bhliain d'aois

- Tuigeann siad buaine agus uilíocht an bháis
- Tá cur amach acu ar a mbásmhaireacht féin agus b'fhéidir go mbeadh imní orthu faoina mbás féin D'fhéadfadh sé go mbeadh airí síceasómatacha le tabhairt faoi deara, mar shampla, gearáin fhisiceacha amhail pian boilg

- D’fhéadfadh sé go mbeadh siad ag iarraidh fanacht sa bhaile i gcomhluadar a dtuismitheoirí
- D’fhéadfadh fearg a bheith orthu.

Cén chaoi ar féidir leat cabhrú?

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

Ógánaigh

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

Cén chaoi ar féidir leat cabhrú?

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

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

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

7. Céimeanna an Bhróin

Bileog 2 (Féadtar é seo a úsáid le grúpaí agus daoine aonair éagsúla)

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

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

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

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

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

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

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

Normalú an tsaoil

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

8. An chaoi le déileáil leis nuair a tharlaíonn rud éigin uafásach

Bileog 3

- Iarr lámh chúnta – is mian le daoine féachaint i do dhiaidh
- Labhair le cairde, daoine muinteartha agus múinteoirí - cabhróidh sé leat teacht chugat féin
- Ná déan dearmad gur duine daonna thú agus go bhfuil na freagairtí atá agat nádúrtha - ná ceap go bhfuil tú craiceáilte ná imithe as do mheabhair
- Ní náire ar bith é bheith ag caoineadh
- Ní náire ar bith é aoibh an gháire a bheith ort
- Má tá difríocht idir do mhothúcháin agus d'fhreagairtí agus cinn do chairde, ná déan dearmad nach mar a chéile aon bheirt daoine
- Nuair a bhíonn an-strus ar dhaoine bíonn cathú orthu leagan ar alcól nó ar dhrugaí chun na mothúcháin a mhaolú. Déanfaidh siad sin rudaí níos casta seachas faoiseamh a thabhairt dóibh
- Mothaíonn roinnt daoine níos fearr má thugtar deis dóibh píosa a scríobh nó pictiúr a tharraingt. Céard faoi nóta nó litir a scríobh chuig teaghlach an duine a bhásaigh nó chuig an duine féin?
- Caith am le daoine a mbíonn dea-thionchar acu ort
- Déan a mhéad cinntí laethúla agus is féidir leat. Aireoidh tú go bhfuil smacht agat ar do shaol, mar shampla, má iarrann duine éigin ort céard a thaitneodh leat le hithe - freagair iad, fiú mura bhfuil tú cinnte
- Luíonn sé le nádúr go rithfidh smaointe, brionglóidí nó cuimhní leat arís agus arís eile – ná coinnigh siar iad – maolóidh siad in imeacht ama agus maolóidh an phian a ghabhann leo
- Déan iarracht ar leith aire a thabhairt duit féin i gcaitheamh an ama seo. Déan iarracht dul a chodladh go luath, bia cothaitheach a ithe agus coinneáil aclaí, fiú mura bhfuil i gceist ach siúlóid
- Cabhróidh sé leat cloí leis do ghnáthamh. Cuir eagar ar d'am – coinnigh gnóthach
- Cuir am i leataobh duit féin – téigh ar shiúlóid nó buail liathróid peile

- Faigh cothromaíocht idir na nithe diúltacha a tharla trí rud éigin speisialta nó spraíúil a dhéanamh duit féin. Cuimhnigh ar rud éigin a n-airíonn tú go maith faoi. Ansin déan é – ar nós dul chuig an bpictiúrlann, éisteacht le ceol, glao a chur ar chara leat, srl. Is maith an leigheas é an gáire. Breathnaigh ar scannán barúil nó imir cluiche seafóideach le leanaí níos óige chun do chroí a ardú
- D'fhéadfadh sé go gcabhródh na meáin shóisialta leat, ach ná braith orthu mar d'aon fhoinse tacaíochta amháin
- Suímh idirlín úsáideacha: **www.spunout.ie; www.youth.ie; www.reachout.com.au**

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

9. Freagairtí ar Theagmhas Criticiúil

Bileog 4

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

Mothúcháin	**Iompraíoch**
Eagla Ciontacht Náire Aiféala Fearg Fonn caointe Uaigneas Imní Neamhdhiongbháilteacht Guagachtaí giúmair Suaitheadh Cumha Maoile mothúchán Trína chéile Scoiteacht	Tromluí Tarraingt siar go sóisialta Róspleách ar na meáin shóisialta Cantal Gan bheith in ann an intinn a dhíriú ar nithe/díchuimhne Forrántacht fhisiciúil/chainte Mí-úsáid drugaí, lena n-áirítear alcól
Fisiciúil	**Smaointe**

Tuirse	Díchreideamh
Neamhchodladh	Séanadh
Tinnis chinn	Braistint neamhréaltachta
Fadhbanna boilg – Fadhbanna leis an bputóg/leis an lamhnán	Róghafa le híomhánna den tarlú/duine
Easpa goile nó méadú ar an ngoile	

10. Brón tar éis féinmharú nó féinmharú amhrasta

Bileog 5

- Ní bhaineann 'ceart' ná 'mícheart' leis an gcaoi a ndéileálann tú leis nuair a fhaigheann duine a bhfuil aithne agat air bás. Is iomaí freagairt a bheidh ag daoine don mhéid a tharla.
- Bíodh a fhios agat go dtiocfaidh tú slán as, fiú má mhothaíonn tú nach dtiocfaidh ag an am seo
- B'fhéidir go mothóidh tú go bhfuil gach rud ag dul sa mhuileann ort nó go mbeidh faitíos ort roimh do mhothúcháin. Ní haon rud as an ngnáth é sin. Níl tú craiceáilte; tá tú faoi bhrón
- B'fhéidir nach mothóidh tú mórán faoin méid a tharla. Ní haon rud as an ngnáth é sin ach an oiread.
- B'fhéidir go mothóidh tú ciontach, trína chéile, dearmadach agus feargach. Arís eile, is gnáthfhreagairtí iad sin ar fad.
- B'fhéidir go mbeidh fearg ort leis an duine a bhásaigh, leat féin, le Dia, le gach duine agus le gach rud. Ná bíodh aon drogall ort an fearg sin a chur in iúl.
- B'fhéidir go mothóidh tú ciontach faoina ndearna tú nó faoi nach ndearna. Gníomh an duine aonair is ea an féinmharú, rud nach féidir linn bheith freagrach as
- B'fhéidir nach mbeidh freagra agat ar an gceist "cén fáth" go deo, ach is féidir leat an cheist a chur arís is arís eile go dtí go mbeidh tú sásta leis na freagraí páirteacha a fuair tú
- Déanann daoine cinntí in amanna nach bhfuil neart againn orthu. Níorbh í do rogha í
- Imeoidh an dúlagar de réir a chéile, ach ní féidir teacht slán ón bhféinmharú. Buanréiteach ar fhadhb shealadach is ea an féinmharú. Má tá tú in ísle brí nó má tá rudaí ag dul deacair ort, iarr cabhair ar dhuine éigin
- Lig duit féin caoineadh, cabhróidh sé sin leat teacht chugat féin arís.
- Seans go dtógfaidh sé sin tamall ort. Tabhair am duit féin le brón a dhéanamh.
- Déanann daoine brón ar bhealaí difriúla agus ar luas éagsúil

- Cuir siar aon chinntí móra a dhéanamh, más féidir
- Is é seo an rud is deacra a dhéanfaidh tú go deo. Bí foighneach leat féin agus tuisceanach ort féin
- Caith am le daoine atá sásta cluas a thabhairt duit nuair a theastaíonn uait labhairt agus a thuigeann gur mian leat bheith i do thost in amanna freisin
- Faigh cabhair ó ghairmí má thosaíonn rudaí ag dul sa mhuileann ort
- Má tá tú ag smaoineamh ar láimh a chur i do bhás féin, ní mór duit labhairt le duine fásta a bhfuil muinín agat as
- Fan glan ar na daoine siúd a dhéanann iarracht a insint duit cén chaoi ba chóir duit mothú agus cén chaoi ba chóir duit é a mhothú agus, go háirithe, orthu siúd a cheapann gur chóir go mbeifeá "tagtha abairt le críochnú"
- Fiosraigh ar scoil faoi ghrúpa tacaíochta do mharthanóirí, ar áit shábháilte é inar féidir leat do chuid mothúchán a chur in iúl nó inar féidir leat bheith in éineacht le marthanóirí eile atá ag déileáil le roinnt de na rudaí céanna leatsa.
- Bí ag gáire in éineacht le daoine eile agus déan gáire fút féin fiú amháin. Cneasú is ea é sin.
- Láithreáin ghréasáin úsáideacha: **www.spunout.ie; www.youth.ie; www.reachout.com.au.**

11. Filleadh an linbh a fágadh faoi bhrón ar an scoil

Bileog do scoileanna

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

- Tabhair cuairt ar an dalta a fágadh faoi bhrón sa bhaile lena fháil amach céard ba mhaith leis a tharlódh nuair a fhillfidh sé ar an scoil.
- Labhair le rang an dalta faoin gcaoi a gcuireann brón isteach ar dhaoine agus spreag iad chun a gcuid mothúchán féin a roinnt. Fiafraigh díobh cén chaoi ar dhéileáil siadsan le bás ina saol féin agus céard a chabhraigh leo.
- Déan plé ar a dheacra is a d'fhéadfadh sé a bheith ar an dalta filleadh ar an scoil. Fiafraigh díobh cén chaoi a dtaitneodh leosan go gcaithfí leo dá mbeidís ag filleadh ar an scoil tar éis bás duine éigin. D'fhéadfaí é sin a dhéanamh i mbeirteanna nó i ngrúpaí beaga agus spreagfaí gach duine chun bheith rannpháirteach ar an gcaoi sin. Cinnteoidh sé chomh maith go gcuirfear raon roghanna in iúl agus treiseoidh sé sin an pointe faoi roghanna éagsúla a bheith ag daoine éagsúla maidir leis an gcaoi a gcaithfí leo.
- D'fhéadfadh sé go dteastódh ó dhaoine áirithe ar tharla a phlé ach d'fhéadfadh sé gurbh fhearr le daoine eile a bheith fágtha leo féin. De ghnáth deir daltaí a fágadh faoi bhrón go dtaitneodh leo go gcaithfeadh daoine leo mar a dhéanaidís roimhe sin seachas a bheith 'ródheas' leo. Bíodh sin mar atá, is deacair cothromaíocht a bhaint amach toisc nach mian leo go leanfadh daoine ar aghaidh amhail is nár tharla aon rud.
- D'fhéadfadh sé go gcabhródh sé dá seolfaí cártaí nó nótaí chuig an dalta a fágadh faoi bhrón nó dá dtarraingeofaí pictiúir lena aghaidh sula bhfillfidh sé ar scoil. Thabharfadh sé sin le fios dó nach bhfuil sé á ligean i ndearmad.
- Tráth a fhillte, déan a bhris a chásamh leis, "tá brón orm go bhfuair (ainm an duine a bhásaigh) bás. Tá a fhios agam go bhfuil tú faoi bhrón. Ní náire ar bith é bheith ag

caoineadh.” (Maidir le hlar-Bhunscoileanna, déan cinnte de go ndéanfar an méid sin sa chéad rang an lá sin agus nach ndéanfar i ngach uile rang é.

- Is féidir le múinteoirí a gcomhbhrón a chur in iúl astu féin a luaithe a bheidh an dalta ar ais sa rang.
- Tar éis don dalta filleadh, d’fhéadfadh sé go rachadh sé deacair air a intinn a dhíriú ar an ábhar nó páirt a ghlacadh sna gníomhaíochtaí ranga. Bí tuisceanach.
- Lig dó dul chuig ‘seomra ciúin’, áit a bhféadfaidh sé bheith ar a suaimhneas leis féin. D’fhéadfá an méid seo a leanas a rá leis: “Is féidir linn aontú ar chomhartha a úsáidfidh tú más gá duit an rang a fhágáil am ar bith.” (Déan cinnte de go ndéanfar maoirseacht air)
- Tabhair deis don treoirchomhairleoir am a chur i leataobh don dalta chun tacú leis más gá
- Éist leis nuair is mian leis labhairt: “Má theastaíonn uait an t-ualach a chur díot am ar bith, beidh mo chluas agat.”
- Lean ar aghaidh leis an ngnáthamh agus leis an ngnáthchur chuige i leith smachta
- D’fhéadfadh sé go rachadh sé deacair air obair bhaile agus tascanna a chur i gcrích: “Má tá sé ag dul deacair ort d’obair baile a dhéanamh, beidh sé togha go ceann tamaill má dhéanann tú an méid is féidir leat.”
- Cibé cé mhéad ama a theastóidh uaidh leis an mbrón a chur de, tabhair an t-am sin dó.

12. Bealaí le cabhrú le do leanbh ag an am deacair seo

Bileog do thuismitheoirí/chaomhnóirí

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

- Éist go cúramach leo. Lig dóibh a scéal féin a insint. Cuir in iúl dóibh gur gnáthfhreagairtí iad na freagairtí atá acu.
- Tabhair aird ar leith orthu, caith a thuilleadh ama leo, cabhraigh leo agus cuir ar a gcompord iad.
- Cuir ar a suaimhneas iad go bhfuil siad slán sábháilte.
- Ná habair leo go bhfuil “an t-ádh orthu nach raibh sé níos measa.” Ní chuireann ráitis den sórt sin daoine ar a suaimhneas. Ina áit sin, abair leo go bhfuil aiféala ort gur tharla a leithéid de rud agus go bhfuil tú ag iarraidh brí a bhaint as agus cabhair a thabhairt dóibh.
- Ná cuireadh athruithe in iompar ná i bpearsantacht an duine iontas ort. Beidh siad ar a seanléim arís in am is i dtráth.
- Ná síl go bhfuil a gcuid feirge nó mothúcháin eile dírithe ortsa. Cabhraigh leo tuiscint a fháil ar an mbaint atá idir fearg agus tráma. Cabhraigh leo bealaí sábháilte a fháil chun a gcuid mothúchán a chur in iúl, mar shampla, pictiúir a tharraingt, aclaíocht a dhéanamh, nó labhairt.
- Ní mór a thuiscint go bhfuil réimse leathan mothúchán ag baint le briseadh croí agus tá roinnt páistí agus daoine óga ann a d’fhéadfadh na mothúcháin sin a chur in iúl trí mheán na feirge seachas an bhróin. Ní mór a thuiscint chomh maith, go bhféadfadh iompar a bhfuil contúirt ag baint leis, atá trodach nó dúshlánach a bheith i gceist agus do pháiste ag iarraidh an chrá\na heagla a bhaineann leis an mbriseadh croí a sheachaint. Tabhair staid nó baill

- mhothúchánach an pháiste faoi deara, tabhair cúnamh dóibh ainm a chur leis na mothúcháin sin agus cuir comhbhá agus tuiscint in iúl a thabharfas le fios nach bhfuileadar astu féin agus na mothúcháin seo á mbrath acu.
- Nuair a rachaidh tú amach, inis dóibh cá bhfuil tú ag dul agus cén uair a bheidh tú ar ais.
- Má bhíonn tú amuigh ar feadh tamall fada, cuir glao orthu agus cuir ar a suaimhneas iad.
- Cuir suas le hiompar aischéimnitheach ar nós ingne a ithe, a bheith ag diúl ar ordóg nó solas oíche a bheith ag teastáil uathu.
- Inis dóibh faoin taithí atá agat féin ar bheith scanraithe faoi rud éigin agus an chaoi ar éirigh leat é a chur díot.
- Má airíonn siad ciontach nó má bhíonn náire orthu, cuir ina luí orthu nár shocraigh siad go dtarlódh sé seo agus nach bhfuil milleán le cur orthu. Fiú sa chás go raibh siad feargach leis an duine a bhásaigh, nó má bhí siad gránna leo, níorbh é sin ba chúis leis an méid a tharla.
- Oibrigh i gcomhar le seirbhísí tacaíochta na scoile agus le seirbhísí eile atá ar fáil.
- Chomh maith le comhairle a chur ar na leanaí faoi úsáid chuí na meán sóisialta, déan monatóireacht orthu, go háirithe ag an am leochaileach seo. Láithreán gréasáin úsáideach: **www.webwise.ie**

13. Treoir ghinearálta maidir le hagallaimh do threoirchomhairleoirí agus baill foirne ainmnithe eile

Bileog an Mhúinteora

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

Ainm an Dalta _____

Dáta Breithe _____ Aois _____

Inscne _____ Rang/Bliain _____

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

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

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

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

12. Cé na hathruithe a tháinig ar do shaol nó ar do gnáthamh de bharr an mhéid a tharla?
13. Céard a dhéanann tú de ghnáth nuair a bhíonn cúnamh ag teastáil uait le fadhb phearsanta?
14. Cé na cairde agus na daoine muinteartha ar féidir leat labhairt leo faoi seo?
15. An úsáideann tú na meáin shóisialta le coinneáil i dteagmháil le do chuid cairde?

14. Seicliosta – Daltaí i mbaol

Bileog do scoileanna

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

1. Laghdú gan choinne ar an bhfeidhmíocht acadúil	
2. Caint faoin bhféinmharú	
3. Smaointe agus téamaí a bhaineann leis an dúlagar, leis an mbás agus leis an bhféinmharú ina chuid oibre	
4. Ráitis á ndéanamh faoi bheith gan dóchas, gan bhrí nó gan fiúntas	
5. Athrú sa ghiúmar agus éagobhsaíocht shuntasach ó thaobh mothúchán de	
6. Brón nó strus suntasach	
7. Tarraingt siar as caidrimh	
8. Caidreamh tábhachtach a bhriseadh	
9. Fadhbanna smachta, a bheith i dtrioblóid sa scoil	
10. Tarraingt siar as gníomhaíochtaí seach-churaclaim	
11. Fáil réidh le nithe pearsanta	
12. Easpa suime i nithe a mbíodh suim ag an dalta iontu	
13. Gan aire a thabhairt dá dhreach ná dá chuma	
14. Airí coirp a bhí mothúcháin ina gcúis leo	
15. Iompar an-chontúirteach	
16. Mí-úsáid alcóil nó drugaí	
17. Bulaíocht nó íospairt	
18. Iompar féinmharfach a bheith ag gabháil don dalta, mar shampla, iompraíocht a mbainfeadh contúirt léi amhail é féin a ghearradh nó ródháileog a thógáil	

19. Féinmharú/iarracht ar fhéinmharú a bheith ag gabháil do theaghlach an dalta

20. Ró-úsáid na meán sóisialta nó róspleách orthu

15. Cíoradh a dhéanamh ar bhaol an fhéinmharaithe agus treoir i gcás go gcuirfidh dalta in iúl go bhfuil sé ag smaoineamh ar an bhféinmharú

Bileog do scoileanna

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

Céard ba chóir don mhúinteoir a dhéanamh?

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

dhéanamh air an chéad uair a thiocfaidh an dalta chugat. Socraigh am le labhairt agus ullmhaigh don chruinniú.

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

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

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

Iarracht roimh ré

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

Cúinsí pearsanta/teaghlaigh

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

Cúinsí coirp/mothúchánacha

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

Plean

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

Modh agus áit

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

Cuir an Cás ar aghaidh:

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

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

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

Filleadh ar an scoil:

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

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

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

Treoir choisctheach agus ullmhúcháin do scoileanna:

Ní hamháin go bhfuil córais scoile freagrach as riachtanais acadúla an dalta, ach as a fholláine mhothúchánach, shóisialta agus fhisiciúil chomh maith. Ba chóir do scoileanna glacadh le cur chuige coisctheach sa scoil uile i leith *Treoirlínte do Chothú na*

Meabhairshláinte agus do Chosc an Fhéinmharaithe (2013/2015) a chur i bhfeidhm, rudaí atá le fáil ar láithreán gréasáin an ROS. Tá i gceist leis sin freisin a chinntiú go gcuirfí Curaclam an OSPS ar fáil go comhsheasmhach sa scoil. Leagann an OSPS amach creat is féidir a úsáid le hoideachas a chur ar dhaoine óga faoina sláinte agus faoina bhfolláine ar bhealach pleanáilte agus struchtúrtha. Moltar go gcuirfí feasacht mheabhairshláinte san áireamh ar gach leibhéal den scoil agus an curaclam á chur ar fáil.

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

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

16. Frequently Asked Questions

Príomhoidí

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

C. Céard é an rud is túisce a dhéanfaidh mé má fhaighim scéala faoi theagmhas/bhás?

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

C. Cé leis a ndéanfaidh mé teagmháil chun cabhair a fháil?

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

C. Céard é an chéad rud ba chóir dom a dhéanamh ar an gcéad mhaidin ar ais ag an scoil?

F. Tionól cruinniú den Fhoireann Bainistíochta Teagmhais Chriticiúil. Mura mbíonn fáil ar an bhfoireann, tionól cruinniú den Bhord Bainistíochta agus den lucht ardbhainistíochta. Cuir foireann ar bun a mhairfidh go dtí deireadh na géarchéime.

C. Céard ar chóir dó bheith ar an gclár don chruinniú sin?

F.

- Ráiteas faoi na fíricí mar is eol iad.
- Tarmligean freagrachtaí
- An méid a bheidh le rá ag cruinniú foirne a ullmhú
- An méid a bheidh le rá leis na daltaí a ullmhú
- Sceideal tosaigh don lá
- Litir a ullmhú do thuismitheoirí/chaomhnóirí
- Plé ar na seirbhísí/gníomhaireachtaí tacaíochta a mbeidh a dtacaíocht ag teastáil, b'fhéidir, agus anduine a dhéanfaidh teagmháil leo
- Ráiteas a ullmhú do na meáin, más cuí.

C. Cén chaoi a ndéileálfaidh mé leis na meáin?

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

C. Cén chaoi a gcoinneoidh mé na baill foirne ar an eolas faoin scéala is déanaí?

F. Is seomra an-tábhachtach é an seomra foirne do na múinteoirí ar an lá seo. Féadfar cruinnithe faisnéise neamhfhoirmiúla a eagrú le linn na sosanna, chomh maith le cruinnithe níos foirmiúla ag tús agus ag deireadh gach lae.

C. Cén chaoi a réiteoidh mé páirt na scoile sa tsochraid/sna searmanais reiligiúnacha le mianta na dtuismitheoirí?

F. Is é séiplíneach na scoile nó an chléir áitiúil/an sagart paróiste an duine is fearr lena aghaidh seo. Cinntigh go dtaispeántar urraim do mhianta na dtuismitheoirí agus go n-

aontaíonn siad le daltaí nó cairde a bheith rannpháirteach. Cinntigh go dtuigtear creidimh faoin mbás nó gnásanna áirithe sochraide a bhíonn ag grúpaí áirithe reiligiúnacha nó eitneacha agus go léirítear meas dóibh.

C. Cén chaoi a ndéileálfaidh mé le baill foirne ar mian leo gan bheith rannpháirteach?

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

C. Cén chaoi a ndéileálfaidh mé leis na meáin? (Féach Cuid 9 – Déileáil leis na meáin)

F. Leag an cúram ar dhuine feiliúnach amháin le déileáil leis na meáin. Ullmhaigh ráiteas do na meáin.

- Luaigh gur tréimhse chrua é don scoil
- Ba chóir béim a leagan ar gach a bhfuil á dhéanamh le tacú le baill foirne agus le daltaí
- Tugtar le fios sna treoirlínte ‘Media Guidelines for the Portrayal of Suicide’ gur féidir leis na meáin cabhrú chun aithris ar fhéinmharú a chosc ar na bealaí seo a leanas: gan mionsonraí a lua faoin bhféinmharú, mar shampla, láthair agus an modh a úsáideadh; gan abairtí fileata a úsáid chun cuma finscéil a chur air; gan cúiseanna le féinmharú a lua, rud a d’fhéadfadh a thabhairt le fios go hindíreach gur rogha é an féinmharú. Ba choir don scoil cloí leis na treoirlínte sin i gcomhfhreagras ar bith leis na meáin.

- Tabhair rochtain theoranta agus rialaithe do na meáin ach preas-seomra a chur ar fáil
- Beidh Coimisiún na Scrúduithe Stáit in ann cabhrú má tharlaíonn an teagmhas ag aimsir na scrúduithe.
- D'fhéadfadh sé go mbeadh preasoifigigh ag ceardchumainn do mhúinteoirí, iontaobhaithe scoile agus comhlachtaí bainistíochta, daoine a d'fhéadfadh comhairle a chur ar an scoil, dá mba chuí.

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

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

C. Céard ba chóir dom a dhéanamh má bhíonn an chuma ar an scéal nach bhfuil roinnt leanaí faoi bhrón?

F. Ní gá a mhúineadh do leanaí cén chaoi an brón a chur díobh. Déanfaidh siad go nádúrtha é ar bhealaí sláintiúla má ligimid dóibh déanamh amhlaidh, má chothaímid atmaisféar sábháilte agus má thugaimid cead agus sampla dóibh. Ná déan talamh slán de nach bhfuil an duine ag déanamh bróin toisc nach féidir leatsa comharthaí follasacha

an bhróin a fheiceáil. Bíonn a bhealach pearsanta féin ag gach duine brón a dhéanamh. Tá sé tábhachtach go léireofar urraim do na bealaí éagsúla sin agus go bhfeicfear go bhfuil siad nádúrtha.

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

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

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

ama a mholadh do na cairde. Bíonn tábhacht ar leith ag baint leis sin ag aimsir na scrúduithe de bharr nach mór do dhaltaí a ndóthain codlata a fháil.

C. Céard is féidir liom a dhéanamh faoi théacsáil nó faoi úsáid na meán sóisialta, go háirithe má bhíonn teachtaireachtaí neamhiontaofa (nó míchuí) á gcur ó dhuine go duine?

F. Tarraingíonn teagmhas criticiúil aird gur gá beartas dea-bhunaithe a bheith ag an scoil maidir leis an tsaincheist seo (féach **R22**). Ba chóir comhairle a chur ar na daltaí go léir go dtugann an scoil an t-eolas iontaofa is déanaí dóibh. Ba chóir iad a spreagadh chun gach rud a fheicfidh siad ar na meáin shóisialta nach bhfuil ag teacht leis na fíricí is eol nó atá ina údar imní nó buartha dóibh a thuairisciú do mhúinteoir - go háirithe más rud é go mbainfidh sé le cairde leo.

C. Cá fhad ba chóir dúinn an limistéar cuimhní a fhágáil sa seomra ranga/sa phasáiste?

F. Uaireanta socraítear spás/tábla in ómós don duine a bhásaigh, ar a leagtar grianghraf, coinnle, bláthanna, teachtaireachtaí, cártaí, srl. D'fhéadfadh na nithe sin a bheith ina bpointe fócasach sna laethanta díreach i ndiaidh an tarlaithe. Is féidir na rudaí a thabhairt chuig an tsochraid mar chuid den mhórshiúl ofrála.

17. Ceisteanna Coitianta

Múinteoirí

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

C. Ba mhaith liom gan an cineál oibre tacaíochta seo a dhéanamh ar chúiseanna pearsanta. An bhfuil sé sin ceart go leor?

F. Tá cruthúnas ann gurb iad na múinteoirí na daoine is fearr chun tacú le daltaí sna scoileanna nuair atá daltaí faoi bhuairt mar go bhfuil siad i gcomhluadar daoine a bhfuil aithne acu orthu agus a bhfuil muinín acu astu. Dá réir sin, moltar do na múinteoirí go léir agus do bhaill eile d'fhoireann na scoile cabhrú le daltaí ag a leithéid d'amanna. Mar sin féin, níor chóir go mbeadh dualgas ar dhuine ar bith an obair sin a dhéanamh agus ba chóir go mbeadh an rogha ag daoine gan an obair a dhéanamh más mar sin a airíonn siad.

D'fhéadfadh gur iomaí ní is cúis leis sin, lena n-áirítear bás duine muinteartha le gairid, cailleadh duine de bharr teagmhais ar chosúil leis an teagmhas áirithe sin é, nó cúinsí eile. Bíodh sin mar atá, is gá dóibh bheith i láthair ag cruinnithe foirne ina scaiptear eolas faoin teagmhas ionas go mbeidh an t-eolas is déanaí acu.

C. Níl cáilíocht ar bith agam a d'fhéadfainn a úsáid sa chineál réimse seo. Nár chóir an obair a fhágáil faoi na saineolaithe?

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

C. Céard ba cheart dom a dhéanamh sa seomra ranga le bheith cabhrach?

F. Ba chóir duit a admháil gur tharla an eachtra agus na fíricí is eol a shoiléiriú. Tá sé fíorthábhachtach a bheith ionraic. Spreag na daltaí chun ceisteanna a chur ionas go

mbeidh tuiscint shoiléir acu ar an méid a tharla. Ba chóir duit iarracht a dhéanamh filleadh ar an ngnáthamh a luaithe is féidir – ach déan iarracht cothromaíocht a bhaint amach idir é sin agus deiseanna a thabhairt do na daltaí labhairt faoin teagmhas agus a gcuid smaointe agus mothúchán a chur in iúl. Spreag iad le filleadh ar ghníomhaíochtaí seach-churaclaim agus cabhraigh leo na háiteanna ar féidir leo tacaíocht a fháil a aithint. Spreag iad chun tacaíocht a thabhairt dá chéile.

C. Céard iad na comharthaí bróin a d'fhéadfainn a thabhairt faoi deara i ndaltaí?

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

C. Céard a dhéanfaidh mé má bhím den tuairim nach bhfuil daltaí áirithe ag déileáil leis an mbrón go nádúrtha?

F. Níl a leithéid de rud ann agus an bealach 'ceart' le brón a chur díot. Bíonn roinnt daoine ag caoineadh, bíonn roinnt eile ag gáire, agus bíonn daoine eile ann nach léiríonn freagairt ar bith. Is é an ní is tábhachtaí gur freagairtí nádúrtha agus gnáthfhreagairtí iad na freagairtí sin ar fad agus ba chóir duit iarracht a dhéanamh cabhrú leis an dalta é sin a thuiscint.

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

C. Cé na scileanna tábhachtacha atá agam?

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

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

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

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

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

C. Cén uair ba cheart dom filleadh ar an ngnáthamh teagaisc le rang?
F. Tá sé tábhachtach a ndóthain ama agus spáis a thabhairt do dhaltaí a gcuid mothúchán a roinnt agus glacadh leis an méid a tharla. Bíodh sin mar atá, tá sé tábhachtach chomh maith iarracht a dhéanamh filleadh ar an ngnáthamh a luaithe is féidir. Maolaítear strus má fhilltear ar an bpátrún a bhí sa scoil agus a raibh cleachtadh ag na daltaí air. Ná tosaigh ar ábhar nua díreach tar éis teagmhais nó báis,

ó tharla go bhféadfadh brón agus suaitheadh cur isteach ar aird agus ar spreagadh na ndaltaí. Is minic gur deasmaoineamh é dul i gcomhairle leis na daltaí féin maidir leis an am is fearr le filleadh ar an ngnáthamh.

C. Céard a dhéanfaidh mé faoi chathaoir fholamh/nithe pearsanta an dalta, srl.?

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

C. An bhfuil contúirt ann go gceapfaidh daltaí eile gur rogha é an féinmharú má labhraítear faoi?

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

18. Ceisteanna Coitianta

Tuismitheoirí/Caomhnóirí

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

C. Chuir an méid a tharla isteach go mór ar m'iníon/mo mhac. Ó tharla go bhfuil go leor ráflaí ag dul thart, ba mhaith liom fios a bheith agam faoinar tharla i ndáiríre. Cén chaoi ar féidir liom an t-eolas sin a fháil?

F. Cuirfidh an scoil daltaí agus tuismitheoirí ar an eolas faoi na príomhphointí - a mhéid is eol iad. Uaireanta ní fhaightear an fhirinne go ceann tamaill. Idir an dá linn, tá sé tábhachtach coinneáil leis na fíricí is eol. Cuir in aghaidh ráflaí nó cúlchainte toisc gur minic a bhíonn siad mícheart agus gur féidir leo cur isteach ar theaghlaigh agus ar chairde na ndaoine lena mbaineann. Ní hiontaofa a bhíonn an t-eolas ar na meáin shóisialta agus ní foláir é a sheiceáil i ngach cás.

C. An mbeidh teacht ag na daltaí ar chabhair sa scoil?

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

C. Cén chabhair is féidir liom a thabhairt do mo leanbh?

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

C. Cá fhad a mhairfidh an brón?

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

C. Ó tharla an teagmhas téann sé deacair ar mo leanbh codladh a fháil, bíonn tinnis chinn aige, srl. An féidir liom bheith cinnte go mbaineann siad sin leis an teagmhas?

F. Is féidir leis an mbrón cur isteach orainn go fisiceach agus go mothúchánach araon agus d'fhéadfadh sé go mbeadh a leithéid d'airíonna agus airíonna eile ina gcuid den fhreagairt bhróin. Má leanann siad ar aghaidh, téigh i gcomhairle le dochtúir.

C. Má bhíonn mo leanbh fós trína chéile céard is cóir dom a dhéanamh?

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

C. Cén difríocht atá ann idir ógánaigh agus leanaí eile?

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

19. Liosta Teagmhálaithe Éigeandála

Acmhainn do scoileanna

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

Agency	**Contact Number**
Garda	
Ospidéal	
An Bhriogáid Dóiteáin	
Dochtúirí Ginearálta Áitiúla	
FSS/foireann cúraim phríomhúil/ionad cúraim phríomhúil/na seirbhísí áitiúla meabhairshláinte do leanaí agus d'ógánaigh oifigeach acmhainne um fhéinmharú a chosc	
Cigire Scoile	
Síceolaí de chuid an SNSO	
Roinn Oideachais agus Óige	
Ceardchumann	

ERST	
Coimisiún na Scrúduithe Stáit	
An tSeirbhís Cúnaimh d'Fhostaithe	1800 411 057

20. Treoir maidir le húsáid na meán sóisialta I gcás teagmhas criticiúil

Bileog do scoileanna

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

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

- Tá sé ríthábhachtach go dtuigeadh scoileanna gur gá do roinnt daoine den lucht bainistíochta agus den fhoireann a bheith inniúil ar úsáid na meán sóisialta. Má bhíonn imní nó eagla ar leith ar bhaill den FBTC faoi úsáid na meán sóisialta, ba chóir dóibh dul i ndáil chomhairle leo siúd a bhfuil cur amach acu orthu cheana. D'fhéadfaí cúnamh a iarraidh ar dhaltaí sinsearacha, m.sh. daltaí de chuid an 6ú bliain atá ar chomhairle na mac léinn. Is tábhachtach an rud é úsáid na meán sóisialta ag daltaí a normalú tar éis teagmhas criticiúil.
- Ba chóir do scoileanna litearthacht sna meáin shóisialta a chur san áireamh i gcuraclam na scoile. Tá sé ríthábhachtach go dtuigfeadh lucht bainistíochta, foireann agus daltaí na scoile ról na meán sóisialta, lena n-áirítear na gnéithe dearfacha agus diúltacha díobh. Dá mbeadh meon dearfach ag an scoil i leith na meán sóisialta, d'fhéadfadh sé go spreagfadh sé na daltaí le bheith tuisceanach agus iad á n-úsáid tar éis teagmhas criticiúil.
- Ba chóir go mbeadh comhaontú maidir le húsáid chuí na meán sóisialta le linn teagmhas criticiúil san áireamh i mBeartas Úsáide Inghlactha na scoile.

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

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

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

- Is féidir le scoil leas a bhaint as na meáin shóisialta le heolas cothrom le dáta a scaipeadh ar gach duine lena mbaineann ó thús deireadh an teagmhais. Féadtar teachtaireachtaí dearfacha agus comhairle chuí a chur ar fáil do dhaoine óga agus dá dtuismitheoirí/gcaomhnóirí. Ba chóir a chur i gcuimhne do thuismitheoirí/chaomhnóirí gur cheart dóibh úsáid na meán sóisialta a phlé lena leanaí agus monatóireacht ghníomhach a dhéanamh ar an úsáid sin tar éis eachtra.
- Tá sé tábhachtach go mbeadh cur amach ag baill FBTC ar na treoirlínte um chur teachtaireachtaí go sábháilte agus ar an gcáipéis **Media Guidelines for**

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

- Is minic a phostálann daoine óga teachtaireachtaí ar na meáin shóisialta ina nguíonn suaimhneas síoraí ar an té a bhásaigh. Postálacha mothúchánacha ó chroí is ea iad sin go hiondúil, go háirithe sa chás gur chuir an té lámh ina bhás féin. Ba chóir go mbeadh teachtaireachtaí amhail "Airím uaim go mór thú ach is gearr go bhfeicfidh mé thú" nó "Leanfaidh mé ort" ina n-údar imní agus ba cheart labhairt leis an duine sin. D'fhéadfadh sé go n-imreodh bás duine trí fhéinmharú tionchar ar dhaoine eile. Bíonn éifeacht ghabhálach ag an bhféinmharú ar dhaoine óga go háirithe D'fhéadfadh sé go ndéanfaidís siúd atá leochaileach ó thaobh mothúcháin de iarraidh a thabhairt ar fhéinmharú nuair a bhuaileann spadhar iad.
- Foinse thábhachtach eolais is ea gníomhaíocht ar na meáin shóisialta le linn teagmhas criticiúil, mar shampla, comhaontú féinmharaithe a fháil amach agus sainaithint a dhéanamh ar ghrúpaí nó ar dhaoine óga aonair atá leochaileach a d'fhéadfadh a bheith i mbaol féinmharú. Ós rud é gur féidir le daoine óga socruithe príobháide a gcuntais féin a athrú, d'fhéadfadh sé go bpostálfaí eolas is údar buartha i ngan fhios do thuismitheoirí ná do lucht bainistíochta na scoile. Is dócha go gcuirfeadh úsáideoirí srian le rochtain ar a leithéid de phostálacha, rud a fhágann nach mbeadh teacht ag gach duine orthu.
- Tá saincheisteanna príobháide agus faireachais ag baint le monatóireacht a dhéanamh ar láithreáin gréasáin. Ní mholtar do scoileanna dul i mbun

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

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

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

- Ná nasc le láithreáin ghréasáin a chuireann an féinmharú chun cinn ná a chuireann cuma na mealltachta air, agus ná luaigh a n-ainmneacha ach an oiread. Tá liosta de láithreáin ghréasáin áisiúla a chuireann tacaíocht ar fáil le fáil ag **www.ias.ie** agus ag **www.samaritans.org/ireland/links**.
- Déan iarracht cúram agus breithiúnas grinn a léiriú agus scéalta nuachta a chuirfear suas ar líne á gcur le chéile agat de bharr gur minic a bhíonn fógraí agus tráchtanna nach bhfuil smacht ar bith ag an údar orthu timpeall orthu. Féadann gnéithe breise atá ar an leathanach comhthéacs diúltach a chruthú, rud a fágann go bhféadfadh sé go mbeadh fógraí le haghaidh piollairí dúlagair curtha ar taispeáint in aice le hailt a bhaineann le cúrsaí meabhairshláinte.
- Cuir hipearnaisc chuig foinsí tacaíochta leis an alt d'fhonn a chinntiú go mbeidh daoine atá i mbaol in ann teacht ar acmhainní úsáideacha gan mhoill. Déan

machnamh ar a chur chun cinn más in Éirinn nó sa Ríocht Aontaithe atá tú, nó www. má tá tú taobh amuigh de na tíortha sin.

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

Aiseolas ó léitheoirí

- Tugann an cumas chun trácht a dhéanamh ar ailt nó ar phostálacha blag an deis do léitheoirí cuma na mealltachta a chur ar an bhféinmharú nó tuairimí conspóideacha faoi chlaontaí féinmharaithe agus faoin meabhairshláinte a chur i láthair. De bharr gur tráchtanna anaithnide iad a bheag nó a mhór, is minic a spreagtar díospóireachtaí nach bhfuil oiriúnach do láithreán gréasáin nuachta agus a d'fhéadfadh dochar a dhéanamh do léitheoirí eile fiú amháin.
- Déanann láithreáin ghréasáin fhreagracha cinnte de go bhfuil na téarmaí agus coinníollacha a nglacann gach postálaí leo nuair a chuireann sé rud éigin suas follasach faoi céard is ann d'inneachar míchuí agus faoin gcaoi a ndéanfar plé leis. Ina theannta sin, ba chóir d'úinéirí láithreáin agus do riarthóirí tuiscint a bheith acu ar na himpleachtaí a d'fhéadfadh a bheith i gceist le ligean do dhaoine tráchtanna den sórt sin a fhoilsiú ar a láithreán gréasáin.
- Nuair is féidir, déan iarracht do lucht léitheoireachta a chur ar an eolas faoin gcaoi ar féidir leo aiseolas a thabhairt ach meas a léiriú do shláinte, sábháilteacht agus folláine gach uile dhuine ag an am céanna, agus faoin gceart atá ag an bhfoilsitheoir aon inneachar míchuí a bhaint.
- Déan machnamh ar é a dhéanamh soiléir d'úsáideoirí go stiúrtar na seirbhísí aiseolais, cibé de láimh nó go leictreonach.

21. Múinteoirí ag cabhrú le daltaí i gcás géarchéime nó éigeandála

Bileog do mhúinteoirí

1. **Éist 2. Cosain 3. Ceangail 4. Samhaltaigh & 5. Múin!**

Smaoinigh ar an "mbaint dhíreach" a bhí ag do dhaltaí leis an méid a tharla .i. An bhfaca siad ar tharla lena súile cinn nó an raibh siad páirteach ann.

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

Nuair a chomhroinneann daltaí a gcuid eispéireas, smaointe agus mothúchán faoin eachtra, éist le haghaidh na bhfachtóirí riosca i leith freagairtí díobhálacha.

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

- cailleadh baill teaghlaigh, nó carad gortú
- tromchúiseach nó bás duine eile a fheiceáil
- baill teaghlaigh nó cairde ar iarraidh tar éis eachtra, taithí ar thrámaí nó ar an mbás san am atá thart
- gortú nó breoite de bharr na heachtra

- cailleadh baile, bogadh an teaghlaigh, athruithe ar chomharsanachta/scoileanna, agus/nó cailleadh giuirléidí

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

Éist, Cosain, Ceangail, Samhaltaigh & Múin

1. Éist

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

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

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

- Iompar agus/nó giúmar

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

2. **Cosain**

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

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

thabhairt do do chuid daltaí. B'fhéidir go bhfaighidh tú tuilleadh smaointe le cabhrú le do chuid daltaí má chomhroinneann an liosta seo le múinteoirí eile.

3. Ceangail

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

- Faigh "an scéala is déanaí" ó na daltaí ar bhonn rialta
- Aimsigh acmhainní a d'fhéadfadh tacaíocht a thabhairt do do chuid daltaí agus ball foirne
- Tabhair gníomhaíochtaí idirghníomhacha scoile ar ais, lena n-áirítear spóirt, cruinnithe club, tionscadail dalta, agus comhairle na mac léinn, cóitseálaithe, srl.
- Spreag do dhaltaí dul i mbun gníomhaíochtaí le cairde leo, lena n-áirítear tionscadail ranga agus gníomhaíochtaí seach-churaclaim
- Bíodh comhbhá agat le do chuid daltaí ach tuilleadh ama a chur i leataobh dóibh ábhair nua a fhoghlaim
- Cuir le láidreachtaí do chuid daltaí ach iad a spreagadh chun leas a bhaint as ar fhoghlaim siad san am atá thart le dul i ngleic leis an teagmhas seo
- Cuir i gcuimhne do do chuid daltaí nach minic a tharlaíonn tubaistí, géarchéimeanna agus cásanna éigeandála móra
- Déan plé ar mhothú slán sábháilte agus ar amanna ar mhothaigh siad slán sábháilte
- Liostaigh cláir agus gníomhaíochtaí a nascann tusa agus do chuid daltaí leis an bpobal

- Comhroinn do liosta le múinteoirí eile le liosta níos mó de ghníomhaíochtaí agus acmhainní a chruthú.

4. Samhaltaigh

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

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

5. Múin

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

- B'fhéidir go mbeidh freagairtí difriúla ag daoine difriúla, fiú laistigh den teaghlach céanna
- Tar éis an teagmhais, beidh méideanna difriúla ama ag teastáil ó dhaoine difriúla le déileáil leis agus le dul i dtaithí air
- Spreag do chuid daltaí chun sainaithint a dhéanamh ar straitéisí dearfacha déileála agus iad a úsáid tar éis an teagmhais
- Cabhraigh le do chuid daltaí dul i mbun fadhbréiteach le teacht slán as gach lá

- Cabhraigh le do chuid daltaí spriocanna beaga “indéanta” a shocrú agus caith leis na spriocanna sin mar “bhuanna” do na daltaí agus do do rang
- Cuir i gcuimhne do dhaltaí go dtagann feabhas ar rudaí tar éis tamaill i bhformhór mór na gcásanna. Mura dtagann, ba chóir labhairt le tuismitheoir nó le múinteoir
- le himeacht ama, bíodh do chuid daltaí, a dteaghlach agus do rang ag súil le téarnamh.

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

22. Acmhainní

Acmhainní atá oiriúnach le haghaidh comhairliúcháin nó obair le Déagóirí

Suímh Idirlín

- Cruse Bereavement Care - https://www.hopeagain.org.uk/
- Young Minds: Have their own YouTube channel with helpful videos
- www.youngminds.org.uk
- Happy Maps - www.happymaps.co.uk
- Health for Teens - https://www.healthforteens.co.uk/feelings/bereavement-loss/
- Hope Again - https://www.hopeagain.org.uk/
- 'Grief in the Family' – film by Concord Media
- Child Bereavement UK: Support for young people - https://www.childbereavementuk.org/
- The Good Grief Trust: For young people –
- https://www.thegoodgrieftrust.org/find-support/for-young-people/
- Winstonswish Foundation - https://winstonswish.org/
- Spunout www.spunout.ie
- National Youth Council of Ireland https://www.youth.ie/resources/
- Reach Out https://au.reachout.com/

Leabhair

- *The Grieving Teen: A Guide for Teenagers and their Friends* – Helen Fitzgerald, Foilsitheoir: Simon and Schuster
- *Straight Talk about Death for Teenagers: How to Cope with Losing Someone You Love* – Earl A Grollman, Foilsitheoir: Beacon Press
- *Healing your Grieving Heart* – for teens – Alan D. Wolfelt, Foilsitheoir: Companion Press
- *Sad Book* – Michael Rosen, Foilsitheoir: Walker Books Ltd.
- *Deliberate Self-harm in Adolescence*, Claudine Fox and Keith Hawton (2000), Foilsitheoir: Jessica Kingsley
- *When a Friend Dies - A Book for Teens About Grieving and Healing*, Marilyn Gootman, Foilsitheoir: Free Spirit Publishing
- *Good Grief: Exploring Feelings, Loss and Death with Over Elevens and Adults. A Holistic Approach.,* Barbara Ward and Associates, Foilsitheoir: Jessica Kingsley

Acmhainní do Leanaí le Míchumais Foghlama

- *Loss and Learning Disability*, Noelle Blackman, Foilsitheoir: Worth Publishing

- *Understanding Death and Dying. A Guide for Carers and Other Professionals*

(Cuid de shraith de 3 leabhrán do dhaoine le míchumais foghlama), Fiona Cathcart, Foilsitheoir: Worcestershire, British Institute of Learning Disabilities

Acmhainní do Thuismitheoirí/Caomhnóirí

- Beyond the Rough Rock: Supporting a child who has been Bereaved Through Suicide

https://winstonswish.org/wp-content/uploads/2024/04/ww-0195-BK-Beyond-The-Rough-Rock.pdf

- How do we tell the children: A step-by-step guide for Helping Children Cope when Someone Dies, Dan Schafer and Christine Lyons, Newmarket Press

- Parenting Positively: Coping with Separation

https://www.tusla.ie/uploads/content/Parents_Coping_with_Separation_d3.pdf

- Mind the Gap: A Guide for Parents and Carers of Bereaved School-Age children and young people

https://www.barnardos.ie/wp-content/uploads/2023/05/Mind-The-Gap-A5RGB-Booklet.pdf

Acmhainní do Scoileanna

- Jigsaw – Neart https://jigsaw.ie/neart/
- Supporting a Bereaved Pupil - https://sabp.lgfl.org.uk/
- *Grief at School. A Manual for School Personnel*, Helen Fitzgerald, Kitty Kaczmarek, Publisher: Washington, D.C. American Hospice Foundation
- *Wise Before the Event: Coping with Crises in Schools*, Anne Gold, William Yule, Publisher: London, Calouste Gulbendian Foundation
- Responding to Self-Harm in Schools: Guidance for School Staff

https://oide.ie/wp-content/uploads/2024/11/Responding-to-Self-Harm-in-Schools.pdf

- Acmhainní Folláine ón Roinn Oideachais agus Óige

https://www.gov.ie/en/department-of-education/publications/catalogue-of-wellbeing-resources-for-post-primary-schools/

- Youth Suicide Prevention Ireland: https://yspi.ie/manual
- Helping the Grieving Student: A Guide for Teachers: A practical guide for dealing with death in your classroom

https://www.stlouischildrens.org/sites/legacy/files/pdfs/Helping-the-Grieving-Student.pdf

- *Implementing Mental Health Promotion*, Barry, M and Jenkins, R., Publisher: Elsevier, Oxford

https://www.academia.edu/3261679/Implementing_mental_health_promotion

- *Healing Children's Grief - Surviving a Parent's Death from Cancer*, Grace Christ, Publisher: Oxford University Press
- *Handbook of Childhood Death and Bereavement*, C.A. Corr & D.M. Corr (Eds.), Publisher: New York, Springer
- *Someone to Talk to: A Handbook on Childhood Bereavement*, Pat Donnelly, Publisher: NCRC, Barnardos
- Children and Disasters, N.S. Gordon, N.L. Farberow & C.A. Maida, Publishers: Philadelphia, Burner/Mazel
- *Helping children deal with Disasters and Terrorism*, A.M. La Greca, W.K. Silverman, E.M. Vernberg & M.C. Roberts, Publisher: American Psychological Association
- *Helping Children Cope with Separation and Loss*, Claudia L. Jewett, Foilsitheoir: Batsford
- *The Forgotten Mourners: Guidelines for Working with Bereaved Children*, Susan C. Smith, Foilsitheoir: Jessica Kingsley
- *Someone very Important has just Died: Immediate Help for People Caring for Children of All Ages at the time of a Close Bereavement*, Mary Turner, Foilsitheoir: Jessica Kingsley
- *Helping Bereaved Children: A Handbook for Practitioners*, N. Boyd Webb, Foilsitheoir: Guilford Press
- *Healing a Child's Grieving Heart for Kids: 100 Practical Ideas for Families, Friends and Caregivers*, Alan D. Wolfelt, Foilsitheoir: Companion Press

Acmhainní maidir le Féinmharú agus Féindhíobháil

Living When a Young Friend Commits Suicide, Earl A. Grollman and Max Malikow, Foilsitheoir: Brunner-Routledge, Philadelphia

- *You are Not Alone: Help and Advice on Coping with the Death of Someone Close*

https://www.healthpromotion.ie/media/documents/HSP00493_YANA_Version_3_Feb_2024.pdf

- Youth Suicide Prevention Ireland https://yspi.ie/manual
- Life Signs https://www.lifesigns.org.uk/
- Papyrus: Prevention of Young Suicide https://www.papyrus-uk.org/

Línte Cabhrach

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

- Childline: 1800 666 666 (Free Calls)
- The Samaritans: 1850 60 90 90 (Local Call Cost)
- Pieta House: 1800 247 247 (Free calls)

23. Seicliosta maidir le hathbhreithniú a dhéanamh ar an mbeartas agus ar an bplean

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

14. Cá háit a gcoinneofar cóipeanna den phlean?

15. An ndeachthas i ndáil chomhairle le tuismitheoirí faoin bplean?

16. An ndeachthas i ndáil chomhairle leis na daltaí faoin bplean?