

7 Riaghailtean Òir airson Com-pàirteachadh

Riaghailt Òir 1: A' tuigsinn nan còraichean agam

Bu chòir fiosrachadh a thoirt dhomh mu na còraichean agam.

Feumaidh mi tuigsinn carson a tha e cudromach gun tèid èisteachd rium agus gun tèid luach a chur anns na beachdan agam.

Cuimhnich gu bheil còir agam guth a bhith agam an-diugh, agus chan ann a-mhàin san àm ri teachd.

Bu chòir inbhich a tha ag obair còmhla rium a bhith ag ionnsachadh mu chòraichean cloinne, agus carson a tha e cudromach a bhith ag èisteachd rium an da-rìribh nuair a thathar a' dèanamh cho-dhùnaidhean a bheir buaidh orm.

Bu chòir fios soilleir a bhith aig inbhich a tha ag obair còmhla rium gu bheil còir agam a bhith a' gabhail pàirt anns a h-uile co-dhùnadh a bheir buaidh orm. 'S ann orra-san a tha an dleastanas seo.

Riaghailt Òir 2: Cothrom a bhith an sàs ann an cùisean

Dh'fhaodte gum bi mi feumach air taic a bharrachd, agus bu chòir seo a thoirt dhomh.

Cleachd gnìomhachdan a tha spòrsail is cruthachail agus a tha a rèir nan comasan is ùidhean agam.

Thoir cothrom na Fèinne dhomh an-còmhnaidh agus na toir breith orm.

Cuir fàilte orm, agus smaoinich cuideachd mun aois, cinneadh, comas, cànan, cultar, creideamh agam, mu far a bheil mi a' fuireach, agus mu rud sam bith eile a tha cudromach.

Tha mi eadar-dhealaichte, tha sinn uile eadar-dhealaichte. Aithnich is comharraich seo.

Riaghailt Òir 3: Cuimhnich, 's e mo roghainn a th' ann

Thoir cothrom dhomh pàirt a ghabhail ann an dòigh a tha freagarrach dhomhsa, chan ann dhutsa.

Cuimhnich gur e mo roghainn a th' ann a bhith a' gabhail pàirt.

Dh'fhaodte gun roghnaich mi gun a bhith a' gabhail pàirt is mar sin, dèan cinnteach gu bheil e ceart gu leòr gun dèan mi seo uair sam bith a tha mi ag iarraidh seo a dhèanamh no a dh'fheumas mi seo a dhèanamh.

Riaghailt Òir 4: Cuir luach annam

Gabh a-steach mi bhon toiseach.

Cuimhnich gum bu chòir cothrom a bhith agam na beachdan agam a thoirt seachad air rudan sa bheatha làitheil agam, a bharrachd air rudan nas motha san sgoil, coimhearsnachd is dùthaich agam.

Seall dhomh gu bheil thu ag èisteachd rium, agus gu bheil thu a' gabhail rium gu da-rìribh.

Ma ghabhas mi pàirt, cleachd na beachdan a th' agam gus do chuideachadh le bhith a' dèanamh cho-dhùnaidhean.

Dèan cinnteach gun cleachd thu na rudan a thuirt mi gus a' bheatha agam a dhèanamh nas fheàrr agus gus atharrachadh a dhèanamh air na rudan a tha feumach air atharrachadh. Mur a cleachd thu na rudan a thuirt mi gus atharrachaidhean a dhèanamh, innse dhomh carson nach cleachd. Innis dhomh cho cudromach sa tha mo ghuth. Na cuir mi ann an neo-shuim a chionn 's gu bheil e ro dhoirbh dhut cluinntinn na tha mi airson a ràdh.

Riaghailt Òir 5: Thoir taic dhomh

Smaoinich gu faiceallach air mar a nì thu conaltradh rium ann an dòigh a thuigeas mi, agus na stad gus an tuig mi.

Dèan cinnteach gu bheil mi a' tuigsinn agus na bi dìreach a' gabhail ris gu bheil mi a' tuigsinn.

Cuimhnich gur dòcha bi mi feumach air cuideigin a bhios a' bruidhinn còmhla rium, no às mo leth, uaireannan.

Thoir dhomh cothrom ceistean a chur.

Freagair mi gu h-onarach.

Thoir taic dhomh le bhith ag ràdh na tha mi a' smaoineachadh anns an dòigh as fheàrr dhomh.

Riaghailt Òir 6: Obraich còmhla

Is urrainn dhomh ionnsachadh bhuat, is urrainn dhut ionnsachadh bhuam, is urrainn dhuinn ionnsachadh bho chàch a chèile.

Tha e cudromach gun toirt sinn spèis do chàch a chèile.

Dèan cinnteach gun tuirt mi an rud a tha thu a' smaoineachadh a thuirt mi.

Gabh ris gum bi sinn ag easaontachadh uaireannan agus dèan cinnteach gum bi àm ann nuair a tha e ceart gu leòr bruidhinn mu dheidhinn seo.

Bidh onarach mu dè an diofar a nì mo ghuth, agus bidh soilleir mu dè ghabhas dèanamh.

Riaghailt Òir 7: Cùm ann an co-luadar

Mìnich dhomh dè na co-dhùnaidhean no atharrachaidhean a chaidh a dhèanamh, no nach deach a dhèanamh, agus carson.

Thoir dhomh cothrom ceistean a chur ort mu dheidhinn seo.

Dèan aonta còmhla rium air mar a chumas sinn ann an co-luadar mu na tha a' tachairt.

Innis dhomh mar a chuireas mi fios thugad ma dh'fheumas mi, no ma tha mi ag iarraidh, fios a chur thugad.

Innis dhomh dè nì thu a-nis.