Polisi Gwrth-fwlio

Rydym ni'n ddysgwyr... We're learners who are...

...uchelgeisiol a galluog		...capable and ambitious
...iachus ac hyderus		...healthy and confident
...mentrus a chreadigol		...enterprising and creative
...egwyddorol a gwybodus		...ethical and informed

Date of approval / implementation	
Last Date of policy review	Mai 2024
Next date of policy review:	Mai 2026
Head-teacher signature:	Zoe Jermin-Jones
Chair of Governors signature:	

Cyngor **Sir Gâr**
Carmarthenshire
County Council

sirgar.llyw.cymru | carmarthenshire.gov.wales
twitter.com/CarmsCouncil
facebook.com/carmarthenshirecc
flickr.com/discovercarms

Cyngor Sir Caerfyrddin

YSGOL GYMRAEG BRYNSIERFEL

Bach yw hedyn pob mawredd

Polisi Gwrth-fwlio

Mawrth 2023

Cyngor Sir Gâr
Carmarthenshire County Council

Cynnwys

Gweledigaeth a Nodau ein Hysgol
Diffiniad o'r hyn a olygir wrth 'fwlio'
Beth sydd ddim yn fwlio?
Grym iaith
Sut y mae codi ymwybyddiaeth o fwlio
Arwyddion y gallai plentyn neu berson ifanc fod yn dioddef bwlio
Bwlio a Diogelu
Sut mae atal bwlio yn ein Hysgol
Bwlio y tu allan i'r Ysgol
Sut bydd yr ysgol yn ymateb i ddigwyddiadau
Sut y gall dysgwyr adrodd am achosion o fwlio
Cefnogi'r disgybl sydd wedi dweud ei fod wedi cael ei fwlio
Yr hyn y gall Dysgwyr ei ddisgwyl
Yr hyn y gall Rhieni/Gofalwyr ei ddisgwyl
Sut y caiff Digwyddiadau eu Cofnodi a'u Monitro
Sut y gall dysgwyr a/neu rieni/gofalwyr godi'r mater yn briodol
Sut bydd yr ysgol yn gwerthuso ac yn adolygu ei pholisi a'i strategaeth

Atodiadau

Atodiad 1 – Mathau Penodol o Fwlio
Atodiad 2 – Bwlio ac Ymddygiad Ymosodol Ar-lein
Atodiad 3 – Y Gyfraith sy'n Ymwneud â Bwlio
Atodiad 4 – Ffurflen Cofnodi Achos o Fwlio
Atodiad 5 – Sgyrsiau Cefnogol i Ddysgwyr
Atodiad 6 – Ffurflen Adrodd am Ddigwyddiad yn yr ysgol
Atodiad 7 – Ble i gael Cyngor a Chymorth pellach

Rhagair:

Mae'r polisi hwn yn seiliedig ar '*Hawliau, parch, cydraddoldeb: Canllawiau Statudol ar gyfer cyrff llywodraethu ysgolion a gynhelir' (2019)* Llywodraeth Cymru

https://www.llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-11/hawliau-parch-cydraddoldeb-canllawiau-statudol-ar-gyfer-cyrff-llywodraethu-ysgolion-a-gynhelir.pdf

Mae herio bwlio yn flaenoriaeth allweddol i'n Hysgol. Rydym wedi ymrwymo i sicrhau bod ein dysgwyr i gyd yn teimlo'n ddiogel, yn saff ac yn cael eu cefnogi i gyflawni eu llawn botensial. Mae gan bob person ifanc yr hawl i addysg ac i gael ei drin yn gyfartal.

Mae'r ysgol wedi ymrwymo i herio bwlio'n gyfannol, drwy fynd i'r afael ag achosion sylfaenol ymddygiad annerbyniol a chreu amgylchedd cynhwysol a diddorol. Mae'r ysgol yn rhoi blaenoriaeth i les fel bod dysgwyr yn teimlo'n ddiogel a'u bod yn barod i ddysgu. Mae'n hanfodol bod plant a phobl ifanc yn cael eu haddysgu am feithrin a chynnal perthnasoedd llawn parch; dyma'r conglfaen y mae ymddygiad cadarnhaol yn seiliedig arno.

Mae angen i ni i gyd sicrhau bod gwerthoedd parch, goddefgarwch a charedigrwydd yn rhan o gymuned a diwylliant ein hysgol.

Gweledigaeth a Nodau ein Hysgol:

Yn Ysgol Gymraeg Brynsierfel ein nod yw darparu dull arloesol a deinamig o ddysgu, gan alluogi a rhoi i bob dysgwr y sgiliau i ffynnu mewn byd digidol sy'n newid yn barhaus.

Yr ydym yn hyrwyddo naws o ddisgwyliadau uchel, llwyddiant academaidd, gwerthoedd cadarn a gwelliant parhaus o fewn cymuned gymhwysol lawn sydd hefyd yn ofalgar, yn gefnogol a threfnus.

Y mae pob dysgwr yn gyfartal o ran gwerth ac yr ydym yn ymroddedig i oruchwylio rhagoriaeth unigol a llwyddiant i bawb.

Ein Gwerthoedd ac Ethos yr Ysgol

Mae ethos ein hysgol ni yn seiliedig ar ddull adferol o adeiladu, cynnal a thrwsio perthnasoedd iach a lle mae pob aelod o gymuned yr ysgol yn teimlo'n ddiogel ac yn cael ei werthfawrogi.

Ein gwerthoedd:
Cwrteisi
Cyfeillgarwch
Cyfathrebu
Caredigrwydd
Cyfrifoldeb
Cydweithrediad

Fel ysgol yr ydym yn ystyried bod bwlian a'i effaith yn ddifrifol. Gallwn sicrhau disgyblion, rhieni a gwarchodwyr y byddwn yn ymateb i unrhyw achosion o fwlian. Ni oddefir bwlian yn yr ysgol hon. Bydd yr ysgol yn chwilio am ffyrdd i rwystro effeithiau bwlian gall ddigwydd yn yr ysgol neu yn y gymuned leol.

Diffiniad o'r hyn a olygir wrth 'fwlio':

Nid oes diffiniad cyfreithiol o fwlio yng Nghymru nac ym Mhrydain Fawr ychwaith. Felly, y diffiniad sy'n cael ei ddefnyddio yn y polisi hwn yw'r un a roddir gan Lywodraeth Cymru:

Ymddygiad gan unigolyn neu grŵp, sy'n cael ei ailadrodd yn raddol dros gyfnod, sy'n niweidio eraill yn fwriadol, naill ai'n gorfforol neu'n emosiynol.

Mae nifer o elfennau amlwg yn gysylltiedig â bwlio. Mae'r rhain yn cynnwys y canlynol (ond nid dyma'r unig rai):

- **Bwriad i niweidio** – mae bwlio yn rhywbeth bwriadol, a'r bwriad yw achosi niwed. Bydd y rhai sy'n bwlio eraill yn aml iawn yn fedrus iawn yn yr ystyr eu bod yn gwybod sut yn union i fychanu neu frifo eu targed, gan roi sylw i agweddau allweddol o'u hymddangosiad, eu personoliaeth neu eu hunaniaeth i sicrhau'r effaith a ddymunir. Byddant yn canfod yr agwedd ble mae ganddynt rym dros eu targed
- **Canlyniad niweidiol** – caiff rhywun (neu grŵp) ei frifo yn gorfforol neu'n emosiynol. Gall gael ei ynysu, gellir codi cywilydd arno neu godi ofn. Bydd ei ymdeimlad o'i hunan-werth yn lleihau
- **Gweithredoedd uniongyrchol neu anuniongyrchol** – gall bwlio gynnwys ymddygiad ymosodol uniongyrchol, megis taro rhywun, yn ogystal â gweithredoedd anuniongyrchol megis lledaenu sïon, datgelu gwybodaeth breifat am rywun neu rannu delweddau personol iawn â phobl na fwriadwyd iddynt weld y wybodaeth neu'r delweddau
- **Ailadrodd** – bydd bwlio fel arfer yn cynnwys ailadrodd ymddygiad negyddol neu weithredoedd ymosodol. Fel arfer, ni fydd gweithred ymosodol unigol, megis ymladd, yn cael ei hystyried yn fwlio. Fodd bynnag, gall unrhyw ddigwyddiad fod yn fan cychwyn i batrwm o ymddygiad bwlïaidd sy'n datblygu wedi hynny. Gall digwyddiadau o 'fwlio unwaith' gael effaith niweidiol er hynny ar les dysgwyr. Dyna pam mae cofnodion o ddigwyddiadau mor werthfawr
- **Grym anghyfartal** – mae bwlio yn cynnwys camddefnydd o rym gan un unigolyn neu grŵp sy'n fwy grymus (neu'n cael eu hystyried felly), yn aml oherwydd eu hoedran, eu nerth corfforol, eu poblogrwydd neu eu cadernid seicolegol.

Mae llawer math gwahanol o fwlio, gan gynnwys:

- **corfforol** – dyrnu, cicio, baglu neu wthio rhywun, anafu rhywun, difrodi ei eiddo neu eu dwyn neu wneud ystumiau i godi braw ar rywun
- **geiriol** – gwawdio a galw enwau, sarhau, bygwth, bychanu neu godi ofn
- **emosiynol** – ymddygiad sydd wedi'i fwriadu i ynysu, brifo neu niweidio rhywun neu godi cywilydd arno
- **anuniongyrchol** – gweithredoedd slei neu lechwraidd sy'n cael eu cyflawni y tu ôl i gefn y targed neu roi sïon ar led
- **ar-lein** – defnyddio unrhyw fath o ddulliau technolegol, ffonau symudol, rhwydweithiau cymdeithasol, gemau, ystafelloedd sgwrsio, fforymau neu apiau i fwlio drwy gyfrwng

negeseuon testun, negeseuon, delweddau neu fideo. Ceir mwy o wybodaeth am Fwlio Ar-lein yn **Atodiad 2**.

- **niweidio perthnasoedd** – bwlio sy'n ceisio gwneud niwed i berthnasoedd neu statws cymdeithasol y targed: annog ei ffrindiau i droi cefn arno, manteisio ar anghenion dysgu ychwanegol neu salwch tymor hir unigolyn, targedu statws cymdeithasol ei deulu, ynysu neu godi cywilydd ar rywun neu gael rhywun i helynt yn fwriadol.
- **rhywiol** – cyffwrdd digroeso, bygythiadau, awgrymiadau, sylwadau a jôcs neu ensyniadau. Gall hyn hefyd gynnwys blacmel rhywiol, yr hyn a elwir yn 'bornograffi dial' ac unrhyw gamddefnydd o luniau personol a chignoeth o'r dysgwr sy'n cael ei dargedu
- **cysylltiedig â rhagfarn** – bwlio dysgwr neu grŵp o ddysgwyr oherwydd rhagfarn. Gallai hyn fod yn gysylltiedig â stereoteipiau neu ragdybiaethau ynghylch hunaniaeth. Mae bwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn yn cynnwys y nodweddion gwarchodedig. Gall rhagfarn ymestyn y tu hwnt i'r nodweddion gwarchodedig, ac mae'n gwneud hynny, a gall arwain at fwlio oherwydd amrywiaeth o resymau eraill megis statws cymdeithasol a chefndir.

Cyfeiriwch at **Atodiad 1** am fwy o wybodaeth am fathau penodol o fwlio.

Beth sydd ddim yn fwlio?

Mae rhai mathau o ymddygiad, er eu bod yn annerbyniol, nad ydynt yn cael eu hystyried yn fwlio. Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl yr ymdrinnir â'r achosion hyn yn unol â pholisi ymddygiad yr ysgol i atal y posibilrwydd y gwnaiff digwyddiad waethygu a datblygu yn achos o fwlio.

Mae'r enghreifftiau canlynol yn achosion na fyddai fel arfer yn cael eu hystyried yn fwlio:

- **Cweryl rhwng ffrindiau** – fodd bynnag, gall cweryl rhwng ffrindiau waethygu a datblygu yn ymddygiad bwlïaidd, a hynny oherwydd y ffaith bod gan gyn-ffrindiau wybodaeth fanwl am ofnau ac ansicrwydd y naill a'r llall. Bydd plant a phobl ifanc sy'n cael eu targedu gan gyn-ffrindiau yn teimlo'r brad hwnnw i'r byw, a byddant yn aml yn cael eu harwahanu oddi wrth eu grŵp blaenorol o ffrindiau
- **ymladd sy'n digwydd unwaith** – mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion fynd i'r afael â hyn yn unol â'u polisi ymddygiad, oni bydd yn rhan o batrwm o ymddygiad sy'n awgrymu bod unigolyn arall yn cael ei dargedu yn fwriadol
- **cweryl neu anghytundeb** – rhwng dau blentyn neu ddau berson ifanc; nid ystyrir hyn yn fwlio fel arfer. Fodd bynnag, efallai y bydd arnynt angen cymorth i ddysgu parchu safbwyntiau pobl eraill
- **ymosodiad corfforol sy'n digwydd unwaith** – mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl y caiff hyn ei atal ac y bydd ysgolion yn mynd i'r afael â hynny'n syth. Efallai y bydd yn briodol hefyd i'r heddlu ymyrryd mewn achosion o ymosodiadau corfforol
- **sylwadau sarhaus a chellwair** – yn aml, bydd plant yn protestio drwy ddweud mai jôc neu gellwair oedd digwyddiad. Os bydd dau ffrind sydd â grym cyfartal yn cellwair â'i gilydd yn aml, nid ystyrir hynny'n fwlio. Os bydd un dysgwr yn defnyddio'r hyn mae'n honni sy'n gellwair i fychanu neu fygwth dysgwr arall sydd heb rym i atal hynny a'r weithred honno'n codi ofn arno, mae'n debyg y bydd hynny'n croesi'r ffin rhwng cellwair a bwlio
- **trosedd casineb sy'n digwydd unwaith** – os na chaiff yr ymddygiad hwn ei ailadrodd, ni fydd fel arfer yn cael ei ystyried yn fwlio, ond byddai'n ymddygiad troseddol. Byddai Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion fynd i'r afael â'r digwyddiad yn unol â'u polisi ymddygiad a

pholisïau perthnasol eraill, megis polisi 'Prevent' yr ysgol. Pe bai hynny'n angenrheidiol, dylai'r ysgol ofyn i'r heddlu ymyrryd.

Mae Llywodraeth Cymru'n disgwyl i bob digwyddiad casineb gael ei gofnodi'n gywir er mwyn galluogi ysgolion i fonitro ac atal gwahaniaethu. Mae Awdurdodau Lleol yn aml yn monitro digwyddiadau casineb ac efallai y byddant yn ei gwneud yn ofynnol i ysgolion adrodd am y rhain i ddangos sut y maent yn cydymffurfio â Dyletswydd Cydraddoldeb y sector cyhoeddus (PSED) dan ddeddf Cydraddoldeb 2010.

<u>Grym iaith:</u>

Wrth gyfeirio at y rolau sydd gan unigolion mewn digwyddiadau bwlio, mae'n well peidio â labelu plant a phobl ifanc fel 'dioddefydd' neu 'fwli' oherwydd y gall y labeli hyn rwystro pobl ifanc rhag newid eu hymddygiad. Bydd dysgwyr yn aml yn cael eu hannog i 'gasáu bwlio', a gall hynny droi yn gasáu unigolion sy'n bwlio. Drwy beidio â labelu rhywun yn fwli, bydd cyfle yn cael ei greu i'w helpu i newid ei ymddygiad annerbyniol a defnyddio ei rym neu ei allu i arwain mewn ffyrdd eraill. Mae'n fuddiol gwahanu'r unigolion oddi wrth yr ymddygiad er mwyn caniatáu i'r unigolyn newid.

Gall labelu pobl ifanc fel 'dioddefwyr' hefyd gymhlethu'r canfyddiad o berson fel rhywun gwan a bydd llawer o blant a phobl ifanc yn ei osgoi rhag ofn iddynt hwythau gael eu gweld yr un fath. Bydd rhai plant sy'n cael eu targedu yn dechrau credu mai hwy sydd ar fai os byddant yn cael eu bwlio a byddant yn gweld eu hunain fel dioddefwyr.

I adlewyrchu hyn, mae'r polisi hwn yn defnyddio'r termau 'targed' a 'thramgwyddwr' yn ogystal â'r term 'gwyliwr'.

<u>Sut y caiff ymwybyddiaeth o fwlio ei godi</u>:

Rhaid i gymuned yr ysgol gyfan fod yn rhan o weithredu strategaeth gwrth-fwlio effeithiol i herio ac atal bwlio mewn ysgolion. Mae'r Awdurdod Lleol, yn unol â gweithredu Model y Pedwar Cam o Gymorth Ymddygiad a Lles, yn hyrwyddo dulliau adferol ysgol gyfan fel sail i gefnogi perthnasoedd iach a pharchus.

Mae'r ymyriadau mwyaf effeithiol yn cael eu cynnal dros y tymor hir, wedi eu datblygu gyda staff, dysgwyr, rhieni/gofalwyr, a phartneriaid yn y gymuned. Caiff y rhain eu monitro, eu gwerthuso a'u hadolygu'n rheolaidd i adlewyrchu newidiadau mewn amgylchiadau neu gyd-destun.

Bydd creu amgylchedd sy'n annog ymddygiad cadarnhaol ac sy'n mynd i'r afael ag achosion sylfaenol ymddygiad annerbyniol yn gymorth i greu amgylchedd cynhwysol a diddorol lle mae dysgwyr yn teimlo'n ddiogel ac yn barod i ddysgu. Caiff gwaith gwrth-fwlio ei wreiddio ar draws y cwricwlwm yn hytrach na bod yn ddigwyddiad blynyddol ar ei ben ei hun (fel yn ystod wythnos gwrth-fwlio) yn unol ag ethos adferol yr ysgol.

Yn Ysgol Gymraeg Brynsierfel, byddwn yn gwneud y canlynol*:

- Sicrhau bod staff a llywodraethwyr yn derbyn hyfforddiant cyson ar y polisi a gweithdrefnau gwrth-fwlio

- Sicrhau, yn ystod y cyfnod sefydlu, bod yr holl staff newydd yn cael gwybod am y polisi, y dull a ddefnyddir gan yr ysgol a sut y gweinyddir y gweithdrefnau
- Sicrhau bod goruchwylwyr maes chwarae, amser cinio a chludiant ysgol a gweinyddwyr ysgolion yn gwbl ymwybodol o'r polisi a'r gweithdrefnau y dylent eu dilyn
- Canfasio barn plant a phobl ifanc yn rheolaidd am raddau a natur bwlio, gan gynnwys disgyblion wrth ddatblygu Polisi Gwrth-fwlio sy'n gyfeillgar i ddisgyblion
- Sicrhau bod disgyblion yn gwybod sut i fynegi eu bod yn bryderus ac yn poeni am fwlio
- Sicrhau bod disgyblion yn gwybod sut i adrodd am achosion o fwlio ac wrth bwy y gallant adrodd
- Sicrhewch fod pob disgybl yn ymwybodol o'r ystod o sancsiynau y gellir eu gweithredu yn erbyn y rhai sy'n bwlio
- Cynnwys disgyblion mewn ymgyrchoedd gwrth-fwlio mewn ysgolion
- Cyhoeddi'r polisi gwrth-fwlio a'r polisi cyfeillgar i ddisgyblion ar wefan yr ysgol
- Rhoi cyhoeddusrwydd i fanylion llinellau cymorth a gwefannau defnyddiol
- Cynnig cefnogaeth i ddisgyblion sydd wedi cael eu bwlio.
- Gweithio gyda disgyblion sydd wedi bod yn bwlio i fynd i'r afael â'r problemau sydd ganddynt
- Ymwneud â rhaglenni perthnasol megis Rhaglen Gyswllt Cymru Gyfan yr Heddlu a Chymdeithasau megis ChildLine i gyfoethogi cwricwlwm yr ysgol mewn perthynas â materion Gwrth-fwlio
- Trefnu sesiynau gyda PC Ali i drafod bwlio a seibr-fwlio
- Trefnu ymweliadau gan Cwmni Spectrwm
- Parhau i fod yn safle i elusen cwnsela Area 43
- Gwasanaethau boreol a 'check ins'

<u>Arwyddion y gall plentyn neu berson ifanc fod yn profi bwlio</u>

Efallai y bydd plentyn yn dweud yn uniongyrchol wrth yr ysgol ei fod yn cael ei fwlio. Mewn achosion lle na fydd yn gwneud hynny, mae yna nifer o ddangosyddion bod plentyn yn cael ei fwlio, a gallent gynnwys:

- Amharodrwydd i fynd i weithgareddau ysgol / grŵp y bu'n dangos diddordeb ynddynt cynt
- Ymddangos yn ofnus o'r daith / yn ystod y daith i ac o'r ysgol
- Newid ei lwybr arferol
- Newidiadau mewn hwyliau - bod yn bryderus, yn oriog, yn encilgar, yn dawel, yn ofidus
- Cwyno am salwch fel poenau stumog a chur pen
- Gwlychu'r gwely mewn plentyn neu berson ifanc oedd yn sych gynt
- Cael hunllefau neu anawsterau cysgu
- Dod adref yn rheolaidd gydag eiddo ar goll neu wedi'i ddifrodi
- Cyrraedd adref eisiau bwyd
- Gofyn am arian ychwanegol neu ddwyn arian
- Chwarae triwant
- Dirywiad yn ei waith / llawysgrifen
- Dim yn bwyta
- Doluriau a chleisiau heb esboniad
- Bod yn ymosodol a bwlio eraill
- Rhoi esgusodion annhebygol am unrhyw un o'r uchod

Bwlio a Diogelu

Gallai rhai achosion fod yn fater diogelu neu fod angen cynnwys yr heddlu. Efallai y bydd ar berson ifanc angen cymorth aml asiantaeth neu ymyriad therapiwtig. O dan Ddeddf Plant 1989, dylid mynd i'r afael â digwyddiad o fwlio fel testun pryder amddiffyn plant pan fo 'achos rhesymol i amau bod plentyn (neu berson ifanc) yn dioddef, neu'n debygol o ddioddef, niwed sylweddol'. Os felly, rhaid i'r ysgol adrodd am ei phryderon wrth adran gwasanaethau cymdeithasol ei hawdurdod lleol.

Sut y caiff bwlio ei atal yn ein Hysgol

Bydd ysgolion effeithiol yn mabwysiadu dull rhagweithiol i atal pob bwlio ac i liniaru ei effeithiau pan fydd yn digwydd.

Yn ein Hysgol byddwn yn gwneud y canlynol:

- Mabwysiadu dull ysgol gyfan ar gyfer hyrwyddo ymddygiad cadarnhaol, llawn parch rhwng staff a dysgwyr fel rhan o'n hagwedd ysgol gyfan at lesiant – bydd y dull hwn wedi ei wau drwy holl weithgarwch yr ysgol (dull perthynol sy'n defnyddio arfer adferol)

- Creu amgylchedd sy'n annog ymddygiad cadarnhaol ac sy'n mynd i'r afael ag achosion sylfaenol ymddygiad annerbyniol - bydd hyn yn gymorth i greu amgylchedd cynhwysol a diddorol lle mae dysgwyr yn teimlo'n ddiogel ac yn barod i ddysgu

- Addysgu plant a hyfforddi staff ynghylch parch, ymddygiad cadarnhaol, stereoteipiau a mynd i'r afael â rhagfarn

- Meithrin hyder i'w gwneud yn bosibl i holl gymuned yr ysgol herio a mynd i'r afael ag iaith annerbyniol

- Sicrhau goruchwyliaeth effeithiol rhwng gwersi gyda mannau diogel yn cael eu darparu ar gyfer dysgwyr agored i niwed yn ystod yr amseroedd hyn

- Cyfleu neges glir o garedigrwydd, empathi, a phwysigrwydd perthnasoedd iach cadarnhaol

Sut byddwn ni'n gwneud hyn?

- **Cyfathrebu Effeithiol** – yn ein Hysgol rydym yn canolbwyntio ar ymddygiad a gweithredu cadarnhaol, gan bwysleisio'r hyn y dylai dysgwyr fod yn ei wneud yn hytrach na pheidio â'i wneud. Mae amser dosbarth a sesiynau ABCh/Lles, yn ogystal â'r defnydd o offer cyfathrebu ehangach yn galluogi disgyblion i gyfleu eu meddyliau a'u pryderon

- **Ymyrraeth** – yn ein Hysgol rydym yn defnyddio gwaith adferol ac addysgu a dysgu i archwilio pam mae rhai geiriau a ffyrdd o ymddwyn yn annerbyniol ac na ddylid eu defnyddio yn yr

ysgol. Mae'r ysgol yn cynnwys rhieni/gofalwyr mewn cyfarfodydd i'w rhannu ag ethos a gwerthoedd ein Hysgol ac i gefnogi ein strategaeth gwrth-fwlio

- **Y cwricwlwm** – yn ein hysgol, yn ogystal â sefydlu ethos adferol, rydym yn defnyddio Sesiynau Iechyd a Lles i gynnwys gwersi ynghylch perthnasoedd, ymddygiad cadarnhaol, a gwytnwch. Bydd ein Hysgol yn gweithredu'r Cwricwlwm newydd i Gymru a'r pedwar diben allweddol i gynorthwyo pob dysgwr i ddod yn unigolion moesegol, gwybodus, iach a hyderus sy'n barod i ddysgu.

• • •

* Mae ein Hysgol yn cael ei **chefnogi** gan ymwelwyr megis cydweithwyr o fewn yr Awdurdod Lleol, Swyddogion Cyswllt yr Heddlu lleol, ymarferwyr NSPCC a'r Samariaid, Spectrwm sy'n addysgu ein disgyblion ar effeithiau bwlio a lle gellir gofyn am gymorth.

<u>Bwlio y tu allan i'r ysgol</u>

Mae ein Hysgol yn gweithredu ac yn dilyn y drefn wrth-fwlio ar gyfer digwyddiadau sy'n digwydd tra bydd disgyblion yn yr ysgol ac ar eu taith i'r ysgol ac adref.

Pan fydd bwlio'n digwydd y tu allan i'r ysgol a hynny'n gallu effeithio ar les disgyblion yn yr ysgol, byddwn yn ymdrechu i wrando a chyfryngu er mwyn i'r disgybl targed a'r troseddwr drafod y mater a chytuno ar ateb. Gall bwlio y tu allan i'r ysgol gynnwys bwlio ar-lein. Ceir gwybodaeth am hyn yn **Atodiad 2**.

Yn ein Hysgol, byddwn yn gwneud y canlynol:

- Edrych i mewn i'r sefyllfa
- Gweithio gyda'r ddau barti a'r rhieni er mwyn gwneud synnwyr o'r sefyllfa mewn ffordd sensitif
- Defnyddio arferion adferol i geisio trwsio'r sefyllfa

Mae Ysgol Gymraeg Brynsierfel yn defnyddio dull adferol sy'n gwahanu'r person oddi wrth yr ymddygiad, i hyrwyddo atebolrwydd a cheisio unioni unrhyw niwed a achoswyd. Os na fydd hyn yn datrys y bwlio y tu allan i'r ysgol, rydym yn argymell bod teuluoedd yn adrodd am y digwyddiadau wrth yr Heddlu 101 ac yn gofyn am eu cymorth i ddatrys y mater.

<u>Sut bydd yr Ysgol yn ymateb i ddigwyddiadau</u>

Dylai penaethiaid sicrhau bod yr holl athrawon a staff gweinyddol yn ymwybodol o'r gweithdrefnau i'w dilyn os bydd dysgwr yn adrodd am gael ei fwlio.

Dylai staff gadw mewn cof y gall dysgwr fynd at unrhyw aelod o staff y mae'n ymddiried ynddo. Bydd hyfforddiant staff a diweddariadau rheolaidd yn cynyddu eu parodrwydd a'u hyder i sylwi ac ymateb pan fydd problemau bwlio yn codi.

Mae’r ymyriadau mwyaf effeithiol yn cael eu cynnal dros y tymor hir, wedi eu datblygu gyda staff, dysgwyr, rhieni a phartneriaid yn y gymuned. Caiff y rhain eu monitro, eu gwerthuso a'u hadolygu i adlewyrchu newidiadau mewn amgylchiadau neu gyd-destun. Cefnogir ymyriadau gan ethos ysgol sy'n atal bwlio ac yn hyrwyddo empathi a pharch at amrywiaeth. Nid yw un strategaeth neu fenter yn debygol o fod yn ateb i fwlio a bydd y strategaeth wrth-fwlio fwyaf effeithiol fel arfer yn cynnwys ystod o offer y gellir eu haddasu ar gyfer digwyddiadau penodol a byddant yn ffurfio rhan o ymagwedd ysgol gyfan ehangach at les.
Gall ymyriadau fod ar lefel dosbarth, lefel grŵp blwyddyn neu ddim ond gyda'r cyflawnwr/wyr.

Ymateb i'r Cyflawnwr

Yn Ysgol Gymraeg Brynsierfel, byddwn yn gwneud y canlynol:

- Gweithio gyda'r troseddwr/wyr honedig i ganfod a ydynt wedi ymddwyn yn amhriodol gan ddefnyddio ymagwedd o empathi a thosturi, yn unol ag agweddau ac ethos adferol.
- Penderfynu ar y ffordd fwyaf priodol i gynorthwyo'r troseddwr i fyfyrio ar oblygiadau ei weithredoedd
- Anelu at fynd i’r afael â’r achosion sylfaenol pam roedd y bwlio yn digwydd yn y lle cyntaf – hyn sy’n debygol o gael yr effaith fwyaf o ran atal y broblem rhag parhau.
- Trwsio'r berthynas rhwng y disgyblion dan sylw drwy arferion adferol

<u>Y ffordd y gall dysgwyr adrodd am digwyddiadau o fwlio</u>

Mae pob aelod o staff yn gyfrifol am adrodd ac ymdrin ag achosion o fwlio.

Yn Ysgol Gymraeg Brynsierfel, mae nifer o ffyrdd y gall disgyblion adrodd am fwlio. Mae’r rhain yn cynnwys*:

- Wrth gyfoedion neu gyfeillion hyfforddedig
- Wrth aelod o staff
- Wrth nyrsys neu gwnsleriaid yr ysgol
- Blychau adborth – Post positif ayyb
- Speakr

<u>Cynorthwyo’r disgybl sydd wedi dweud ei fod wedi cael ei fwlio</u>

Gwrando effeithiol

Mae'r rhai sy'n darged i fwlio yn tueddu i deimlo'n ddi-rym. Un o'r camau cyntaf wrth ymateb i ddigwyddiadau yw gweithio i adfer eu gallu i wneud dewisiadau drostynt eu hunain. Gan ddefnyddio technegau gwrando effeithiol, gall staff (neu gefnogwr cyfoed lle defnyddir y rhain) helpu'r dysgwr a dargedwyd i deimlo ei fod yn gwneud rhywbeth ynglŷn â'r broblem.

Byddwn yn gwneud y canlynol:

- Cydnabod yn dawel ddicter neu drallod y plentyn neu'r person ifanc a dargedwyd sy'n siarad
- Ceisio peidio â'i ruthro os oes arno angen amser i brosesu ei feddyliau
- Cofiwch y gallai fod wedi bod angen cryn ddewrder i ddod i adrodd am yr hyn sy'n digwydd
- Diolch i'r dysgwr am adrodd am y broblem
- Cefnogi'r person ifanc gyda thechnegau dicter/pendantrwydd grymus, lle bo'n briodol
- Eglurwch iddo y camau nesaf o ran sut y bydd ei bryderon yn cael eu trin wrth fynd ymlaen
- Ceisio trwsio'r berthynas drwy arferion adferol

Ystyried y lleoliad

Byddwn yn gwneud y canlynol:
- Eistedd ar yr un lefel â'r dysgwr sy'n adrodd am ei brofiad o fwlio
- Bod yn ymwybodol o brofiad pob dysgwr gwahanol
- Sicrhau preifatrwydd i atal dysgwyr eraill rhag clywed yr hyn sy'n cael ei ddweud neu weld cyfarfod yn cael ei gynnal

Cadw tystiolaeth

Dylid annog dysgwyr sy'n cael eu bwlio, lle bo modd, i gadw tystiolaeth o'r gweithgaredd. Gall tystiolaeth gynnwys:
- Bygythiadau neu ddelweddau a anfonir ar-lein neu oddi ar-lein drwy negeseuon, sgyrsiau, nodiadau neu ddelweddau
- Datganiadau tyst neu dystiolaeth ychwanegol gan wylwyr
- Dyddiadau ac amseroedd pan ddigwyddodd pethau
- Sgrinluniau
- Dillad neu eiddo arall wedi cael eu difrodi

Y camau nesaf

Wrth benderfynu ar y camau nesaf, er mwyn cynyddu hunan-effeithiolrwydd y dysgwr sy'n dweud ei fod yn cael ei fwlio, dylai staff, lle bo modd, roi elfen o ddewis i ddisgyblion.

Gallai'r dewisiadau a gynigir i'r dysgwr sy'n cael ei dargedu gynnwys:
- Sut yr ymdrinnir â'r digwyddiad
- A ddylid ystyried newidiadau i daith bresennol y dysgwr i'r ysgol neu oddi yno mewn mwy o fanylder
- Fyddai'r dysgwr yn hoffi cael cymorth a chefnogaeth gan gymheiriaid

Yr hyn y gall dysgwyr ei ddisgwyl

Mae Llywodraeth Cymru wedi cynhyrchu canllawiau defnyddiol ar gyfer plant a phobl ifanc:
- Hawliau, parch, cydraddoldeb: canllaw i blant | LLYW.CYMRU

- Hawliau, parch, cydraddoldeb: canllaw i bobl ifanc | LLYW.CYMRU

Dylai ysgolion sicrhau bod y wybodaeth hon ar gael yn hawdd i bob disgybl.

Yn Ysgol Gymraeg Brynsierfel, byddwn yn gwneud y canlynol*:
- Canfasio barn plant a phobl ifanc am raddau a natur bwlio yn rheolaidd
- Sicrhau bod disgyblion yn gwybod sut i fynegi, ac adrodd am bryderon ynghylch bwlio
- Sicrhau bod pob disgybl yn ymwybodol o effaith bwlio, a byddwn yn herio pob digwyddiad
- Cynnwys disgyblion mewn ymgyrchoedd gwrth-fwlio mewn ysgolion
- Rhoi cyhoeddusrwydd i fanylion llinellau cymorth a gwefannau
- Cynnig cefnogaeth i ddisgyblion sydd wedi cael eu bwlio
- Gweithio gyda disgyblion sydd wedi bod yn bwlio er mwyn mynd i'r afael â'r problemau sydd ganddynt
- Annog y disgyblion i drafod gwrth-fwlio, er enghraifft drwy'r cyngor ysgol
- Gosod posteri o amgylch yr ysgol, mewn iaith y gall pob disgybl ei deall yn glir

Yr hyn y gall rhieni/gofalwyr ei ddisgwyl

Mae Llywodraeth Cymru wedi llunio canllawiau defnyddiol ar gyfer rhieni a gofalwyr:
Hawliau, parch, cydraddoldeb: canllawiau i rieni a gofalwyr| LLYW.CYMRU

Yn ein Hysgol byddwn yn gwneud y canlynol*:
- Sicrhau bod rhieni / gofalwyr yn gwybod gyda phwy i gysylltu os ydynt yn poeni am fwlio
- Sicrhau bod rhieni yn gwybod am ein trefn gwyno a sut i'w defnyddio'n effeithiol
- Sicrhau bod rhieni / gofalwyr yn gwybod ble i gael cyngor annibynnol am fwlio
- Gweithio gyda rhieni a'r gymuned leol i fynd i'r afael â materion y tu hwnt i gatiau'r ysgol sy'n achosi bwlio

Ar ôl rhoi gwybod i'r ysgol am broblem bwlio, os bydd dysgwr neu ei riant/gofalwr ddim yn teimlo bod yr ysgol wedi ei gymryd o ddifrif neu heb fynd i'r afael â'i bryder i safon foddhaol, gall wneud cwyn ffurfiol.

Mae polisi cwynion yr ysgol ar gael ar wefan yr ysgol ac ar gael ar gais gan yr ysgol neu glerc y corff llywodraethu.

Sut bydd Digwyddiadau'n cael eu Cofnodi a'u Monitro

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion gael mecanweithiau yn eu lle ar gyfer adrodd a chofnodi bwlio sydd wedi cael eu cyfleu'n glir i gymuned yr ysgol gyfan. Mae Llywodraeth Cymru'n disgwyl i'r wybodaeth y mae ysgolion yn ei chofnodi a'i monitro ymwneud yn uniongyrchol â diffiniad eu hysgol o fwlio a'r darpariaethau ehangach a amlinellir yn strategaeth a pholisi gwrth-fwlio eu hysgol.

Mae Llywodraeth Cymru'n disgwyl i ysgolion gofnodi pob achos o fwlio, gan amlinellu'r mathau penodol o fwlio, gan gynnwys bwlio ar sail y nodweddion gwarchodedig. Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion fonitro prosesau yn rheolaidd. Bydd hyn yn galluogi ysgolion i

addasu eu polisïau bwlio i ymateb i dueddiadau penodol a materion sy'n dod i'r amlwg mewn modd cyflym ac effeithiol. Mae ysgolion yn debygol o weld hyn yn ddefnyddiol yng nghyd-destun eu Dyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus (PSED) o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010. Gallai'r wybodaeth hon hefyd gael ei defnyddio gan ysgolion wrth adolygu eu hamcanion cydraddoldeb a monitro effaith eu polisïau gwrth-fwlio.

Mater i ysgolion unigol yw penderfynu pa ddata a gwybodaeth y maent yn eu casglu yng nghyd-destun y materion penodol yn eu hysgol. Fodd bynnag, bydd Cyngor Sir Caerfyrddin yn ei gwneud yn ofynnol i ysgolion ddarparu gwybodaeth benodol am fathau penodol o ddigwyddiadau a bydd y rhain yn cael eu casglu drwy ffurflen adrodd am ddigwyddiadau'r Awdurdod Lleol.

https://shorturl.at/aRFOn

Os oes lefel dda o ymwybyddiaeth yng nghymuned yr ysgol gyfan o ymddygiad annerbyniol mae'n debygol y bydd mwy o ddysgwyr yn dod ymlaen i adrodd amdano. Nid yw nifer uchel o ddigwyddiadau yn unig felly yn arwydd bod yr ysgol yn aneffeithiol. Gallai fod yn ganlyniad gwaith diweddar i godi ymwybyddiaeth neu weithgareddau gwrth-fwlio.

Lle mae ysgolion yn dweud nad ydynt yn cael unrhyw fwlio, gall hyn fod o ganlyniad i'r ffaith fod y mecanweithiau adrodd yn aneffeithiol lle nad yw dysgwyr yn teimlo'n ddiogel wrth godi eu pryderon. Gellir herio ysgolion sy'n adrodd nad oes dim achosion o fwlio drwy'r broses arolygu i egluro pa fecanweithiau y mae'r ysgol yn eu defnyddio i sicrhau lles a chynhwysiant dysgwyr. Lle mae ysgolion wedi cofnodi achosion o fwlio, dylent ddangos eu bod yn cymryd camau i herio bwlio, yn mynd i'r afael ag ymddygiad annerbyniol ac yn gwella lles dysgwyr.

Yn Ysgol Gymraeg Brynsierfel byddwn yn gwneud y canlynol:

- Llenwi '**Ffurflen Cofnodi Achos o Fwlio' Atodiad 4** ar gyfer pob digwyddiad yr adroddwyd amdano. Dylid cwblhau hwn gyda'r disgybl a chadw copi ar ffeil
- Defnyddio strategaethau gwrando effeithiol i helpu'r dysgwr a dargedir i deimlo ei fod yn gwneud rhywbeth ynghylch ei broblem. Caiff y dysgwr sydd wedi cael ei dargedu ei gynorthwyo i benderfynu beth mae'n dymuno ei weld yn digwydd. Yn aml iawn bydd hyn yn golygu bod yr aelod o staff yn siarad â'r cyflawnwr(wyr) a'r rhai oedd yn gwylio.
- Darparu dogfen '**Sgyrsiau Cefnogol' Atodiad 5** i'r dysgwr targed ei chwblhau. Mae'r offeryn hwn yn gymorth i'r dysgwr feddwl drwy'r hyn sydd wedi bod yn digwydd a sut mae'n teimlo ac mae'n cefnogi ei sgwrs gyda'i athro/athrawes am fwlio
- Cynnig dulliau adferol i ddatrys achosion o fwlio. Bydd yr ysgol yn gweithio gyda'r targed a'r tramgwyddwr i gytuno ar ateb
- Mabwysiadu 'Dull Dim Bai' i fod o gymorth i dawelu'r sefyllfa ac i addysgu'r cyflawnwr am ganlyniadau ei ymddygiad. Mae ein hysgol yn gwrando ar y ddwy ochr
- Yn dilyn ymyrraeth lle cytunwyd ar ddatrysiad, bydd digwyddiadau pellach o fwlio yn cael sylw ym Mholisi Perthnasoedd WRAP yr Ysgol*. Bydd sancsiynau yn adlewyrchu difrifoldeb y digwyddiad, er mwyn pwysleisio bod bwlio yn annerbyniol yn ein hysgol ni.
- Adroddir am achosion o fwlio wrth yr Awdurdod Lleol yn unol â'u polisi, **Atodiad 6**

Sut y gall dysgwyr a/neu rieni/gofalwyr godi'r mater yn briodol

Ar ôl rhoi gwybod i'r ysgol am fater bwlio, os nad yw dysgwr neu ei riant/gofalwr yn teimlo bod yr ysgol wedi cymryd y mater o ddifrif neu heb fynd i'r afael â'u pryder i safon foddhaol, gallant wneud cwyn ffurfiol.

O dan adran 29 o Ddeddf Addysg 2002, mae'n ofynnol i lywodraethwyr ysgol gael gweithdrefn gwyno a rhoi cyhoeddusrwydd iddi sy'n sicrhau y gall unrhyw un sydd â diddordeb yn yr ysgol wneud cwyn, yn hyderus y caiff ei hystyried yn briodol a heb oedi.

Mae polisi cwynion yr ysgol ar gael ar wefan yr ysgol ac ar gael ar gais gan yr ysgol neu glerc y corff llywodraethu.

Ceir rhagor o wybodaeth am weithdrefnau cwyno yng nghanllawiau Llywodraeth Cymru ar weithdrefnau cwyno ar gyfer cyrff llywodraethu ysgolion yng Nghymru.

gweithdrefnau-cwyno-ar-gyfer-cyrff-llywodraethu-ysgolion-yng-nghymru.pdf

Sut bydd yr ysgol yn gwerthuso ac yn adolygu ei pholisi a'i strategaeth

Caiff y polisi hwn ei adolygu'n flynyddol a'i ddiweddaru fel bo angen.

Wrth adolygu'r polisi ymgynghorir â holl aelodau cymuned yr Ysgol, yn cynnwys aelodau o'r corff llywodraethu.

Bydd ysgolion effeithiol yn defnyddio arolygon o brofiadau dysgwyr gan ofyn a yw dysgwr, os yw'n cael ei fwlio, wedi adrodd amdano a'r canlyniad dilynol. Mae casglu adborth fel hyn i ddysgu gwersi a gwella'n barhaus yn hollbwysig er mwyn sefydlu ymddiriedaeth ymhlith dysgwyr. Mae angen i ddysgwyr gredu ei bod yn werth adrodd am gael eu bwlio ac ymddiried y bydd camau'n cael eu cymryd ar lefel unigol ac ysgol gyfan.

Yn Ysgol Gymraeg Brynsierfel byddwn yn gwneud y canlynol:

- Defnyddio arolygon a thrafodaethau grŵp i nodi pa agweddau ar bolisi a strategaeth bresennol yr Ysgol sy'n gweithio'n dda ac unrhyw feysydd i'w gwella
- Gofyn am farn dysgwyr, rhieni/gofalwyr a staff yn rheolaidd, drwy arolygon a thrafodaethau, i fesur graddau unrhyw ymddygiad bwlio sy'n digwydd
- Monitro achosion o fwlio a nodi patrymau ymddygiad a maint y bwlio. Bydd hyn yn ein galluogi i addasu ein polisi gwrth-fwlio os oes angen i ymateb i dueddiadau a materion penodol
- Pe bai Llywodraeth Cymru yn cyhoeddi canllawiau neu ddogfennau pellach, diweddaru'r polisi yn unol â hynny

Atodiadau

Atodiad 1 – Mathau Penodol o Fwlio

Mathau penodol o fwlio sy'n gysylltiedig â nodweddion gwarchodedig

Mae mathau penodol o fwlio yn ymwneud â nodweddion gwarchodedig. Gellir dosbarthu'r rhain yn fras i'r mathau canlynol:

- Bwlio sy'n gysylltiedig ag oedran
- Bwlio sy'n ymwneud â dysgwyr ag anableddau, a all gynnwys AAA
- Bwlio homoffobig, deuffobig a/neu drawsffobig
- Bwlio sy'n gysylltiedig â hil, crefydd a/neu ddiwylliant
- Bwlio rhywiaethol a/neu rywiol

Bwlio yn ymwneud â dysgwyr ag anableddau a/neu ADY– diffinio anabledd ac ADY

Nid yw'r diffiniad o anabledd o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010 yr un fath â'r diffiniad o anghenion addysgol arbennig (AAA) o dan Ddeddf Addysg 1996 neu'r diffiniad o anghenion dysgu ychwanegol (ADY) o dan Ddeddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018. Bydd rhai plant a phobl ifanc sy'n dod o dan y Ddeddf Cydraddoldeb ond nid dan y Ddeddf Addysg na Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) ac i'r

gwrthwyneb, er bod nifer sylweddol o blant a phobl ifanc yn debygol o gael eu cynnwys dan yr holl ddeddfau hyn.

Materion allweddol i ddysgwyr ag anableddau a/neu ADY sy'n profi bwlio

Mae adroddiadau gan Mencap a'r Gynghrair Gwrth-fwlio yn dangos bod plant a phobl ifanc ag anableddau a/neu ADY yn fwy tebygol o brofi bwlio na'u cyfoedion. Canfu astudiaeth gan y Sefydliad Addysg yn 2014, hyd yn oed ar ôl rheoli ffactorau eraill a allai ddylanwadu ar y tebygolrwydd y byddai plentyn yn cael ei fwlio, fod plentyn ag ADY yn saith oed ddwywaith yn fwy tebygol o gael ei fwlio na phlentyn heb unrhyw ADY. Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion fod yn rhagweithiol wrth fynd i'r afael â'r duedd hon.

Gall dysgwyr ag anabledd a/neu ddysgwyr ADY fod yn fwy agored i fwlio oherwydd:

- Agweddau negyddol tuag at anabledd neu anabledd canfyddedig
- Diffyg dealltwriaeth o wahanol anableddau a chyflyrau
- Efallai na fyddant yn sylweddoli eu bod yn cael eu bwlio
- Efallai y byddant yn gwneud gwaith gwahanol neu'n cael cymorth ychwanegol yn yr ysgol
- Efallai eu bod yn fwy unig nag eraill oherwydd eu hanabledd neu eu cyflwr
- Efallai y byddant yn ei chael hi'n fwy anodd gwneud ffrindiau o ganlyniad i'w hanabledd neu eu cyflwr
- Efallai y byddant yn dangos ymddygiad sy'n ymddangos fel bwlio oherwydd eu hanabledd neu eu cyflwr, *e.e.* efallai na fydd dysgwyr awtistig yn ymwybodol o ofod personol pobl eraill, neu gall dysgwyr ag anhwylder diffyg canolbwyntio a gorfywiogrwydd (ADHD) dorri ar draws sgyrsiau neu siarad ar draws dysgwyr eraill
- Efallai y byddant wedi profi llawer o newid, *e.e.* symud o ysgol brif ffrwd i ysgol arbennig neu uned cyfeirio disgyblion, neu wedi treulio cyfnodau o amser yn yr ysbyty.

Efallai y bydd dysgwyr anabl a/neu ADY hefyd yn ei chael hi'n fwy anodd gwrthsefyll cyflawnwyr gan fod ganddynt lai o ffrindiau i'w hamddiffyn a'u bod yn cael trafferth dweud wrth rywun os yw'n digwydd. Gall bwlio gael effaith andwyol iawn arnynt. Yn ogystal â bod yn ofidus, gall eu hynysu ymhellach a rhwystro eu datblygiad cymdeithasol ac addysgol.

Gall bwlio dysgwyr ag anabledd a/neu ADY gymryd ffurf unrhyw fath traddodiadol o fwlio. Fodd bynnag, mae yna fathau ychwanegol o fwlio y gall dysgwyr ADY/anabl eu profi.

Cyfeillgarwch amodol

Yn yr achosion hyn, bydd grŵp yn caniatáu i darged gredu ei fod yn cael ei dderbyn i'r grŵp cyfeillgarwch. Fodd bynnag, gall y grŵp fod yn defnyddio'r targed neu'n gosod amodau arno er mwyn iddo gael bod yn rhan o'r grŵp. Efallai y byddant yn gwneud y targed yn destun eu jôcs, yn ei ddefnyddio i wneud negeseuon neu hyd yn oed gymryd rhan mewn gweithgaredd troseddol iddynt.

Camfanteisio

Yn yr achosion hyn, mae'r bwlio yn gosod targed yn fwriadol mewn sefyllfa na all ei goddef. Er enghraifft, os yw targed yn arbennig o sensitif i synau neu arogleuon, gallai camfanteisio ddigwydd lle mae'r cyflawnwr yn gollwng bwyd dros ei waith dro ar ôl tro neu'n gwneud synau

uchel i'w ddychryn. Y nod yn y pen draw yw cael y plentyn neu'r person ifanc targed i drwbl oherwydd y bydd yn raddol yn dod dan fwy o straen nes bydd yn gwylltio a/neu'n dial.

Bwlio ystrywgar

Yn yr achosion hyn, mae'r sawl sy'n cyflawni'r drosedd yn trin y targed, na fydd efallai yn sylweddoli beth sy'n digwydd ar y dechrau. Efallai y bydd yn credu bod y plentyn/person ifanc arall neu grŵp o blant/pobl ifanc yn ei hoffi, a'u bod yn ffrindiau. Fodd bynnag, efallai y bydd y troseddwr yn arwain y targed i berthnasoedd risg uchel lle bydd y bwlio'n mynd yn rheolaethol iawn.

Gweithredu Cadarnhaol

Er bod ymchwil yn awgrymu bod plant a phobl ifanc ag anableddau a/neu ADY yn fwy tebygol o brofi bwlio na'u cyfoedion, mae'n bwysig cofio nad yw pob plentyn a pherson ifanc anabl a/neu ADY yn cael ei fwlio.

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion fynd i'r afael â bwlio yn gyfannol wrth gymryd i ystyriaeth hefyd anghenion ac amgylchiadau unigol dysgwyr ag anableddau a/neu AAA; dan y Ddyletswydd (PSED), mae ysgolion hefyd dan rwymedigaeth i sicrhau bod camau priodol ac effeithiol yn cael eu cymryd i ddileu neu leihau anfanteision a wynebir gan ddysgwyr oherwydd eu hanableddau neu AAA.

Model Cymdeithasol

Yn 2002 mabwysiadodd Llywodraeth Cynulliad Cymru y model cymdeithasol o anabledd fel sylfaen i'w waith ar anabledd yng Nghymru.

Mae'r model cymdeithasol o anabledd yn cynnig persbectif gwahanol ar anabledd, lle mae anabledd yn cael ei achosi gan y ffordd y mae cymdeithas yn cael ei threfnu, yn hytrach na chan nam neu wahaniaeth y person. Mae'r model cymdeithasol o anabledd yn edrych ar ffyrdd o ddileu rhwystrau sy'n cyfyngu ar ddewisiadau bywyd pobl â namau neu wahaniaethau. Pan gaiff rhwystrau eu dileu, gall pobl anabl fod yn annibynnol a chyfartal mewn cymdeithas, gyda dewis a rheolaeth dros eu bywydau eu hunain.

Mae'r model cymdeithasol o anabledd yn gwneud y gwahaniaeth pwysig rhwng nam ac anabledd. Mae'n cydnabod bod pobl â namau yn cael eu hanalluogi gan rwystrau sy'n bodoli'n gyffredin mewn cymdeithas.

Nid anallu i gerdded sy'n atal person rhag mynd i mewn i adeilad heb gymorth, ond bodolaeth grisiau sy'n anhygyrch i ddefnyddiwr cadair olwyn. Mae anabledd wedi'i adeiladu'n gymdeithasol, ac mae'r model cymdeithasol o anabledd yn ei gwneud yn ofynnol i gymdeithas gael gwared ar y rhwystrau fel bod pawb yn cael bod yn gydradd. Mewn ysgolion mae'r ethos hwn yn elfen allweddol o ddatblygu amgylchedd gwirioneddol gynhwysol a chynllun cydraddoldeb anabledd a pholisi gwrth-fwlio effeithiol.

Bwlio Homoffobig, Deuffobig a Thrawsffobig

Mae bwlio homoffobig, deuffobig a thrawsffobig yn fathau penodol o fwlio sy'n cael eu hysgogi gan ragfarn yn erbyn pobl lesbïaidd, hoyw, deurywiol neu drawsrywiol (LHDT) (gan gynnwys y rheiny sy'n cwestiynu eu rhywioldeb), rhywun sydd â pherthynas LHDT neu'n syml oherwydd bod dysgwr yn wahanol mewn rhyw ffordd. Nid yw'n cael ei nodweddu gan weithredoedd penodol ond gan yr agweddau a daliadau negyddol tuag at bobl LHDT sy'n sail i'r rhain.

Pan fydd cyflawnwr yn nodi bod rhywun yn 'wahanol', gall hyn fod oherwydd nad yw'r targed yn cydymffurfio â'r ymddygiad 'disgwyliedig' neu 'briodol i'w ryw' a ddisgwylir gan rywun. Ymosodir ar hunaniaeth y dysgwr. Felly gall plentyn neu berson ifanc brofi bwlio homoffobig, deuffobig a/neu drawsffobig, waeth beth fo'i ryw neu ei gyfeiriadedd rhywiol.

Materion Allweddol i Ddysgwyr LHDT sy'n Profi Bwlio

Canfu adroddiad Stonewall yn 2017 fod bron i dri o bob pump o ddysgwyr LHDT mewn ysgolion yng Nghymru a gymerodd ran mewn arolwg yn dweud bod eu hysgolion yn dweud bod bwlio homoffobaidd a deuffobig yn anghywir, a dim ond un o bob tri sy'n dweud bod eu hysgolion yn dweud bod bwlio trawsffobig yn anghywir. Canfu'r adroddiad hefyd fod mwy na phedwar o bob pump o ddysgwyr LHDT yn adrodd nad ydyn nhw erioed wedi dysgu am ddeurywioldeb yn yr ysgol na'i drafod, gan wneud i blant a phobl ifanc deurywiol deimlo hyd yn oed yn fwy ynysig, yn enwedig lle gall cyfeiriadedd rhywiol weithiau gael ei ystyried yn anghywir fel rhywbeth deuaidd, syth neu hoyw/lesbïaidd, ac weithiau caiff hunaniaeth a phrofiadau pobl deurywiol eu diystyru.

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion ymgorffori gwaith gwrth-fwlio yng nghyd-destun ehangach ymagwedd cydraddoldeb a chyfiawnder cymdeithasol tuag at berthnasoedd parchus ac iach ac atal trais. Dylid gwneud hyn fel rhan o ddull ysgol gyfan o ddathlu gwahaniaeth, gan gynnwys ymgorffori materion LHDT ar draws y cwricwlwm.

Sarhad homoffobig, deuffobig a thrawsffobig a ddefnyddir yn lle sarhad arall neu'n anuniongyrchol. Mewn ysgolion lle mae dysgwyr yn credu na fyddant yn cael eu herio wrth ddefnyddio sarhad a/neu weithredoedd homoffobig, efallai y byddant yn defnyddio iaith neu weithredoedd o'r fath tuag at eraill y maent yn eu targedu am resymau eraill, megis ADY neu hil, crefydd neu ddiwylliant. Mae'r sarhad homoffobig yn cael ei ddefnyddio fel procsi ar gyfer yr iaith a/neu weithredoedd y maent yn gwybod eu bod yn debygol o gael eu herio am ei defnyddio, megis sarhad hiliol. Gellir gweld yr ymddygiad hwn drwy gofnodion digwyddiadau neu arolygon dysgwyr, e.e. os yw dysgwyr ag AAA yn adrodd am ddigwyddiadau uwch na'r cyfartaledd o fwlio homoffobig.

Mewn ysgolion, gall iaith a gweithredoedd homoffobig, deuffobig a thrawsffobig fod yn eang eu cwmpas a chael eu defnyddio'n uniongyrchol neu'n anuniongyrchol i:
- Wawdio neu ddirmygu rhywun yr ystyrir ei fod yn israddol neu'n chwerthinllyd
- Sarhau dysgwr gyda rhiant/gofalwr neu berthynas lesbïaidd, hoyw neu ddeurywiol
- Defnyddio cyfeiriadedd rhywiol i bardduo gweithredoedd rhywun arall
- Awgrymu bod rhywbeth yn annerbyniol
- Dychryn rhywun neu wneud iddo deimlo'n anghyfforddus drwy ensyniad
- Tanseilio a bwlio dysgwr drwy awgrymu ei fod yn lesbïaidd, hoyw neu ddeurywiol, gan gynnwys drwy ledaenu sïon a straeon maleisus
- Bwlio dysgwr gwrywaidd neu fenywaidd a ystyrir yn fenywaidd neu'n wrywaidd yn y drefn honno
- Dirmygu dysgwr sydd â ffrind neu aelod o'r teulu nad yw'n cydymffurfio â rhyw

- Awgrymu bod amrywiad rhyw yn annerbyniol
- Bwlio ar lafar y targed a ystyrir yn ansefydlog o ran rhyw

Gweithredu Cadarnhaol

Mae angen ymatebion sensitif iawn i achosion o fwlio homoffobig, deuffobig a thrawsffobig. Gall teulu'r targed ymateb mewn ffyrdd sy'n peri gofid pellach i'r plentyn neu'r person ifanc oherwydd pwysau cymunedol, safbwyntiau homoffobig, deuffobig a/neu drawsffobig, neu o bosibl oherwydd nad ydynt yn ymwybodol o gyfeiriadedd rhywiol eu plentyn.

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion weithio gyda theuluoedd i sicrhau bod y cymorth cywir, ar yr adeg gywir, yn cael ei ddarparu i'r dysgwr er mwyn sicrhau'r canlyniadau gorau i'r plentyn neu'r person ifanc hwnnw. O dan y PSED mae dyletswydd hefyd ar ysgolion i sicrhau bod camau priodol ac effeithiol yn cael eu cymryd i ddileu neu leihau anfanteision a wynebir gan ddysgwyr oherwydd bod ganddynt nodweddion gwarchodedig.

Bwlio Rhywiaethol a Rhywiol

Yn 2015 canfu Girlguiding UK fod 75 y cant o ferched a menywod ifanc yn dweud bod pryder ynghylch y posibilrwydd o brofi aflonyddu rhywiol yn effeithio ar eu bywydau mewn rhyw ffordd. Canfu'r un arolwg fod 90 y cant o fenywod ifanc 13-21 oed yn cytuno y dylai Llywodraeth y DU sicrhau bod pob ysgol yn mynd i'r afael ag aflonyddu a bwlio rhywiol mewn ysgolion.

Mae bwlio rhywiaethol yn seiliedig ar agweddau rhywiaethol a fynegir dro ar ôl tro mewn ffyrdd sy'n bychanu, yn codi ofn a/neu'n niweidio person arall oherwydd ei ryw. Weithiau gall gael ei nodweddu gan ymddygiad rhywiol amhriodol dro ar ôl tro gan gynnwys aflonyddu, ymbalfalu, 'i fyny sgertiau', 'i lawr crysau' a defnyddio iaith rywiaethol waradwyddus. Mewn achosion prin efallai y defnyddir trais.

Gall bwlio rhywiol fod yn gorfforol, yn eiriol neu'n seicolegol. Gall ymddygiad gynnwys sylwadau rhywiol awgrymog neu ensyniadau gan gynnwys sylwadau sarhaus am enw da rhywiol neu ddefnyddio iaith rywiol sydd wedi ei bwriadu i israddio, bychanu neu fygwth. Gall olygu rhannu delweddau eglur ar-lein, weithiau gan lu o bobl, gorfodaeth neu gyffwrdd rhywiol digroeso.

Mae hefyd yn aml yn cael ei ategu gan agweddau rhywiaethol neu stereoteipiau rhyw. Mae bwlio rhywiol ac aflonyddu rhywiol yn dermau a ddefnyddir yn aml yn gyfnewidiol mewn ysgolion, gyda bwlio rhywiol yn aml yn cael ei ystyried yn fath o aflonyddu rhywiol. P'un a yw'r digwyddiad yn cael ei ystyried yn fwlio rhywiol neu'n aflonyddu rhywiol, mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion fynd i'r afael â'r mater drwy eu polisi gwrth-fwlio, ymddygiad neu ddiogelu (p'un bynnag a ystyrir yn fwyaf priodol). Gall bwlio rhywiol effeithio ar fechgyn a merched.

Gweithredu Cadarnhaol

Merched a genethod ifanc sy'n cael eu niweidio amlaf gan fwlio rhywiaethol a rhywiol; fodd bynnag, gall bechgyn a dynion ifanc ddioddef bwlio a bychanu rhywiaethol a rhywiol hefyd, e.e. gan grŵp o ferched/merched ifanc neu gyn gariad. Pan fydd hyn yn digwydd, mae Llywodraeth

Cymru yn disgwyl na fydd ysgolion yn trin yr achosion hyn yn wahanol na'n llai difrifol na'r rhai sy'n ymwneud â merched a genethod ifanc.

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion ystyried bod pob dysgwr o bosibl mewn perygl o ddioddef bwlio rhywiaethol nau rywiol, yn enwedig pan fydd eraill yn ei weld fel un nad yw yn cydymffurfio â rolau rhyw dominyddol neu ystrydebol. O dan y PSED, mae dyletswydd ar ysgolion hefyd i sicrhau bod camau priodol ac effeithiol yn cael eu cymryd i ddileu neu leihau anfanteision a wynebir gan ddysgwyr oherwydd bod ganddynt nodweddion gwarchodedig.

Bwlio Cysylltiedig â Hil, Crefydd a Diwylliant

Mae'r math hwn o fwlio yn disgrifio amrywiaeth o ymddygiad niweidiol, yn gorfforol ac yn seicolegol, sy'n gwneud i berson deimlo nad oes croeso iddo, ei fod ar y cyrion, wedi'i allgau neu'n ddi-rym oherwydd ei liw, ethnigrwydd, diwylliant, ffydd (gan gynnwys diffyg ffydd), tarddiad cenedlaethol neu statws cenedlaethol.

Mae'r rhan fwyaf o gyrff cyhoeddus yn y DU, gan gynnwys ysgolion, yn defnyddio'r diffiniadau gweithredol o 'hiliaeth' a 'digwyddiad hiliol' a gynigiwyd yn adroddiad Ymchwiliad Stephen Lawrence ym 1999.

Diffiniodd yr adroddiad hiliaeth fel:

Ymddygiad neu eiriau neu arferion sy'n rhoi pobl o dan anfantais neu'n rhoi mantais iddynt oherwydd eu lliw, diwylliant neu darddiad ethnig.

A digwyddiad hiliol fel:

Unrhyw ddigwyddiad y mae'r dioddefwr neu unrhyw berson arall yn ei ystyried yn hiliol.

Mathau o Hiliaeth

Yn hanesyddol, mae'r term 'hiliaeth' wedi cael ei ddefnyddio mewn sefyllfaoedd lle mae lliw ac ymddangosiad corfforol yn cael eu hystyried yn arwyddion arwyddocaol o wahaniaeth. Fodd bynnag, mae elfen ddiwylliannol wedi bod iddo bron bob amser hefyd.

Mae hiliaeth ynghylch lliw croen yn parhau i fod yn gyffredin, a rhaid i ysgolion barhau i fod yn effro iddo a'i herio. Ond hefyd, mae yna fathau o hiliaeth sy'n ymwneud yn bennaf â diwylliant, arferion, crefydd a threftadaeth. Rhaid i ysgolion fynd i'r afael â'r rhain hefyd a gweithio yn eu herbyn.

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion ystyried, er enghraifft, y canlynol:

- Gwrth-Sipsiwn – Mae Sipsiwn a Theithwyr yn darged i nifer o stereoteipiau camarweiniol a niweidiol, y mae llawer ohonynt wedi'u gwreiddio'n ddwfn yn ymwybyddiaeth y cyhoedd yn y DU. Mae cynrychioli negyddol yn y cyfryngau yn dyfnhau ymhellach y rhagfarn a brofir gan yr unigolyn i fod yn dderbyniol yn y DU. Canlyniad yr amgylchedd hwn yw bod y dasg o ennill ymddiriedaeth plant a phobl ifanc o gefndiroedd Sipsiwn a Theithwyr yn cael ei gwneud hyd yn oed yn fwy anodd a sensitif.
- Rhagfarn gwrth-ffoaduriaid – Mae'r trafodaethau gwleidyddol a'r adroddiadau yn y cyfryngau ynghylch mewnfudo wedi cynyddu tensiynau rhwng cymunedau ac wedi creu hinsawdd heriol i ffoaduriaid a cheiswyr lloches yn y DU. Mae tueddiad i ddefnyddio iaith ddad-ddyneiddiol wrth drafod mewnfudo, e.e. geiriau fel 'heidio' ac 'ymledol'. Mae ffoaduriaid a cheiswyr lloches yn aml yn cael eu darlunio fel bygythiad neu straen ar arian cyhoeddus, ac mae eu cymhellion dros ymgartrefu yn y DU yn cael eu cwestiynu'n gyson. Rhaid i ysgolion fod yn effro i'r dylanwadau

hyn a bod yn barod i wrthsefyll straeon negyddol am ffoaduriaid a cheiswyr lloches. Dylai ysgolion fod yn ymwybodol hefyd y gall rhai plant a phobl ifanc sy'n ffoaduriaid ac yn geiswyr lloches fod wedi dioddef profiadau trawmatig yn eu gwlad enedigol neu yn ystod eu taith i'r DU, a bod yn ymwybodol o'r niwed pellach a allai gael ei achosi gan ddigwyddiadau o fwlio.

• Gwrth-Semitiaeth – Gelyniaeth, atgasedd neu ofn Iddewon a phethau Iddewig, a amlygir mewn agweddau a gweithredoedd gwahaniaethol. Fel sy'n wir hefyd am Islamoffobia, mae'n cael ei wneud yn waeth yn aml ym Mhrydain gan ddigwyddiadau a gwrthdaro gwaelodol mewn mannau eraill yn y byd, yn enwedig y Dwyrain Canol.

• Islamoffobia – Gelyniaeth tuag at Islam sy'n arwain at wahaniaethu yn erbyn unigolion a chymunedau Mwslimaidd ac sy'n eithrio Mwslimiaid o faterion gwleidyddol a chymdeithasol prif ffrwd. Nid yw'r term ei hun yn ddelfrydol, ond yn ddi-os mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion chwarae rhan mewn brwydro yn erbyn rhagfarn a gelyniaeth gwrth-Fwslimaidd o fewn cylchoedd eu dylanwad eu hunain. Nid yw Islamoffobia o reidrwydd yn ymwneud â gelyniaeth at gredoau crefyddol Islamaidd, ond â gwadu hawliau cyfartal a pharch at bobl o dreftadaeth Islamaidd

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion ystyried, wrth gofnodi achosion o fwlio hiliol, y dylai fod categorïau penodol ac ar wahân ar gyfer nodi sail y bwlio hiliol, e.e. ar sail treftadaeth grefyddol neu ar y sail eu bod yn Sipsiwn a Theithwyr neu'n ffoaduriaid. Gwyddom fod bwlio yn aml yn cael ei ysgogi gan elyniaeth neu ragfarn ar sail hil, crefydd neu ddiwylliant gwirioneddol neu ganfyddedig unigolyn. Wrth wraidd bwlio o'r fath mae'r farn bod rhai pobl yn wahanol neu'n 'arall'. Trwy eu hystyried yn 'arall' drwy sylwadau a sarhad mae'n dod yn haws gweld unrhyw grŵp wedi'i wahanu a'i ddad-ddyneiddio. Gall hyn ddileu pob tosturi. Mae rôl ysgolion wrth helpu pob dysgwr i deimlo ei fod yn perthyn o werth aruthrol wrth adeiladu cymdeithas gydlynol. Nid yw plant ifanc iawn yn gweld gwahaniaeth nes iddynt ddysgu neu fabwysiadu agweddau a rhagfarnau a all fod yn bresennol o'u cwmpas.

Gweithredu Cadarnhaol

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion weithio gyda dysgwyr, eu teuluoedd a'u cymunedau i sicrhau bod y cymorth cywir, ar yr adeg gywir, yn cael ei ddarparu i ddysgwyr er mwyn sicrhau'r canlyniadau gorau i'r plentyn neu'r person ifanc hwnnw. O dan y PSED, mae dyletswydd ar ysgolion hefyd i sicrhau bod camau priodol ac effeithiol yn cael eu cymryd i ddileu neu leihau anfanteision a wynebir gan ddysgwyr oherwydd bod ganddynt nodweddion gwarchodedig.

Atodiad 2 – Bwlio ar-lein ac Ymddygiad Ymosodol

Mae deall bywydau plant a phobl ifanc mewn oes ddigidol yn dasg gymhleth ac mae ystyried y goblygiadau i addysg yn aml yn gydbwysedd agos. Ar y naill law mae galwadau i gydnabod mor soffistigedig yw defnydd beunyddiol plant a phobl ifanc o'r cyfryngau digidol, ac am integreiddio llawer mwy o dechnoleg mewn addysg i baratoi dysgwyr yn effeithiol ar gyfer eu bywydau presennol a'u bywydau yn y dyfodol. Ar y llaw arall, mae pryderon ynghylch goblygiadau treulio amser helaeth o flaen sgrin a niwed ar-lein sy'n anodd ei reoleiddio ac yn anodd ei gyfyngu. At hynny, er bod llawer o blant a phobl ifanc yn ennill dealltwriaeth a phrofiad o amgylcheddau digidol o'u genedigaeth, mae eu mynediad at ddyfeisiadau a'u profiad o ddefnyddio technolegau yn amrywio'n sylweddol. Mae'r gwahaniaeth hwn yn gysylltiedig nid yn unig ag amgylchiadau

economaidd ond â'r gwahanol ffyrdd y mae gwahanol deuluoedd yn defnyddio teganau ac adnoddau digidol.

Yn aml, nid yw technolegau digidol yn gwneud dim ond cynnig ffyrdd newydd o wneud yr un mathau o bethau ag yr oedd pobl yn eu gwneud eisoes, e.e. cymdeithasu ar-lein yn hytrach na thrwy ymgysylltu wyneb yn wyneb.

Gan fod dyfodol technolegol yn anochel, mae angen i ysgolion ystyried yr effeithiau digidol y mae angen amddiffyn plant a phobl ifanc rhagddynt tra'n ennill cymhwysedd digidol, gan eu paratoi ar gyfer y byd sydd i ddod.

Er bod technoleg yn hwyluso ymddygiad bwlio traddodiadol megis sarhad neu ledaenu sïon, mae hefyd yn darparu ffyrdd ychwanegol o fwlio a bychanu eraill megis drwy gamddefnyddio delweddau neu fideos, ffrydio byw, defnyddio apiau negeseuon dienw neu aflonyddu ar rywun ar-lein. Mae bwlio ar-lein yn aml yn digwydd ar yr un pryd neu'n dilyn ymlaen o fwlio traddodiadol ond gall ddigwydd ar ei ben ei hun.

Mae'r canfyddiad o allu gweithredu'n ddienw ar-lein yn aml yn arwain at ymddygiad heb ymatal a chreulon fyddai'n llai tebygol wyneb yn wyneb. Gall technoleg helpu'r rhai sydd heb rym neu boblogrwydd all-lein i gael grym dros eraill neu fwlio ar-lein. Yn y ffordd hon, gall dysgwyr sy'n canfod eu bod yn cael eu targedu all-lein ddial yn ddienw ar-lein.

Gall ymddygiad o fwlio ar-lein ddigwydd mewn gwahanol ffyrdd gan gynnwys:

- **Proffil** – nid oes rhaid i bobl fod yn gryfach yn gorfforol, yn hŷn, nac yn fwy poblogaidd na'r person y maent yn ei fwlio ar-lein

- **Lleoliad** – nid yw bwlio ar-lein yn gyfyngedig i leoliad ffisegol a gall ddigwydd ar unrhyw adeg. Gall digwyddiadau ddigwydd yng nghartref y dysgwr ei hun, gan ymwthio i fannau a ystyrid yn ddiogel a phreifat o'r blaen.

- **Cynulleidfa** – gall fod yn anodd cael gwared ar gynnwys ar-lein a gellir ei ailgylchredeg a'i ailbostio. Mae niferoedd posibl y bobl a all weld cynnwys sydd wedi cael ei bostio ar-lein yn fawr iawn. Gall achosion unigol o gam-drin ar-lein droi'n fwlio yn gyflym, e.e. drwy ail-bostio, rhannu a thrwy sylwadau.

- **Dienw** – efallai na fydd y sawl sy'n cael ei dargedu gan fwlio o reidrwydd yn gwybod pwy yw'r sawl sy'n cyflawni'r bwlio. Ni fydd y targed ychwaith yn gwybod pwy sydd wedi gweld y cynnwys camdriniol. Os yw'r cyflawnwr yn ymroi i guddio'i hunaniaeth rhag y targed, gellir ystyried hyn yn fath o ymddygiad ymosodol goddefol ac, os caiff ei ailadrodd, gallai fod yn fwlio.

- **Cymhelliant** – mae bwlio ar-lein fel arfer yn cael ei wneud yn bwrpasol. Fodd bynnag, gall digwyddiadau cychwynnol arwain at ganlyniadau nas bwriadwyd, a gallant waethygu drwy gynnwys eraill. Efallai na fydd unigolyn yn teimlo ei fod yn cymryd rhan weithredol mewn bwlio drwy gymeradwyo neu ail-bostio neges rhywun arall. Mae'n bosibl na fyddai'r ysgogydd wedi bwriadu i sylw sarhaus neu niweidiol gael ei ailadrodd. Gall un digwyddiad, un postiad neu neges sy'n peri gofid, droi'n fwlio sy'n cynnwys nifer o bobl dros amser

Pam Mae Bwlio Ar-lein yn Eithriadol o Ofidus

Er bod bwlio oddi ar lein yn dal i fod yn fwy cyffredin na bwlio ar-lein, mae dysgwyr yn dweud bod nodweddion bwlio ar-lein, fel y nodir isod, yn gwneud y profiad yn hynod o ofidus.

- Gall y gynulleidfa fod yn ddiderfyn
- Gall ddigwydd yn unrhyw le ac ar unrhyw adeg, nid oes modd cael seibiant oddi wrtho
- Gall gynnwys pobl anhysbys, er bod y rhan fwyaf o achosion yn ymwneud â chyfoedion hysbys
- Mae technoleg yn hwyluso storio delweddau a negeseuon i'w gwylio dro ar ôl tro

Beth yw Swyddogaeth Ysgolion?

Bydd cymhwysedd digidol yn gyfrifoldeb trawsgwricwlaidd, ynghyd â llythrennedd a rhifedd, o fewn Cwricwlwm i Gymru 2022. Y Fframwaith Cymhwysedd Digidol (FfCD) yw elfen gyntaf Cwricwlwm i Gymru 2022 a sicrhawyd ei fod ar gael ym mis Medi 2016. Mae gan y FfCD bedwar llinyn o bwysigrwydd cyfartal ('Dinasyddiaeth', 'Rhyngweithio a Chydweithio', 'Cynhyrchu', a 'Data a Meddwl Cyfrifiadurol').

Mae ffocws y llinyn 'Dinasyddiaeth' ar ddysgwyr yn datblygu'r sgiliau a'r ymddygiadau i gyfrannu'n gadarnhaol at y byd digidol o'u cwmpas, sy'n cynnwys amddiffyn eu hunain ar-lein. Mae'r llinyn yn cynnwys elfennau 'Hunaniaeth, delwedd ac enw da', 'Iechyd a lles', 'Hawliau digidol, trwyddedu a pherchnogaeth', ac 'Ymddygiad ar-lein a seiberfwlio' (bwlio ar-lein). Bydd y sgiliau hyn yn helpu dysgwyr i ystyried eu lle yn y byd digidol yn feirniadol, fel eu bod yn barod i gwrdd ag agweddau cadarnhaol a negyddol o fod yn ddinesydd digidol.

Mae'r llinyn 'Rhyngweithio a chydweithio' hefyd yn galluogi dysgwyr i archwilio dulliau ffurfiol ac anffurfiol o gyfathrebu, gan gynnwys cyfryngau cymdeithasol a negeseua gwib. Bydd dysgwyr nid yn unig yn edrych ar sut i storio data, byddant hefyd yn ystyried goblygiadau deddfau data a sut i rannu gwybodaeth yn briodol.

Mae'r amgylchedd digidol sy'n newid yn gyflym yn cynnig cyfleoedd cadarnhaol di-ben-draw i blant a phobl ifanc. Ar yr un pryd mae risgiau ychwanegol a mathau newydd o fwlio ac ymddygiad ymosodol. Er mwyn cael y wybodaeth ddiweddaraf, dylai ysgolion wirio'r Parth Diogelwch Ar-lein (hwb.llyw.cymru/parthau/diogelwch-ar-lein) yn rheolaidd ar lwyfan dysgu digidol yr Hwb.

Mae gan ysgolion bwerau i ddisgyblu dysgwyr am bethau sy'n digwydd oddi ar y safle a phwerau i chwilio neu atafaelu ffonau symudol fel cosb ddisgyblu lle mae dysgwyr wedi torri polisi ymddygiad yr ysgol a/neu bolisi gwrth-fwlio.

Gweithredu cadarnhaol

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion fynd i'r afael â bwlio ar-lein lle mae'n cael effaith ar les dysgwyr yn yr ysgol. Lle bo angen, mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion gyfeirio achos at yr asiantaeth neu'r gwasanaeth priodol. Rhaid i ysgolion weithredu mewn achosion sy'n

ymwneud ag achos pryder diogelu. Dylai pob aelod o staff dderbyn hyfforddiant rheolaidd mewn diogelu a diogelwch ar-lein.

Mae cyfathrebiadau ar-lein ac ar ffonau symudol yn gadael llwybr digidol. Mae cadw tystiolaeth yn hanfodol. Dylai ysgolion gofio y gellir tynnu tystiolaeth i lawr neu ddiflannu oddi ar lwyfannau gwylwyr ar-lein ar unrhyw adeg, p'un a gaiff ei thynnu gan unigolion neu ar gais gweinyddwyr corfforaethol llwyfannau cyfryngau cymdeithasol. Mae cydio mewn sgrin yn ffordd ddefnyddiol o gadw tystiolaeth. Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion ysgrifennu a chofnodi digwyddiadau fel rhan o'u harferion monitro diogelu ehangach a thystiolaeth o effaith. Mewn rhai achosion, gall tystiolaeth bellach ddod i'r amlwg yn ddiweddarach ac efallai y bydd angen adolygu holl hanes yr achos eto.

Atodiad 3 – Y Gyfraith yn ymwneud â Bwlio

Nid oes diffiniad cyfreithiol o fwlio, ond gellir cymhwyso deddfwriaeth ehangach i fynd i'r afael â rhai gweithredoedd o fwlio.

Mae deddfwriaeth yn berthnasol yng Nghymru, y DU ac yn rhyngwladol sy'n anelu at amddiffyn hawliau plant a phobl ifanc i fywyd sy'n rhydd rhag camdriniaeth a niwed, gan gynnwys bwlio. Mae'r ddeddfwriaeth bresennol a chonfensiynau rhyngwladol sy'n berthnasol i fwlio yng Nghymru, wedi eu gosod mewn trefn gronolegol, yn cynnwys y canlynol:

- Deddf Amddiffyn Plant 1978 (fel y'i diwygiwyd)
- Deddf Cyfathrebiadau Maleisus 1988
- Deddf Cyfiawnder Troseddol 1988
- Deddf Plant 1989
- Deddf Addysg 1996
- Deddf Diogelu rhag Aflonyddu 1997
- Deddf Hawliau Dynol 1998
- Deddf Addysg 2002
- Deddf Troseddau Rhyw 2003 (fel y'i diwygiwyd)
- Deddf Plant 2004
- Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP)
- Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl Anabl (UNCRPD)
- Deddf Addysg ac Arolygiadau 2006
- Mesur Teithio gan Ddysgwyr (Cymru) 2008
- Deddf Cydraddoldeb 2010
- Mesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011
- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014
- Deddf Troseddau Difrifol 2015
- Deddf Gwrthderfysgaeth a Diogelwch 2015.

Ceir rhagor o wybodaeth am y ddeddfwriaeth hon yn adran 5 o **'Hawliau, parch, cydraddoldeb: canllawiau ar gyfer ysgolion'**

hawliau-parch-cydraddoldeb-canllawiau-statudol-ar-gyfer-cyrff-llywodraethu-ysgolion-a-gynhelir.pdf

Atodiad 4 – Ffurflen Cofnodi Achos o Fwlio

Ar gyfer defnydd mewnol yn yr Ysgol y mae'r ffurflen hon ac ni ddylid ei hanfon at yr Awdurdod Lleol. Gweler **Atodiad 6** am y 'Ffurflen Adrodd am Ddigwyddiad Ysgol' ar gyfer CSC.

Ffurflen Cofnodi Achos o Fwlio

Enw'r person sy'n adrodd am y digwyddiad (nodwch dienw os yw hwn yn adroddiad dienw)	
Enw'r person sy'n cofnodi'r digwyddiad	
Dyddiad yr adroddiad	

Math o ddigwyddiad bwlio (ticiwch bob un sy'n berthnasol):			
Corfforol		Perthynas	
Geiriol		Ymwneud â rhagfarn	
Anuniongyrchol		Allgau ac ynysu	
Ar-lein neu dros ffôn symudol		Wyneb yn wyneb	
Arall (dywedwch beth):			

Ar gyfer digwyddiadau yn ymwneud â rhagfarn dewiswch y categori sy'n disgrifio orau y rhagfarn dan sylw:			
Hiliol (yn canolbwyntio ar hil, crefydd neu ddiwylliant)		Ymwneud â hunaniaeth rhywedd	
Homoffobig (LGBT+)		Ymwneud ag AAA neu anabledd	
Rhywiol		Ymwneud â statws y teulu neu blentyn sy'n derbyn gofal (CLA)	
Trawsffobig		Ymwneud ag anfantais	
Rhywiaethol		Yn canolbwyntio ar ymddangosiad	
Arall (dywedwch beth):			

Ystyriaethau Diogelu
Os oes neu os gallai fod risg sylweddol o niwed, siaradwch ag arweinydd diogelu dynodedig eich ysgol (DSL). Dan Adran 89 (5) o Ddeddf Addysg ac Arolygiadau 2006 mae gan yr ysgol y grym i ddisgyblu am ddigwyddiadau sy'n digwydd oddi ar y safle. Mae Deddf Addysg 2011 yn rhoi awdurdod i'r ysgol i chwilio ac atafaelu dyfais ond cofiwch y protocolau ar ymdrin yn ddiogel â thystiolaeth neu ffonau symudol/dyfeisiadau. Peidiwch ag edrych, storio na rhannu deunydd sy'n cynnwys delweddau personol o ddysgwr heb ymgynghori â'r DSL.
Crynodeb byr o'r digwyddiad:

Enw'r targed a honnir:			
Dosbarth/blwyddyn/oedran		Grŵp blwyddyn/ tŷ:	
Enw'r cyflawnwr/cyflawnwyr honedig (os yn hysbys):			
Dosbarth/blwyddyn/oedran		Grŵp blwyddyn/ tŷ:	
Dyddiad(au) y digwyddiad(au)		DD/MM/YYYY	
Amser(oedd) yn fras			
Ydy'r digwyddiad hwn yn gysylltiedig â digwyddiadau blaenorol o erlid y targed?		Ydy	Na
Os ydy, ers pa bryd mae'r person yma wedi bod yn cael ei erlid? Rhowch fanylion.			
Beth ddigwyddodd?			
Pwy oedd yn rhan o'r digwyddiad?			
Oes cynnig wedi ei roi ar ymyrraeth?		Oes	Na
Ydy'r digwyddiad hwn yn ei gwneud yn ofynnol gweithredu protocol digwyddiad difrifol?		Ydy	Na
Oes angen rhoi gwybod i'r heddlu?		Oes	Na
Oes angen atafaelu/ynysu dyfais neu dystiolaeth fel tystiolaeth?		Oes	Na
Oes angen tynnu deunydd ar-lein i lawr?		Oes	Na
Ydy'r rhieni /gofalwyr wedi cael eu hysbysu?		Do	Na

Pwy sydd wedi cymryd y cyfrifoldeb am y camau hyn?		
Y camau a gymerwyd:		
Oes angen dilyn y mater?	Oes	Na
Yr achos wedi cael ei ddatrys? Os felly, nodwch y dyddiad:	Do	Na
Crynodeb o'r canlyniad:		
Cyfleoedd i ddysgu:		
Fyddech chi'n argymell unrhyw newidiadau mewn dulliau, polisïau neu weithdrefnau o ganlyniad i'r digwyddiad hwn?		

Llofnod: ___________________________________

Dyddiad: ____________________

<u>Atodiad 5 – Sgyrsiau Cefnogol i Ddysgwyr</u>

Enw'r targed:			
Dyddiad:			
Enw a Swydd y Staff:			
Ydych chi'n meddwl eich bod yn cael eich bwlio /targedu?	Ydw	Na	Dim yn siŵr
Pwy oedd yn cymryd rhan?			
Dywedwch wrthyf beth sy'n digwydd?			
Beth all yr ysgol/allaf i ei wneud i'ch helpu?			
Unrhyw wybodaeth hanesyddol berthnasol			

Atodiad 6 – Ffurflen Adrodd am Ddigwyddiad yn yr Ysgol

https://shorturl.at/aRFOn

Atodiad 7 – Ble i gael rhagor o gymorth a chyngor:

Llinellau Cymorth a Gwasanaethau Cymorth

Bullies Out – Elusen wrth-fwlio seiliedig yng Nghymru sy'n gweithio gydag unigolion, ysgolion, colegau, lleoliadau ieuenctid a chymunedol.

- e-bost: mentorsonline@bulliesout.com
- www.bulliesout.com
- e-bost: mail@bulliesout.com

Anti-Bullying Alliance – Gwybodaeth i ysgol, rhieni/gofalwyr, a phlant a phobl ifanc ynghylch pob agwedd ar fwlio.

- www.anti-bullyingalliance.org.uk

Kidscape - Elusen wrth-fwlio sy'n rhedeg gweithdai i blant a phobl ifanc sydd wedi cael eu bwlio.

- www.kidscape.org.uk

Mencap Cymru – Cyngor a gwybodaeth ynghylch anableddau dysgu.

- https://wales.mencap.org.uk
- Ffôn: 0808 8000 300

The Diana Award – Mae'n hyfforddi llysgenhadon gwrth-fwlio i gynorthwyo eraill.

- www.antibullyingpro.com

Meic – Gwybodaeth, cyngor ac eiriolaeth i bobl ifanc.

- www.meiccymru.org

Childline – Darparu cwnsela i unrhyw un dan 19 mlwydd oed yn y DU.

- www.childline.org.uk
- Ffôn: 0800 1111

Y Samariaid – Elusen sy'n ymroi i leihau teimladau o unigrwydd a datgysylltiad a all arwain at hunanladdiad. Gwasanaeth e-bost, sgwrs fyw a gwasanaethau eraill ar gael.

- www.samaritans.org
- Ffôn: 116 123 (llinell Saesneg – galwadau am ddim)
- Ffôn: 0808 164 0123 (llinell Gymraeg – galwadau am ddim)

Young Minds – Cymorth Iechyd Meddwl i bobl ifanc

- www.youngminds.org.uk

Kooth – Cymuned lles meddyliol ar-lein am ddim

- www.kooth.com

Parent Zone – Cymorth i rieni i ddatblygu'r sgiliau a'r ddealltwriaeth gywir fel y gall eu plant ddarganfod y posibiliadau a'r cyfleoedd sydd ar gael iddynt ar-lein.

- www.parentzone.org.uk

Schoolbeat.cymru – Cymorth ehangach i rieni gan gynnwys Bwlio a Bwlio Ar-lein.

- www.schoolbeat.cymru

CEOP – Canolfan Camfanteisio ar Blant a Diogelwch Amddiffyn Plant Ar-lein

- www.ceop.police.uk/safety-centre/

NSPCC – Cymorth i rieni a gofalwyr i gadw plant yn ddiogel rhag bwlio.

- www.nspcc.org.uk/what-is-child-abuse/types-of-abuse/bullying-and-cyberbullying/
- www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/online-safety/

Canllaw Llywodraeth Cymru

- Canllaw Gwrth-fwlio i rieni a gofalwyr (llyw.cymru)