Herio bwlio ac aflonyddu

Hawliau, parch, cydraddoldeb – canllawiau statudol ar gyfer ysgolion a lleoliadau

Canllawiau drafft

Dogfen ganllawiau drafft: rhif 297/2025
Dyddiad cyhoeddi: Mai 2025

Hawliau, parch, cydraddoldeb – canllawiau statudol ar gyfer ysgolion a lleoliadau

Cynulleidfa

Ysgolion; cyrff llywodraethu ysgolion; Pwyllgorau Rheoli; awdurdodau lleol; awdurdodau esgobaethol; gweithwyr cymdeithasol; gweithwyr gofal iechyd proffesiynol; Estyn; yr heddlu; sefydliadau gwirfoddol a thrydydd sector sy'n ymwneud â phlant a phobl ifanc, a llesiant a diogelu dysgwyr; rhieni a gofalwyr; plant a phobl ifanc.

Trosolwg

Mae'r ddogfen hon yn rhan o gyfres o ddogfennau canllaw sy'n rhoi gwybodaeth i bawb sy'n gweithio i atal a herio bwlio mewn ysgolion a lleoliadau addysgol. Mae pob dogfen yn y gyfres hon yn rhoi cyngor wedi'i deilwra i gynulleidfa benodol. Mae'r canllawiau statudol hyn ar gyfer awdurdodau lleol ac ysgolion yng Nghymru.

Camau i'w cymryd

Dylid dwyn y canllawiau hyn i sylw'r holl reolwyr, staff a gweithwyr proffesiynol perthnasol sy'n gweithio mewn lleoliad addysgol, ysgol a gynhelir neu ysgol nas cynhelir, uned cyfeirio disgyblion, ysgol annibynnol, ysgol arbennig, neu leoliad addysg heblaw yn yr ysgol, er mwyn helpu i ddatblygu a gweithredu polisïau a strategaethau gwrthfwlio. Rhaid i awdurdodau lleol a chyrff llywodraethu ysgolion roi sylw i'r canllawiau hyn pan fyddant yn ystyried eu trefniadau gwrthfwlio.

Rhagor o wybodaeth

Dylid cyfeirio ymholiadau am y ddogfen hon at:
Yr Is-adran Tegwch mewn Addysg
Llywodraeth Cymru
Parc Cathays
Caerdydd
CF10 3NQ

e-bost:
YmgynghoriadCydraddoldebParchuHawliau@llyw.cymru

@LlC_Addysg

Facebook/AddysgCymru

Copïau ychwanegol

Mae'r ddogfen hon ar gael o wefan Llywodraeth Cymru yn https://www.llyw.cymru/canllawiau-gwrthfwlio-hawliau-parch-cydraddoldeb

Dogfennau cysylltiedig

Hawliau, parch, cydraddoldeb: canllawiau ar gyfer ysgolion (2019)

Canllawiau cynnwys a chynorthwyo disgyblion (2016)

Canllawiau cadw dysgwyr yn ddiogel (2022)

Fframwaith ar sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol (2021)

Pecyn Cymorth Gweithredu Cwnsela mewn Ysgolion ac yn y Gymuned (diwygiwyd 2020) (Llywodraeth Cymru)

Mesur Teithio gan Ddysgwyr (Cymru) 2008: Canllawiau Statudol ynghylch y Cod Ymddygiad wrth Deithio ar gyfer Cymru Gyfan (2017)

Cwricwlwm i Gymru: gwybodaeth i rieni, gofalwyr a dysgwyr

Mae'r ddogfen hon ar gael yn Saesneg hefyd: https://www.gov.wales/rights-respect-equality-anti-bullying-guidance

OGL © Hawlfraint y Goron 2025 WG51172

Cynnwys

Termau a ddefnyddir yn y ddogfen hon 10
Addysg ddewisol yn y cartref 10
Ailbennu rhywedd 10
Anabledd a pherson anabl 10
Anneuaidd 10
Anghenion dysgu ychwanegol (ADY) 10
Aralledd 10
Bwlio ar-lein 10
Bwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn 10
Bwlio trawsffobig 11
Ceisiwr lloches 11
Croestoriadedd 11
Cwiar 11
Cyfeiriadedd rhywiol 11
Cyfiawnder adferol 11
Darpariaeth ddysgu ychwanegol 11
Dyletswydd cydraddoldeb y sector cyhoeddus 12
Estyn 12
Ffoadur 12
Gwahaniaethu uniongyrchol 12
Gwrth-hiliaeth 12
Gwrthsemitiaeth 12
Gwyliedydd 13
Hil 13
Hunaniaeth rhywedd 13
Islamoffobia 13
LHDTC+ 13
Mudwr 13
Nodweddion gwarchodedig 13
Person nad yw'n cydymffurfio o ran ei rywedd 13
Person sy’n cwestiynu ei rywedd 14

Plant a phobl ifanc 14
Pobl sy'n ceisio noddfa 14
Rhyngryw 14
Rhyw 14
Rhywedd 14
Rhywedd-gynhwysol 14
Rhyweddhylifol 14
Targedau 14
Tegwch rhywedd 14
Tlodi 15
Tramgwyddwr 15
Trawsryweddol/Traws 15
Troseddau casineb 15
Ymddygiad gorfodaethol a rheolaethol 15
Ysgol 15
Statws y canllawiau hyn 17
1. Cyflwyniad 18
Cyrff llywodraethu ysgolion a gynhelir 20
2. Beth yw bwlio? 21
Y cyd-destun 21
Graddfa'r bwlio 21
Bwlio a'r ysgol 22
Grym iaith 23
Diffinio bwlio 24
Pwysigrwydd cael diffiniad clir o fwlio 24
Elfennau nodweddiadol bwlio 25
Bwriad i niweidio 25
Canlyniad niweidio 25
Gweithredoedd uniongyrchol neu anuniongyrchol 25
Ailadrodd 25
Grym anghyfartal 25
Sut caiff bwlio ei fynegi? 25
Corfforol 25
Geiriol 25
Emosiynol 26

Anuniongyrchol ... 26
Ar-lein ... 26
Ymosodedd at gydberthynas ag eraill ... 26
Rhywiol ... 26
Cysylltiedig â rhagfarn ... 26
Sylwadau sarhaus a chellwair ... 26
Bwlio a lles emosiynol a meddyliol ... 26
Bwlio a diogelu ... 28
Beth sydd ddim yn fwlio? ... 28
Ymladd sy'n digwydd unwaith ... 28
Ffrae neu anghytundeb rhwng dau blentyn neu ddau berson ifanc ... 28
Ymosodiad corfforol sy’n digwydd unwaith ... 28
Trosedd gasineb sy'n digwydd unwaith ... 28
Pa gymhellion sy’n sail i achosion o fwlio? ... 29
3. Bwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn ... 30
Rhagfarn yn ei gyd-destun ... 30
Mathau penodol o fwlio sy’n gysylltiedig â nodweddion gwarchodedig ... 31
Bwlio sy'n ymwneud â dysgwyr anabl a/neu ddysgwyr ag anghenion dysgu ychwanegol ... 31
Diffinio anabledd ac anghenion dysgu ychwanegol ... 31
Materion allweddol ar gyfer dysgwyr anabl a/neu ddysgwyr ag anghenion dysgu ychwanegol sy'n profi bwlio. ... 31
Cyfeillgarwch amodol ... 32
Ecsbloetiol ... 32
Ystrywgar ... 32
Gweithredu cadarnhaol ... 33
Y Model Cymdeithasol o Anabledd ... 33
Bwlio homoffobig, deuffobig a thrawsffobig ... 34
Sylwadau sarhaus homoffobig, deuffobig a thrawsffobig a ddefnyddir yn lle sylwadau sarhaus eraill neu a ddefnyddir yn anuniongyrchol ... 35
Gweithredu cadarnhaol ... 36
Bwlio ar sail rhywedd a rhywiaethol ... 36
Bwlio sy’n targedu cydberthynas ag eraill ... 37
Codi waliau (*Stonewalling*) ... 37
Allgáu unigolion o'r grŵp ... 37

Lledaenu sïon a chlecs 37
Gwawdio 37
Gwneud cyfeillgarwch yn amodol 37
Bwlio sy’n gysylltiedig â hil, crefydd a diwylliant 38
Mathau o hiliaeth 39
Gweithredu cadarnhaol 40
Dulliau o ymateb i fwlio sy’n gysylltiedig â rhagfarn o bob math 40
Ymateb uniongyrchol 41
Datblygu dealltwriaeth 41
Cymorth lles 41
Cyfarfodydd trafod ac adolygu rheolaidd 41
Defnyddio data i gynllunio dulliau ataliol 41
4. Bwlio mewn cyd-destun ar-lein 42
Beth yw rôl ysgolion? 43
Gweithredu cadarnhaol 43
5. Y gyfraith sy'n ymwneud â bwlio 45
Deddf Hawliau Dynol 1998 45
Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn 46
Mesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011 46
Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl Anabl 46
Deddf Addysg 2002 47
Deddf Addysg ac Arolygiadau 2006 47
Mesur Teithio gan Ddysgwyr (Cymru) 2008 48
Deddf Cydraddoldeb 2010 48
Deddfwriaeth tramgwyddau troseddol 49
Deddf Cyfathrebu Maleisus 1988 49
Deddf Gwarchodaeth rhag Aflonyddu 1997 49
Deddf Gwrthderfysgaeth a Diogelwch 2015 50
Cwrs Ymwybyddiaeth 'Prevent' 50
Cwrs Atgyfeirio 'Prevent' 51
Cwrs Ymwybyddiaeth Channel 51
6. Beth sy'n gweithio wrth lansio strategaethau newydd 52
Sut y bydd eich ysgol yn gwybod bod strategaeth yn effeithiol 54
Pwysigrwydd cynnwys eich dysgwyr wrth ddatblygu a gweithredu'r strategaeth gwrth-fwlio 55

Pwysigrwydd cynnwys rhieni a gofalwyr wrth ddatblygu a gweithredu eich strategaeth gwrth-fwlio 55
Ymddygiad y tu allan i'r ysgol 57
Ymdrin ag achosion o gamymddwyn yn yr ysgol a'r tu allan i'r ysgol 57
Cynnwys holl staff yr ysgol yn y gwaith o ddatblygu a gweithredu'r strategaeth wrthfwlio 59
7. Llywodraethiant 61
Polisi 61
Sicrhau bod y polisi yn effeithiol 61
8. Atal bwlio 62
Cynllunio: beth ddylid ei ystyried 62
Cyfathrebu Effeithiol 62
Teilwra ymyriadau 63
Cwricwlwm i Gymru 63
Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles 63
Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb 64
Dulliau wedi'u targedu 64
9. Ymateb pan fydd bwlio yn digwydd 65
Dylid gweithio gyda phob parti 65
Dulliau o roi gwybod am fwlio 66
Gwrando effeithiol 66
Ystyriwch y lleoliad 66
Cadw tystiolaeth 66
10. Ymyriadau 68
Cyfryngu 68
Dulliau adferol 68
Meithrin gwydnwch personol 68
Cefnogaeth cyfoedion 68
Sancsiynau gan yr ysgol 69
Beth sy'n digwydd pan nad yw'r ymyriad yn llwyddo? 69
Pan fydd ymyriadau yn methu neu pan na fyddant yn cael effaith fawr 70
Gweithredu cadarnhaol 70
Hawl rhieni/gofalwyr i uwchgyfeirio'r mater 70
11. Gwerthuso ac atebolrwydd 72
Rhoi gwybod am fwlio, ei gofnodi a'i fonitro 72

Atodiad: Ble i ddod o hyd i gymorth a chyngor pellach 75
Bwlio 75
Bullies Out 75
Anti-bullying Alliance 75
Kidscape 75
The Diana Award (Saesneg yn unig) 75
Llinellau cymorth a gwasanaethau cymorth 75
Cyffredinol 75
Rhieni a Gofalwyr 76
Ysgolion/ Gweithwyr Proffesiynol 76
Cyffredinol 77
Plant a Phobl Ifanc 77
Adnoddau ar gyfer ysgolion 77
Arall 80
Materion Ar-lein 81

Termau a ddefnyddir yn y ddogfen hon

At ddiben y canllawiau hyn, dyma sut y diffinnir y termau canlynol:

Addysg ddewisol yn y cartref

Dyma’r term ar gyfer pan fydd rhieni yn addysgu eu plant gartref yn lle eu hanfon i’r ysgol.

Ailbennu rhywedd

Mae i'r term hwn yr ystyr a roddir iddo yn adran 7 o Ddeddf Cydraddoldeb 2010 sy'n nodi: "a person has the protected characteristic of gender reassignment if the person is proposing to undergo, is undergoing or has undergone a process (or part of a process) for the purpose of reassigning the person’s sex by changing physiological or other attributes of sex".

Anabledd a pherson anabl

Mae person yn anabl os (a) mae ganddo amhariad corfforol neu feddyliol a (b) mae'r amhariad yn cael effaith andwyol sylweddol a hirdymor ar ei allu i gyflawni gweithgareddau arferol o ddydd i ddydd. Mae cyfeiriad at berson anabl yn gyfeiriad at berson sydd ag anabledd. (adran 6 o Ddeddf Cydraddoldeb 2010).

Anneuaidd

Rhywun y mae ei rywedd y tu allan i'r syniad traddodiadol deuaidd gwryw/benyw o rywedd.

Anghenion Dysgu Ychwanegol (ADY)

Anhawster dysgu neu anabledd (p'un a yw'r anhawster dysgu yn deillio o gyflwr meddygol ai peidio), sy'n galw am ddarpariaeth ddysgu ychwanegol (adran 2 o Ddeddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018).

Aralledd

Bod neu deimlo'n wahanol o ran ymddangosiad neu gymeriad i'r hyn sy'n gyfarwydd, yn ddisgwyliedig, neu'n cael ei dderbyn yn gyffredinol.

Bwlio ar-lein

Pob bwlio sy'n digwydd drwy gyfrwng technoleg, a elwir hefyd yn seiberfwlio.

Bwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn

Unrhyw fath o fwlio sy'n gysylltiedig â nodweddion a ystyrir yn rhan o hunaniaeth person neu grŵp. Mae bwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn yn ymwneud â nodweddion gwarchodedig, ond gall ymestyn hefyd y tu hwnt i’r nodweddion gwarchodedig, ac mae'n gwneud hynny. Gall arwain at fwlio am amrywiaeth o resymau eraill, megis statws cymdeithasol a chefndir. Pan fydd digwyddiadau yn ymwneud â phobl ifanc dan 18 oed yn unig, bydd sefyllfaoedd yn cael eu hystyried fesul achos, a bydd rhai yn cael eu trin fel mater diogelu a/neu droseddol.

Bwlio trawsffobig

Bwlio wedi'i gymell gan ragfarn yn erbyn pobl draws. Nid gweithredoedd penodol yw'r hyn sy'n ei nodweddu, ond yr agweddau a'r credoau negyddol ynghylch pobl draws sy'n sail iddynt. Gall unrhyw berson, gan gynnwys pobl cisryweddol, brofi achosion o fwlio o'r fath.

Ceisiwr lloches

Person sy'n ffoi rhag erledigaeth yn ei famwlad, ac sydd wedi cyrraedd gwlad arall, sydd wedi hysbysu'r awdurdodau ei fod yno ac wedi arfer ei hawl gyfreithiol i wneud cais am loches. Bydd yr unigolion hyn yn disgwyl canlyniad eu cais am loches.

Croestoriadedd

Y ffordd y mae gwahanol fathau o wahaniaethu (hy trin unigolyn yn annheg oherwydd ei nodweddion gwarchodedig) yn gysylltiedig â'i gilydd ac yn effeithio ar ei gilydd. Mae gwahaniaethu croestoriadol, a elwir weithiau yn wahaniaethu cyfun, yn golygu gwahaniaethu yn erbyn person oherwydd cyfuniad penodol o ddwy nodwedd warchodedig neu fwy.

Cwiar

Term a ddefnyddir yn bennaf gan bobl sy'n uniaethu â chyfeiriadedd rhywiol neu hunaniaeth rhywedd leiafrifol, ac sydd weithiau yn gwrthod labeli eraill ar eu cyfeiriadedd neu eu hunaniaeth. Er i'r term hwn gael ei ddefnyddio fel un difrïol am unigolion LHDTC+ yn y gorffennol, a bod rhai pobl yn ystyried y term yn un sarhaus, mae bellach wedi cael ei adfeddiannu gan lawer o gymunedau LHDTC+.

Cyfeiriadedd rhywiol

Diffinnir y term hwn yn adran 12 o Ddeddf Cydraddoldeb 2010. Ystyr cyfeiriadedd rhywiol yw cyfeiriadedd rhywiol person tuag at bobl o'r un rhyw, pobl o'r rhyw arall, neu bobl o'r naill ryw neu'r llall. Gall pobl ddefnyddio'r termau heterorywiol, hoyw, deurywiol, lesbiaidd neu strêt i ddisgrifio eu cyfeiriadedd rhywiol.

Cyfiawnder adferol

Ffordd o fynd i'r afael â gwrthdaro gan ganolbwyntio ar wneud iawn am y niwed sydd wedi'i wneud. Mae'n cynnwys pob parti perthnasol.

Darpariaeth Ddysgu Ychwanegol (DDdY)

Darpariaeth addysg neu hyfforddiant sy'n ychwanegol at, neu'n wahanol i'r hyn sydd ar gael yn gyffredinol i eraill sydd o'r un oedran mewn: (a) ysgolion prif ffrwd a gynhelir yng Nghymru, (b) sefydliadau prif ffrwd yn y sector addysg bellach yng Nghymru, neu (c) lleoedd yng Nghymru y darperir addysg feithrin ynddynt. Yn achos plentyn sy'n iau na thair oed, mae darpariaeth ddysgu ychwanegol yn golygu darpariaeth addysgol o unrhyw fath (adran 3 o Ddeddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018).

Dyletswydd cydraddoldeb y sector cyhoeddus

Y ddyletswydd ar awdurdodau cyhoeddus wrth arfer eu swyddogaethau, fel y'i nodir yn adran 149 o Ddeddf Cydraddoldeb 2010, i roi sylw dyledus i'r angen i: (a) dileu gwahaniaethu, aflonyddu, erledigaeth ac unrhyw ymddygiad arall a waherddir o dan y Ddeddf; (b) hyrwyddo cyfle cyfartal rhwng personau sy'n rhannu nodwedd warchodedig berthnasol a phersonau nad ydynt yn ei rhannu; (c) meithrin perthynas dda rhwng personau sy'n rhannu nodwedd warchodedig berthnasol a phersonau nad ydynt yn ei rhannu.

Estyn

Arolygiaeth addysg a hyfforddiant Cymru. Mae'n darparu gwasanaeth arolygu a chynghori annibynnol ar ansawdd a safonau addysg a hyfforddiant a ddarperir yng Nghymru.

Ffoadur

Person y mae'r canlynol yn wir amdano: "...owing to a well founded fear of being persecuted for reasons of race, religion, nationality, membership of a particular social group or political opinion, is outside the country of his nationality and is unable, or owing to such fear, is unwilling to avail himself of the protection of that country."

Gwahaniaethu uniongyrchol

Trin un person yn llai ffafriol na pherson arall oherwydd nodwedd warchodedig. Rhaid bod eich amgylchiadau yn ddigon tebyg i'r person arall sy'n cael ei drin yn well er mwyn gallu gwneud cymhariaeth ddilys. Mae'n cynnwys achosion o wahaniaethu oherwydd canfyddiad bod nodwedd warchodedig yn perthyn i unigolyn, neu achosion o wahaniaethu yn erbyn unigolyn am ei fod yn gysylltiedig â rhywun arall sydd â nodwedd warchodedig.

Gwrth-hiliaeth

Mynd ati'n weithredol i adnabod y systemau, y strwythurau a'r prosesau sy'n arwain at ganlyniadau trawiadol o wahanol i grwpiau ethnig leiafrifol,
a chael gwared arnynt. Mae'n golygu cydnabod y gallwn ni, hyd yn oed os na chredwn ein bod yn 'hiliol', drwy wneud dim byd, fod yn rhan o ganiatáu i hiliaeth barhau. Nid yw'n golygu "unioni" pobl na chymunedau ethnig lleiafrifol, ond yn hytrach unioni systemau nad ydynt wedi bod yn fuddiol i bobl ethnig leiafrifol ac sydd weithiau wedi bod yn niweidiol hyd yn oed iddynt. Mae'n golygu gweithio gyda chryfderau ac arweinyddiaeth sylweddol pobl ethnig leiafrifol a defnyddio eu profiadau bywyd o ran y ffordd rydym, ar y cyd, yn llunio ac yn cyflawni nodau. Mae'n golygu gwneud gwahaniaeth cadarnhaol a pharhaol. (Cynllun Gweithredu Cymru Wrth-hiliol)

Gwrthsemitiaeth

Math o ganfyddiad o Iddewon, a all gael ei gyfleu fel casineb tuag at Iddewon. Amlygir gwrthsemitiaeth drwy iaith a gweithredoedd sydd wedi'u hanelu at Iddewon neu unigolion nad ydynt yn Iddewon a/neu eu heiddo, ac at sefydliadau cymunedol a chyfleusterau crefyddol Iddewig.

Gwyliedydd

Person sy'n bresennol, boed ar-lein neu all-lein, pan fydd achos o fwlio yn digwydd, ond nad yw'n cyfrannu ato.

Hil

Yn cynnwys lliw, cenedligrwydd a tharddiad ethnig neu genedlaethol (adran 9 o Ddeddf Cydraddoldeb 2010).

Hunaniaeth rhywedd

Defnyddir y term hwn yn aml i fod yn gyfystyr â rhywedd ac mae'n golygu'r un peth yn y pen draw – ymdeimlad unigolyn ohono'i hun. Mae'r term "hunaniaeth rhywedd" wedi bod yn destun trafod dadleuol, o safbwynt y syniad o "uniaethu" â charfan benodol. Mae wedi cael ei wrthod gan rai pobl a grwpiau sy'n ffafrio'r term symlach "rhywedd".

Islamoffobia

Atgasedd neu ofn afresymol a rhagfarn mewn perthynas â Mwslimiaid neu Islam. Mae'n cwmpasu unrhyw dynnu gwahaniaeth, eithrio, cyfyngu, gwahaniaethu, neu ddangos ffafriaeth yn erbyn Mwslimiaid sy'n amharu ar gydnabod, mwynhau neu arfer, ar sail gyfartal, hawliau dynol a rhyddid sylfaenol mewn meysydd gwleidyddol, economaidd, cymdeithasol, diwylliannol neu yn unrhyw faes arall o fywyd cyhoeddus. Mae Islamoffobia nid yn unig yn cyfeirio at gategori o droseddau casineb**,** ond at rwystrau y mae Mwslimiaid yn eu hwynebu ar draws pob maes o fywyd cyhoeddus.

LHDTC+

Pobl lesbiaidd, hoyw, deurywiol, trawsryweddol/traws, cwiar neu sy'n cwestiynu. Gellir ychwanegu llythrennau eraill at yr acronym i gynnwys grwpiau, cyfeiriadeddau a hunaniaethau eraill, megis Rh (rhyngryw) ac A (arywiol/aramantaidd). Defnyddir yr arwydd + yn yr acronym fel llaw fer i gynnwys a chydnabod termau amrywiol eraill y mae pobl yn uniaethu â nhw ac yn eu defnyddio i ddisgrifio eu hunaniaethau a'u cyfeiriadeddau, gan gynnwys pobl ryngryw, arywiol ac aramantaidd.

Mudwr

Unrhyw un a anwyd y tu allan i'r Deyrnas Unedig ond sydd wedi dod i'r DU am waith, i astudio neu am resymau eraill.

Nodweddion gwarchodedig

Mae adran 4 o Ddeddf Cydraddoldeb 2010 yn nodi beth yw nodweddion gwarchodedig, sef oedran, anabledd, ailbennu rhywedd, priodas a phartneriaeth sifil, beichiogrwydd a mamolaeth, hil, crefydd neu gred, rhyw, a chyfeiriadedd rhywiol.

Person nad yw'n cydymffurfio o ran ei rywedd

Person nad yw ei ymddygiad, ei edrychiad neu ei hunanfynegiant yn cydymffurfio â'r disgwyliadau diwylliannol a chymdeithasol cyfredol sy'n gysylltiedig â rhywedd.

Person sy’n cwestiynu ei rywedd

Yn y canllawiau hyn, dysgwyr sydd o bosibl yn ansicr ynghylch eu rhywedd, neu sydd o bosibl am gael cymorth oedolyn a'u cyfoedion i ddeall eu teimladau am eu rhywedd.

Plant a phobl ifanc

Pobl dan 18 oed, yn unol â'r diffiniad o 'children' yn Neddf Plant 1989.

Pobl sy'n ceisio noddfa

Term ymbarél i gyfeirio at ffoaduriaid neu geiswyr lloches o unrhyw gefndir. Defnyddir y term i wrthsefyll y rhethreg annynol a all godi wrth gyfeirio at bobl yn ôl y statws mewnfudo sydd wedi'i bennu iddynt.

Rhyngryw

Nid yw person rhyngryw yn cyfateb i'r disgwyliadau confensiynol ar gyfer datblygiad gwrywaidd neu fenywaidd o ran anatomi, metaboledd neu eneteg.

Rhyw

Yn cario'r ystyr sydd iddo yn adran 11 o Ddeddf Cydraddoldeb 2010: “in relation to the protected characteristic of sex — (a) a reference to a person who has a particular protected characteristic is a reference to a man or to a woman”.

Rhywedd

At ddibenion y canllawiau hyn, dyma’r term a ddefnyddir i gyfeirio at ymdeimlad mewnol rhywun o fod yn fenyw, yn wryw neu'n anneuaidd. Nid yw rhywedd person yn cyd-fynd bob amser â'r rhyw a bennwyd iddo adeg ei eni (gweler trawsryweddol/traws).

Rhywedd-gynhwysol

Safbwynt sy'n cynnwys pob rhywedd ac yn eu cefnogi mewn ffordd gyfartal.

Rhyweddhylifol

Rhywedd amhenodol a all newid dros amser neu y gellir ei fynegi mewn ffordd wahanol gan ddibynnu ar y sefyllfa.

Targedau

Plant a phobl ifanc sy'n cael eu bwlio.

Tegwch rhywedd

Trin pobl o bob rhywedd mewn ffordd deg a diduedd, gan gynnwys triniaeth gyfartal neu driniaeth wahanol er mwyn gwneud iawn am anghydbwysedd o ran hawliau, buddiannau, rhwymedigaethau a chyfleoedd.

Tlodi

Mae Strategaeth Tlodi Plant Cymru 2024 hefyd yn cydnabod bod yn rhaid i ddysgwyr, er mwyn elwa'n llawn o'u profiad ysgol, deimlo'n ddiogel ac wedi'u cefnogi'n briodol, a bod yn rhaid i ysgolion fabwysiadu strategaeth dim goddefgarwch tuag at fwlio o bob math. Bydd pob un o amcanion y Strategaeth yn cyfrannu at hyn, ac mae'r Strategaeth yn cynnwys ymrwymiad penodol i fynd ati ar frys i roi ffocws newydd i'r gwaith gydag Estyn, partneriaid a rhanddeiliaid ehangach er mwyn mynd i'r afael â'r rhwystrau i sicrhau nad yw tlodi yn amharu ar addysg, a chreu amgylcheddau addysg cynhwysol yn gyson sy'n seiliedig ar hawliau'r plentyn a gwerthoedd gwrthwahaniaethol.

Tramgwyddwr

Plentyn neu berson ifanc sy'n arddangos ymddygiad bwlio tuag at bobl eraill.

Trawsryweddol/Traws

Pobl nad yw eu rhywedd yn cyd-fynd â'r rhyw a bennwyd iddynt adeg eu geni, neu nad ydynt yn gyfforddus ynglŷn â'r rhyw a bennwyd iddynt adeg eu geni. Bydd rhai pobl anneuaidd yn ystyried eu hunain yn bobl drawsryweddol, ond nid pob un.

Troseddau casineb

Ystod o ymddygiad troseddol lle mae'r tramgwyddwr yn cael ei ysgogi gan elyniaeth neu ragfarn, neu'n dangos gelyniaeth tuag at un o nodweddion y targed, ee anabledd neu anabledd canfyddedig, hil neu hil ganfyddedig, crefydd neu grefydd ganfyddedig, cyfeiriadedd rhywiol neu gyfeiriadedd rhywiol canfyddedig, neu hunaniaeth drawsryweddol neu hunaniaeth drawsryweddol ganfyddedig y targed. Gall troseddau casineb gynnwys cam-drin geiriol, bygylu, bygwth, aflonyddu, ymosod a bwlio, yn ogystal â difrodi eiddo. Gall y tramgwyddwr hefyd fod yn ffrind, yn ofalwr neu'n gydnabod sy'n manteisio ar ei berthynas â'r targed er budd ariannol neu at ryw bwrpas troseddol arall.

Ymddygiad gorfodaethol a rheolaethol

Pan fydd person yn defnyddio ymddygiad creulon i frifo, rheoli neu godi ofn ar rywun arall (y dioddefwr). Mae hyn yn fath o gam-drin domestig. Mae'r camdriniwr yn defnyddio trais a bygythiadau, yn bychanu neu'n dychryn y dioddefwr. Mae'n gwneud hyn er mwyn gallu rheoli'r dioddefwr a gwneud iddo wneud pethau nad yw eisiau eu gwneud. Mae'r ymddygiad hwn yn aml yn digwydd ochr yn ochr â cham-drin o fath arall, gan gynnwys cam-drin corfforol, rhywiol ac ariannol.

Ysgol

(a) ysgol gymunedol, sefydledig neu wirfoddol,

(b) ysgol arbennig gymunedol neu sefydledig,

(c) ysgol feithrin a gynhelir, ac

(d) uned cyfeirio disgyblion.

Statws y canllawiau hyn

Mae'r canllawiau hyn yn rhai statudol ar gyfer awdurdodau lleol ac ysgolion yng Nghymru. Mae Gweinidogion Cymru wedi arfer eu pwerau yn adran 175 o Ddeddf Addysg 2002 (dyletswyddau awdurdodau lleol a chyrff llywodraethu mewn perthynas â lles plant) ac adran 88 Deddf Addysg ac Arolygon 2006 (cyfrifoldeb corff llywodraethu dros ddisgyblaeth) i gyhoeddi'r canllawiau hyn.

Mae'n rhaid i gyrff llywodraethu roi sylw dyledus i'r canllawiau statudol hyn wrth arfer eu swyddogaethau ynghylch y dull o reoli ysgol a gwneud trefniadau ar gyfer diogelu a hybu lles plant a phobl ifanc sy'n ddysgwyr yn yr ysgol ac wrth arfer eu swyddogaethau o ran hybu ymddygiad da a disgyblaeth dda mewn ysgolion.

Mae'r canllawiau statudol hyn yn cyfeirio at ddyletswyddau cyfreithiol, ac at faterion y mae'n rhaid i unigolion roi sylw iddynt o dan Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn – gweler y ddolen yn yr atodiad. Mae'n nodi disgwyliad Llywodraeth Cymru, yn amlinellu arferion da ac yn gwneud argymhellion. Yn y canllawiau hyn, mae Llywodraeth Cymru yn defnyddio'r termau canlynol i nodi statws pwynt a wneir yn y canllawiau statudol hyn.

- 'rhaid' – mae hyn yn golygu bod dyletswydd gyfreithiol i gyflawni camau gweithredu penodol neu ymatal rhag gwneud rhywbeth penodol.

- 'Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl' – mae hyn yn golygu bod Gweinidogion Cymru wedi nodi cyfres o gamau gweithredu neu ddull gweithredu y maent yn disgwyl iddynt gael eu dilyn. Dylai ysgolion ddilyn y camau gweithredu neu'r dull gweithredu oni bai eu bod yn gweld rheswm da dros wyro oddi wrth hynny. Efallai y gofynnir iddynt gyfiawnhau gwyro oddi wrth hynny i Weinidogion Cymru, ombwdsmyn, comisiynwyr annibynnol neu bartïon eraill o'r fath.

- 'Mae Llywodraeth Cymru yn argymell' – mae hyn yn golygu bod Gweinidogion Cymru wedi nodi cyfres o gamau gweithredu neu ddull gweithredu y maent yn disgwyl iddynt gael eu dilyn. Dylai ysgolion ystyried yr argymhelliad ond mater iddyn nhw, fel y gwelant yn ddoeth, yw dewis dilyn y camau gweithredu neu'r dull gweithredu a argymhellir neu beidio.

- 'Mae Llywodraeth Cymru yn cynghori' – mae hyn yn golygu bod Gweinidogion Cymru wedi amlinellu cyngor i ysgolion ynghylch materion yn ymwneud â bwlio.

Cyflwyniad

Fy mlaenoriaeth fel Ysgrifennydd y Cabinet dros Addysg yw sicrhau bod ein plant yn cael profiadau cadarnhaol yn yr ysgol a'u bod yn ffynnu yn yr amgylchedd meithringar a chefnogol y mae'r ysgol yn ei gynnig.

Yn anffodus, er gwaethaf ein hymdrechion gorau, nid yw'r ysgol yn brofiad cadarnhaol i bob plentyn a pherson ifanc. Ni ddylai ein gwahaniaethau byth fod yn rheswm i rywun gael ei fwlio neu ei gam-drin. Mae bwlio yn parhau i fod yn broblem ac mae'n cael effaith sylweddol, yn enwedig ar lesiant emosiynol plant.

Dyna pam yr ydym wedi ymrwymo i ddiweddaru'r canllawiau gwrthfwlio 'Hawliau, parch, cydraddoldeb' a gyhoeddwyd yn 2019 i adlewyrchu'r newidiadau a wnaed i ddeddfwriaeth a datblygiadau polisi cyfredol.

Bwriad Llywodraeth Cymru yw cefnogi ysgolion i weithio tuag at feithrin cydberthnasoedd cadarnhaol a pharchus ymhlith plant a phobl ifanc. Mae'r canllawiau diwygiedig hyn yn ystyried argymhellion adroddiad Comisiynydd Plant Cymru, sef 'Cymerwch y peth o ddifri': Profiadau Plant o Hiliaeth mewn Ysgolion Uwchradd', ac ymrwymiad Cynllun Gweithredu Cymru Wrth-hiliol i gryfhau'r canllawiau mewn perthynas â bwlio ar sail hil.

Mae'r canllawiau yn adlewyrchu'r materion a godwyd yn adroddiad Estyn ar aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion mewn ysgolion uwchradd (Rhagfyr 2021), sef 'Dydyn ni ddim yn dweud wrth ein hathrawon', ac maent yn cysylltu â gofyniad Cynllun Gweithredu LHDTC+ ar angen i gynhyrchu canllawiau ar faterion traws i ysgolion, ac i gryfhau rhannau o ganllawiau sy'n gysylltiedig â rhagfarn, gan gynnwys rhoi sylw i ymchwil berthnasol arall sydd ar gael ers 2019.

Mae'r Cwricwlwm i Gymru bellach yn cael ei ddefnyddio ym mhob ysgol a gynhelir, a chan eraill sy'n darparu addysg i ddysgwyr 3-16 oed. Un o bedwar diben y cwricwlwm yw i blant a phobl ifanc ddod yn ddinasyddion egwyddorol a gwybodus, mae hyn yn cynnwys:

- deall ac ystyried effaith eu gweithredoedd wrth wneud dewisiadau a gweithredu
- bod yn wybodus am eu diwylliant, eu cymuned, eu cymdeithas a'r byd yn awr ac yn y gorffennol
- parchu anghenion a hawliau pobl eraill, fel aelod o gymdeithas amrywiol

Mae Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb (ACRh) yn addysg sy'n LHDTC+-gynhwysol, ac yn elfen fandadol o'r Cwricwlwm i Gymru. Yn ogystal, mae Iechyd a Lles yn un o'r chwe maes dysgu a phrofiad mandadol mewn ysgolion a gynhelir

Mae'r canllawiau Hawliau, Parch, Cydraddoldeb diwygiedig hyn hefyd yn ystyried yr effaith y gall bwlio ei chael ar iechyd a llesiant meddyliol dysgwr. Ers 2021, pan gyhoeddwyd canllawiau statudol Fframwaith ar sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol gan Lywodraeth Cymru, rhaid i bob ysgol fabwysiadu "dull ysgol gyfan" o ymdrin â llesiant emosiynol a meddyliol dysgwyr, athrawon a staff eraill yr ysgol.

Bwriad y Fframwaith dull ysgol gyfan yw cefnogi ysgolion, gan gynnwys unedau cyfeirio disgyblion (UCDau) a lleoliadau addysg, i adolygu eu sefyllfa nhw o ran llesiant a datblygu cynlluniau i fynd i'r afael ag unrhyw wendidau a datblygu eu cryfderau.

Mae hefyd yn cefnogi ac ategu'r Cwricwlwm i Gymru ac, yn benodol, y Maes Dysgu Profiad Iechyd a Lles. Mae'r canllawiau'n nodi sut y dylai ysgolion weithio mewn partneriaeth ag eraill, gan gynnwys y GIG a sefydliadau'r trydydd sector, i ddiwallu holl anghenion llesiant plant a phobl ifanc.

Mae mynd i'r afael â bwlio a'i effaith yn flaenoriaeth allweddol i Lywodraeth Cymru. Rydym am anfon y neges fod bwlio yn annerbyniol ac na fydd yn cael ei oddef. Rydym hefyd am fod yn glir y byddwn yn cefnogi'r targed, ac yn gweithio gyda'r tramgwyddwr i gydnabod y niwed y mae wedi'i wneud, gan ei helpu i ddod o hyd i ffordd gadarnhaol o symud ymlaen.

Bydd gweithredu'r canllawiau hyn yn cefnogi'r amcan hwnnw.

Lynne Neagle AS

Ysgrifennydd y Cabinet dros Addysg

Cyrff llywodraethu ysgolion a gynhelir

1.1 Mae cyrff llywodraethu ysgolion yn gyfrifol am sicrhau bod polisïau effeithiol yn eu lle i ddiogelu a hybu lles plant a phobl ifanc yn unol â chanllawiau Llywodraeth Cymru, ac am fonitro cydymffurfiaeth â’r canllawiau hynny.

1.2 Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i gyrff llywodraethu ysgolion a llywodraethwyr ysgolion unigol weithredu â gonestrwydd ac uniondeb bob amser, a bod yn barod i egluro'r camau a gymerant a'u penderfyniadau i staff, dysgwyr, rhieni a gofalwyr ac unrhyw un sydd â buddiant dilys yn yr ysgol.

1.3 Bydd y corff llywodraethu yn penderfynu beth mae’n dymuno i’r ysgol ei gyflawni. Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl iddo sefydlu’r fframwaith strategol drwy:

- bennu nodau ac amcanion ar gyfer yr ysgol
- mabwysiadu polisïau i gyflawni’r nodau a’r amcanion hynny
- gosod targedau i gyflawni’r nodau a’r amcanion hynny
- adolygu'r cynnydd tuag at gyflawni’r nodau a’r amcanion.

1.4 Mae corff llywodraethu'r ysgol yn creu datganiad o egwyddorion ar gyfer hyrwyddo ymddygiad cadarnhaol, ac mae'n ofynnol iddo roi sylw i ganllawiau gan Lywodraeth Cymru wrth wneud ac adolygu'r datganiad ysgrifenedig o egwyddorion cyffredinol ar ddisgyblaeth yn yr ysgol. Bydd y pennaeth yn defnyddio'r datganiad hwn o egwyddorion i arwain gwaith gyda chymuned yr ysgol gyfan i benderfynu ar y mesurau manylach sy'n ffurfio polisi ymddygiad yr ysgol.

1. Ystyr bwlio

Y cyd-destun

2.1 Er gwaethaf gwaith gan ysgolion a gwasanaethau eraill, yn ogystal â mentrau'r llywodraeth, mae bwlio yn parhau i fod yn broblem. Mae bwlio'n digwydd mewn ysgolion, ac mae safleoedd ar-lein a'r cyfryngau cymdeithasol wedi cynnig dulliau a chyfleoedd newydd i fwlio unigolion eraill.

2.2 Canfuwyd mai'r Deyrnas Unedig (DU) yw un o'r gwledydd gwaethaf o ran boddhad plant a phobl ifanc â'u bywyd, a chyfeirir at fwlio fel un o'r pethau sy'n achosi hyn. Gall bwlio fod yn arwydd o anfanteision eraill sy'n bodoli ym mywyd plentyn neu berson ifanc, sy'n adlewyrchu diffyg boddhad yn gyffredinol â bywyd.

2.3 Mae bwlio yn ymddygiad dynol ymosodol cyffredin a gall hynny gael ei ddylanwadu gan ddicter, rhagfarn, dial neu ofni eraill sy'n wahanol. Mewn rhai achosion, mae bwlio yn ymddygiad hunanamddiffynol sydd wedi'i ddysgu. Gall ffactorau ac agweddau yn y newyddion ac ar y cyfryngau, yn y gymuned, mewn teuluoedd ac ym mhawb ohonom ni, danio'r awydd i fwlio eraill.

2.4 Yn sgil bygythiadau digidol cynyddol a rhagfarnau ehangach a gaiff eu mynegi ar-lein ac all-lein, mae rhoi pwyslais ar herio bwlio yn bwysicach efallai nag erioed o'r blaen. Yng Nghymru a Lloegr, mae cynnydd yn nifer yr achosion o droseddau casineb sy'n cael eu hadrodd yn dangos bod angen herio gwahaniaethu. Mae miloedd o blant a phobl ifanc yng Nghymru wedi dweud bod bwlio yn dal yn flaenoriaeth bennaf iddynt. Mae'n effeithio ar gymaint ohonynt, a dyna yw un o'r rhesymau pam bydd bwlio yn aml ar frig rhestrau o'r pryderon pennaf mewn arolygon. Mae galwadau gan blant a phobl ifanc am gamau gweithredu gan oedolion yn cael eu hategu gan ystod o waith ymchwil, sy'n amlygu effeithiau andwyol a pharhaol posibl bwlio: nid yn unig ar dargedau ond ar dramgwyddwyr bwlio a gwyliedyddion hefyd. Gall effeithiau difrifol fod yn rhai tymor hir, gan gynnwys iechyd meddwl a llesiant gwael, ac mewn rhai achosion, bydd rhieni yn dewis tynnu eu plentyn o'r ysgol.

2.5 Gall bwlio hefyd wneud i blant a phobl ifanc deimlo'n unig ac wedi'u hynysu yn gymdeithasol. Mae'r dystiolaeth gynyddol ar brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn dangos sut gall profiadau plentyndod effeithio'n sylweddol ar allu unigolyn i sefydlu a chynnal perthynas ag eraill yn ystod plentyndod neu lencyndod, ynghyd â'r effeithiau sy'n para am gyfnod sylweddol a hyd nes bydd rhywun yn oedolyn. Dyna pam mae mor bwysig sicrhau bod plant a phobl ifanc yn cael profiadau cadarnhaol o berthnasoedd.

Graddfa'r bwlio

2.6 Mae Dangosfwrdd Iechyd a Lles Plant Ysgolion Uwchradd: Data Arolwg Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) ar gyfer 2023/24 yn cynnwys ymatebion gan bobl ifanc 11-16 oed. Cymerodd 130,000 o ddysgwyr ym mlynyddoedd 7 i 11 ran, o 200 o ysgolion uwchradd Cymru.

Edrychodd yr arolwg ar brofiadau pobl ifanc o fwlio. Dywedodd bron 38% o bobl ifanc eu bod wedi cael eu bwlio yn ystod y misoedd blaenorol – 32% oedd y ganran yn 2021. Mae

canlyniadau'r arolwg yn uwch nag erioed o'r blaen, gyda mwy na 40% o ferched yn cael eu bwlio o'u cymharu â dros 30% o fechgyn.

2.7 Nododd 21% eu bod wedi’u seiberfwlio o leiaf unwaith neu ddwy yn ystod y misoedd diwethaf. Roedd erledigaeth drwy seiberfwlio yn sylweddol uwch ymhlith pobl ifanc a nododd nad oeddent yn uniaethu fel bachgen na merch (44%), o'u cymharu â bechgyn (17%) a merched (24%).

2.8 Dangosodd data erledigaeth drwy fwlio rywfaint o dystiolaeth o raddiant cymdeithasol, gan fod dysgwyr o deuluoedd llai cefnog wedi nodi cyfraddau ychydig yn uwch o gael eu bwlio na'r rhai o deuluoedd eithaf cefnog neu gefnog iawn.

2.9 Dywedodd cyfran ychydig yn uwch o fechgyn na merched eu bod wedi cael eu seiberfwlio. Gwelwyd graddiant cymdeithasol o ran erledigaeth drwy seiberfwlio, gan fod dysgwyr o deuluoedd llai cefnog yn profi cyfraddau uwch o fwlio na'r rhai o deuluoedd mwy cefnog.

2.10 Yn 2023/24, darparodd Childline ychydig o dan 7000 o sesiynau cwnsela am fwlio (ac eithrio ar-lein). Roedd hyn yn ostyngiad bach (-1%) o'i gymharu â 2022/23. Ymhlith y sesiynau cwnsela am fwlio lle'r oedd rhywedd yn hysbys, roedd 69% ohonynt wedi'u cynnal â merched, roedd 26% â bechgyn ac roedd 5% â phobl ifanc a oedd yn uniaethu fel pobl draws neu anneuaidd.

2.11 Yn 2023/24, darparodd Childline 932 o sesiynau cwnsela i blant a phobl ifanc am fwlio ar-lein – ffigur tebyg i'r flwyddyn flaenorol. Ymhlith y sesiynau cwnsela am fwlio ar-lein y llynedd lle'r oedd rhywedd yn hysbys, roedd 61% â merched, roedd 35% â bechgyn a 4% â phobl ifanc a oedd yn uniaethu fel pobl draws neu anneuaidd.

2.12 Cafodd merched bron iawn wyth o bob deg o’r sesiynau cwnsela. Y rhesymau mwyaf cyffredin a nodwyd dros eu teimladau cynyddol o unigrwydd oedd bwlio, anawsterau iechyd meddwl a defnydd o'r cyfryngau cymdeithasol. Gellir gweld hyn hefyd yn *A Place to Belong,* adroddiad a gyhoeddwyd yn Saesneg yn unig gan UK Youth yn 2018. Yn ôl yr adroddiad hwn, pan ofynnwyd i weithwyr ieuenctid nodi prif achosion unigrwydd ymhlith ieuenctid, bwlio oedd un o’r tri ateb mwyaf cyffredin a gafwyd ganddynt (83%).

2.13 Gall stigma a gwahaniaethu ynghylch iechyd meddwl gwael achosi bwlio; fodd bynnag, yn yr un modd, gall bwlio gyfrannu at ddatblygu iechyd meddwl a llesiant meddyliol gwael. Bydd mynd i’r afael ag achos gwreiddiol bwlio yn aml yn digwydd cyn gwella llesiant meddyliol y plentyn neu’r person ifanc.

2.14 Os bydd bwlio yn amlwg mewn ysgol, neu rywle arall, ni fydd yr un dysgwr yn gallu mwynhau ei hawliau yn llawn o dan Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau’r Plentyn (CCUHP), gan gynnwys bod yn ddiogel a chael addysg.

Bwlio a'r ysgol

2.15 Mae bwlio:

- yn niweidio’r holl unigolion dan sylw
- yn dod yn ganolbwynt profiad dysgwr o’i fywyd beunyddiol
- yn tanseilio diogelwch, llesiant a chyrhaeddiad
- yn niweidio ethos yr ysgol

- yn andwyol i'r ysgol a'r gymuned ehangach
- yn effeithio ar wyliedyddion a'r sawl sy'n gwybod ei fod yn gyffredin yn eu hysgol.

2.16 Gall newidiadau mewn cymdeithas a diwylliant ddylanwadu ar sut mae bwlio yn amlygu mewn amgylchedd ysgol. Wrth i blant a phobl ifanc archwilio diddordebau a gweithgareddau newydd, a dysgu sut i lywio'r byd digidol, gan gynnwys y cyfryngau cymdeithasol, nid yw hyn yn syndod. Gall ceisio dilyn y tueddiadau ac ymddygiadau sy'n dod i'r amlwg fod o gymorth wrth ddatblygu strategaethau i fynd i'r afael â phob math o fwlio a'i atal.

2.17 Mae'n bwysig cofio nad yw'r rhan fwyaf o blant a phobl ifanc yn bwlio eraill ac y gall ymddygiad gofalgar a chadarnhaol ddod yn beth arferol gartref ac yn y gymdeithas os datblygir y diwylliant priodol mewn ysgol.

2.18 Mae ysgolion effeithiol yn mynd ati i atal pob math o fwlio ac i liniaru ei effeithiau pan fydd yn digwydd, trwy fabwysiadu arfer adferol. Mae Llywodraeth Cymru yn argymell yn gryf y dylai pob ysgol fabwysiadu'r dull hwn. Mae hyn yn cynnwys addysgu plant a phobl ifanc a hyfforddi staff am barch, ymddygiad cadarnhaol, stereoteipiau a mynd i'r afael a rhagfarn, ennyn hyder i herio iaith annerbyniol, gan sicrhau eu bod yn cael eu trin yn unol â phrotocolau'r ysgol. Mae hefyd yn golygu goruchwylio effeithiol er enghraifft, rhwng gwersi, amser egwyl ac amser cinio, a darparu mannau diogel ar gyfer dysgwyr sy'n agored i niwed yn ystod y cyfnodau hyn.

2.19 I gyd-fynd â'r gyfres o ganllawiau, mae pecyn cymorth ar-lein ar Hwb yn cynnwys adnoddau i helpu i weithredu'r canllawiau ar lefel weithredol.

Grym iaith

2.20 Mae dadl ynghylch yr iaith a ddefnyddir wrth sôn am fwlio. Mae defnyddio iaith sy'n cynnwys geiriau sy'n bwlio neu'n ymosodol fel 'cicio allan' neu 'ymladd yn erbyn' bwlio yn cael ei herio. Ni phrofwyd bod hyn yn llwyddo i leihau bwlio yn effeithiol. Yn hytrach, mae'n atgyfnerthu'r syniad fod gan y bwlis rym, sy'n gwneud i ddysgwyr ddymuno bod yn aelod o'r grŵp 'pwerus' yn hytrach nag yn un o'r 'dioddefwyr'. Gall hyn annog aelodau gwannach o grwpiau i ddechrau bwlio rhai eraill sy'n wannach na hwy i geisio pwysleisio rhyw fath o oruchafiaeth. I'r gwrthwyneb, y nod yw creu cymuned barchus lle mae ei haelodau yn dysgu byw ochr yn ochr â'i gilydd heb ymddygiad ymosodol.

2.21 Wrth gyfeirio at y rolau sydd gan unigolion mewn digwyddiadau bwlio, mae'n well peidio labelu plant a phobl ifanc fel 'dioddefwyr' neu 'fwlis' oherwydd:

Bydd dysgwyr yn aml yn cael eu hannog i 'gasáu bwlio', a gall hynny gael ei ddehongli fel casáu unigolion sy'n bwlio. Mae'n label y gall plentyn neu berson ifanc ei fewnoli a cheisio'i wireddu, neu fe all lesteirio ei allu i newid ei ymddygiad. Trwy 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 trwy ddulliau eraill. Mae'n fuddiol gwahanu'r unigolion oddi wrth yr ymddygiad er mwyn caniatáu i'r unigolyn newid. Ni chaiff eu hymddygiad ei hoffi neu caiff ei ystyried yn annerbyniol, ond nid ydynt yn cael eu casáu fel unigolion

Yn ogystal, gall labelu dysgwyr fel 'dioddefwyr' wreiddio eu 'harwahanrwydd' yn ddyfnach ac arwain at beidio â chael eu derbyn gan eu cyfoedion. Byddant yn cael eu hystyried yn wan a bydd llawer o blant a phobl ifanc yn eu hosgoi rhag ofn iddynt hwythau gael eu hystyried yn

yr un modd. Bydd rhai plant a phobl ifanc sy’n cael eu targedu yn dechrau credu mai hwy sydd ar fai os byddant yn cael eu bwlio ac yn ystyried eu hunain yn ddioddefwyr.

2.22 I adlewyrchu hyn, mae'r canllawiau'n defnyddio termau eraill. Mae gan bawb sy’n ymwneud â bwlio lawer o rolau gwahanol, yn cynnwys gwyliedyddion sy’n dystion i fwlio. Ni fydd y sefyllfa yn eglur bob amser.

Diffinio bwlio

2.23 Nid oes diffiniad cyfreithiol o fwlio yng Nghymru nac yn y Deyrnas Unedig ychwaith. Felly, mae’r diffiniad sy’n cael ei ddefnyddio yn y canllawiau hyn yn adeiladu ar egwyddorion a ddefnyddir yn eang sydd wedi cael eu sefydlu yn y Deyrnas Unedig ers 1993.

2.24 At ddibenion y canllawiau hyn, diffinnir bwlio fel:

- Ymddygiad gan unigolyn neu grŵp sydd fel arfer yn cael ei ailadrodd dros gyfnod, ac sy’n niweidio eraill yn fwriadol, naill ai’n gorfforol neu’n emosiynol.

Mae Llywodraeth Cymru yn argymell yn gryf bod ysgolion yn defnyddio’r diffiniad hwn fel sail i ddatblygu eu diffiniad eu hunain, neu fersiwn sy’n addas i ddysgwyr. Mae’n hanfodol i ysgolion ddiffinio beth yw ystyr bwlio oherwydd bydd hynny’n sail i’w polisi gwrthfwlio, a dylai pawb, gan gynnwys pob aelod o staff a phob dysgwr, ddeall beth yw ystyr y diffiniad.

2.25 Caiff bwlio ei fynegi trwy gyfrwng amrywiaeth o ymddygiadau niweidiol; gall ddigwydd wyneb yn wyneb neu yn yr amgylchedd digidol. Gall gael ei gyflawni gan unigolyn neu gan grŵp, ond bydd fel arfer yn digwydd o flaen cynulleidfa i bwysleisio grym neu boblogrwydd. Gall gynnwys elfen o gyfrinachedd i sicrhau na fydd oedolion yn ymwybodol ohono.

2.26 Mae bwlio'n wahanol i ddadl, ymladd neu gweryl rhwng ffrindiau, gan nad yw'r nodweddion canlynol yn sail iddynt:

- mae bwlio yn fwriadol
- bydd yn cael ei ailadrodd dro ar ôl tro fel arfer
- ceir canfyddiad o anghydbwysedd grym rhwng y tramgwyddwr a’r targed
- bydd bwlio yn creu teimladau o ofid, ofn, unigrwydd, cywilydd a bod yn ddiymadferth.

2.27 Cydnabyddir y gall un digwyddiad unigol achosi trawma i ddysgwr a gwneud iddo bryderu y bydd dial yn digwydd neu y gwnaiff y bwlio ddigwydd eto yn y dyfodol. Dylai ymyriadau gael eu gweithredu yn syth, mewn achosion o fwlio neu yn achos unrhyw ymddygiad negyddol unigol arall. Dylid ymdrin â digwyddiadau unigol nad ydynt yn rhan o batrwm ailadroddus fel ymddygiad amhriodol a dylai ysgolion fynd i'r afael â nhw yn unol â’u polisi ymddygiad.

Pwysigrwydd cael diffiniad clir o fwlio

2.28 Mae cadarnhau beth yw ystyr bwlio yn fan cychwyn hanfodol. Mae cytuno ar ddiffiniad yn cynnig cyfle i'ch ysgol sicrhau bod eich gwerthoedd a’ch gweledigaeth yn cyd-fynd â hynny er mwyn creu fframwaith cyson o bolisïau a gweithdrefnau. Dylai'r diffiniad gael ei ddefnyddio ar gyfer dysgu proffesiynol, mewn gwaith gwrthfwlio rheolaidd gyda dysgwyr ac i gyfleu’r safbwynt yn glir i rieni a gofalwyr. Bydd hyn yn helpu i sicrhau bod y polisi yn glir ac yn gyson i gymuned gyfan yr ysgol.

2.29 Dylid ymgynghori â dysgwyr wrth ddatblygu diffiniad eich ysgol o fwlio a'r polisi cysylltiedig sy'n ymwneud â sut mae eich ysgol yn herio bwlio. Dylid hefyd roi fersiwn o bolisi'r ysgol i ddysgwyr sy'n cynnwys esboniad clir a syml o'r diffiniad.

Elfennau nodweddiadol bwlio

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 ar eu golwg, eu personoliaeth neu eu hunaniaeth i sicrhau'r effaith a ddymunir. Byddant yn canfod yr agwedd sy'n rhoi grym iddynt dros eu targed.

Canlyniad niweidiol

Caiff rhywun (neu grŵp) ei frifo yn gorfforol neu'n emosiynol. Gallant gael eu hynysu, gellir codi cywilydd arnynt neu wneud iddynt deimlo'n ofnus. Bydd eu hymdeimlad o'u 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 neu rannu delweddau personol iawn neu 'ffugiad dwfn' â phobl na fwriadwyd iddynt weld yr wybodaeth neu'r delweddau. Pan fydd achosion o fwlio yn ymwneud â phobl ifanc o dan 18 oed yn unig, byddant yn cael eu hystyried fesul achos, a rhai yn cael eu trin fel mater diogelu a/neu droseddol.

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 patrwm o fwlio sy'n datblygu wedi hynny. Dyna pam mae cofnodion o ddigwyddiadau mor werthfawr.

Grym anghyfartal

Mae bwlio yn cynnwys camddefnydd o rym gan un unigolyn neu grŵp sy'n cael eu hystyried yn fwy grymus, yn aml oherwydd eu hoedran, eu nerth corfforol, eu poblogrwydd neu eu gwydnwch seicolegol.

Sut caiff bwlio ei fynegi?

Mae sawl math o fwlio, gan gynnwys:

Corfforol

Cicio, baglu neu wthio rhywun, anafu rhywun neu ddifrodi ei eiddo neu wneud ystumiau i godi braw ar rywun.

Geiriol

Gwawdio a galw enwau, sarhau, pryfocio, bygwth, bychanu neu godi braw.

Emosiynol

Ymddygiad sydd wedi'i fwriadu i ynysu neu niweidio rhywun neu godi cywilydd arno.

Anuniongyrchol

Gweithredoedd slei neu lechwraidd sy'n digwydd y tu ôl i gefn y targed neu roi sïon ar led.

Ar-lein

Defnyddio unrhyw fath o dechnoleg, gwasanaethau ar-lein neu blatfformau, ee gemau, y cyfryngau cymdeithasol, gwasanaethau negeseua a fforymau. Gall bwlio ar-lein gynnwys ymddygiad bygythiol, cam-drin, aflonyddu, cywilyddio, allgáu unigolion, dynwared, difrod maleisus, rhannu delweddau neu fideos heb ganiatâd (gan gynnwys rhai sydd wedi'u cynhyrchu drwy ddeallusrwydd artiffisial) a gorfodaeth.

Ymosodedd at gydberthynas ag eraill

Bwlio sy'n ceisio gwneud niwed i gydberthynas y targed ag eraill neu i'w statws cymdeithasol: drwy annog ffrindiau rhywun i droi cefn arno, manteisio ar anghenion dysgu ychwanegol neu salwch rhywun, targedu statws cymdeithasol neu ariannol ei deulu, ynysu rhywun neu godi cywilydd arno neu achosi helynt yn fwriadol i rywun.

Rhywiol

Cyffwrdd digroeso, bygythiadau, awgrymiadau, sylwadau a jôcs neu ensyniadau. Gall hyn hefyd gynnwys blacmel rhywiol, 'pornograffi dial' ac unrhyw gamddefnydd o luniau personol a chignoeth o'r dysgwr sy'n cael ei dargedu. Pan fydd unrhyw rai o'r digwyddiadau hyn yn ymwneud â phobl ifanc o dan 18 oed yn unig, byddant yn cael eu hystyried fesul achos, a rhai yn cael eu trin fel mater diogelu a/neu droseddol.

Cysylltiedig â rhagfarn

Bwlio dysgwr neu grŵp o ddysgwyr oherwydd rhagfarn. Gallai hyn fod yn gysylltiedig â stereoteipiau neu ragdybiaethau am hunaniaeth. Mae bwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn yn cynnwys y Nodweddion Gwarchodedig sef oedran, anabledd, ailbennu rhywedd, beichiogrwydd a mamolaeth, hil, crefydd neu gred, rhyw a chyfeiriadedd rhywiol (adran 4 o Ddeddf Cydraddoldeb 2010). Gall rhagfarn hefyd ymestyn y tu hwnt i'r Nodweddion Gwarchodedig a gall arwain at fwlio am amrywiaeth o resymau eraill megis statws cymdeithasol ac ariannol a chefndir.

Sylwadau sarhaus a chellwair

Yn aml, bydd plant a phobl ifanc yn protestio trwy ddweud mai jôc neu gellwair oedd digwyddiad. Os bydd dau ffrind sydd â grym cyfartal yn cellweirio â'i gilydd yn aml, nid ystyrir hynny'n fwlio. Os bydd un dysgwr yn defnyddio'r hyn y mae'n honni sy'n gellwair i fychanu neu fygwth dysgwr arall sydd heb rym i atal hynny ac mae'r weithred honno yn codi ofn arno, mae'n debyg y bydd hynny'n croesi'r ffin rhwng cellwair a bwlio.

Bwlio a lles emosiynol a meddyliol

2.30 Mae'r dull ysgol gyfan yn ceisio cefnogi llesiant emosiynol a meddyliol da drwy gryfhau'r berthynas rhwng:

- athro a dysgwr

- staff addysgu
- uwch dîm arwain yr ysgol a staff ehangach yr ysgol
- yr ysgol a rhieni a gofalwyr
- yr ysgol a gweithwyr proffesiynol eraill sy'n gweithio gyda'r ysgol
- yr ysgol a'r gymuned ehangach sy'n amgylchynu'r ysgol

2.31 Caiff hyn ei gyflawni drwy ymgorffori llesiant da drwy addysgu yn ogystal â thrwy bob agwedd arall ar fywyd ysgol. Dylai ysgolion ddatblygu a gweithredu ethos sy'n gwerthfawrogi cynhwysiant, lle mae pawb yn gweithio gyda'i gilydd, gan gyfrannu eu sgiliau a'u hadnoddau unigol er budd pawb. Dylent greu amgylchedd cefnogol lle mae pobl ifanc yn cael eu hannog i gyflawni eu potensial personol ac academaidd, lle maent yn ffynnu, yn dysgu ac yn datblygu'n emosiynol, gyda chymorth athrawon sy'n gweithredu mewn diwylliant sydd hefyd yn gwerthfawrogi llesiant athrawon eu hunain.

2.32 Mae ysgolion a lleoliadau addysg eraill yn rhan o'r system dull ysgol gyfan o gymorth o amgylch plant, pobl ifanc a theuluoedd. Mae Fframwaith NYTH yn ategu Fframwaith y dull ysgol gyfan, ac yn anelu at greu iaith gyffredin a dealltwriaeth o sut i gefnogi iechyd meddwl a llesiant meddyliol babanod, plant a phobl ifanc. Mae'n dod ag iechyd, gofal cymdeithasol, addysg a'r trydydd sector at ei gilydd mewn partneriaeth i roi NYTH (acronym am Nerth, Ymddiried, Tyfu'n ddiogel a Hybu) o gymorth sy'n amgylchynu plant a'u teuluoedd, gan greu dull system gyfan o ymdrin ag iechyd meddwl a llesiant meddyliol sy'n ystyried pob agwedd ar fywyd y plentyn, gan gynnwys y pethau ehangach sy'n pennu iechyd meddwl a llesiant meddyliol. Llesiant ar draws addysg yw un o'i egwyddorion craidd.

2.33 Mae Fframwaith y dull ysgol gyfan a Fframwaith NYTH yn cynnig arweiniad ategol i gefnogi iechyd meddwl a llesiant emosiynol plant a phobl ifanc ar draws lleoliadau addysg, iechyd a gofal cymdeithasol. Dull ysgol gyfan yw'r dull a ddefnyddir i roi egwyddorion NYTH ar waith mewn ysgolion. Gyda'i gilydd, mae'r fframweithiau hyn yn cynnig dull cyfannol o ymdrin ag iechyd meddwl a llesiant meddyliol plant, gan hyrwyddo eglurder, cydweithredu a chysondeb o ran arferion ar draws pob sector. Felly, mae'n bwysig bod holl staff yr ysgol yn gwybod am y dull ysgol gyfan a'r camau sy'n cael eu cymryd gan eu hysgol i wella iechyd meddwl a llesiant meddyliol eu dysgwyr a nhw eu hunain. Dylai staff ysgol sydd â chyfrifoldeb dros gysylltu ag asiantaethau allanol, er enghraifft, Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a Phobl Ifanc (CAMHS) neu elusennau sy'n gweithio gyda'r ysgol, rannu eu dealltwriaeth o fframwaith NYTH.

2.34 Mae Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant Meddyliol ddrafft Llywodraeth Cymru, i'w chyhoeddi haf 2025, yn cydnabod bod addysg yn rhan hanfodol o'r system gysylltiedig wrth ystyried anghenion iechyd meddwl a llesiant meddyliol plant a phobl ifanc. Wrth gynnal ymgynghoriad ar y strategaeth ddrafft dywedodd plant a phobl ifanc wrthym ei bod yn bwysig bod ysgolion yn rhan o ddull aml-sector ac amlasiantaethol o ymdrin ag iechyd meddwl a llesiant meddyliol. Siaradodd pobl ifanc yn angerddol am sut y gall amgylchedd yr ysgol (ac yn benodol, eu hathrawon) helpu a chefnogi eu hiechyd meddwl a'u llesiant meddyliol, ac am y niwed sy'n gallu cael ei achosi trwy fwlio, straen arholiadau, a nodweddion eraill amgylchedd yr ysgol (a'r system addysg yn ehangach). Nododd pobl ifanc yn gyson bod bwlio yn fygythiad sylweddol i'w hiechyd meddwl a'u llesiant meddyliol.

Roedd hyn yn cynnwys bwlio ar-lein, a'r angen am fwy o gymorth ac amddiffyniad i bobl ifanc ar-lein.

Bwlio a diogelu

2.35 Gall rhai achosion o fwlio fod yn fater diogelu neu efallai bydd angen i'r heddlu ymyrryd. Dylid mynd i'r afael ag achos o fwlio fel mater amddiffyn plant o dan Ddeddf Plant 1989 pan fo 'achos rhesymol i amau bod plentyn (neu berson ifanc) yn dioddef, neu'n debygol o ddioddef, niwed sylweddol'. Yn yr achos hwnnw, bydd yn rhaid i'r ysgol hysbysu adran gwasanaethau cymdeithasol yr awdurdod lleol am eu pryderon.

Beth sydd ddim yn fwlio?

2.36 Er eu bod yn annerbyniol, nid yw rhai mathau o ymddygiad yn cael eu hystyried yn fwlio. Dylid ymdrin â'r achosion, os yw'n briodol, yn unol â pholisi ymddygiad yr ysgol i atal y posibilrwydd y gwnaiff digwyddiad waethygu a datblygu yn achos o fwlio.

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

Cweryl rhwng ffrindiau

Nid yw'n cael ei ystyried yn fwlio fel arfer. Fodd bynnag, gall ffrae rhwng ffrindiau waethygu a datblygu i fod yn achos o fwlio oherwydd y ffaith bod gan gyn-ffrindiau wybodaeth fanwl am ofnau a theimladau ansicr 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

Nid ystyrir hyn yn fwlio. Dylid mynd i'r afael â hyn yn unol â pholisi ymddygiad yr ysgol, oni bydd yn rhan o batrwm o ymddygiad sy'n awgrymu bod unigolyn arall yn cael ei dargedu yn fwriadol

Ffrae neu anghytundeb rhwng dau blentyn neu ddau berson ifanc

Nid ystyrir hyn yn fwlio fel arfer. Fodd bynnag, efallai bydd angen cymorth arnynt i ddysgu parchu safbwyntiau pobl eraill

Ymosodiad corfforol sy'n digwydd unwaith

Dylai gael ei atal a dylid mynd i'r afael â'r ymosodiad yn syth. Efallai y bydd yn briodol hefyd i'r heddlu ymyrryd mewn achosion o ymosodiadau corfforol

Trosedd gasineb sy'n digwydd unwaith

Os na chaiff yr ymddygiad hwn ei ailadrodd, ni fyddai fel arfer yn cael ei ystyried yn fwlio, ond byddai'n ymddygiad troseddol. Byddai angen mynd i'r afael â'r digwyddiad yn unol â pholisi ymddygiad a pholisïau perthnasol eraill yr ysgol, megis polisi 'Atal' yr ysgol. Pe bai hynny'n ofynnol, dylai'r ysgol ofyn i'r heddlu ymyrryd.

2.38 Mae'r enghreifftiau hyn yn dangos bod angen i ysgolion fynd i'r afael â phob digwyddiad y byddant yn cael ei hysbysu amdano a'i gofnodi. Dylai hyn ddatgelu unrhyw ddigwyddiadau sydd wedi'u cofnodi'n flaenorol ac yn caniatáu i asesiad ystyriol gael ei

wneud. Mae rhagor o wybodaeth ynghylch rhoi gwybod am ddigwyddiadau a'u cofnodi a'u monitro ar gael yn adran 11 o'r canllawiau hyn.

2.39 Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl y caiff pob achos o gasineb ei gofnodi'n gywir i alluogi ysgolion i fonitro patrymau ac atal gwahaniaethu. Bydd awdurdodau lleol yn monitro digwyddiadau casineb yn rheolaidd ac efallai y byddant yn ei gwneud yn ofynnol i ysgolion roi gwybod am y rhain i ddangos tystiolaeth o sut maent yn cydymffurfio â Dyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010.

Pa gymhellion sy'n sail i achosion o fwlio?

2.40 Gall plant a phobl ifanc sy'n bwlio gael eu cymell i wneud hynny oherwydd nifer o resymau. Efallai fod ganddynt ragfarnau yn erbyn grwpiau penodol yn y gymdeithas ehangach. Efallai fod y safbwyntiau rhagfarnllyd hyn wedi'u dylanwadu gan amrywiaeth o ffactorau, yn cynnwys y dylanwadau hyn: y cyfryngau, gwerthoedd y gymuned a/neu'r teulu, neu brofiad personol blaenorol. Gall cymhellion tramgwyddwyr hefyd gynnwys awydd i wneud y canlynol:

- sicrhau grym, balchder a phoblogrwydd
- perthyn i grŵp dethol cryf sydd ag ymdeimlad cryf o hunaniaeth a hunan-barch
- osgoi bod yn Darged bwlio eu hunain
- gwneud iawn am achosion o sarhad y maent hwy eu hunain wedi'u dioddef yn y gorffennol.

2.41 Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl y bydd ysgolion yn ystyried cymhellion wrth weithio gyda phlant a phobl ifanc sy'n bwlio eraill. Bydd hyn yn helpu i ddeall a mynd i'r afael ag achos sylfaenol yr ymddygiad annerbyniol a helpu i newid hynny, a thrwy hynny leihau achosion pellach o fwlio.

2.42 Gall bwlio adlewyrchu agweddau teuluoedd, sy'n bodoli yn y gymdeithas neu'n cael eu mynegi yn y cyfryngau. Weithiau, bydd ysgolion yn canfod bod angen iddynt herio'r agweddau hyn yng nghymuned ehangach yr ysgol y tu hwnt i'r achos unigol o fwlio sy'n cael ei gyflwyno yn yr ysgol.

2. **Bwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn**

Rhagfarn yn ei gyd-destun

3.1 Bydd achosion o fwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn yn aml yn cynnwys neu'n mynegi syniadau, stereoteipiau a rhagfarnau yn ymwneud â gwahaniaethu ac anghydraddoldeb sy'n bodoli ar y pryd yn y gymdeithas ehangach. Mae'r syniadau a'r agweddau hyn yn cynnwys gelyniaeth tuag at bobl sydd â nodweddion gwarchodedig megis dysgwyr anabl (gall hynny gynnwys y rhai sydd ag anghenion dysgu ychwanegol), dysgwyr y mae eu hethnigrwydd, hil, golwg, cefndir crefyddol neu rywedd yn wahanol i dramgwyddwyr yr ymddygiad rhagfarnllyd. Gall hefyd gynnwys dysgwyr sy'n lesbiaidd, hoyw neu ddeurywiol; neu rai sy'n cwestiynu eu rhywedd, eu rhywioldeb neu sy'n drawsryweddol. Mae ymddygiad sy'n gysylltiedig â rhagfarn hefyd yn ymestyn y tu hwnt i'r nodweddion gwarchodedig i resymau eraill fel statws cymdeithasol a chefndir.

3.2 Ceir llawer o enghreifftiau o ymddygiad sy'n gysylltiedig â rhagfarn. Gallai rhai o'r rhain gynnwys:

- stigmateiddio dysgwr anabl neu ddysgwr ag anghenion dysgu ychwanegol
- defnyddio iaith homoffobig, deuffobig, trawsffobig, rhywiaethol neu hiliol
- mynd ati'n fwriadol i geisio tynnu unrhyw ddillad crefyddol, megis hijab, kippah, twrban, cap neu orchudd
- defnyddio sylwadau rhywiaethol, cyffwrdd digroeso neu dynnu lluniau heb ganiatâd
- gwneud sylwadau am olwg rhywun, megis ei bwysau neu liw ei wallt

Dylid herio pob math o ragfarn yn unol â'ch polisi gwrthfwlio a'u hystyried fesul achos – a dylai rhai gael eu trin fel mater diogelu a/neu droseddol.

3.3 Mae rhai nodweddion elfennol penodol yn gyffredin i bob math o ymddygiad sy'n gysylltiedig â rhagfarn yn erbyn nodweddion gwarchodedig. Felly, bydd yr un egwyddorion sylfaenol yn berthnasol wrth fynd ati i'w hatal a'u herio. Nid oes unrhyw un o'r nodweddion gwarchodedig yn llai pwysig nag unrhyw un o'r gweddill. Weithiau, efallai bydd gan unigolion fwy nag un nodwedd warchodedig, ac efallai y byddant yn dioddef ymddygiad sy'n gysylltiedig â rhagfarn oherwydd nifer o resymau.

3.4 Mae unrhyw fath o ymddygiad sy'n gysylltiedig â rhagfarn yn annerbyniol a gellid ei ystyried yn achos o drosedd gasineb, neu gallai ddatblygu yn achos o'r fath. Os yw'r weithred yn ddigwyddiad unigol ac nad yw'n cael ei ailadrodd, nid yw'r digwyddiad fel arfer yn cael ei ystyried yn fwlio. Ond nid yw hyn yn golygu na ddylid mynd i'r afael â'r digwyddiad. Dylid herio pob math o ragfarn yn eich ysgol gan ddefnyddio'r polisi mwyaf priodol.

3.5 Pan fydd ymddygiad sy'n gysylltiedig â rhagfarn yn cael ei ailadrodd gan dramgwyddwr, p'un ai a fydd hynny'n cael ei gyfeirio at un unigolyn neu at grŵp o ddysgwyr, bydd hynny'n cael ei ystyried yn fwlio. Mae termau eraill sy'n cael eu defnyddio'n gyffredin yn y gymdeithas i ddisgrifio bwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn yn cynnwys: 'bwlio sy'n ymwneud â hunaniaeth'; 'bwlio gwahaniaethol'; 'bwlio sy'n gysylltiedig â chasineb'; neu 'fwlio sy'n seiliedig ar anghydraddoldeb'.

3.6 Dylai ysgolion asesu poblogaethau lleol a phoblogaethau'r ysgol am unrhyw newidiadau diweddar a chyflym i sicrhau bod y ffocws priodol i'w dulliau o atal bwlio. Dylid ystyried y dysgwyr canlynol yn ofalus yng nghyd-destun strategaeth atal bwlio ysgol: -

- dysgwyr anabl
- dysgwyr lesbiaidd, hoyw, deurywiol, trawsryweddol (traws) a chwiar neu bobl sy'n cwestiynu (LHDTC+)
- dysgwyr o grwpiau ethnig leiafrifol
- dysgwyr o gefndir crefyddol
- y rhai sy'n newydd i systemau addysgol Cymraeg neu Saesneg (NEWBES). (defnyddir y term dysgwr newydd gyrraedd i ddisgrifio plant, yn aml o gefndiroedd ethnig leiafrifol, nad Saesneg na Cymraeg yw eu hiaith gartref).
- dysgwyr ag anawsterau iechyd a llesiant emosiynol
- dysgwyr ag anghenion dysgu ychwanegol (ADY)

Mathau penodol o fwlio sy'n gysylltiedig â nodweddion gwarchodedig

3.7 Ceir mathau penodol o fwlio sy'n gysylltiedig â nodweddion gwarchodedig. Yn gyffredinol, gellir categoreiddio'r rhain yn ôl y grwpiau canlynol:

- Bwlio sy'n gysylltiedig ag oedran
- Bwlio sy'n ymwneud â dysgwyr anabl, a gall hynny gynnwys dysgwyr ag anghenion dysgu ychwanegol
- Bwlio homoffobig, deuffobig a/neu drawsffobig
- Bwlio sy'n gysylltiedig â hil, crefydd a/neu ddiwylliant
- Bwlio rhywiaethol a/neu rywiol.

Bwlio sy'n ymwneud â dysgwyr anabl a/neu ddysgwyr ag anghenion dysgu ychwanegol

Diffinio anabledd ac anghenion dysgu ychwanegol

3.8 Gweler yr adran 'Termau a ddefnyddir yn y ddogfen hon' yn gynt yn y canllawiau hyn ar gyfer y diffiniadau. Dylid nodi y bydd rhai plant a phobl ifanc sy'n dod o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010 ond nid Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018 ac i'r gwrthwyneb, ond mae'n debygol y bydd nifer sylweddol o blant a phobl ifanc yn cael eu cynnwys gan y ddwy ddeddf hyn.

Materion allweddol ar gyfer dysgwyr anabl a/neu ddysgwyr ag ADY sy'n profi bwlio.

3.9 Mae adroddiadau gan Mencap a'r Anti-Bullying Alliance yn dangos bod plant a phobl ifanc anabl a/neu ddysgwyr ag ADY yn fwy tebygol o brofi bwlio na'u cyfoedion. Canfu astudiaeth gan y Sefydliad Addysg yn 2014 fod plentyn saith oed ag ADY ddwywaith yn fwy tebygol o gael ei fwlio na phlentyn heb ADY, hyd yn oed ar ôl rheoli ffactorau eraill a allai ddylanwadu ar y tebygolrwydd y caiff plentyn ei fwlio. Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion fynd ati'n rhagweithiol i atal y duedd hon.

3.10 Gall dysgwyr anabl a/neu ddysgwyr ag ADY a dysgwyr byddar sy'n defnyddio Iaith Arwyddion Prydain fod yn fwy agored i fwlio oherwydd:

- agweddau negyddol tuag at blant anabl neu blant ag anabledd dysgu
- diffyg dealltwriaeth o wahanol amhariadau a chyflyrau

- efallai na fyddant yn sylweddoli eu bod yn cael eu bwlio, ac felly na fyddant yn rhoi gwybod am y peth
- efallai eu bod yn gwneud gwaith gwahanol neu’n cael cymorth ychwanegol yn yr ysgol
- efallai eu bod yn fwy unig nag eraill oherwydd eu hamhariad neu eu cyflwr oherwydd agweddau, diwylliant a rhwystrau
- efallai ei bod hi’n anoddach iddynt wneud ffrindiau o ganlyniad i agweddau, diwylliant a rhwystrau
- efallai eu bod yn cyfathrebu, yn rhyngweithio ac yn deall y byd mewn gwahanol ffyrdd
- efallai y byddant yn profi llawer o newidiadau; er enghraifft, treulio cyfnodau mewn gwahanol leoliadau, gyda gwahanol weithwyr proffesiynol, symud o ysgol brif ffrwd i ysgol arbennig, neu dreulio cyfnodau o amser yn cael cymorth meddygol.

3.11 Efallai y bydd dysgwyr anabl a/neu ddysgwyr ag ADY a dysgwyr byddar sy’n defnyddio Iaith Arwyddion Prydain yn wynebu risg uwch o gael eu bwlio oherwydd agweddau, diwylliant a rhwystrau. Yn ogystal â pheri gofid iddynt, gall bwlio ynysu dysgwyr ymhellach, cael effaith ar eu llesiant, a rhwystro eu datblygiad cymdeithasol ac addysgol.

3.12 Gall unrhyw un o’r mathau traddodiadol o fwlio gael ei ddefnyddio i fwlio dysgwyr anabl a/neu'r rhai ag ADY a dysgwyr byddar sy’n defnyddio Iaith Arwyddion Prydain.

Cyfeillgarwch amodol

Yn yr achosion hyn, bydd grŵp yn caniatáu i darged gredu ei fod wedi cael ei dderbyn yn rhan o’r grŵp o gyfeillion. Fodd bynnag, efallai bydd y grŵp yn defnyddio’r targed neu’n pennu amod i ganiatáu iddo fod yn rhan o’r grŵp. Gallent hyd yn oed wneud y targed yn destun eu jôcs, ei ddefnyddio i fynd ar negeseuon neu hyd yn oed ei orfodi i gyfranogi mewn gweithgareddau troseddol iddynt.

Ecsbloetiol

Yn yr achosion hyn, bydd y bwlio’n digwydd trwy fynd ati’n fwriadol i orfodi’r targed i brofi rhywbeth na all ei oddef. Er enghraifft, os yw targed yn neilltuol o sensitif i synau neu arogleuon, ac os bydd y tramgwyddwr yn gwneud synau uchel i'w ddychryn dro ar ôl tro, neu'n taenu bwyd dros ei waith, gallai hynny fod yn fwlio ecsbloetiol. Y nod yn y pen draw yw achosi helynt i’r plentyn neu’r person ifanc sy’n darged oherwydd bydd y straen a brofir ganddo yn cynyddu, ac yn y pen draw, bydd yn cael ffrwydrad o ddicter a/neu yn dial.

Ystrywgar

Yn yr achosion hyn, bydd y tramgwyddwr yn dylanwadu’n gyfrwys ar y targed, ac efallai na fydd y targed yn sylweddoli beth sy’n digwydd i ddechrau. Efallai y bydd yn credu bod y plentyn neu’r person ifanc arall neu’r grŵp o blant neu bobl ifanc yn ei hoffi a’u bod yn ffrindiau. Fodd bynnag, gallai’r tramgwyddwr gamarwain y targed i fod yn rhan o gydberthynas ag eraill sy’n ei beryglu’n sylweddol, a gallai'r bwlio fod yn rheolaethol iawn.

Gweithredu cadarnhaol

3.13 Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion ymateb i fwlio mewn modd cyfannol, ac ar yr un pryd, ystyried anghenion ac amgylchiadau unigol dysgwyr anabl a/neu ddysgwyr ag ADY. O dan Ddyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus, mae gan ysgolion gyfrifoldeb hefyd i sicrhau bod camau priodol ac effeithiol yn cael eu cymryd i ddileu neu leihau anfanteision y mae dysgwyr yn eu hwynebu oherwydd eu hanableddau neu eu hanghenion dysgu ychwanegol.

3.14 Mae'n bwysig cofio nad yw pob dysgwr anabl a/neu'r rhai ag ADY yn cael eu bwlio.

Y Model Cymdeithasol o Anabledd

3.15 Yn 2002 mabwysiadodd Llywodraeth Cynulliad Cymru y Model Cymdeithasol o Anabledd fel sail i’w gwaith ar anabledd yng Nghymru. Mae'n ei gwneud yn ofynnol i’n cymdeithas gael gwared ar y rhwystrau sy'n ei hatal rhag hyrwyddo tegwch i bobl anabl.

3.16 Mae'r Model Cymdeithasol o Anabledd yn cynnig persbectif gwahanol ar anabledd gan nodi:

. . . bod anabledd yn cael ei achosi gan y ffordd y mae cymdeithas yn cael ei threfnu, yn hytrach na chan amhariad neu wahaniaeth unigolyn. Mae'r model cymdeithasol o anabledd yn edrych ar ffyrdd o gael gwared ar rwystrau sy'n cyfyngu ar ddewisiadau bywyd i bobl ag amhariadau neu wahaniaethau. Pan fydd rhwystrau’n cael eu dileu, gall pobl anabl fod yn annibynnol ac yn gyfartal yn y gymdeithas, a bydd ganddynt ddewis a rheolaeth dros eu bywydau eu hunain.

3.17 Mae'r Model Cymdeithasol o Anabledd yn nodi'r gwahaniaeth pwysig rhwng amhariad ac anabledd. Mae’n cydnabod bod pobl ag amhariadau yn cael eu hanablu gan rwystrau sy’n bodoli’n gyffredin mewn cymdeithas.

3.18 Nid methu cerdded sy’n atal unigolyn rhag mynd i mewn i adeilad heb gymorth, ond bodolaeth grisiau sy’n anhygyrch i ddefnyddiwr cadair olwyn. Caiff anabledd ei greu gan gymdeithas ac mae’r Model Cymdeithasol o Anabledd yn ei gwneud yn ofynnol i gymdeithas gael gwared ar bob rhwystr i sicrhau cydraddoldeb i bawb.

3.19 Mewn ysgolion, mae cael gwared ar rwystrau i ddysgwyr anabl a datblygu amgylchedd gwirioneddol gynhwysol yn elfen allweddol o gynllun effeithiol i sicrhau cydraddoldeb i ddysgwyr anabl a pholisi gwrthfwlio effeithiol.

3.20 Sefydlwyd Tasglu Hawliau Pobl Anabl mewn ymateb uniongyrchol i'r adroddiad Drws ar Glo: Datgloi Bywydau a Hawliau Pobl Anabl yng Nghymru ar ôl COVID-19. Ei bwrpas oedd dod ag aelodau ynghyd i fynd i'r afael â'r annhegwch a'r rhwystrau sy'n effeithio ar fywydau llawer o bobl anabl, ac a nodwyd yn adroddiad Drws ar Glo. Roedd yn darparu goruchwyliaeth strategol ar gyfer deng gweithgor, pob un dan arweiniad unigolion anabl, sef:

- Gwreiddio a Deall y Model Cymdeithasol o Anabledd (ledled Cymru)
- Byw'n Annibynnol: Iechyd
- Cyflogaeth ac Incwm
- Plant a phobl ifanc
- Mynediad at Gyfiawnder

- Mynediad at Wasanaethau (gan gynnwys Cyfathrebu a Thechnoleg)
- Byw'n Annibynnol: Gofal Cymdeithasol
- Teithio
- Tai Fforddiadwy a Hygyrch
- Lles (fel gweithdy)

3.21 Gan weithio'n unol ag egwyddorion y Model Cymdeithasol o Anabledd, datblygodd y Tasglu argymhellion ar y cyd â mwy na 350 o randdeiliaid allanol, gan gynnwys plant a phobl ifanc, rhieni a gofalwyr, a nifer fach o ysgolion. Bydd y Cynllun Gweithredu Hawliau Pobl Anabl yn nodi'r camau gweithredu a'r canlyniadau tymor hwy sydd eu hangen i greu newid cadarnhaol i bob plentyn ac oedolyn anabl yng Nghymru.

3.22 Nododd gweithgor Plant a Phobl Ifanc yr angen i fynd i'r afael â phrofiadau plant anabl o fwlio ac ableddiaeth i greu amgylchedd mwy cynhwysol. Gall bwlio gael effeithiau dinistriol ar hunan-barch ac iechyd meddwl plentyn. Mae mynd i'r afael ag ableddiaeth – y gwahaniaethu a'r rhagfarn gymdeithasol yn erbyn plant ac oedolion anabl – yn hanfodol i feithrin diwylliant o barch, cynhwysiant a chyfranogiad.

Bwlio homoffobig, deuffobig a thrawsffobig

3.23 Mae bwlio homoffobig a deuffobig yn fathau penodol o fwlio sy’n cael ei gymell gan ragfarn yn erbyn pobl lesbiaidd, hoyw a deurywiol. Gall unrhyw ddysgwr brofi bwlio homoffobig a deuffobig. Nid gweithredoedd penodol yw'r hyn sy'n ei nodweddu, ond yr agweddau a'r credoau negyddol ynghylch pobl lesbiaidd, hoyw a deurywiol sy’n sail iddynt.

3.24 Mae bwlio trawsffobig yn fath penodol o fwlio sy’n cael ei gymell gan ragfarn yn erbyn pobl draws. Gall unrhyw ddysgwr brofi bwlio trawsffobig, gan gynnwys dysgwyr cisryweddol. Nid gweithredoedd penodol yw'r hyn sy'n ei nodweddu, ond yr agweddau a'r credoau negyddol ynghylch pobl draws sy’n sail iddynt.

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion ymgorffori gwaith gwrthfwlio yng nghyd-destun ehangach ffordd o weithio sy'n canolbwyntio ar gydraddoldeb a chyfiawnder cymdeithasol, er mwyn sicrhau cydberthynas barchus ac iach ag eraill ac atal trais fel rhan o ddull ysgol gyfan o ddathlu gwahaniaeth, gan gynnwys ymgorffori materion LHDTC+ ar draws y cwricwlwm mewn ysgolion a gynhelir. Mae’n orfodol i Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb fod yn LHDTC+ gynhwysol i bob plentyn a pherson ifanc yng Nghymru.

3.25 Bod yn ystyriol wrth rannu gwybodaeth. Fel sy'n wir am unrhyw fath o fwlio neu aflonyddu, bydd angen i ymarferwyr ystyried rhannu gwybodaeth yn ofalus a dim ond rhannu gwybodaeth â rhieni a gofalwyr pan fo angen. Y rheswm am hynny yw efallai na fydd plant a phobl ifanc yn rhoi gwybod am fwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn os credant y bydd hynny'n arwain yn awtomatig at gynnwys eu rhiant neu eu gofalwr. Gall pobl ifanc fod yn arbennig o bryderus am hynny mewn perthynas ag unrhyw fwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn. Weithiau mae hynny er mwyn amddiffyn rhieni neu ofalwyr, yn enwedig os ydyn nhw neu aelodau o'r teulu hefyd wedi bod yn destun rhagfarn yn y gorffennol. Mewn achosion o fwlio homoffobig, deuffobig neu drawsffobig, neu pan fo bwlio'n canolbwyntio ar agwedd ar hunaniaeth LHDTC+ person ifanc, efallai y bydd gan y person ifanc bryderon ynghylch sut y bydd ei riant/gofalwr yn ymateb. Gall hyn fod yn wir p'un a yw'r person ifanc yn LHDTC+ ai peidio, ond gall hyn fod yn arbennig o berthnasol pan nad yw person ifanc eisiau datgelu ei rywioldeb i'w rieni neu ei ofalwyr. Felly, mae angen i ymarferwyr fod yn

ofalus a sensitif o ran sut maent yn rhannu gwybodaeth â rhieni a gofalwyr mewn perthynas â bwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn.

3.26 Gall unrhyw ddysgwr wynebu achos o fwlio trawsffobig, gan gynnwys dysgwyr cisryweddol. Weithiau, gall dysgwyr nad ydynt yn cydymffurfio o ran eu rhywedd wynebu achosion o fwlio trawsffobig. Gall dysgwyr hefyd wynebu achosion o fwlio trawsffobig os bydd aelod o'u teulu neu ffrind yn unigolyn traws neu anneuaidd.

3.27 Mae dysgwyr traws a dysgwyr anneuaidd yng Nghymru yn fwy tebygol o gael eu bwlio na dysgwyr eraill yng Nghymru. Ni fydd pob achos o fwlio y bydd dysgwyr traws yn ei wynebu o reidrwydd yn gysylltiedig â rhagfarn, ond mae data Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion 2021 yn dangos bod dysgwyr traws neu sy'n nodi nad yw bachgen na merch yn eu disgrifio yn fwy tebygol o brofi bwlio.

Sylwadau sarhaus homoffobig, deuffobig a thrawsffobig a ddefnyddir yn lle sylwadau sarhaus eraill neu a ddefnyddir yn anuniongyrchol

3.28 Mewn ysgolion lle mae dysgwyr yn credu na chânt eu herio pan fyddant yn defnyddio sylwadau sarhaus a/neu weithredoedd homoffobig, deuffobig a/neu drawsffobig, mae'n bosibl 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. Gall y sylwadau sarhaus homoffobig, deuffobig a/neu drawsffobig gael eu defnyddio yn lle'r iaith a/neu'r gweithredoedd y maent yn gwybod y byddent yn debygol o gael eu herio am eu defnyddio, megis sylwadau sarhaus hiliol. Gellir arsylwi'r ymddygiad hwn trwy gyfrwng cofnodion o ddigwyddiadau neu arolygon dysgwyr, er enghraifft os bydd dysgwyr ag ADY yn rhoi gwybod am nifer uwch na'r cyfartaledd o ddigwyddiadau bwlio homoffobig, deuffobig a/neu drawsffobig.

3.29 Mewn ysgolion, gall iaith a gweithredoedd homoffobig, deuffobig a thrawsffobig amrywio'n sylweddol iawn, a gellir eu defnyddio'n uniongyrchol neu'n anuniongyrchol er mwyn:

- gwawdio neu ddifrïo rhywun sy'n cael ei ystyried yn israddol neu'n hurt
- sarhau dysgwr sydd â rhiant/gofalwr neu berthynas sy'n lesbiad, yn hoyw neu'n ddeurywiol
- defnyddio cyfeiriadedd rhywiol i bardduo gweithredoedd rhywun arall
- awgrymu bod rhywbeth yn annerbyniol
- codi ofn ar rywun neu wneud i rywun deimlo'n anghyfforddus trwy daflu ensyniadau
- tanseilio a bwlio dysgwyr trwy awgrymu eu bod yn lesbiaid, yn hoyw neu'n ddeurywiol, gan gynnwys lledaenu sïon a chlecs maleisus
- bwlio dysgwr gwrywaidd yr ystyrir ei fod yn ferchetaidd neu ddysgwr benywaidd yr ystyrir ei bod yn wrywaidd
- bychanu dysgwr sydd â ffrind neu berthynas nad yw'n cydymffurfio o ran rhywedd
- awgrymu bod amrywiant o ran rhywedd yn annerbyniol
- bwlio targed yr ystyrir bod ei rywedd yn rhyweddhylifol.

Mae'r deunydd yn yr adran hon wedi'i addasu gyda chaniatâd y cyhoeddwyr o 'That's So Gay! Herio Bwlio Homoffobig' Gan Jonathan Charlesworth.

Gweithredu cadarnhaol

3.30 Mae angen bod yn sensitif iawn wrth ymateb i achosion o fwlio homoffobig, deuffobig a thrawsffobig. Gall teulu'r targed ymateb mewn ffyrdd sy'n peri rhagor o drallod i'r plentyn neu'r person ifanc oherwydd pwysau'r gymuned, safbwyntiau homoffobig, deuffobig a/neu drawsffobig, neu efallai oherwydd nad ydynt yn ymwybodol o gyfeiriadedd rhywiol eu plentyn.

3.31 Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion weithio gyda theuluoedd i sicrhau bod y cymorth priodol, ar yr adeg briodol, yn cael ei ddarparu i'r dysgwr i sicrhau'r canlyniadau gorau i'r plentyn neu'r person ifanc hwnnw. O dan Ddyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus, mae rhwymedigaeth ar ysgolion hefyd i sicrhau y caiff camau priodol ac effeithiol eu cymryd i ddileu neu leihau anfanteision y mae dysgwyr yn eu hwynebu oherwydd eu nodweddion gwarchodedig.

Bwlio ar sail rhywedd a bwlio rhywiaethol

3.32 Mae bwlio ar sail rhywedd yn seiliedig ar agweddau a fynegir yn rheolaidd mewn ffyrdd sy'n diraddio, yn bygylu a/neu'n niweidio person arall oherwydd ei rywedd. Gall bwlio ar sail rhywedd fod yn gorfforol, yn eiriol neu'n seicolegol. Gall plant a phobl ifanc a ystyrir gan eraill fel rhai nad ydynt yn cydymffurfio â'r prif rolau rhywedd neu'r stereoteipiau gael eu targedu gan y math hwn o fwlio. Gall dysgwyr o unrhyw rywedd ei brofi.

Gall stereoteipiau rhywedd wneud i ddysgwyr deimlo eu bod yn gorfod ymddangos fel eu bod yn cydymffurfio â disgwyliadau cymdeithas a mabwysiadu ymddygiadau er mwyn gwneud hynny, ac ymddwyn mewn ffordd a ystyrir yn 'wrywaidd' neu'n 'fenywaidd'. Gall hyn gyfrannu at fwlio ar sail rhywedd, lle caiff dysgwyr eu bwlio os nad ydynt yn cydymffurfio â'r disgwyliadau.

3.33 Yn 2015, canfu Girlguiding UK fod 75% o ferched a menywod ifanc yn dweud bod pryder ynghylch y posibilrwydd o brofi aflonyddu rhywiol yn effeithio ar eu bywydau mewn rhyw ffordd neu'i gilydd. Canfu'r un arolwg fod 90% o ferched ifanc 13–21 oed yn cytuno y dylai Llywodraeth y DU sicrhau bod pob ysgol yn mynd i'r afael ag aflonyddu rhywiol a bwlio mewn ysgolion. Ar 24 Ionawr 2024, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru gynllun gweithredu ar aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion mewn lleoliadau addysg, i atal digwyddiadau ac ymateb iddynt.

3.34 Mae bwlio rhywiaethol yn seiliedig ar agweddau rhywiaethol a fynegir dro ar ôl tro mewn ffyrdd sy'n diraddio, yn dychryn a/neu'n niweidio rhywun arall oherwydd eu rhyw neu rywedd. Caiff ei nodweddu ar brydiau gan ymddygiadau rhywiol amhriodol dro ar ôl tro gan gynnwys aflonyddu, byseddu, 'uwchsbecian' a 'lawrsbecian', a defnyddio iaith rywiaethol waradwyddus. Mewn achosion prin, gall trais gael ei ddefnyddio.

3.35 Gall bwlio rhywiol fod yn gorfforol, yn eiriol neu'n seicolegol. Gall y mathau o ymddygiad gynnwys sylwadau rhywiol awgrymog neu ensyniadau gan gynnwys sylwadau sarhaus am enw da rhywun o safbwynt rhywiol neu ddefnyddio iaith rywiol sydd wedi'i chynllunio i israddio, bychanu neu ddychryn rhywun. Gall gynnwys rhannu delweddau cignoeth ar-lein (gan nifer o bobl ar brydiau), gorfodaeth neu gyffwrdd rhywiol digroeso.

3.36 Yn aml iawn, bydd agweddau rhywiaethol neu stereoteipiau o ran rhywedd yn sail iddo hefyd. Mae bwlio rhywiol ac aflonyddu rhywiol yn dermau a ddefnyddir yn gyfnewidiol yn aml mewn ysgolion a chaiff bwlio rhywiol ei ystyried yn aml yn fath o aflonyddu rhywiol. P’un ai a fydd digwyddiad yn cael ei ystyried yn fwlio rhywiol neu’n aflonyddu rhywiol, dylai ysgolion fynd i’r afael â’r mater trwy gyfrwng eu polisi gwrthfwlio, eu polisi ymddygiad neu eu polisi diogelu (pa un bynnag sy’n cael ei ystyried yn fwyaf priodol). Gall bwlio rhywiol effeithio ar fechgyn a merched.

Bwlio sy’n targedu cydberthynas ag eraill

3.37 Mae bwlio sy’n targedu cydberthynas ag eraill yn fath cudd o ymosodedd (neu ymddygiad gelyniaethus) lle mae cyfoedion yn gwneud niwed i eraill trwy ddylanwadu ac amharu ar eu cydberthynas ag eraill yn fwriadol. Gallai'r gweithredoedd maleisus hyn fod yn anodd eu canfod oherwydd gall plentyn ymosod yn eiriol ar ei gyfoed ac esgus mai jôc oedd y cyfan.

Codi waliau (*Stonewalling*)

Y driniaeth dawel: Codi waliau neu'r driniaeth dawel yw pan fo pobl yn anwybyddu ei gilydd. Os yw dau blentyn yn ddig wrth blentyn arall, efallai y byddant yn dewis gwneud y pethau y maent fel arfer yn eu gwneud, gan anwybyddu'r plentyn arall yn llwyr.

Allgáu unigolion o'r grŵp

Hynny yw lle gall aelod unigol gael ei gau allan o gymryd rhan mewn grŵp ac o holl weithgareddau'r grŵp. Mae hyn ychydig yn wahanol i'r driniaeth dawel, oherwydd mae'n mynd gam ymhellach nag anwybyddu trwy sicrhau bod plentyn yn gwybod nad yw'n cael bod yn y grŵp.

Lledaenu sïon a chlecs

Yn aml, bydd plant yn dweud pethau am bobl eraill y tu ôl i'w cefnau, neu hyd yn oed yn waeth, o fewn eu clyw. Gall clywed pethau trwy glep a si ei gwneud yn hawdd i straeon gwir gael eu gwyrdroi a difetha enw da plant.

Gwawdio

Mae gwawdio yn fath arall o fwlio geiriol sy'n targedu cydberthynas ag eraill, ond mae'r hyn a ddywedir yn cael ei ddweud wrth wyneb person. Mae'r gwawdio'n parhau, ac yn ffynnu hyd yn oed yn wyneb trallod.

Gwneud cyfeillgarwch yn amodol

Yn aml gellir gweld enghreifftiau o hyn pan fydd yr ymadrodd, "Bydda i’n ffrind i ti, dim ond os..." yn cael ei ddefnyddio. Trwy wneud cyfeillgarwch yn amodol, mae'n gwneud plant yn or-ofalus o gwmpas eu ffrindiau; y rhai y dylen nhw fod yn teimlo'r mwyaf cyfforddus â nhw.

Gweithredu cadarnhaol

3.38 Mae merched a menywod ifanc yn cael eu niweidio amlaf gan fwlio rhywiaethol a rhywiol; ond gall bechgyn a dynion ifanc ddioddef bwlio a bychanu rhywiaethol a rhywiol hefyd. Er enghraifft, gan grŵp o ferched / menywod ifanc neu gyn-gariad. Pan fydd hyn yn digwydd, ni ddylai ysgolion drin yr achosion hyn yn wahanol neu’n llai difrifol na’r rhai sy’n ymwneud â merched a menywod ifanc.

3.39 Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion ystyried y gall pob dysgwr fod mewn perygl o fwlio rhywiol neu rywiaethol, yn enwedig pan fydd eraill yn credu nad ydynt yn cydymffurfio â'r prif rolau rhywedd neu'r stereoteipiau. O dan Ddyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus, mae rhwymedigaeth ar ysgolion hefyd i sicrhau bod camau priodol ac effeithiol yn cael eu cymryd i ddileu neu leihau anfanteision y mae dysgwyr yn eu hwynebu oherwydd eu nodweddion gwarchodedig.

3.40 Mae Llywodraeth Cymru wedi gweithio gydag amrywiaeth o randdeiliaid, gan gynnwys yr Heddlu, i gyhoeddi cynllun gweithredu aml-asiantaeth i fynd i'r afael ag aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion mewn lleoliadau addysg. Cyhoeddwyd y cynllun gweithredu Aflonyddu Rhywiol rhwng Cyfoedion am y tro cyntaf ar 24 Ionawr 2024. Mae'n cynnwys camau gweithredu penodol i fynd i'r afael â'r ymddygiadau digroeso sy'n cael eu profi'n rhy aml gan blant a phobl ifanc LHDTC+.

3.41 Mae'r cynllun gweithredu yn amlinellu'r camau a gymerwyd gan Lywodraeth Cymru a'i phartneriaid sy'n adlewyrchu'r gwahanol brofiadau o aflonyddu rhywiol ac anghenion gwahanol grwpiau, er enghraifft effaith nodweddion fel rhywioldeb, hunaniaeth rhywedd, hil, anabledd ac ethnigrwydd, yn ogystal â heriau croestoriadedd.

3.42 Bydd yn cael ei adolygu'n flynyddol ar ben-blwydd cyhoeddi'r cynllun gweithredu. Y tro diwethaf i Lywodraeth Cymru gomisiynu diweddariad ar gamau gweithredu'r cynllun aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion oedd ym mis Rhagfyr 2024.

3.43 Mae Estyn yn cynnal adolygiad thematig cenedlaethol o gydberthnasoedd iach mewn ysgolion. Bydd hwn yn cynnwys sylwadau ac argymhellion ar ddigonolrwydd adnoddau a hyfforddiant ar gyfer addysgu plant am gydberthnasoedd iach. Mae Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb (ACRh) yn thema drawsbynciol fandadol i bob dysgwr 3 i 16 oed yng Nghymru. Mae'r Cod ACRh yn nodi camau dysgu sy'n briodol i ddatblygiad y dysgwyr, ac mae hyn yn cynnwys dysgu am gydberthnasoedd iach, cadw'n ddiogel, ar-lein ac all-lein, a bod yn hyderus i godi materion gydag oedolion cyfrifol.

3.44 Themâu trawsbynciol ar gyfer cynllunio eich cwricwlwm – ar Hwb.

Bwlio sy'n gysylltiedig â hil, crefydd a diwylliant

3.45 Mae'r math hwn o fwlio yn disgrifio amrywiaeth o ymddygiad niweidiol, yn gorfforol ac yn seicolegol, sy'n gwneud i rywun deimlo'n ddigroeso, fod wedi'i wthio i'r cyrion, fod wedi'i gau allan, neu'n ddiymadferth oherwydd ei liw, ei ethnigrwydd, ei ddiwylliant, ei ffydd (yn cynnwys diffyg ffydd), ei darddiad cenedlaethol neu ei statws cenedlaethol. Ar ei ffurf fwyaf eithafol, gall hefyd arwain at radicaleiddio tramgwyddwr a/neu ddioddefwr (gweler paragraff 5.39 ar wrthderfysgaeth ac eithafiaeth).

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

3.47 Diffiniodd yr adroddiad hiliaeth fel ymddygiad neu eiriau neu arferion sy'n rhoi pobl dan anfantais neu'n rhoi mantais i bobl oherwydd eu lliw, eu diwylliant neu eu tarddiad ethnig. Roedd yn diffinio digwyddiad hiliol fel unrhyw ddigwyddiad sy'n cael ei ystyried yn hiliol gan y dioddefwr neu unrhyw berson arall.

Mathau o hiliaeth

3.48 Yn hanesyddol, mae'r term 'hiliaeth' wedi cael ei ddefnyddio mewn amgylchiadau pan gaiff lliw a golwg corfforol eu hystyried yn nodweddion arwyddocaol o wahaniaeth. Fodd bynnag, mae elfen ddiwylliannol wedi bodoli bron iawn bob amser hefyd.

3.49 Mae hiliaeth yn ymwneud â lliw croen yn parhau i fod yn gyffredin, ac mae'n rhaid i ysgolion barhau i fod yn wyliadwrus o hynny a'i herio. Ond ceir mathau o hiliaeth hefyd sy'n ymwneud yn bennaf â diwylliant, arferion, crefydd a threftadaeth. Mae'n rhaid i ysgolion fynd i'r afael â'r rhain hefyd a'u hatal.

3.50Dylai ysgolion ystyried, er enghraifft, y canlynol:

Rhagfarn yn erbyn Sipsiwn

Caiff Sipsiwn a Theithwyr eu targedu gan nifer o stereoteipiau camarweiniol a niweidiol, ac mae llawer ohonynt wedi'u gwreiddio'n ddwfn yn ymwybyddiaeth y cyhoedd yn y DU. Mae portreadau negyddol yn y cyfryngau yn gwneud y rhagfarn a brofir gan yr unigolion hyn yn waeth fyth. Awgrymwyd hyd yn oed bod gwahaniaethu tuag at Sipsiwn a Theithwyr yn parhau i fod yn 'rhywbeth a oddefir' yn y DU. Canlyniad yr amgylchedd hwn yw bod y dasg o ennill ymddiriedaeth plant a phobl ifanc o gefndiroedd Sipsiwn a Theithwyr yn anoddach ac yn fwy sensitif fyth.

Rhagfarn yn erbyn mudwyr

Mae'r traethu gwleidyddol a'r adroddiadau yn y cyfryngau ynghylch mewnfudo wedi gwaethygu tensiynau rhwng cymunedau ac wedi creu hinsawdd heriol i fudwyr yn y DU. Ceir tuedd i ddefnyddio iaith sy'n dad-ddyneiddio wrth drafod mewnfudo, er enghraifft geiriau megis 'heidio' a 'mewnlifo'. Yn aml iawn, caiff mudwyr eu portreadu fel bygythiad neu straen ar gyllid cyhoeddus, a chaiff eu cymhellion dros ymgartrefu yn y DU eu cwestiynu yn rheolaidd. Mae'n rhaid i ysgolion fod yn wyliadwrus o'r naratifau niweidiol hyn ac ystyried sut y gallai eu gweithredoedd feithrin cysylltiadau da a helpu i ddileu gwahaniaethu. Dylai ysgolion hefyd fod yn ymwybodol y gall plant a phobl ifanc sy'n ffoaduriaid neu'n ceisio lloches fod wedi cael profiadau trawmatig yn eu gwlad wreiddiol, yn ystod eu taith i'r DU, ac yn ystod eu cyfnod o geisio noddfa yn y DU. Gall achosion o fwlio ddyfnhau trawma a chynyddu'r perygl o fod yn agored i niwed.

Gwrthsemitiaeth

Gelyniaeth neu atgasedd neu ofn sydd wedi'u hanelu at Iddewon a phethau Iddewig, sy'n cael eu hamlygu mewn agweddau a gweithredoedd gwahaniaethol. Fel sy'n wir hefyd yn achos Islamoffobia, bydd yn aml yn cael ei waethygu ym Mhrydain gan ddigwyddiadau a gwrthdaro sy'n bodoli eisoes mewn rhannau eraill o'r 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 heb os, dylai ysgolion gyfrannu at y gwaith o wrthwynebu rhagfarn a gelyniaeth gwrth-Fwslimaidd o fewn eu cylchoedd dylanwad eu hunain. Nid yw Islamoffobia o reidrwydd yn ymwneud â gelyniaeth at gredoau crefyddol Islamaidd, ond ag atal hawliau cyfartal i bobl o gefndir Islamaidd a pharch tuag atynt.

3.51 Wrth gofnodi digwyddiadau o fwlio hiliol, dylai ysgolion ystyried bod angen cael categorïau penodol ac ar wahân i nodi sail y bwlio hiliol, er enghraifft oherwydd cefndir crefyddol, oherwydd eu bod yn Sipsiwn a Theithwyr neu oherwydd eu bod yn ceisio noddfa, fel ceiswyr lloches neu ffoaduriaid. Mae adran 11 o'r canllawiau hyn yn cynnig gwybodaeth am roi gwybod am ddigwyddiadau a threfniadau i'w cofnodi a'u monitro.

3.52 Rydym yn gwybod bod bwlio yn aml yn cael ei ysgogi gan elyniaeth neu ragfarn ar sail hil, crefydd neu ddiwylliant gwirioneddol neu ganfyddedig rhywun. Wrth wraidd bwlio o'r fath y mae'r farn bod rhai pobl yn wahanol neu'n fath 'arall' o bobl. Drwy eu 'haralleiddio' drwy sylwadau a sarhad, daw'n haws gweld unrhyw grŵp fel grŵp ar wahân a'i ddad-ddyneiddio. Gall hyn ddileu unrhyw dosturi. Mae rôl ysgolion o ran helpu pob dysgwr i deimlo ei fod yn perthyn yn hynod o werthfawr wrth greu cymdeithas gydlynol. Nid yw plant ifanc iawn yn gweld gwahaniaeth nes eu bod yn dysgu neu'n mabwysiadu agweddau a rhagfarnau a allai fod yn bresennol o'u cwmpas.

Gweithredu cadarnhaol

3.53 Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion weithio gyda dysgwyr, eu teuluoedd a chymunedau i sicrhau bod y cymorth priodol, ar yr adeg briodol, yn cael ei ddarparu i ddysgwyr i sicrhau'r canlyniadau gorau i'r plant neu'r bobl ifanc hynny. O dan Ddyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus, mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion gofnodi'r wybodaeth a fydd yn helpu i ffurfio rhan o'u dyletswydd o dan Ddyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus i gasglu, dadansoddi a chyhoeddi gwybodaeth am eu cynnydd o ran cyflawni eu rhwymedigaethau o dan y Ddyletswydd, a sicrhau bod camau priodol ac effeithiol yn cael eu cymryd i ddileu neu leihau anfanteision y mae dysgwyr yn eu hwynebu oherwydd eu nodweddion gwarchodedig.

3.54 Mae Cynllun Gweithredu Cymru Wrth-hiliol yn nodi nifer o gamau gweithredu sy'n anelu at sicrhau bod gwrth-hiliaeth yn cael eu sefydlu yn system addysg Cymru.

3.55 Mae'n bwysig bod dysgwyr, eu teuluoedd, ysgolion a lleoliadau addysg yn cael eu hannog i roi gwybod am achosion o hiliaeth. Mae rhoi gwybod am ddigwyddiadau yn rhan bwysig o'r broses o roi ymatebion priodol a chadarn i hiliaeth ar waith. Mae'n helpu ysgolion i gynllunio dulliau ataliol a chefnogi eu dysgwyr i gymryd rhan mewn cymuned wrth-hiliol.

3.56 Mae Llywodraeth Cymru yn canolbwyntio ar sicrhau bod hyfforddiant gwrth-hiliol a'r broses o ddatblygu ymarferwyr addysg yn cynnig profiad parhaus a chydweithredol gydag elfen o werthuso, yn hytrach na'i fod yn brofiad unigol, prin, rhagnodedig.

3.57 Anogir cyrff llywodraethu ysgolion i benodi Hyrwyddwyr Tegwch ac Amrywiaeth fel un ffordd o ddangos cymuned gyfan yr ysgol eu bod yn cymryd cydraddoldeb o ddifrif a'u bod am arwain drwy esiampl.

Dulliau o ymateb i fwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn o bob math

Fel yn achos unrhyw fwlio, y prif egwyddorion yw gwrando ar y plentyn neu'r person ifanc, a'i gymryd o ddifrif, a bod yr holl staff yn cael eu hannog i adrodd am y peth. Mae yna rai meysydd penodol i'w hystyried hefyd mewn perthynas â bwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn, ac mae'r rhain wedi'u nodi isod.

Ymateb uniongyrchol

Mae rhai ysgolion wedi datblygu neges gyson y gall pob aelod staff ei defnyddio os ydynt yn clywed iaith, sylwadau neu 'dynnu coes' sy'n gwahaniaethu yn erbyn rhywun. Yn yr ysgolion hyn, mae brawddeg benodol wedi cael ei datblygu ar gyfer pob ymarferydd, tîm bugeiliol, aelod staff cymorth ac aelod staff cyswllt i'w defnyddio mewn ymateb. Gall y frawddeg hon:

- Ei gwneud yn glir bod yr hyn a glywyd yn annerbyniol;
- Ei gwneud yn glir bod lle i bob plentyn neu berson ifanc yn eich ysgol, a bod ganddynt yr hawl i gael eu trin mewn ffordd gyfartal ac â pharch;
- Ei gwneud yn glir y bydd yr ymarferydd yn mynd i'r afael â hyn cyn gynted ag y bydd yn briodol.

Mae'r ymateb uniongyrchol hwn yn sicrhau ffordd gyson i'r staff fynd ati'n hyderus i roi terfyn ar y 'cellwair' yn gyflym ac yn effeithiol. Mae'n bwysig wedyn trafod ymhellach gyda'r plentyn neu'r person ifanc a ddefnyddiodd yr iaith hon, er mwyn esbonio pam mae'r iaith hon yn gwahaniaethu, yn fygythiol neu'n brifo, a pham nad oes lle iddi yn eich ysgol neu'ch cymdeithas. Gall ymarferwyr ddefnyddio eu crebwyll o ran a yw'n fwy priodol mynd i'r afael â hyn ar unwaith, er enghraifft yn y dosbarth, neu'n nes ymlaen, er enghraifft, drwy ofyn i'r person ifanc aros yn y dosbarth ar ddiwedd y wers.

Datblygu dealltwriaeth

Wrth ymateb i fwlio, dylai lleoliadau hefyd weithio gyda'r tramgwyddwr er mwyn eu cefnogi i newid eu hymddygiad fel unigolyn. Lle mae'r bwlio neu'r aflonyddu yn gysylltiedig â rhagfarn, dylai'r gwaith hwn hefyd herio'r rhagfarn waelodol. Er mwyn bod mor effeithiol â phosibl, caiff y gwaith hwn ar lefel unigol gyda'r tramgwyddwr ei atgyfnerthu gan waith pellach ar draws y lleoliad cyfan i herio gwahaniaethu, gan gynnwys drwy'r cwricwlwm.

Cymorth llesiant

Argymhellir bod lleoliadau yn sefydlu cymorth llesiant rheolaidd yn awtomatig os bydd dysgwr yn rhoi gwybod am fwlio neu aflonyddu sy'n gysylltiedig â rhagfarn. Dylai'r ymarferwyr benderfynu ar y cymorth mwyaf priodol o fewn eu lleoliad, gan gynnwys cymorth bugeiliol rheolaidd a chymorth gwasanaethau'r ysgol a/neu allanol.

Cyfarfodydd trafod ac adolygu rheolaidd

Fel rhan o'r ymateb i fwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn, dylai ysgolion drefnu cyfarfodydd bob hyn a hyn gyda'r plentyn neu'r person ifanc i drafod eu llesiant a holi a yw'r bwlio neu'r aflonyddu yn parhau. Os yw'n parhau, gellir sefydlu ymyriadau pellach ar gyfer pob parti. Ni ddylai ysgolion ddisgwyl i'r plant neu'r bobl ifanc roi gwybod am y broblem eto yn awtomatig. Yn aml, mae lefel absenoldeb plant phobl ifanc sy'n profi bwlio yn uwch. Os yw'r person ifanc yn absennol, felly, gofalwch ofyn iddo, yn gynnil, a yw'n profi bwlio neu unrhyw fath arall o aflonyddu.

Defnyddio data i gynllunio dulliau ataliol

Yn ogystal ag ymateb i'r unigolyn, mae'n bwysig adlewyrchu profiadau bywyd pobl ifanc yn y broses o ddatblygu dulliau ataliol drwy eich cwricwlwm a'ch polisïau ehangach. Mae pobl ifanc wedi nodi eu bod yn gwerthfawrogi ymdrechion gan ymarferwyr i fynd i'r afael yn systematig â gwahaniaethu yn y ffordd hon. Mae'r adrannau isod ynghylch cofnodi ac atal aflonyddu a bwlio yn amlinellu sut y gellir cyflawni hyn.

4. Bwlio mewn cyd-destun ar-lein

4.1 Mae cydbwyso integreiddio technoleg mewn addysg i baratoi dysgwyr ar gyfer y dyfodol â phryderon am niwed ar-lein a'r effaith ar lesiant yn hanfodol. Mae llawer o blant a phobl ifanc yn datblygu dealltwriaeth a phrofiad o amgylcheddau digidol o'u genedigaeth. Eto i gyd, mae eu mynediad at ddyfeisiau a'u profiad o ddefnyddio technolegau yn amrywio'n sylweddol. Nid yw'r gwahaniaeth hwn yn ymwneud ag amgylchiadau economaidd yn unig, ond â'r gwahanol ffyrdd y mae technolegau digidol yn cael eu defnyddio gan wahanol deuluoedd.

4.2 I lawer o bobl ifanc, nid oes llawer o wahaniaeth rhwng eu bywydau ar-lein ac all-lein; mae rhyngweithio ar gyfryngau cymdeithasol yn rhan naturiol o'u harferion bob dydd. Â thechnoleg yn cynnig cysylltedd parhaus, mae'n hanfodol bod ganddynt yr wybodaeth, y sgiliau a'r strategaethau i lywio'u ffordd drwy'r byd digidol mewn ffordd ddiogel a chyfrifol, a'u bod yn gwybod sut a ble i gael cymorth a chefnogaeth.

4.3 Os yw dyfodol technolegol yn anochel, mae angen i ysgolion ystyried effeithiau niweidiol y byd ar-lein y mae angen amddiffyn plant a phobl ifanc rhagddynt tra byddant yn datblygu cymhwysedd digidol, gan eu paratoi at y byd sy'n eu hwynebu. Dylid cofio cyd-destun ehangach y Ddeddf Diogelwch Ar-lein 2023 lle bydd gofyn i lwyfannau a gwasanaethau ar-lein amddiffyn plant a phobl ifanc a lleihau'r risg y byddant yn cael mynediad at gynnwys niweidiol ac amhriodol i'w hoedran, a rhoi cyfarwyddyd clir i rieni, plant a phobl ifanc am sut i roi gwybod am broblemau sy'n codi.

4.4 Yn ogystal ag i hwyluso dulliau bwlio traddodiadol fel sarhau neu ledaenu sïon, gellir camddefnyddio technoleg hefyd i fwlio a bychanu eraill mewn ffyrdd ychwanegol, fel rhannu delweddau neu fideos heb ganiatâd yr unigolyn, (gweler 'Ymateb i achosion o rannu delweddau noeth'), ffrydio byw, defnyddio apiau negeseuon dienw neu aflonyddu ar rywun ar-lein. Bydd bwlio ar-lein yn aml yn digwydd ar yr un pryd â bwlio traddodiadol neu bydd yn ddilyniant o hynny, ond gall ddigwydd ar wahân.

4.5 Mae'r gallu i weithredu'n ddienw ar-lein yn arwain yn aml at ymddygiad afreolus a chreulon a fyddai'n llai tebygol wyneb yn wyneb, a gall newid y ddynameg bŵer draddodiadol a welir mewn bwlio all-lein. Mae'r gynulleidfa helaeth sy'n bodoli ar gyfer deunydd ar-lein yn golygu y gall digwyddiadau unigol o gam-drin ar-lein ddatblygu'n gyflym i fwlio, er enghraifft, drwy ailbostio, rhannu a gwneud sylwadau.

4.6 Yn aml mae bwlio ar-lein yn treiddio'n haws i bob rhan o fywyd, ac i ofod preifat y dioddefwr. Gall fod yn anodd hefyd tynnu'r deunydd sy'n cael ei bostio ar-lein oddi yno. Gall hyn barhau i effeithio ar y targed ymhell ar ôl y digwyddiad. Mae cyfathrebu digidol yn gadael trywydd, sy'n darparu tystiolaeth o fwlio. Gall hyn fod yn gadarnhaol ac yn negyddol, gan y gall helpu i fynd i'r afael â'r bwlio ond mae hefyd yn golygu bod y cynnwys niweidiol yn cael ei gofnodi.

4.7 Gall bwlio ar-lein ac all-lein groesi pan fydd digwyddiadau sy'n dechrau wyneb yn wyneb yn parhau ar-lein, neu pan fydd aflonyddu ar-lein yn arwain at wrthdaro wyneb yn wyneb. Mae yna enghreifftiau lle ffilmiwyd digwyddiadau bwlio a ddechreuodd all-lein, ac yna bod y rheini wedi'u postio ar-lein, gan waethygu'r sefyllfa. Mae dysgwyr yn nodi bod bwlio ar-lein,

oherwydd yr hyn sy'n wir amdano (gweler isod), yn creu gofid mewn ffordd arbennig.

- Gall y gynulleidfa fod yn ddi-ben-draw.
- Gall ddigwydd yn unrhyw le ac ar unrhyw adeg, ac ni ellir dianc rhagddo.
- Gall ddod oddi wrth bobl nad yw'r dioddefwr yn eu hadnabod, ond bydd y rhan fwyaf o achosion yn cynnwys cyfoedion y bydd targedau yn eu hadnabod.
- Mae technoleg yn ei gwneud yn haws storio delweddau a negeseuon fel y gellir eu gweld dro ar ôl tro.

Beth yw rôl ysgolion?

4.8 Mae cymhwysedd digidol yn gyfrifoldeb trawsgwricwlaidd, ynghyd â llythrennedd a rhifedd, o fewn Cwricwlwm i Gymru, mewn ysgolion a gynhelir. Mae gan y Fframwaith Cymhwysedd Digidol bedwar llinyn sydd yr un mor bwysig â'i gilydd ('Dinasyddiaeth', 'Rhyngweithio a Chydweithio', 'Cynhyrchu', a 'Data a Meddwl Cyfrifiadurol').

4.9 Mae llinyn ‘Dinasyddiaeth’ yn canolbwyntio ar weld dysgwyr yn datblygu’r sgiliau a’r ymddygiadau sy’n ofynnol 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'. Bydd y sgiliau hyn yn helpu dysgwyr i fynd ati'n feirniadol i werthuso eu lle yn y byd digidol, i sicrhau eu bod yn barod i ymdrin ag agweddau cadarnhaol a negyddol bod yn ddinesydd digidol.

4.10 Mae llinyn 'Rhyngweithio a Chydweithio' hefyd yn caniatáu i ddysgwyr archwilio dulliau cyfathrebu ffurfiol ac anffurfiol, gan gynnwys y cyfryngau cymdeithasol a negeseua gwib. Yn ogystal ag ystyried sut i storio data, bydd dysgwyr yn edrych ar oblygiadau deddfau data a sut i rannu gwybodaeth yn briodol.

4.11 Mae'r dirwedd ddigidol sy'n esblygu'n gyflym a'r technolegau sy'n datblygu yn creu cyfleoedd a risgiau. Mae ardal 'Cadw'n Ddiogel Ar-lein' Hwb wedi'i chynllunio i wella diogelwch ar-lein mewn addysg. Mae'n cynnig ystod eang o adnoddau, arweiniad a hyfforddiant i helpu'r gymuned ysgol gyfan i gael gwybodaeth gyson am y tueddiadau a'r pryderon diogelwch diweddaraf, a cheisio cymorth pan fydd ei angen arnynt.

4.12 Mae gan ysgolion rymoedd i ddisgyblu dysgwyr am bethau sy’n digwydd oddi ar y safle, a grymoedd i chwilio dysgwyr neu atafaelu eu ffonau symudol os byddant wedi gweithredu’n groes i bolisi ymddygiad a/neu bolisi gwrthfwlio’r ysgol ac mai atafaelu yw'r gosb ddisgyblu am weithredu fel y gwnaethant. Ceir rhagor o wybodaeth am rymoedd cyfreithiol yn adran 5 o'r canllawiau hyn.

Gweithredu cadarnhaol

4.13 Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion ymdrin â bwlio ar-lein lle mae hynny’n effeithio ar lesiant dysgwyr yn yr ysgol. Pan fydd yn ofynnol, dylai ysgolion gyfeirio achos at yr asiantaeth neu’r gwasanaeth priodol. Rhaid ichi weithredu mewn achosion sy’n ymwneud â phryder diogelu. Dylai pob aelod o staff gael hyfforddiant rheolaidd ynghylch diogelu dysgwyr a diogelwch ar-lein.

4.14 Mae gohebiaeth ar-lein a symudol yn gadael trywydd digidol. Mae cadw tystiolaeth yn hanfodol. Dylai ysgolion gofio y gall tystiolaeth gael ei dileu neu gall ddiflannu o blatfformau gwylio ar-lein ar unrhyw adeg; gall gael ei dileu gan unigolion neu mewn ymateb i gais gan weinyddwyr corfforaethol platfformau cyfryngau cymdeithasol. Mae tynnu ciplun o'r sgrin yn ddull defnyddiol o gadw tystiolaeth. Dylai ysgolion gofnodi digwyddiadau fel rhan o'u harferion ehangach i fonitro achosion diogelu a'r dystiolaeth o ddylanwad hynny. Mewn rhai achosion, gall rhagor o dystiolaeth ddod i'r amlwg yn ddiweddarach ac efallai y bydd yn rhaid ailedrych ar hanes cyfan yr achos unwaith yn rhagor. Ceir rhagor o wybodaeth a chanllawiau ynghylch cofnodi gwybodaeth yn adran 11 o'r canllawiau hyn.

5. Y gyfraith sy'n ymwneud â bwlio

5.1 Nid oes diffiniad cyfreithiol o fwlio, ond gellir cymhwyso deddfwriaeth ehangach i fynd i'r afael â gweithredoedd bwlio penodol, ac mae diffiniad eang o fwlio, fel y dylid ei gymhwyso mewn ysgolion yng Nghymru, wedi'i ddarparu yn adran 2.24 o'r ddogfen yma.

5.2 Mae deddfwriaeth sy'n gymwys yng Nghymru, y DU ac yn rhyngwladol, sy'n ceisio gwarchod hawliau plant a phobl ifanc i fyw bywyd heb unrhyw gamdriniaeth a niwed, gan gynnwys bwlio. Mae'r confensiynau rhyngwladol a'r ddeddfwriaeth bresennol sy'n berthnasol i fwlio yng Nghymru yn cynnwys y canlynol (mewn trefn gronolegol):

- Deddf Amddiffyn Plant 1978 (fel y'i diwygiwyd)
- Deddf Cyfathrebu Maleisus 1988
- Deddf Cyfiawnder Troseddol 1988
- Deddf Plant 1989
- Deddf Addysg 1996
- Deddf Gwarchodaeth rhag Aflonyddu 1997
- Deddf Hawliau Dynol 1998
- Deddf Addysg 2002
- Deddf Troseddau Rhywiol 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 (CCUHPA)
- 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

5.3 Mae Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018 yn gwneud darpariaeth ar gyfer fframwaith statudol newydd i gefnogi plant a phobl ifanc ag ADY.

5.4 Mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi Cysylltu Cymunedau: Strategaeth ar gyfer mynd i'r afael ag unigrwydd ac ynysigrwydd cymdeithasol a chreu cysylltiadau cymdeithasol cryfach, sy'n cydnabod effaith unigrwydd ac ynysu cymdeithasol ar unigolion a chymunedau.

Deddf Hawliau Dynol 1998

5.5 Mae Deddf Hawliau Dynol 1998 yn nodi'r hawliau a'r rhyddid sylfaenol sydd gan bawb yn y DU. Mae'n ymgorffori'r hawliau a nodir yn y Confensiwn Ewropeaidd ar Hawliau Dynol yng nghyfraith ddomestig Prydain. Daeth y Ddeddf Hawliau Dynol i rym yn y DU ym mis Hydref 2000.

5.6 Mae Deddf 1998 yn ei gwneud yn ofynnol i bob corff cyhoeddus, gan gynnwys ysgolion ac awdurdodau lleol, a chyrff eraill sy'n cyflawni swyddogaethau cyhoeddus, barchu a gwarchod hawliau dynol unigolion.

5.7 Mae Addysg yng Nghymru: Cenhadaeth ein cenedl yn nodi sut y bwriadwn wella'r system ysgolion drwy ddatblygu cwricwlwm a threfniadau asesu sy'n gweddnewid y ddarpariaeth ac sy'n rhoi lle canolog i lesiant mewn addysg. Mae amcan galluogi 3 (Ysgolion cryf a chynhwysol sydd wedi ymrwymo i sicrhau rhagoriaeth, tegwch a lles) yn datgan ymhellach ein bwriad i wreiddio tegwch.

Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn

5.8 Yn 2004, mabwysiadodd Cynulliad Cenedlaethol Cymru Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau’r Plentyn (CCUHP) fel sail i'w holl waith polisi mewn perthynas â phlant a phobl ifanc yng Nghymru.

5.9 Mae adran 64 o Ddeddf Cwricwlwm ac Asesu (Cymru) 2021 yn gosod dyletswydd ar ysgolion, lleoliadau a darparwyr addysg heblaw yn yr ysgol, gan gynnwys unedau cyfeirio disgyblion, i hyrwyddo gwybodaeth am Ran 1 o CCUHP, a Chonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl Anabl, a dealltwriaeth ohonynt, ymhlith y rhai sy'n darparu sesiynau addysgu a dysgu.

Mesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011

5.10 Yn 2011, cymeradwyodd Cynulliad Cenedlaethol Cymru Fesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) (‘Mesur 2011’), a oedd yn cryfhau’r dull gweithredu ar sail hawliau ac yn ychwanegu ato. Gosododd ddyletswydd ar Weinidogion Cymru i roi sylw dyladwy i ofynion CCUHP wrth arfer unrhyw un o’u swyddogaethau.

5.11 Mae Mesur 2011 yn sail i'r fframwaith a'r gwerthoedd ar gyfer sefydliadau addysg. Mae gan blant a phobl ifanc hawl i fod yn ddiogel a hawl i gael addysg.

5.12 Mae dyletswyddau ar awdurdodau cyhoeddus sy’n cyfrannu at wireddu hawliau plant a phobl ifanc fel y'u nodir yn CCUHP a Mesur 2011.

Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl Anabl

5.13 Diben Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl Anabl (CCUHPA) yw hyrwyddo, gwarchod a sicrhau gallu pob person anabl i fwynhau pob hawl ddynol a rhyddid sylfaenol yn llawn ac yn gyfartal, a hyrwyddo parch at eu hurddas cynhenid.

5.14 Mae pobl anabl yn cynnwys pobl ag amhariadau corfforol, meddyliol, deallusol neu synhwyraidd hirdymor, a all, ynghyd â rhwystrau amrywiol, eu hatal rhag cymryd rhan lawn ac effeithiol mewn cymdeithas ar sail gyfartal ag eraill.

5.15 Dyma egwyddorion CCUHPA:

- parch at urddas cynhenid, ymreolaeth unigolion gan gynnwys y rhyddid i bobl wneud eu dewisiadau eu hunain, ac annibyniaeth pobl
- peidio â gwahaniaethu
- sicrhau bod pobl yn gallu cymryd rhan a chael eu cynnwys yn llawn ac yn effeithiol yn y gymdeithas
- parch at wahaniaeth a derbyn pobl anabl fel rhan o amrywiaeth ddynol a’r ddynoliaeth

- cyfleoedd cyfartal
- hygyrchedd
- cydraddoldeb rhwng y rhywiau
- parch at alluoedd plant a phobl ifanc anabl wrth iddynt ddatblygu, a pharch at hawl plant a phobl ifanc anabl i gadw eu hunaniaeth.

Deddf Addysg 2002

5.16 Mae Deddf Addysg 2002 yn gosod dyletswydd gyfreithiol ar ysgolion a gynhelir ac awdurdodau lleol i ddiogelu plant a phobl ifanc a hybu eu lles.

5.17 Gall rhai achosion o fwlio fod yn fater amddiffyn plant neu ddatgelu mater o'r fath. Dylid ymdrin ag achos o fwlio fel mater amddiffyn plant o dan Ddeddf Plant 1989 pan fo 'achos rhesymol i amau bod plentyn neu berson ifanc yn dioddef, neu'n debygol o ddioddef, niwed sylweddol'. Mae'n rhaid hysbysu'r aelod o staff yn yr ysgol sy'n gyfrifol am amddiffyn plant am y pryderon hyn, ac yna dylid rhoi gwybod i wasanaethau cymdeithasol plant yr awdurdod lleol amdanynt. (Mae'r cyfrifoldeb hwn bellach yn cwmpasu digwyddiadau bwlio ar-lein os bydd hynny'n effeithio ar lesiant dysgwyr yn yr ysgol.)

Deddf Addysg ac Arolygiadau 2006

5.18 O dan adran 89 o Ddeddf Addysg ac Arolygiadau 2006 ('Deddf 2006'), mae'n ofynnol i bennaeth ysgolion a gynhelir benderfynu ar fesurau i (a) hybu ymhlith dysgwyr hunanddisgyblaeth ac ystyriaeth briodol i awdurdod, (b) annog ymddygiad da ac atal pob math o fwlio ymhlith dysgwyr, (c) sicrhau bod safon ymddygiad dysgwyr yn dderbyniol, (ch) sicrhau bod dysgwyr yn cwblhau unrhyw dasg y mae'n rhesymol ei rhoi iddynt mewn cysylltiad â'u haddysg, a (d) rheoleiddio ymddygiad dysgwyr. Wrth benderfynu ar fesurau o'r fath, rhaid i'r pennaeth weithredu yn unol â'r polisi ymddygiad, rhywbeth y mae Deddf 2006 yn nodi y dylai pob ysgol ei sefydlu. Dylid nodi'n glir ym mholisi gwrthfwlio ysgol weithdrefnau sy'n amlinellu sut y bydd yn mynd i'r afael â bwlio a strategaethau ar gyfer herio bwlio. Rhaid cyfleu'r mesurau hyn i'r holl ddysgwyr, staff yr ysgol a rhieni a gofalwyr. Mae'n rhaid i'r pennaeth fynd ati i fabwysiadu'r polisi, a dylid hysbysu pob dysgwr, rhiant a gofalwr ac athro amdano ar ôl i'r penderfyniad gael ei wneud.

5.19 O dan adran 89 o Ddeddf 2006, gall penaethiaid bennu mesurau i reoleiddio ymddygiad dysgwyr pan na fyddant ar safle'r ysgol neu pan na fyddant o dan reolaeth neu oruchwyliaeth aelod o staff. Mae hyn yn arbennig o bwysig yn achos bwlio ar-lein, sy'n aml yn digwydd y tu allan i'r ysgol ond sy'n gallu effeithio'n gryf iawn ar fywyd ysgol y dysgwyr dan sylw.

5.20 Mae adran 94 o Ddeddf 2006 hefyd yn darparu amddiffyniad i staff ysgolion wrth atafaelu eitemau gan ddysgwyr, megis ffonau symudol, os ydynt yn cael eu defnyddio i fynd yn groes i bolisi ymddygiad a/neu wrthfwlio yr ysgol, ac yn cael eu hatafaelu fel cosb ddisgyblu. Gall staff ysgol ofyn i ddysgwyr ddatgelu neges neu ddangos cynnwys arall iddynt ar eu ffôn at ddibenion canfod a yw bwlio wedi digwydd. Gallai gwrthod cydymffurfio arwain at gosb ddisgyblu am fethu â dilyn cyfarwyddyd rhesymol. Os bydd y neges testun neu'r ddelwedd yn weladwy ar y ffôn, gall staff weithredu mewn ymateb i hynny. Os yw

polisi ymddygiad yr ysgol yn caniatáu hynny yn benodol, gall aelod o'r staff chwilio* drwy'r ffôn ei hun os bydd amheuaeth resymol bod y dysgwr wedi tramgwyddo.

** Cynghorir staff i beidio byth â gwneud hyn heb i aelod priodol arall o'r staff fod yn bresennol. Mae'n well gwneud hyn gyda'r arweinydd diogelu dynodedig neu'r rheolwr TGCh, ac ysgrifennu cofnod ysgrifenedig gofalus o'r dyddiad, yr amser, pwy oedd yn bresennol a phwrpas y chwilio, ac unrhyw dystiolaeth i ddangos bod gwneud hynny'n angenrheidiol. Mae'n hollbwysig bod polisi gwrthfwlio a/neu ymddygiad eich ysgol yn ymdrin yn drylwyr â'r materion hyn.*

Mesur Teithio gan Ddysgwyr (Cymru) 2008

5.21 Mae'n rhaid i'r pennaeth ei gwneud yn ofynnol i ddysgwyr yn yr ysgol gydymffurfio â'r Cod Ymddygiad wrth Deithio Statudol ('y Cod Teithio') a luniwyd gan Weinidogion Cymru o dan adran 12 o Fesur Teithio gan Ddysgwyr (Cymru) 2008. Mae'r Cod Teithio yn amlinellu gofynion penodol o ran ymddygiad dysgwyr pan fyddant yn teithio. Ymhlith gofynion y Cod Teithio i bob teithiwr mae "peidiwch byth â bwlio dysgwyr eraill" "parchwch eraill (gan gynnwys gyrrwr y bws)".

5.22 Diben y Cod Teithio yw hyrwyddo diogelwch wrth deithio, drwy nodi set o safonau ymddygiad ledled Cymru i bob dysgwr, beth bynnag fo'r dull o deithio. Mae hyn yn cynnwys bysys contract, bysys cyhoeddus, trenau cyhoeddus, cerdded, tacsis, sgwteri a beiciau modur, beicio a theithiau mewn ceir. Mae'n gymwys i bob dysgwr o dan 19 oed (neu ddysgwyr sydd wedi cyrraedd 19 oed, ond a ddechreuodd gwrs pan oeddent o dan 19 oed ac sy'n parhau i ddilyn y cwrs hwnnw).

5.23 Mae canllawiau'r Cod Teithio yn nodi'r fframwaith ar gyfer y gyfundrefn gosbau o fewn y Cod Teithio, sy'n darparu ar gyfer tynnu'r hawl i gael cludiant am ddim neu gludiant a gymorthdelir am gyfnodau penodol o amser os bydd dysgwr yn camymddwyn ar drafnidiaeth i ddysgwyr.

5.24 Gall fod amgylchiadau pan nad yw'n briodol ymdrin ag ymddygiad y dysgwr drwy'r Cod Teithio, ac yn yr achosion hyn dylai ysgolion weithio gyda'u hawdurdod lleol, rhieni a gofalwyr a gwasanaethau eraill megis gweithwyr iechyd proffesiynol, yr heddlu, gwasanaethau cymdeithasol, ac ati. Gallai achos o fwlio alw am hyn.

5.25 Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i'r Cod Teithio fod yn rhan o bolisïau ymddygiad a gwrthfwlio ysgol. Dylid ymdrin ag unrhyw gamymddwyn, gan gynnwys bwlio, yn ystod y daith i'r ysgol neu oddi yno drwy ddefnyddio'r polisi mwyaf priodol, megis polisïau ymddygiad/gwrthfwlio'r ysgol, neu drwy weithredu'r Cod Teithio.

Deddf Cydraddoldeb 2010

5.26 Mae Deddf Cydraddoldeb 2010 yn darparu amddiffyniad rhag gwahaniaethu, aflonyddu ac erledigaeth i ddysgwyr sydd ag un o'r nodweddion gwarchodedig sy'n cael eu disgrifio yn Neddf 2010.

5.27 Mae Dyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus yn ei gwneud yn ofynnol i ysgolion gymryd camau i wella sefyllfa dysgwyr sydd â nodweddion gwarchodedig gwahanol. Mae'n ofyniad cyfreithiol, o dan Ddeddf 2010, y mae'n rhaid i ysgolion yng Nghymru ei gyflawni. Gellir ei defnyddio fel dull o fynd i'r afael â bwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn a gweithredu ar lefel yr ysgol gyfan.

5.28 Mae tri nod i'r ddyletswydd gyffredinol, ac mae gan bob un gysylltiadau clir ag egwyddor gwrthfwlio. Mae'n ei gwneud yn ofynnol i ysgolion yng Nghymru roi sylw dyledus i'r angen i:

- ddileu gwahaniaethu, aflonyddu ac erledigaeth;
- hyrwyddo cyfle cyfartal; a
- meithrin cysylltiadau da ar draws pob nodwedd warchodedig.

5.29 Er mwyn cyflawni tri nod y ddyletswydd gyffredinol, mae tair set o ddyletswyddau penodol ar ysgolion:

- Casglu, dadansoddi a chyhoeddi gwybodaeth am eu cynnydd wrth gyflawni tri nod Deddf 2010
- Penderfynu ar nifer o amcanion penodol a mesuradwy y byddant yn ymdrechu i'w gweithredu yn ystod y blynyddoedd sy'n dod er mwyn cyflawni'r tri nod, a chyhoeddi'r amcanion hyn

ac wrth gyflawni'r ddwy set gyntaf o ddyletswyddau penodol:

- Ymgysylltu â phobl sydd â buddiant dilys – gan gynnwys yr holl staff, rhieni a gofalwyr a dysgwyr, ac unigolion, sefydliadau a grwpiau lleol fel y bo'n briodol.

5.30 Mae rhagor o wybodaeth sy'n amlinellu disgwyliadau Llywodraeth Cymru o ran cydymffurfiaeth ysgolion â'r ddarpariaeth hon wedi'i hamlinellu yn adran 11 o'r canllawiau hyn.

Deddfwriaeth tramgwyddau troseddol

5.31 Gallai rhai mathau o fwlio ar-lein fod yn droseddau o dan ystod o wahanol ddeddfau, gan gynnwys Deddf Cyfathrebu Maleisus 1988, Deddf Gwarchodaeth rhag Aflonyddu 1997 a Deddf Diogelwch Ar-lein 2023.

Deddf Cyfathrebu Maleisus 1988

5.32 Mae adran 1 o Ddeddf 1988 yn ei gwneud yn drosedd anfon llythyr, gohebiaeth electronig neu eitem arall sy'n anweddus, yn ffiaidd iawn neu'n fygythiol at rywun arall gan fwriadu i hynny achosi trallod neu bryder iddo.

Deddf Gwarchodaeth rhag Aflonyddu 1997

5.33 Mae Deddf Gwarchodaeth rhag Aflonyddu 1997 yn berthnasol i rywbeth sydd wedi digwydd dro ar ôl tro (hy ddwywaith neu ragor). Mae adran 1 yn gwahardd ymddygiad sy'n gyfystyr ag aflonyddu ar rywun arall lle mae'r person yn gwybod neu y dylai wybod ei fod yn gyfystyr ag aflonyddu. Mae adran 2 yn darparu tramgwydd troseddol lle mae rhywun yn euog o aflonyddu, ac mae adran 3 yn darparu rhwymedi sifil ar gyfer y sawl sy'n dioddef yn sgil aflonyddu o dan adran 1. Mae adran 4 yn darparu trosedd fwy difrifol, sef rhywun yn gwneud i rywun arall bryderu, o leiaf ddwywaith, y bydd trais yn cael ei ddefnyddio yn ei erbyn. Gall llys sifil roi gwaharddeb i atal unigolyn rhag ymddwyn mewn modd sy'n gyfystyr ag aflonyddu ac, yn dilyn euogfarn o drosedd o dan adrannau 2 neu 4, bydd gorchmynion atal ar gael i amddiffyn targed y drosedd.

5.34 O dan Ddeddf Amddiffyn Plant 1978 (fel y'i diwygiwyd) a Deddf Cyfiawnder Troseddol 1988, mae'n anghyfreithlon creu, lledaenu neu feddu ar ddelweddau anweddus o blentyn neu berson ifanc o dan 18 oed.

5.35 Mae adran 67 o Ddeddf Troseddu Difrifol 2015 yn ychwanegu trosedd newydd at Ddeddf Troseddau Rhywiol 2003, yn adran 15A, sy'n gwneud cyfathrebu rhywiol â phlentyn yn drosedd. O dan y gyfraith newydd, mae'n anghyfreithlon i unrhyw un sydd dros 18 oed yng Nghymru a Lloegr anfon neges amlwg rywiol at blentyn, neu geisio annog y plentyn i anfon rhywbeth amlwg rywiol ei hun.

5.36 Mae Rhan 10 o Ddeddf Diogelwch Ar-lein 2023 yn cyflwyno troseddau newydd sy'n ymwneud ag annog neu hwyluso hunan-niweidio difrifol, seiberfflachio, anfon gwybodaeth ffug a fwriedir i achosi niwed nad yw'n fân niwed, cyfathrebu bygythiol, camddefnyddio delweddau o natur bersonol, a throlio epilepsi. Mae'r troseddau hyn yn uniongyrchol berthnasol i'r unigolion sy'n anfon negeseuon o'r fath.

5.37 Os bydd staff ysgolion neu rieni a gofalwyr yn credu y gallai trosedd fod wedi cael ei chyflawni, dylent ofyn i'r heddlu am gymorth.

5.38 Mae Canllawiau Ymarfer Cymru gyfan ar ddiogelu plant mewn amgylchiadau diogelu penodol i'w defnyddio ar y cyd â Gweithdrefnau Diogelu Cymru. Mae hyn yn cynnwys Canllawiau ar y pynciau canlynol; Diogelu plant rhag cam-drin ar-lein, Diogelu plant lle mae pryderon ynghylch ymddygiad rhywiol niweidiol, a Diogelu plant rhag cael eu radicaleiddio. Mae'r holl Ganllawiau Ymarfer ar gael yn yr adran diogelu plant ar wefan Gweithdrefnau Diogelu Cymru - Diogelu Cymru

Deddf Gwrthderfysgaeth a Diogelwch 2015

5.39 Mae Deddf Gwrthderfysgaeth a Diogelwch 2015 yn gosod dyletswydd ar ysgolion mewn perthynas ag agenda 'Prevent'. Mae'n rhaid i ysgolion ddangos eu bod yn amddiffyn plant a phobl ifanc rhag cael eu denu at derfysgaeth drwy sefydlu polisïau diogelu cadarn i nodi'r plant a'r bobl ifanc hynny sydd mewn perygl, a phan fydd yn ofynnol, ymyrryd cyn gynted ag y bo modd. Mae hyn yn berthnasol yng nghyd-destun bwlio oherwydd gall plant a phobl ifanc sydd wedi'u hynysu, sy'n cael eu herlid a/neu sydd oherwydd unrhyw reswm arall yn credu nad ydynt yn perthyn, fod yn fwy tebygol o gael eu denu gan y sawl sy'n dymuno eu recriwtio a meithrin perthynas amhriodol â nhw. Mae tri modiwl hyfforddi ar gael ar-lein sy'n perthyn i 'Prevent' Llywodraeth y DU, ac mae pob un ar gael yn Gymraeg.

Cwrs Ymwybyddiaeth 'Prevent'

5.40 Mae Cwrs Ymwybyddiaeth 'Prevent' yn gwrs rhagarweiniol i unrhyw un sy'n newydd i 'Prevent', y rhai sy'n ansicr beth yw 'Prevent' a pha arwyddion i chwilio amdanynt o ran risgiau radicaleiddio. Ymwybyddiaeth yw'r cwrs cyntaf yn ein hyfforddiant ar ddyletswyddau 'Prevent'.

5.41 Mae ar gyfer unrhyw un sy'n gweithio gydag aelodau o'r cyhoedd yn rheolaidd, er enghraifft y rhai sy'n gweithio ym meysydd addysg, iechyd, y gwasanaeth prawf, yr heddlu ac awdurdodau lleol. Gall aelodau o'r cyhoedd a hoffai ddysgu mwy am sut i adnabod ymddygiad sy'n destun pryder ei gwblhau hefyd.

Cwrs Atgyfeirio 'Prevent'

5.42 Mae'r cwrs Atgyfeirio wedi'i gynllunio'n bennaf ar gyfer arweinwyr diogelu dynodedig, gweithwyr proffesiynol 'Prevent' neu rolau cyfatebol sy'n trefnu atgyfeiriadau 'Prevent'. Os yw'r cyfrifoldeb hwnnw yn rhan o'ch swydd chi, beth bynnag yw teitl eich swydd, yna mae'r cwrs hwn ar eich cyfer chi.

5.43 Mae hefyd ar gyfer unrhyw un a allai fod angen trefnu atgyfeiriad 'Prevent' a'r rhai sy'n sylwi efallai ar destun pryder ac yn ei rannu gyda'u harweinydd diogelu dynodedig neu unigolyn cyfatebol, fel y gallant atgyfeirio'r achos at yr heddlu.

Cwrs Ymwybyddiaeth ‘Channel’

5.44 Mae ‘Channel’ yn rhaglen amlasiantaeth ar draws Cymru a Lloegr sy'n darparu cefnogaeth i unrhyw un sy'n agored i gael ei ddenu i derfysgaeth neu ei chefnogi. Mae'r cwrs hwn ar gyfer aelodau panel ‘Channel’, cadeiryddion panel ‘Channel’ mewn awdurdodau lleol, ac unrhyw un y gofynnir iddynt gyfrannu at neu eistedd ar banel ‘Channel’.

5.45 Dylai fod gan ysgolion weithdrefnau diogelu clir sy'n ymdrin â materion sy'n gysylltiedig â 'Prevent'. Mae'r canllawiau ar ddyletswyddau 'Prevent' yn rhoi dealltwriaeth i leoliadau addysg, sy'n ddarostyngedig i'r dyletswyddau, o'r gofynion sydd arnynt fel rhan o'u cyfrifoldebau diogelu a lles ehangach.

5.46 Daeth Deddf Llesiant Cenedlaethau’r Dyfodol (Cymru) 2015 i rym ym mis Ebrill 2016, gyda'r nod o wella llesiant cymdeithasol, economaidd, amgylcheddol a diwylliannol Cymru. Mae'n gwneud i gyrff cyhoeddus feddwl mwy am: • yr hirdymor • gweithio'n well gyda phobl a chymunedau a chyda'i gilydd • ceisio atal problemau a dilyn dull gweithredu mwy cyson. Mae i'r Ddeddf saith nod llesiant, gan greu gweledigaeth i (ymhlith pethau eraill) wneud Cymru yn iachach, yn fwy cyfartal, yn gyfrifol ar lefel fyd-eang ac yn fwy cydnerth.

5.47 Safonau'r Gymraeg – Mae Mesur y Gymraeg (Cymru) 2011 yn darparu y gall Gweinidogion Cymru bennu pum math o safonau mewn rheoliadau: safonau cyflenwi gwasanaethau, safonau llunio polisi, safonau gweithredu, safonau hybu, a safonau cadw cofnodion. Er mai Gweinidogion Cymru sy'n pennu'r safonau, mater i’r Comisiynydd Iaith yw penderfynu pa safonau y mae’n rhaid i gorff gydymffurfio â nhw.

6. Beth sy'n gweithio wrth lansio strategaethau newydd

6.1 I fynd ati'n llwyddiannus i weithredu strategaeth wrthfwlio effeithiol i herio ac atal bwlio mewn ysgolion, mae'n rhaid cynnwys cymuned gyfan yr ysgol. Mae dull gweithredu strategol ar sail yr ysgol gyfan i herio ac atal bwlio yn fwy tebygol o lwyddo nag un fenter gan athro/athrawes neu grŵp o ddysgwyr.

6.2 Bydd yr ymyriadau mwyaf effeithiol yn cael eu cynnal dros y tymor hir, ac yn cael eu datblygu ar y cyd â staff, dysgwyr, rhieni a gofalwyr, a phartneriaid yn y gymuned. Caiff y rhain eu monitro, eu gwerthuso a'u diwygio'n rheolaidd i adlewyrchu newidiadau mewn amgylchiadau neu gyd-destun. Caiff ymyriadau eu hategu gan ethos ysgol sy'n llesteirio bwlio ac yn hybu empathi a pharch. Mae un ymyriad neu fenter yn annhebygol o gynnig ateb a wnaiff ddatrys bwlio, a bydd y strategaeth wrthfwlio fwyaf effeithiol fel arfer yn cynnwys ystod o adnoddau y gellir eu haddasu i weddu i ddigwyddiadau penodol, a byddant yn rhan o ddull ysgol gyfan ehangach yr ysgol o gyflwyno'r cwricwlwm a gweithredu blaenoriaethau eraill, ee llesiant. Mae Deddf Cwricwlwm ac Asesu (Cymru) 2021 yn ei gwneud yn ofynnol i ysgolion adolygu eu cwricwlwm yn barhaus er mwyn sicrhau ei fod yn parhau i gydymffurfio â'r gofynion cyfreithiol a nodir yn y Ddeddf. Dylai ysgolion hefyd geisio ymateb i anghenion newidiol eu dysgwyr a'u cymunedau, a chynnal neu wella arferion presennol er mwyn helpu i wireddu disgwyliadau uchel i bawb. Nid yr hyn yr ydym ni'n ei addysgu yw'r unig ffactor ym mhrofiad dysgwr wrth iddo anelu at y pedwar diben, ond sut rydym yn addysgu ac, yn hollbwysig, pam rydym yn ei addysgu.

6.3 Mae Deddf Plant 2004 yn gosod dyletswydd statudol ar bob awdurdod sy'n darparu gwasanaethau plant i gydweithio â rhanddeiliaid ac asiantaethau partner i ddarparu gwasanaethau integredig a gwella ymyriadau ataliol a chynnar i blant a phobl ifanc a'u teuluoedd.

6.4 Mae Llywodraeth Cymru yn argymell y dylai ysgolion sefydlu arweinydd gwrthfwlio fel rôl ddynodedig ar gyfer unigolyn neu dîm. Dyma gyfrifoldebau allweddol y rôl:

- Llunio ac adolygu polisi gwrthfwlio, a'i ddatblygu'n rheolaidd. Bydd hyn yn cynnwys pob dysgwr, pob aelod o staff, rhieni a gofalwyr, llywodraethwyr yr ysgol ac awdurdodau lleol perthnasol;
- Gweithredu'r polisi. Bydd hyn yn cynnwys asesiadau ar adegau penodedig a monitro'i effeithiolrwydd a'r cynnydd sy'n cael ei wneud;
- Sicrhau bod pob gweithdrefn yn cael ei gwerthuso a bod hyn yn llywio adolygiadau o'r polisi. Dogfennu pob adolygiad o ran gweithdrefnau, dogfennaeth, ac ati;
- Rheoli prosesau a ddefnyddir ar gyfer achosion o fwlio, megis y math o ymyriad a ddefnyddir, y drefn ar gyfer rhoi gwybod am fwlio, cofnodi, monitro ac ati;
- Cydlynu a rheoli hyfforddiant a chymorth ar gyfer staff, rhieni a gofalwyr pan fo hynny'n briodol;
- Ymchwilio i strategaethau ar gyfer atal bwlio, eu gwerthuso a'u harfarnu.

6.5 Dylai strategaeth wrthfwlio effeithiol amlinellu sut mae'r ysgol yn bwriadu cydlynu ei gwaith gwrthfwlio fel rhan o'i dull ysgol gyfan. Dylai gynnwys datblygu amrywiaeth holistaidd o ymyriadau, sy'n cynnwys atal, nodi ac ymateb i ddigwyddiadau bwlio a'u herio.

6.6 I gyflawni dull ysgol gyfan, mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion:

- Atal toiledau ysgol rhag bod yn ardaloedd lle gall bwlio ddigwydd. Mae angen i bob dysgwr deimlo'n ddiogel ac yn gyfforddus i ddefnyddio toiled yn yr ysgol. Gellir rhoi'r hyblygrwydd i ddysgwyr ddewis pa doiledau i'w defnyddio, er enghraifft drwy alluogi dysgwyr i ddefnyddio nifer o doiledau gwahanol ar draws safle'r ysgol, neu drwy ddarparu rhai toiledau ar gyfer un rhyw yn unig, ac eraill sy'n gymysg;
- Cael arweinyddiaeth foesol gref gan y pennaeth, uwch arweinwyr eraill a'r corff llywodraethu, sy'n modelu gwerthoedd a disgwyliadau uchel, ac felly arwain drwy esiampl drwy osod gwerth ar iechyd a llesiant emosiynol;
- Sefydlu hinsawdd a diwylliant lle bydd dysgwyr yn teimlo'n ddiogel ac yn ystyried eu bod yn cael eu gwerthfawrogi, sy'n hybu CCUHP a CCUHPA ac, yn benodol, sy'n holi'r plentyn neu'r person ifanc ac yn gwrando arno;
- Sefydlu dealltwriaeth gadarn o iechyd a llesiant eu dysgwyr a dulliau effeithiol o fonitro a gwerthuso hyn;
- Darparu cwricwlwm sy'n diwallu anghenion dysgwyr (nawr ac yn y dyfodol), sy'n cael ei weithredu drwy gyfrwng profiadau dysgu sy'n helpu ac yn herio dysgwyr mewn perthynas â'u hiechyd a'u llesiant;
- Sefydlu a chynnal gofal, cymorth ac arweiniad cryf ac ymatebol;
- Creu amgylchedd sy'n hybu iechyd a llesiant (ee lle i chwarae ac ymlacio, sicrhau manteision mwyaf dysgu yn yr awyr agored, cyfleusterau toiledau addas, cefnogi bwyd a diod iach, sicrhau diogelwch y safle ac ati);
- Sicrhau bod cyfathrebu a chydweithio effeithiol yn digwydd â rhieni a gofalwyr;
- Cefnogi cyfleoedd dysgu proffesiynol ar gyfer pob aelod o staff, sydd wedi'u teilwra i'w hanghenion a'u cyfrifoldebau.

6.7 Cyn lansio strategaeth wrthfwlio newydd, mae Llywodraeth Cymru yn cynghori y dylai ysgolion:

- ymgysylltu'n helaeth â chymuned yr ysgol i sicrhau bod eu polisïau a'u gweithdrefnau yn berthnasol, a'u diweddaru'n rheolaidd. Mae Llywodraeth Cymru yn argymell adolygu'r polisïau o leiaf bob tair blynedd neu'n gynt na hynny, yng ngoleuni mentrau newydd neu newid ehangach mewn polisi perthnasol
- gosod amcanion clir a realistig ynghylch beth mae'r strategaeth yn ceisio ei gyflawni (dylid ymgymryd â gweithgareddau gwella ymwybyddiaeth i hyrwyddo'r amcanion hyn ymhlith staff a dysgwyr)

- os bydd angen hynny, darparu hyfforddiant ynghylch sut i weithredu amcanion y strategaeth.

6.8 Darperir gwybodaeth am y trefniadau llywodraethiant a ddylai fod ar waith mewn ysgolion yn adran 7 o'r canllawiau hyn.

6.9 Dylai atal bwlio fod yn elfen annatod o weithdrefnau ysgolion. Ceir rhagor o wybodaeth am atal yn adran 8 o'r canllawiau hyn.

Sut y bydd eich ysgol yn gwybod bod strategaeth yn effeithiol

6.10 Pan gaiff strategaeth ei chyflwyno, bydd cylch o ymarfer ystyriol yn cychwyn, gan fesur y sefyllfa ar yr adeg honno er mwyn darparu llinell sylfaen y gellir ei defnyddio i feincnodi cynnydd. Mae Llywodraeth Cymru yn cynghori y dylai ysgolion gynnal ymarfer hunanwerthuso i geisio adborth gan staff a dysgwyr er mwyn mesur faint o fwlio sy’n digwydd ar y pryd. Mae arolygon yn ddull defnyddiol o gasglu’r wybodaeth hon, ac mae enghreifftiau o arolygon ar gael yn y pecyn cymorth.

6.11 Dylai ysgolion fesur barn dysgwyr, rhieni a gofalwyr, a staff yn rheolaidd. Drwy wneud hyn, byddant yn gallu mesur effeithiolrwydd. Dylai dysgwyr gymryd rhan lawn yn y broses o ddatblygu, gweithredu ac adolygu gweithgarwch. Mae cyd-greu yn golygu gweithio gyda'r disgyblion a'r teuluoedd ar y strategaeth/polisi/dulliau gwrthfwlio yn hytrach na gofyn eu barn ar gynigion.

6.12 Mae monitro achosion o fwlio yn galluogi ysgol i nodi patrymau ymddygiad a faint o fwlio sy’n digwydd, a bydd hynny yn ei galluogi i gymryd camau rhagweithiol i herio ymddygiad annerbyniol a bwlio. Mae adran 11 o'r canllawiau hyn yn cynnig gwybodaeth am roi gwybod am ddigwyddiadau a threfniadau i’w cofnodi a’u monitro. Ysgolion sy’n defnyddio prosesau monitro sydd yn y sefyllfa orau i allu addasu eu polisïau gwrthfwlio yn effeithiol i ymateb i dueddiadau a materion penodol.

6.13 Mae data yn cyfrannu at hyn, a gellir eu defnyddio i ddangos tystiolaeth o gynnydd fel rhan o waith hunanwerthuso a chynllun datblygu'r ysgol, gan helpu ysgolion i:

- Ddeall y sefyllfa bresennol a lle y dylent ganolbwyntio’u hymdrechion
- Cyflawni’r nodau cydraddoldeb y mae ysgolion wedi’u gosod
- Mesur ac arddangos llwyddiant
- Cyflawni eu rhwymedigaethau cyffredinol a phenodol o dan Ddyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus.

6.14 Pan fydd ysgolion yn casglu data ynghylch achosion o fwlio, y byddai llawer ohonynt yn ddata personol yn unol â diffiniad deddfwriaeth diogelu data, megis Rheoliad Cyffredinol yr UE ar Ddiogelu Data (GDPR) a Deddf Diogelu Data’r DU 2018, mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion gydweithio â’u Swyddog Diogelu Data i sicrhau y caiff yr holl ddata personol eu prosesu yn gyfreithlon, a chan sicrhau y caiff hawliau’r unigolyn eu diogelu’n briodol.

Pwysigrwydd cynnwys eich dysgwyr wrth ddatblygu a gweithredu'r strategaeth gwrth-fwlio

6.15 Heb gyfranogiad brwd y plant a'r bobl ifanc yn eich ysgol, nid yw strategaethau gwrthfwlio yn debygol o lwyddo. Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion gynnwys dysgwyr yn llawn fel cam hanfodol ym mhob elfen o waith gwrthfwlio.

6.16 I ganfod pa mor effeithiol yw strategaeth ysgol, mae'n bwysig ymgynghori â phawb sy'n cyfrannu at weithredu'r strategaeth - mae hyn yn cynnwys y dysgwyr. Mewn rhai ysgolion, efallai y bydd staff yn credu bod y strategaeth yn gweithio'n dda, ond y rhan fwyaf o ddysgwyr yn mynegi barn wahanol. I sicrhau bod strategaeth mor effeithiol ag y bo modd, mae angen consensws ei bod yn gweithio. Mae hyn yn golygu trafodaeth gyson rhwng staff a dysgwyr. Un cwestiwn allweddol y dylid ei holi'n rheolaidd yw 'A ellid ei gwella mewn unrhyw ffordd?'. Gallai rhai dulliau weithio'n well o dan rai amgylchiadau. Efallai na fydd syniadau da yn llwyddiannus oherwydd yr angen i wneud newidiadau bach, ond pwysig.

6.17 Enghraifft o hyn oedd ysgol a oedd wedi mynd i gryn drafferth i hyfforddi cefnogwyr cyfoedion, ac yna a sylweddoli nad oedd wedi cael un adroddiad wedi dau dymor. Canfu'r ysgol honno fod yr ystafell a neilltuwyd i blant er mwyn gallu cwrdd a sgwrsio â'r cefnogwyr cyfoedion yn cael ei galw'n 'bowlen bysgod' gan ddysgwyr, oherwydd bod y paneli gwydr yn golygu eu bod yn hynod o weladwy yno. Cadwodd y plant draw. Nid oeddent yn defnyddio'r ystafell, nid oherwydd bod y gefnogaeth a gynigiwyd yn annigonol, ond oherwydd y cyfleuster anaddas a ddarparwyd.

6.18 Ymhlith y cwestiynau defnyddiol y gallai ysgolion eu gofyn cyn gweithredu strategaethau gwrthfwlio mae:

- A yw dysgwyr yn deall beth yw ystyr bwlio?
- A yw dysgwyr yn deall y gallant roi gwybod am fathau eraill o ddigwyddiadau sydd ddim yn fwlio?
- Sut gall dysgwyr roi gwybod am bryder neu achos o fwlio, ac a yw'r dulliau hyn yn effeithiol ac yn cael eu defnyddio?
- A yw awgrymiadau a sylwadau dysgwyr wedi cael eu hystyried wrth ddatblygu'r strategaeth hon?
- A yw dysgwyr wedi cael eu paratoi'n llawn at lansio strategaeth newydd?

Pwysigrwydd cynnwys rhieni a gofalwyr wrth ddatblygu a gweithredu eich strategaeth gwrth-fwlio

6.19 Mae'n hanfodol bod plant a phobl ifanc yn cael eu haddysgu, gartref ac yn yr ysgol, ynghylch datblygu a chynnal cydberthnasoedd sy'n dangos parch. Dyma'r conglfaen y mae ymddygiad cadarnhaol yn seiliedig arno.

6.20 Mae gan rieni a gofalwyr rôl bwysig i'w chwarae, fel rhan o gymuned yr ysgol, o ran ysgwyddo cyfrifoldeb am ymddygiad eu plentyn yn yr ysgol a'r tu allan iddi; mae gan

ysgolion gyfrifoldeb o’r fath hefyd (ceir rhagor o wybodaeth yn adran 6.27 ynghylch cyfrifoldeb ysgol am ymddygiad dysgwyr y tu allan i’r ysgol).

6.21 Mae gwaith partneriaeth rhwng yr ysgol a rhieni a gofalwyr i gynnal safonau uchel o ran ymddygiad ac i annog parch a charedigrwydd tuag at bobl eraill yn hanfodol. Mae Llywodraeth Cymru yn cefnogi swyddogion ymgysylltu â theuluoedd, sy'n cael eu cyflogi gan ysgolion i helpu i feithrin perthynas gadarnhaol o ymddiriedaeth rhwng eu hysgolion a theuluoedd drwy bontio'r bwlch rhwng bywyd ysgol a bywyd y cartref. Drwy gynnig cymorth ac arweiniad, maent yn sicrhau bod rhieni a gofalwyr yn teimlo bod rhywun yn gwrando arnynt a'u bod yn ymgysylltu â'r ysgol. Maent yn gweithio i wella lefelau presenoldeb drwy ddeall y ffactorau ehangach a allai fod yn atal y plentyn rhag bod eisiau mynychu'r ysgol, ac yn gweithio gyda theuluoedd i fynd i'r afael â'r rhain.

6.22 Rydym yn cydnabod y gall materion sy'n ymwneud â phresenoldeb, ymddygiad a gwaharddiadau gael effaith ar lesiant plant. Gall atal pryderon presenoldeb ac ymddygiad rhag gwaethygu, drwy'r cymorth cywir, gadw dysgwyr i ymgysylltu â'u haddysg. Mae gennym gyfoeth o ganllawiau i gefnogi ymarferwyr i gefnogi dysgwyr.

6.23 Bydd Gwahardd o ysgolion ac unedau cyfeirio disgyblion yn cael ei ddiweddaru yn ystod 2025/2026. Bydd pecyn cymorth ar ymddygiad ar gyfer ymarferwyr hefyd yn cael ei gyhoeddi yn ystod 2025.

6.24 Dylai ysgolion ymgysylltu â rhieni a gofalwyr, gan ystyried y canlynol wrth ddatblygu a chyflwyno eu strategaeth wrthfwlio:

- A ydynt yn ymwybodol o’r strategaeth newydd neu’r strategaeth bresennol?
- A ydynt yn gwybod sut byddai’r ysgol yn dymuno iddynt roi gwybod am unrhyw bryderon, a sut i fynd ati’n briodol i uwchgyfeirio materion os na fyddant yn fodlon â chanlyniad eu pryder gwreiddiol?
- A ydynt yn gwybod pwy y gallant siarad â nhw i fynegi pryder am fwlio a pha dystiolaeth y dylent ei darparu?
- A ymgysylltwyd â nhw i gefnogi eu plant a chynnal gweledigaeth a gwerthoedd yr ysgol?
- Os ydynt yn gwybod bod rhagfarn a gwahaniaethu yn annerbyniol yng nghymuned yr ysgol, gall hynny helpu ysgol i fynd i’r afael ag achosion pan fyddant yn codi.
- Os byddant yn anfodlon â’r modd y bydd yr ysgol wedi ymdrin ag achos o fwlio y gwnaethant roi gwybod amdano, dylent fod yn ymwybodol o drefn gwynion yr ysgol.

6.25 Mae amrywiaeth o dechnegau y gall ysgolion eu defnyddio i sicrhau ymgysylltiad effeithiol â rhieni/gofalwyr, gan gynnwys:

- Ffurflenni adborth ar-lein

- Cyfarfodydd grŵp gyda staff a rhieni/gofalwyr

- Nosweithiau rhieni/gofalwyr i helpu teuluoedd i gefnogi eu plant i ddysgu, yn ogystal â rhoi cyfle i rieni/gofalwyr gynnig adborth o ansawdd ynghylch cynnydd eu plentyn a'r amgylchedd dysgu. Manteisiwch ar gyfleoedd eraill i hysbysu teuluoedd am y dulliau mwyaf effeithiol y gallant eu defnyddio i gefnogi dysgu a llesiant eu plentyn, a'u cefnogi i weithredu mewn ymateb i hyn, ee llunio gweithgareddau y gall dysgwyr weithio arnynt gyda'u teuluoedd, anfon negeseuon yn ddigidol neu roi negeseuon i'r plant fynd â nhw adref ac ati.

6.26 Mae ymgysylltu â theuluoedd yn elfen allweddol o ddull Ysgolion Bro Llywodraeth Cymru. Mae'r canllawiau *Datblygu trefniadau ar gyfer ymgysylltu â theuluoedd mewn Ysgolion Bro* sydd wedi'u cyhoeddi yn nodi sut mae teuluoedd yn teimlo eu bod yn cael eu croesawu, eu clywed a'u gwerthfawrogi mewn Ysgol Fro. Caiff eu hanghenion, ac anghenion eu plant, eu deall a'u diwallu. Cânt eu hannog i chwarae rhan weithredol yn nysgu eu plant, a'u cefnogi i ddefnyddio a gwella'r amgylchedd dysgu yn y cartref yn y ffordd orau, gan gynnwys nodweddion ffisegol y cartref, ond hefyd ansawdd y cymorth dysgu y maent yn ei ddarparu eu hunain. Mae'r canllawiau hyn yn nodi rhai o'r ffyrdd y gall ysgolion ddatblygu eu darpariaeth ar gyfer ymgysylltu â theuluoedd. Maent yn cynnig trosolwg i annog trafodaeth, a dolenni at ganllawiau perthnasol eraill lle y bo'n briodol. Caiff adnoddau pellach eu datblygu i ategu'r canllawiau hyn drwy barhau i ymgysylltu â'r sector.

Ymddygiad y tu allan i'r ysgol

6.27 Mae adran 89(5A) o Ddeddf Addysg ac Arolygiadau 2006 yn rhoi pŵer statudol i benaethiaid reoleiddio ymddygiad dysgwyr yn yr amgylchiadau hyn i'r graddau sy'n rhesymol; gall bwlio fod yn enghraifft o adeg pan fyddai penaethiaid yn defnyddio'r pŵer hwn. Yr ysgolion eu hunain sydd yn y sefyllfa orau i benderfynu beth sy'n rhesymol o dan eu hamgylchiadau penodol nhw. Fodd bynnag, mae paragraff 6.30 yn awgrymu ffactorau y gallai ysgol eu hystyried wrth wneud penderfyniadau o'r fath.

6.28 Er bod ysgolion yn gallu rheoleiddio ymddygiad penodol oddi ar safle'r ysgol, megis bwlio, bydd y sefyllfa yn cael ei thrafod gyda'r dysgwr, a bydd cam addas yn cael ei weithredu a'i adolygu.

Ymdrin ag achosion o gamymddwyn yn yr ysgol a'r tu allan i'r ysgol

6.29 Dylai polisïau effeithiol ynghylch ymddygiad yn yr ysgol, gwrthfwlio a disgyblaeth nodi'n glir beth yw'r disgwyliadau o ran ymddygiad cadarnhaol gan ddysgwyr y tu allan i'r ysgol. Mae hyn yn cynnwys ymddygiad yn ystod gweithgareddau a drefnir gan yr ysgol, megis lleoliadau profiad gwaith, ymweliadau addysgol a digwyddiadau chwaraeon, yn ogystal ag ymddygiad wrth deithio i'r ysgol ac oddi yno ac ymddygiad pan fyddant yn gwisgo gwisg yr ysgol (os oes un) mewn mannau cyhoeddus.

6.30 Mae'n rhaid i ysgolion weithredu'n rhesymol mewn perthynas â disgwyliadau ynghylch ymddygiad dysgwyr ac mewn perthynas ag unrhyw fesurau a bennir er mwyn rheoleiddio ymddygiad dysgwyr pan fyddant y tu allan i'r ysgol a heb fod o dan reolaeth neu ofal cyfreithlon aelod o staff ysgol. Dylai ysgolion benderfynu beth i'w ystyried wrth benderfynu a yw rheol neu sancsiwn yn rhesymol mewn achos penodol; gall yr angen i herio bwlio fod yn

enghraifft o achos pan fydd ysgolion yn gweithredu’r ddarpariaeth hon. Byddai'n synhwyrol i ysgol ystyried y ffactorau canlynol (efallai nad ydynt oll yn berthnasol i bob digwyddiad):

- Difrifoldeb y camymddwyn.
- A oedd y dysgwr/dysgwyr dan sylw yn gwisgo gwisg yr ysgol neu a ellid bod wedi ei adnabod/eu hadnabod yn rhwydd fel aelod/aelodau o’r ysgol.
- I ba raddau fyddai’r ymddygiad dan sylw yn arwain at ôl-effeithiau o ran rhedeg yr ysgol yn drefnus a/neu i ba raddau y gallai fod yn fygythiad i ddysgwr arall neu aelod o'r staff (ee bwlio dysgwr arall neu sarhau aelod o’r staff).
- A ddigwyddodd y camymddwyn dan sylw ar y ffordd i'r ysgol neu o'r ysgol (dylai ysgolion mewn cydweithrediad â'u hawdurdod lleol ystyried a ddylid gosod sancsiynau o dan y cod ymddygiad teithio neu'r polisi ymddygiad ysgol wrth fynd i'r afael â chamymddwyn ar y daith i'r ysgol ac oddi yno. Mae adran 5.21 o'r canllawiau hyn yn darparu mwy o wybodaeth am y ddarpariaeth hon).
- A ddigwyddodd y camymddwyn dan sylw y tu allan i gatiau’r ysgol neu yng nghyffiniau’r ysgol.
- A ddigwyddodd y camymddwyn pan oedd y dysgwr ar brofiad gwaith, yn dilyn cwrs addysg bellach fel rhan o un o raglenni’r ysgol neu’n cymryd rhan mewn digwyddiad chwaraeon gydag ysgol arall (hy pan fyddai disgwyl i’r dysgwr weithredu fel llysgennad ar ran yr ysgol), a allai effeithio ar y posibilrwydd o gynnig cyfleoedd i ddysgwyr eraill yn y dyfodol.
- A oedd y dysgwr/dysgwyr yn chwarae triwant.
- I ba raddau mae enw da’r ysgol wedi cael ei niweidio.

6.31 Gan ystyried ffactorau fel hyn, byddai, er enghraifft, achos cryf dros addysgu'r dysgwr yn y lle cyntaf; deall y rhesymau y tu ôl i ymddygiad fyddai'r cam cyntaf, a chyfyngiadau mwy ffurfiol fyddai'r dewis olaf, ar ôl i ddulliau cyfiawnder adferol gael eu disbyddu. Byddai achos cryf hefyd dros addysgu dysgwr yn y lle cyntaf am gam-drin pobl eraill yn eiriol, yn cynnwys aelodau’r cyhoedd, wrth deithio i’r ysgol ac oddi yno. Fodd bynnag, byddai’r achos dros ddisgyblu dysgwr am gam-drin rhywun sydd heb unrhyw gysylltiad â’r ysgol yn eiriol ar y penwythnos yn llawer gwannach. Wrth gwrs, nid yw hyn yn golygu na ddylai ysgolion ymddiddori mewn ymddygiad nad ydynt yn ei reoli. Gall cyswllt rhwng yr ysgol, rhieni a gofalwyr a phobl yn yr awdurdod lleol a’r gymuned ehangach sy’n gyfrifol am fynd i’r afael ag ymddygiad gwrthgymdeithasol a bwlio fod yn arbennig o berthnasol yn y cyd-destun hwn.

6.32 Efallai y bydd yn ddefnyddiol i ysgolion gysylltu pa bynnag ffactorau y byddant yn penderfynu eu defnyddio â set o amcanion cyffredinol sy’n nodi’n glir pam maent yn gweithredu polisi i reoleiddio ymddygiad, gan gynnwys strategaethau i herio bwlio a hyrwyddo cydberthnasoedd sy'n dangos parch y tu allan i'r ysgol. Gallai amcanion o’r fath gynnwys y canlynol:

- cynnal trefn dda ar gerbydau cludiant ac wrth gerdded neu seiclo i'r ysgol ac oddi yno, yn ystod ymweliadau addysgol neu mewn lleoliadau eraill megis profiad gwaith neu gyrsiau mewn colegau
- sicrhau bod dysgwyr yn ymddwyn mewn ffordd nad yw'n fygythiad i iechyd na diogelwch y dysgwyr, y staff nac aelodau o'r cyhoedd
- rhoi sicrwydd i ddysgwyr a allai deimlo eu bod yn cael eu bygwth neu eu brawychu gan ymddygiad lleiafrif bychan o'u cyfoedion neu gan ddieithriaid
- rhoi sicrwydd i aelodau'r cyhoedd ynghylch sut mae'r ysgol yn gofalu am ddysgwyr ac yn eu rheoli, ac felly amddiffyn enw da'r ysgol
- sicrhau bod aelodau unigol o staff yn cael eu hamddiffyn rhag ymddygiad niweidiol gan ddysgwyr yr ysgol pan na fyddant ar safle'r ysgol.

6.33 Bydd llawer o weithgareddau estynedig ysgolion yn digwydd y tu allan i safle'r ysgol. Gellir ymdrin ag ymddygiad yn ystod unrhyw weithgareddau o'r fath yn yr un modd ag yn achos unrhyw weithgaredd arall sy'n digwydd ar safle'r ysgol. Byddai'n rhesymegol ymdrin ag ymddygiad yn ystod gweithgareddau estynedig a gynhelir y tu allan i safleoedd ysgolion sydd heb eu goruchwylio gan staff yr ysgol yn yr un modd ag ymddygiad yn ystod lleoliadau addysg bellach, mewn colegau neu ar brofiad gwaith. Mae rhagor o wybodaeth a chanllawiau ar reoleiddio ymddygiad y tu allan i'r ysgol ar gael yn adran 5.18 a 5.19 o'r canllawiau hyn, yn y rhan ar Ddeddf Addysg ac Arolygiadau 2006.

Cynnwys holl staff yr ysgol yn y gwaith o ddatblygu a gweithredu'r strategaeth wrthfwlio

6.34 Dylai staff fod wedi'u paratoi'n dda i ymdrin ag unrhyw ddigwyddiadau y cânt eu hysbysu amdanynt a dylent deimlo'n hyderus i wneud hynny. Mae hynny yn cynnwys staff sy'n addysgu a staff eraill. Dylent ddisgwyl cael mwy o adroddiadau nag arfer pan gaiff strategaeth newydd ei lansio. Pan fydd plant a phobl ifanc yn mynegi eu pryderon, mae hynny'n arwydd cadarnhaol.

6.35 Efallai nad yw ysgolion sy'n dweud nad oes unrhyw fwlio yn digwydd yno wedi llwyddo i ennyn hyder eu dysgwyr. Pan fydd ysgolion yn dweud nad oes unrhyw fwlio yn digwydd yno, gallai hynny fod o ganlyniad i ddulliau aneffeithiol o roi gwybod am achosion neu ymatebion aneffeithiol. Efallai nad yw'r dysgwyr yn teimlo ei bod yn ddiogel mynegi eu pryderon, neu fod rhieni a gofalwyr wedi tynnu'r dysgwyr o'r ysgol mewn ymateb i'r bwlio. Efallai y bydd ysgolion sy'n dweud nad oes ganddynt unrhyw achosion o fwlio yn cael eu herio drwy'r broses arolygu i gadarnhau pa ddulliau mae'r ysgol yn eu defnyddio i sicrhau llesiant dysgwyr a'u bod yn cael eu cynnwys.

6.36 Os na fydd gan blant a phobl ifanc hyder y gwnânt lwyddo i sicrhau canlyniad da pan fyddant yn rhoi gwybod am beth sy'n digwydd iddynt, byddant yn tueddu i gadw'n dawel. Canfu Comisiynydd Plant Cymru fod 'ymddiriedaeth' yn thema a oedd yn cael ei mynegi'n rheolaidd gan blant. Daeth yn amlwg bod gallu siarad â rhywun y gellir ymddiried ynddo yn allweddol wrth fynd i'r afael â bwlio.

6.37 Efallai y bydd ysgolion yn canfod mai’r agwedd fwyaf heriol ar leihau bwlio yw sicrhau y gellir datrys achosion yn dda. Os bydd dysgwyr yn mynegi pryderon ac yna yn canfod na fydd ymyriadau yn gwneud unrhyw wahaniaeth, neu’n gwaethygu’r sefyllfa, byddant yn colli ffydd. Mae gwerthusiadau yn datgelu’n rheolaidd mai dyma’r elfen wannaf o strategaeth ysgol.

6.38 Mae adnodd ym mhecyn cymorth y canllawiau hyn yn cynnig rhagor o wybodaeth am ddulliau effeithiol o ymateb wrth gael gwybod am achosion o fwlio.

6.39 Bydd strategaeth wrthfwlio effeithiol ar ei mwyaf llwyddiannus pan fydd yn rhan o fframwaith ehangach yr ysgol, ac yn benodol, dull ysgol gyfan i fynd i’r afael ag iechyd a llesiant, sy’n cynnwys polisïau a gweithdrefnau trawsbynciol sy’n helpu i gyflawni’r strategaeth yn gyson ac yn gydlynol.

6.40 Mae'r cysylltiad rhwng bwlio ac iechyd meddwl yn hysbys. Ar ei fwyaf eithafol, mae pobl ifanc wedi cymryd eu bywydau eu hunain o ganlyniad i gael eu bwlio, felly mae brwydro yn erbyn hunanladdiad a hunan-niweidio mewn addysg yn faes blaenoriaeth.

6.41 Mae hunan-niweidio ymhlith plant a phobl ifanc oedran ysgol yn broblem real iawn, ac mae angen i bob un ohonom ei chymryd o ddifrif. Yn 2019 aethom ati i gyhoeddi canllawiau ar hunanladdiad a hunan-niweidio i athrawon, "Ymateb i faterion hunan-niweidio a theimladau hunanladdol ymhlith pobl ifanc", sy'n rhoi cyngor ymarferol ar sut i helpu dysgwyr. Maent yn cwmpasu dealltwriaeth gyffredinol o hunan-niweidio, arwyddion i gadw golwg amdanynt, awgrymiadau ar sut i gael y sgyrsiau perthnasol, a beth i'w wneud os byddant yn canfod bod disgybl yn hunan-niweidio.

6.42 Fel rhan o ddatblygu'r Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niwed newydd ar gyfer Cymru 2024-2034, aethom ati i ddadansoddi tystiolaeth gan randdeiliaid, a gyflwynwyd yn ystod ymgynghoriad cyhoeddus yn 2024, er mwyn deall yn well y ffactorau allweddol sy'n sbarduno hunanladdiad a hunan-niweidio yng Nghymru, gan gynnwys ffocws ar blant a phobl ifanc. Cyhoeddwyd adroddiad cryno yr ymgynghoriad ar 10 Hydref 2024, ac mae'n sail i ddatblygu'r strategaeth. Mae Amcan 3 y strategaeth newydd yn disgrifio dull cymorth sy'n targedu'r rhai sydd ei angen fwyaf, ac mae'n cydnabod bod ysgolion yn lleoliad allweddol. Gwyddom fod rhai grwpiau mewn cymdeithas, gan gynnwys rhai plant a phobl ifanc, mewn mwy o berygl o hunan-niweidio, er enghraifft merched iau. Mae angen inni sicrhau bod ganddynt fynediad at gymorth sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn pryd a lle mae ei angen arnynt.

6.43 Mae adran 7 o'r canllawiau hyn yn cynnig rhagor o wybodaeth am ddulliau llywodraethiant a datblygu polisi effeithiol.

7. Llywodraethiant

Polisi

7.1 Mae Llywodraeth Cymru yn argymell bod ysgolion a lleoliadau addysg yn datblygu eu polisi gwrthfwlio fel dogfen bolisi ar wahân, ond y dylai fod yn gysylltiedig â pholisi ymddygiad yr ysgol, y mae’n rhaid i bob ysgol ei chael yn unol â gofynion y gyfraith.

7.2 Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i bolisïau gwrthfwlio ysgolion a lleoliadau addysg amlinellu:

- gweledigaeth a gwerthoedd eu hysgol
- eu diffiniad o ystyr bwlio
- pam mae atal a herio bwlio yn bwysig
- sut eir ati i godi ymwybyddiaeth o fwlio
- sut bydd gwaith gwrthfwlio yn cael ei ymgorffori yn y cwricwlwm yn hytrach na chael sylw mewn digwyddiad blynyddol yn unig (megis yn ystod wythnos gwrthfwlio)
- sut caiff staff, dysgwyr, rhieni/gofalwyr a llywodraethwyr yr ysgol eu cynnwys yn y gwaith o ddatblygu a gweithredu’r polisi
- arwyddion a allai awgrymu bod plentyn neu berson ifanc yn cael ei fwlio
- sut bydd bwlio yn cael ei atal, gan gynnwys wrth deithio i’r ysgol ac oddi yno
- pryd bydd yr ysgol yn gweithredu mewn ymateb i fwlio sy’n digwydd y tu allan i’r ysgol
- sut bydd yr ysgol yn ymateb i achosion
- sut i roi gwybod am fwlio
- beth y gall dysgwyr ei ddisgwyl
- beth y gall rhieni/gofalwyr/cymuned yr ysgol/eraill ei ddisgwyl Sut bydd digwyddiadau yn cael eu cofnodi a’u monitro
- sut gall dysgwyr a/neu rieni/gofalwyr/cymuned yr ysgol/eraill uwchgyfeirio’r mater yn briodol os nad ydynt yn credu bod eu pryderon yn cael eu cymryd o ddifrif
- sut bydd yr ysgol yn gwerthuso ac yn adolygu ei pholisi a’i strategaeth.

Sicrhau bod y polisi yn effeithiol

7.3 Dylai'r dull cyffredinol a ddefnyddir gan yr ysgol fod yn glir i bob darllenydd, a dylid egluro canlyniadau a sancsiynau teg a chyson. Dylai’r polisi ategu gweledigaeth a gwerthoedd yr ysgol yn glir ac amlinellu amcanion cydraddoldeb yr ysgol i gyflawni Dyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010.

7.4 Dylid diweddaru'r polisi yn rheolaidd. Mae Llywodraeth Cymru yn argymell adolygu'r polisïau a'u diweddaru fel y bo'n berthnasol o leiaf bob tair blynedd, neu’n gynt na hynny, gan ystyried mentrau newydd neu newid ehangach mewn polisi. Fel rhan o’r adolygiad, argymhellir y dylid ymgynghori â phob aelod o gymuned yr ysgol, gan gynnwys staff, dysgwyr, rhieni/gofalwyr ac asiantaethau a sefydliadau cymorth, megis y gwasanaeth nyrsys ysgolion. Yn dilyn achos difrifol o fwlio, efallai y byddwch yn dymuno adolygu eich polisi a’ch strategaeth a gwneud newidiadau perthnasol.

7.5 Dylai'r polisi gwrthfwlio fod yn hawdd i’w ddefnyddio ac yn hysbys i bob aelod o staff sy’n addysgu a staff cymorth, i ddysgwyr ac i rieni a gofalwyr. Dylai ysgolion gyhoeddi'r polisi ar eu gwefannau. Lle nad yw hyn yn opsiwn, dylai ysgolion amlinellu'n glir ble mae

modd i'r staff, dysgwyr a rhieni a gofalwyr weld y polisi. Gall ysgolion hefyd fabwysiadu dull lle mae'r polisi, neu elfennau penodol ohono, ar gael i ddysgwyr yn ddigidol neu fel copïau caled. Gall hyn helpu i sefydlu'r polisi fel rhan o ddiwylliant yr ysgol a sicrhau bod y neges yn cyrraedd cartrefi dysgwyr hefyd.

7.6 Fel rhan o ddull yr ysgol o ddarparu cyfleoedd hyfforddi a datblygu rheolaidd, rydym yn argymell y dylai staff gael hyfforddiant rheolaidd ynghylch ei pholisi a'i gweithdrefnau gwrthfwlio, gan gynnwys hyfforddiant mewn perthynas ag unrhyw dueddiadau newydd neu bryderon sy'n dod i'r amlwg yn yr ysgol. Yn ystod eu cyfnod cynefino, dylid tynnu sylw pob aelod newydd o staff at y polisi, y dull a ddefnyddir gan eich ysgol a sut caiff y gweithdrefnau eu gweinyddu. Dylai goruchwylwyr meysydd chwarae, awr ginio a chludiant ysgolion, ynghyd â gweinyddwyr ysgolion fod yn llwyr ymwybodol o'r polisi a'r gweithdrefnau y dylent eu dilyn.

7.7 Nid dim ond â pholisi ymddygiad yr ysgol y dylai'r polisi gwrthfwlio gyd-fynd. Dylai hefyd gysylltu ag Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb a pholisïau gorfodol ehangach yr ysgol fel diogelu, presenoldeb, defnydd derbyniol o TGCh, diogelwch ar-lein, ymddygiad wrth deithio a gwahardd, ynghyd â gwaith asiantaethau ehangach sy'n cefnogi dysgwyr a'r ysgol. Bydd gofalu bod polisïau yn gyson â'i gilydd yn helpu ysgolion i sicrhau bod ganddynt ddull ysgol gyfan wrth ymdrin â materion sy'n cwmpasu mwy nag un elfen. Er enghraifft, pan fydd dysgwr yn absennol o'r ysgol, mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion weithio gyda'r dysgwr a'i rieni a gofalwyr ochr yn ochr â swyddogion ymgysylltu â theuluoedd a swyddogion lles addysg, lle bo hynny'n briodol, i benderfynu ar natur yr absenoldeb. Os canfyddir nad yw'r dysgwr yn dymuno dod i'r ysgol oherwydd bwlio, blaenoriaeth bennaf yr ysgol fydd mynd i'r afael â'r achos sydd wrth wraidd yr absenoldeb, sef y bwlio. Os bydd polisïau amrywiol mewn ysgol yn cael eu hysgrifennu gan unigolion neu grwpiau gwahanol, dylid eu harchwilio i sicrhau nad ydynt yn cynghori'n groes i'w gilydd gan greu anghysondeb. Dylai pob polisi ryngweithio'n llyfn ac yn gyson â'i gilydd, gan ddefnyddio'r un diffiniadau, yr un derminoleg a'r un gwerthoedd. Dylai'r polisïau amrywiol gyfrannu at ddull ysgol gyfan o ymdrin ag iechyd a llesiant.

8. Atal bwlio

Cynllunio: beth ddylid ei ystyried

8.1 Cyn penderfynu pa un o'r dulliau effeithiol niferus yr ydych am ei ddefnyddio, mae'n bwysig sicrhau bod strwythur o ryw fath yn ei le ar draws yr ysgol gyfan. Mae atal problem rhag codi yn y lle cyntaf yn elfen hanfodol o strategaeth wrthfwlio eich ysgol.

8.2 Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion fabwysiadu dull ysgol gyfan o hybu ymddygiad cadarnhaol rhwng staff a dysgwyr, a pharch rhwng unigolion, fel rhan o'u dull ysgol gyfan o ymdrin ag iechyd a llesiant. Dylai'r dull hwn gael ei blethu drwy holl weithgareddau'r ysgol, gan greu amgylchedd sy'n annog ymddygiad cadarnhaol ac yn mynd i'r afael ag achosion sylfaenol ymddygiad annerbyniol. Bydd hyn yn helpu i greu amgylchedd cynhwysol a deniadol lle bydd dysgwyr yn teimlo'n ddiogel ac yn barod i ddysgu.

Cyfathrebu Effeithiol

8.3 Dylai ysgolion fod yn ystyriol iawn o'r mathau o ymddygiad sy'n cael eu hybu yn eu lleoliadau. Dylid rhoi sylw i ymddygiad a gweithredu cadarnhaol, gan bwysleisio beth y dylai dysgwyr fod yn ei

wneud, yn hytrach na chanolbwyntio ar ymddygiad negyddol a diwylliant sy’n pwysleisio beth na ddylid ei wneud.

8.4 Bydd pob ysgol yn dod ar draws ymddygiad negyddol yn eu lleoliadau y mae’n rhaid ymdrin ag ef. Fodd bynnag, dylai ysgolion ystyried a yw ymddygiad negyddol yn cael gormod o sylw. Os yw hyn yn digwydd, dylai ysgolion greu ymdeimlad mai ymddygiad cadarnhaol yw’r norm drwy roi sylw amlwg i ymddygiad sy’n llesol i eraill, caredigrwydd, teyrngarwch ac ysbryd cydweithio, gan sicrhau nad yw ymddygiad negyddol, megis bwlio, yn cael sylw amlwg. Er y bydd yr ymddygiad nas dymunir yn parhau i gael ei drin mor drylwyr ag yr oedd yn flaenorol, ni fydd y pwyslais diddiwedd ar beth na ddylai dysgwyr ei wneud.

Teilwra ymyriadau

8.5 Efallai na fydd plant ifanc sy’n bwlio eraill drwy eu sarhau yn deall bob amser beth yw’r niwed maent wedi’i achosi, ac efallai mai ailadrodd beth maent wedi’i glywed gartref neu yn y gymuned y maent. Gall gwaith adferol sensitif ac addysg fod yn effeithiol yn yr achosion hyn. Gellir defnyddio gweithgareddau grŵp i ystyried pam mae rhai geiriau yn annerbyniol, yn ogystal â chyfarfodydd gyda rhieni a gofalwyr, a ddylai gael eu hatgoffa o werthoedd yr ysgol. Gall ymgysylltu effeithiol â rhieni a gofalwyr er mwyn datblygu’r gwerthoedd a’r strategaeth wrthfwlio yn eich ysgol o’r dechrau cyntaf annog dysgwyr a’u teuluoedd i fabwysiadu’r gwerthoedd a rennir yn y gymuned ehangach hefyd.

8.6 Pan fydd pobl ifanc yn cyrraedd llencyndod, maent yn fwy tebygol o gael eu dylanwadu gan eu cyfoedion. Dylai ymyriadau ddigwydd ar lefel yr ysgol gyfan felly, gan gynnwys holl ddysgwyr ysgol neu leoliad addysg er mwyn i'r farn brif ffrwd gael ei chlywed.

Cwricwlwm i Gymru

8.7 Mae gwersi unigol neu weithgareddau sy'n blitsio thema am gyfnod byr yn llai tebygol o lwyddo na gwaith sydd wedi’i ymgorffori yn y cwricwlwm sy’n mynd ati fesul cam i ymdrin â chydberthnasoedd, ymddygiad cadarnhaol a gwydnwch personol.

8.8 Mae fframwaith Cwricwlwm i Gymru yn rhoi'r cyfle i bob ysgol yng Nghymru gynllunio a mabwysiadu eu cwricwlwm eu hunain. Mae'n annog ysgolion i greu eu gweledigaeth eu hunain ar gyfer eu dysgwyr yng nghyd-destun y pedwar diben a'r dysgu a ddiffinnir ar lefel genedlaethol. Mater i'r ysgolion a’r ymarferwyr, gan dynnu ar ganllawiau ac adnoddau, yw dewis pa brofiadau, gwybodaeth a sgiliau penodol fydd yn helpu eu dysgwyr i wireddu’r pedwar diben. Caiff hynny ei bennu o fewn y cysondeb a ddarperir gan y fframwaith cenedlaethol.

Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles

8.9 Mae Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles yn darparu strwythur holistaidd ar gyfer deall iechyd a lles. Mae’n ymwneud â datblygu gallu dysgwyr i wynebu heriau a chyfleoedd bywyd. Elfennau sylfaenol y maes yw iechyd a datblygiad y corff, iechyd meddwl, a lles emosiynol a chymdeithasol. Bydd yn cefnogi dysgwyr i ddeall a gwerthfawrogi sut mae gwahanol elfennau iechyd a lles yn gysylltiedig â’i gilydd. Mae hefyd yn cydnabod bod iechyd a lles yn bwysig er mwyn gallu dysgu'n llwyddiannus.

8.10 Dylai’r dull ysgol gyfan fod yn sail i gynllunio, dysgu ac addysgu llwyddiannus yn y maes hwn o'r cwricwlwm, a dylai hefyd ategu'r elfennau hynny, gan eu bod yn mynd law yn

llaw. Dylai dull ysgol gyfan o ymdrin ag iechyd a lles ymdreiddio i bob agwedd ar fywyd ysgol a chael ei gefnogi gan arferion a pholisïau’r ysgol.

Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb

8.11 Mae Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb (ACRh) yn orfodol o fewn Cwricwlwm i Gymru mewn ysgolion a gynhelir, a'i nod yw cadw plant a phobl ifanc yn ddiogel rhag niwed. Mae'r Cod ACRh gorfodol yn nodi camau dysgu sy'n briodol i ddatblygiad y dysgwyr, ac mae'n cynnwys ystod o faterion fel cydberthnasoedd iach, cadw'n ddiogel, ar-lein ac all-lein, a bod yn hyderus i godi materion gydag oedolion cyfrifol.

8.12 Nod ACRh yw lleihau pob math o fwlio a gwahaniaethu, a chefnogir dysgwyr i ddatblygu dealltwriaeth o natur ac effaith gymdeithasol, emosiynol, corfforol a chyfreithiol ymddygiad niweidiol, ac ymwybyddiaeth o gyfreithiau sydd ar waith i amddiffyn rhag gwahanol fathau o wahaniaethu, trais, cam-drin, esgeuluso ac aflonyddu.

8.13 Mae'r rhan o'r Cod ACRh sy'n ymwneud â 'Grymuso, Diogelwch a Pharch' yn nodi'r gofyniad i ysgolion gefnogi dysgwyr i ddatblygu empathi, caredigrwydd a thosturi tuag at ei gilydd, a'u grymuso â'r hyder i fanteisio ar y cymorth sydd ar gael os ydynt yn poeni am eu diogelwch eu hunain neu ddiogelwch pobl eraill.

Dulliau wedi'u targedu

8.14 Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion fabwysiadu a chynnal dull ysgol gyfan, er mwyn meithrin diwylliant ysgol cefnogol a gwerthoedd a rennir. Gall hyn helpu i alluogi a grymuso dysgwyr i feithrin a chynnal y sgiliau cymdeithasol a fydd yn caniatáu iddynt reoli perthynas ag eraill a sicrhau y gallant ymateb i fwlio mewn ffordd briodol, ac os bydd angen hynny, mewn ffordd gref a phendant. Mae’r dull hwn o ymdrin â bwlio yn caniatáu i’r pwnc gael ei gyflwyno’n raddol mewn ffordd briodol, yn hytrach na chael ei drafod mewn gwers sy’n digwydd unwaith. Ar draws y cwricwlwm, gall defnyddio llenyddiaeth, deunydd clyweledol, drama, cerddoriaeth, trafodaethau ac ymweliadau ag ysgolion a thripiau o'r ysgol helpu i ddatblygu dealltwriaeth dysgwyr.

8.15 Mae mentrau wedi’u targedu yn gyfle i atgyfnerthu diwylliant ysgol cadarnhaol a chynhwysol. Gall hyn gynnwys diwrnodau ymwybyddiaeth, gweithdai, cyfeirio dysgwyr at ffynonellau penodol, a sesiynau galw heibio, ynghyd â chynnwys y gymdogaeth ehangach a defnyddio amrywiaeth o sefydliadau i addysgu dysgwyr ynghylch cydraddoldeb ac amrywiaeth.

8.16 Ni ddylai ysgolion gael eu cyfyngu i ddyddiadau sydd wedi’u neilltuo'n benodol ar gyfer gweithgareddau atal bwlio wrth fynd ati i gyflwyno mentrau sydd wedi'u targedu. Mewn gwirionedd, mae cyfyngu trafodaethau ar faterion cydraddoldeb neu wahaniaethu i ddigwyddiadau sy’n cael eu trefnu a’u hysbysebu yn unig yn golygu bod cyfleoedd niferus i fanteisio ar gyfleoedd dysgu digymell, megis straeon newyddion cyfoes, yn cael eu colli.

9. Ymateb pan fydd bwlio yn digwydd

9.1 Mae’n rhaid i ysgolion gydymffurfio â’u dyletswydd gyfreithiol i ddiogelu a hybu lles dysgwyr ac unrhyw ddyletswyddau cyfreithiol eraill. Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i bennaeth a chorff llywodraethu pob ysgol sicrhau bod yr holl athrawon a’r staff gweinyddol yn ymwybodol o bolisi gwrthfwlio eu hysgol a’r gweithdrefnau y dylid eu dilyn os bydd dysgwr yn dweud ei fod yn cael ei fwlio.

9.2 Dylai staff gofio y gall dysgwr droi at unrhyw aelod o staff y mae’n ymddiried ynddo. Bydd hyfforddiant a diweddariadau rheolaidd ar gyfer staff yn sicrhau eu bod yn fwy parod a hyderus i sylwi ac ymateb pan fydd achos o fwlio yn codi. Dylai'r holl staff ddeall gweithdrefnau eu hysgol sy’n amlinellu’r camau y dylid eu dilyn i ymdrin â bwlio, a dylid eu gweithredu yn gyson ac yn deg. Bydd hyn yn helpu i sicrhau y caiff yr un weithdrefn ei dilyn pan fydd dysgwr yn hysbysu staff am achos o fwlio, pwy bynnag fydd yr aelod o staff y bydd y dysgwr yn troi ato.

9.3 Mae strategaethau llwyddiannus yn darparu fframwaith cyson ynghyd ag opsiynau yn ôl y sefyllfa. Mae bwlio yn ymddygiad cymhleth, a dylai'r ymateb fod yn briodol, gan ddilyn canllawiau fframwaith safonol ar yr un pryd. Dylai strategaeth wrthfwlio ysgol ganolbwyntio ar y plentyn, ac ni ddylid colli golwg ar anghenion y dysgwr, boed yn darged neu’n dramgwyddwr, neu'n wyliedydd. Os bydd yr ymateb yn rhy gyffredinol, yn rhy lawdrwm neu os na fydd yn ddigon diffuant, gall yr effaith fod yn groes i’r hyn a fwriedir. Wrth ddatblygu eu strategaeth wrthfwlio, dylai ysgolion gydweithio â dysgwyr a rhieni a gofalwyr i sicrhau bod pawb sy’n rhan o gymuned yr ysgol yn deall y gweithdrefnau i’w dilyn pan fydd achosion o fwlio, eu bod yn cytuno iddynt ac yn eu gweithredu.

9.4 Bydd ysgolion effeithiol yn defnyddio pob digwyddiad fel cyfle i ddysgu. Rôl yr ysgol yw meithrin a helpu dysgwyr i ddeall eu bod yn y broses o ddysgu er mwyn tyfu'n ddinasyddion gwybodus at y dyfodol.

Dylid gweithio gyda phob parti

9.5 Ochr yn ochr â'r cymorth a ddarperir i darged unrhyw fwlio, dylai ysgolion hefyd sicrhau bod y rhai sy'n gyfrifol am y bwlio hefyd yn cael help, cefnogaeth a chyfle i newid eu hymddygiad fel rhan o ddull cyfiawnder adferol. Gellir gwrando'n effeithiol ar y rhai sy'n bwlio eraill ynghyd â'u haddysgu am sgiliau ymwneud ag eraill. Dylid rhoi arweiniad iddynt i allu adnabod ac ymdopi â theimladau anodd, a dysgu sgiliau cyfathrebu cadarnhaol. Gall bwlio fod yn arwydd o broblem fwy yn yr ysgol, yn y cartref neu mewn agwedd arall ar fywyd plentyn neu berson ifanc. Gall materion fel trais yn y cartref, rhieni yn cosbi, esgeulustod, profedigaeth neu rieni a gofalwyr yn gwahanu ddod i’r amlwg wrth weithio gyda dysgwyr sy’n bwlio. Dylai staff gael eu paratoi mewn ffordd briodol ar gyfer datgeliadau o’r fath fel rhan o hyfforddiant ehangach, megis hyfforddiant diogelu. Bydd ysgolion sydd â diwylliant agored a phrotocolau diogelu da yn ymateb i bob unigolyn sy’n gysylltiedig ag achos o fwlio. (Gweler y cyfeiriad at ‘Fwlio a diogelu’ yn adran 2 o'r canllawiau hyn.)

9.6 Dylai ysgolion hefyd gefnogi gwyliedyddion bwlio. Efallai y bydd plant a phobl ifanc sy’n gweld bwlio yn digwydd ac yn gwneud dim i helpu’r targed neu i atal y sefyllfa yn teimlo’n wael neu’n euog am hynny yn ddiweddarach. Mae gwyliedyddion sy'n chwerthin neu’n ymuno yn y bwlio mewn perygl o ddatblygu i fod yn fwlis eu hunain. Dylai ysgolion sicrhau

bod plant a phobl ifanc sy’n wyliedyddion yn deall bod ganddynt y pŵer i herio hynny, naill ai drwy ymyrryd, os byddant yn teimlo ei bod yn ddiogel gwneud hynny, neu drwy hysbysu aelod o staff neu oedolyn y maent yn ymddiried ynddo yn syth.

9.7 Mae’n bwysig addysgu dysgwyr drwy eu helpu i ddatblygu gwydnwch personol drwy ymarfer y sgiliau datrys problemau a phendantrwydd sydd eu hangen arnynt i herio ymddygiad annerbyniol, cadw eu cam eu hunain a chadw cam eu cyfoedion a theimlo’n ddiogel.

Dulliau o roi gwybod am fwlio

9.8 Gall dysgwyr ddatgelu digwyddiad neu achosion o fwlio mewn amrywiol ffyrdd, ac i unigolyn y maent yn ei ystyried yn oedolyn dibynadwy. Dylai ysgolion fynd ati eu hunain i gynnig amrywiol ffyrdd i ddysgwyr roi gwybod am fwlio. Gall y rhain gynnwys:

- Cefnogwyr cyfoedion neu ‘gyfeillion’ wedi’u hyfforddi
- Lle tawel a phreifat i siarad
- Arweinwyr bugeiliol a staff gwrthfwlio ar gael ar adegau allweddol
- Nyrsys neu gwnselwyr ysgol
- Cardiau 'Rwy'n dymuno i'm hathro/hathrawes wybod'
- Blychau adborth.

Gwrando effeithiol

9.9 Mae'r sawl sy’n darged unrhyw fwlio yn tueddu i deimlo’n ddi-rym. Un o’r camau cyntaf wrth ymateb i ddigwyddiadau yw adfer eu gallu i wneud dewisiadau drostynt eu hunain. Gan ddefnyddio technegau gwrando effeithiol, gall staff (neu gyd-ddysgwr) helpu’r dysgwr sy’n cael ei dargedu i deimlo ei fod yn gwneud rhywbeth am y broblem. Pan fydd y plentyn neu’r person ifanc sy’n cael ei dargedu yn siarad, ewch ati’n bwyllog i gydnabod y dicter neu’r gofid y mae'n ei deimlo. Os bydd angen amser arno i brosesu ei feddyliau neu gyfleu’r stori, ceisiwch beidio â’i ruthro. Dylai staff gofio y gallai dod i roi gwybod am yr hyn sy’n digwydd ofyn am gryn dipyn o ddewrder. Diolchwch i’r dysgwr am roi gwybod am y broblem. Eglurwch wrtho beth fydd y camau nesaf mewn ymateb i’w bryderon. Fe wnaiff hyn helpu i gynnig sicrwydd iddo bod ei bryderon yn cael eu cymryd o ddifrif.

Ystyriwch y lleoliad

9.10 Dylai staff ystyried yr amgylchedd lle cynhelir trafodaethau ynghylch bwlio gyda dysgwyr. Gall sicrhau bod y lleoliad yn niwtral ac yn cynnig digon o breifatrwydd olygu’r gwahaniaeth rhwng parodrwydd ac amharodrwydd dysgwr i drafod. Argymhellir y dylai staff eistedd ar yr un lefel â’r dysgwr sy’n sôn am ei brofiad o gael ei fwlio. Gall gosod cadeiriau ar ychydig o ongl yn hytrach nag yn union gyferbyn â’i gilydd hefyd helpu i leihau unrhyw ymdeimlad ymwybodol neu anymwybodol o wrthdaro neu wrthwynebiad. Sicrhewch breifatrwydd er mwyn atal dysgwyr eraill rhag clywed beth sy’n cael ei ddweud neu weld cyfarfod yn cael ei gynnal, ond i sicrhau arfer gorau o ran diogelu, dylai fod yn bosibl i staff eraill arsylwi’r cyfarfod.

Cadw tystiolaeth

9.11 Dylai dysgwyr sy’n cael eu bwlio gael eu hannog, pan fo hynny’n bosibl, i gadw tystiolaeth o’r gweithgarwch. Gall tystiolaeth gynnwys bygythiadau neu ddelweddau a gaiff eu hanfon ar-lein neu all-lein drwy gyfrwng negeseuon, sgyrsiau, nodiadau neu

ddelweddau, dillad neu eitemau eraill sydd wedi’u difrodi, sgyrsiau neu nodiadau ar-lein. Efallai y bydd gwyliedyddion hefyd yn gallu darparu datganiad tyst neu dystiolaeth ychwanegol. Dylid nodi’r dyddiadau a’r amseroedd pan ddigwyddodd pethau. Gellir cadw cipluniau o sgriniau fel tystiolaeth ar-lein.

10. Ymyriadau

10.1 Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion weithredu dull cyson o herio bwlio, un sy’n defnyddio amrywiol adnoddau i gyflawni’r polisi gwrthfwlio. Fe wnaiff hyn alluogi staff i ddewis yr ymyriadau mwyaf priodol, sydd fwyaf addas yn eu tyb nhw i ymdrin ag anghenion unigol pob achos ar yr adeg briodol.

10.2 Mae bwlio yn niweidio hunan-barch iach, gan ddisodli credoau cadarnhaol unigolion amdanyn nhw eu hunain ac annog credoau sy’n gysylltiedig â chywilydd, ffieidd-dod, beirniadaeth, analluogrwydd, diffyg grym a diymadferthedd. Wrth benderfynu ar y camau nesaf i wella hunan-gred y dysgwr sy’n rhoi gwybod ei fod yn cael ei fwlio, dylai staff geisio cynnwys penderfyniadau a wneir gan y dysgwr ei hun pan fo hynny’n briodol. Efallai y bydd staff am gynnig rhai dewisiadau, oni bai bod gwneud hynny yn golygu risg o dystiolaeth o niwed sylweddol. Mewn achos felly, dylai staff ddilyn gweithdrefnau diogelu eu hysgol. Gall y dewisiadau a gynigir i’r dysgwr sy’n cael ei dargedu gynnwys:

- Sut y gellid ymdrin â’r digwyddiad
- P’un a ddylid rhoi ystyriaeth fanylach i wneud newidiadau i daith bresennol y dysgwr i’r ysgol ac oddi yno
- P'un a hoffai'r dysgwr gael help gan gyfoedion, oedolyn dibynadwy, gweithgaredd grŵp fel clwb neu weithgaredd amser cinio.

10.3 Gall ymyriadau ddigwydd ar lefel dosbarth, ar lefel grŵp blwyddyn, neu gyda’r unigolion sy’n gysylltiedig â'r digwyddiad bwlio yn unig.

10.4 Mae amrywiaeth o ddulliau ymyrryd ar gael y gall ysgolion ddewis eu defnyddio. Dyma rai enghreifftiau:

Cyfryngu

Mae hyn yn golygu helpu'r tramgwyddwr a'r targed i drafod y mater a chytuno ar ateb.

Dulliau adferol

Yn seiliedig ar werthoedd, sy’n gwahaniaethu rhwng yr unigolyn a’r ymddygiad. Maent yn annog atebolrwydd ac yn ceisio unioni unrhyw niwed a achosir mewn sefyllfa.

Meithrin gwydnwch personol

Cryfhau gallu'r dysgwr i ymdopi, addasu neu ddod dros achos o fwlio neu wynebu trawma, straen neu ddioddef arall yn effeithiol. Arfogi dysgwyr â sylfaen gadarn neu wydnwch emosiynol drwy sicrhau eu bod yn teimlo eu bod yn cael eu derbyn.

Cefnogaeth cyfoedion

Mae hyn yn ymwneud â sicrhau bod plant a phobl ifanc yn teimlo eu bod yn cael eu derbyn a’u cynnwys gan ddysgwyr eraill. Gall helpu unigolion i deimlo eu bod yn perthyn mewn ysgol, a gall fod yn ffactor pwysig wrth leihau bwlio a gwrthdaro. Gellir annog hyn drwy ddulliau ffurfiol ac anffurfiol mewn ysgolion.

Sancsiynau gan yr ysgol

Gall ysgolion ddefnyddio sancsiynau disgyblu, fel y nodir yn eu polisïau, i fynd i'r afael â bwlio. Bydd canlyniadau'r bwlio yn adlewyrchu difrifoldeb y digwyddiad fel bod eraill yn gweld bod bwlio yn annerbyniol.

10.5 Mae amrywiol raglenni y gall ysgolion eu mabwysiadu i fynd i'r afael â bwlio. Mater i ysgolion unigol yw pennu'r dull mwyaf effeithiol o fynd i'r afael â bwlio a gweithredu polisïau gwrthfwlio yn eu hysgol; mae hyn yn cynnwys pa raglenni, os o gwbl, y byddant yn dewis eu gweithredu i gefnogi'r ddarpariaeth hon.

10.6 Mae cyfleoedd dysgu rheolaidd ar gael ar gyfer dosbarth neu grŵp blwyddyn cyfan, y gellir eu gweithredu heb grybwyll enw'r sawl a roddodd wybod am y bwlio. Bydd hyn yn amddiffyn yr unigolyn rhag dial.

10.7 Dylai'r ysgol ymdrin ag unigolyn sy'n bwlio yn unol â'r gweithdrefnau a'r dull gweithredu cymeradwy yn yr ysgol os canfyddir ei fod wedi gweithredu'n amhriodol; ond bydd yn rhaid caniatáu i dramgwyddwyr gyfleu'r digwyddiad o'u safbwynt nhw a chael gwrandawiad teg cyn gwneud unrhyw benderfyniadau.

10.8 Wrth bennu'r ymateb neu'r sancsiynau mwyaf priodol i fynd i'r afael â bwlio, mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion ystyried yr effaith y gallai ymateb ei chael yn ehangach ac yn y tymor hir ar bob parti. Dylent ystyried a fydd hyn yn debygol o helpu i fynd i'r afael ag achosion sylfaenol y bwlio sy'n digwydd a sut y gallai ymyriadau sicrhau'r effaith fwyaf o ran atal y broblem rhag parhau neu godi eto.

10.9 Dylai ysgolion ystyried pa ymyriadau sy'n briodol ac ystyried yn ofalus a yw'r cam gweithredu yn mynd i'r afael â'r mater go iawn neu ddim ond yn ei atal am y tro. Wrth ddarparu ymyriadau, dylid ystyried yr effaith ar y dysgwr unigol, ac ni ddylid tynnu dysgwr sy'n cael ei fwlio o'r ysgol. Er y gallai hyn lwyddo yn y tymor byr iawn i ddiogelu'r dysgwr rhag rhagor o niwed uniongyrchol, gallai niweidio ei hunan-barch a'i lesiant emosiynol, a grymuso'r tramgwyddwr. Mae hefyd yn anfon neges bod y bwlio yn dderbyniol, mae'n tarfu ar addysg y targed, a gallai ei gwneud yn anoddach iddo ailintegreiddio. Nid yw'n strategaeth addas, felly, i fynd i'r afael ag achos sylfaenol y broblem nac yn darparu ateb gwirioneddol.

Os ystyrir ei bod yn briodol, gallai'r ysgol gynnig darpariaeth ar y safle (ar gyfer y naill ddysgwr neu'r llall) er mwyn sicrhau llonydd i'r targed. Dylai ysgolion wneud pob ymdrech i ofalu bod dysgwr sy'n cael ei fwlio yn gallu mynychu'r ysgol ac yn teimlo'n ddiogel i wneud hynny.

Beth sy'n digwydd pan nad yw'r ymyriad yn llwyddo?

10.10 Nid yw'n gynhyrchiol parhau i ddefnyddio ymyriad i ymdrin ag achos o fwlio os na fydd y dull gweithredu wedi llwyddo. Os na fydd ymyriad yn llwyddo fel y dylai, dylid rhoi cynnig ar ddulliau gweithredu eraill. Ni ddylai ysgolion ystyried bod y mater wedi'i ddatrys ar sail cwblhau'r ymyriad, os bydd y canlyniad yn aflwyddiannus.

10.11 Os bydd digwyddiadau yn cael eu nodi'n gyson mewn perthynas ag unigolyn, neu os rhoddir gwybod yn gyson bod yr un tramgwyddwr yn bwlio eraill, bydd angen ymateb gwahanol. Efallai na fydd rhai dulliau gweithredu yn addas ar gyfer achosion penodol. Er enghraifft, os bydd anghydbwysedd grym yn ddigon difrifol i wneud i'r targed ofni'r

tramgwyddwr, efallai na fydd yn ddoeth defnyddio dulliau adferol tan yn ddiweddarach, ar ôl rhoi sylw i'r cydbwysedd grym.

Pan fydd ymyriadau yn methu neu pan na fyddant yn cael effaith fawr

10.12 Gall achosion sy'n parhau er gwaethaf ymdrechion i'w datrys beri gofid aruthrol i ddysgwyr a'u rhieni a gofalwyr. Pan fydd ysgol yn ymateb gan ddweud ei bod wedi dilyn ei pholisi gwrthfwlio, mae'n bosibl y bydd sefyllfa ddiddatrys. Bydd yr ysgol yn mynnu ei bod yn ymdrin â'r mater ond nid yw'r targed a'i rieni a gofalwyr yn gweld unrhyw welliant yn y sefyllfa.

Gweithredu cadarnhaol

10.13 Pan fydd hyn yn digwydd, a'r dystiolaeth yn awgrymu nad yw'r cynllun gweithredu presennol yn llwyddo, mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion weithio gyda'r dysgwyr dan sylw a'u rhieni a gofalwyr i adolygu'r achos, ac os bydd hynny'n ofynnol, dylid rhoi cynnig ar ymyriad newydd. Os bydd achosion yn anodd eu datrys, bydd adolygiadau a chyfathrebu rheolaidd rhwng pob parti yn hanfodol i sicrhau bod ymyriadau yn gweithio'n briodol.

10.14 Ni fydd ymddygiad anodd yn gwella mewn ffordd gyson bob amser. Gallai wella am ychydig ac yna gymryd cam yn ôl. Efallai na fydd hynny'n awgrymu nad yw'r dull yn llwyddo, ond y dylid parhau i'w ddefnyddio, ei gryfhau neu ei newid ychydig. Os na fydd yn llwyddo o gwbl, dylid llunio cynllun newydd.

10.15 Gall cynlluniau gynnwys gwaith i'w wneud gan y teulu yn y cartref. Efallai y bydd ysgolion am atgoffa rhieni a gofalwyr y dylent gefnogi gwerthoedd yr ysgol. Os mai yn y cartref neu'r gymuned y mae ffynhonnell ymddygiad sy'n gysylltiedig â rhagfarn, dylid cydnabod hynny a cheisio cymorth yn yr ardal leol.

Hawl rhieni a gofalwyr i uwchgyfeirio'r mater

10.16 Ar ôl hysbysu'r ysgol am fater sy'n ymwneud â bwlio, os bydd dysgwr neu ei rieni/gofalwyr yn teimlo nad yw'r ysgol wedi cymryd y mater o ddifrif neu heb ymateb i'w pryder i safon foddhaol, gallant gyflwyno cwyn ffurfiol.

10.17 O dan adran 29 o Ddeddf Addysg 2002, mae'n ofynnol i lywodraethwyr ysgolion sefydlu gweithdrefn gwyno a rhoi cyhoeddusrwydd iddi, gan sicrhau y gall unrhyw un sydd â buddiant yn yr ysgol gyflwyno cwyn, a bod yn ffyddiog y caiff ei hystyried yn briodol a heb oedi.

10.18 Rhaid i bolisi cwynion ysgol fod ar gael gan yr ysgol neu gorff llywodraethu'r ysgol pan ofynnir amdano. Mae'n rhaid i'r polisi egluro'r broses i'w dilyn i gyflwyno cwyn fel bod yr achwynydd yn deall sut bydd corff llywodraethu'r ysgol yn ymdrin â'r mater.

10.19 Yn unol ag egwyddorion CCUHP, dylid rhoi gwrandawiad i bob plentyn a pherson ifanc a'u trin â pharch. Dylai ysgolion sicrhau bod dysgwr sy'n gwneud cwyn wedi deall yn llawn beth sydd wedi'i nodi ar y ffurflen gwyno ac unrhyw benderfyniadau a allai ddeillio o hynny.

10.20 Dylid cofnodi gwybodaeth er mwyn galluogi'r ysgol i:

- Ddeall natur y gŵyn yn glir

- Hysbysu’r achwynydd yn rheolaidd am y sefyllfa ddiweddaraf o ran yr ymateb i’w gŵyn
- Gwneud addasiadau rhesymol i amserlenni os yw’r gŵyn yn gymhleth
- Cadw cofnod cywir o’r gŵyn a’r broses a ddilynir
- Monitro hynt cwyn
- Cofnodi beth sydd wedi cael ei wneud a beth sydd angen ei wneud
- Darparu tystiolaeth i ddangos bod y gŵyn wedi cael ei hystyried yn briodol
- Cofnodi gwybodaeth y gellir cyfeirio ati yn y dyfodol, gan gofio y gall achosion o fwlio ailddigwydd, felly dylai darlun llawn fod ar gael
- Nodi patrymau neu themâu sy’n codi dro ar ôl tro mewn cwynion, i lywio prosesau ehangach i wella’r ysgol
- Llunio adroddiadau ynghylch cwynion ar gyfer llywodraethwyr yr ysgol ac eraill.

10.21 Mae’n rhaid trin pob cwyn yn deg, yn agored ac yn ddiduedd. Dylai ysgolion ymchwilio i'r pryderon a godir a gwneud penderfyniad yn gyflym.

11. Gwerthuso ac atebolrwydd

Rhoi gwybod am fwlio, ei gofnodi a'i fonitro

11.1 Dylai fod gan ysgolion ddulliau yn eu lle i roi gwybod am fwlio a'i gofnodi, gan eu cyfathrebu’n glir i gymuned gyfan yr ysgol. Dylai'r wybodaeth y mae ysgolion yn ei chofnodi a’i monitro ymwneud yn uniongyrchol â diffiniad eu hysgol o fwlio a darpariaethau ehangach sydd wedi’u hamlinellu yn eu strategaeth a’u polisi gwrthfwlio. Dylai awdurdodau lleol weithio gydag ysgolion ac awdurdodau lleol eraill i fabwysiadu ffordd safonol o gofnodi a rhoi gwybod am fwlio.

11.2 Mae cadw cofnodion effeithiol yn galluogi ysgolion i adolygu digwyddiad, cadarnhau a oes unrhyw adroddiadau eraill yn bodoli ynghylch y dysgwyr sy’n gysylltiedig â’r digwyddiad, a gwneud cynllun gan ystyried beth sydd wedi’i gofnodi mewn modd holistaidd ar sail gwybodaeth. Mae monitro digwyddiadau bwlio yn galluogi ysgol i nodi patrymau ymddygiad a faint o fwlio sy’n digwydd. Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion wedyn weithredu’n rhagweithiol i'w herio, cefnogi’r dysgwyr dan sylw, a sicrhau bod modd datrys y mater.

11.3 Mae’n rhaid i ysgolion sicrhau bod yr wybodaeth y maent yn ei chofnodi, yn ei chadw ac yn ei monitro yn cydymffurfio â deddfau diogelu data, megis GDPR yr UE a Deddf Diogelu Data 2018 y DU.

11.4 Yn ôl y gyfraith, mae’n ofynnol i bob ysgol benodi Swyddog Diogelu Data i sicrhau bod yr ysgol yn ymwybodol o’i rhwymedigaethau o dan GDPR a Deddf Diogelu Data 2018 ac yn gallu eu cyflawni. Mae Llywodraeth Cymru a Swyddfa’r Comisiynydd Gwybodaeth yn disgwyl i ysgolion gydweithio â’u Swyddog Diogelu Data i sicrhau bod yr holl ddata personol yn cael eu prosesu’n gyfreithlon, a bod hawliau unigolion yn cael eu diogelu’n briodol.

11.5 Mae cyfrifoldebau ehangach ar ysgolion i gasglu a monitro data, gan gynnwys data ynghylch bwlio. Mae’r sail gyfreithiol i brosesu data wedi’i hamlinellu yn Erthygl 6 GDPR (cyfreithlondeb prosesu) ac Erthygl 9 GDPR (prosesu categorïau arbennig o ddata personol). Rhaid i ysgolion benderfynu ar sail gyfreithiol cyn mynd ati i brosesu unrhyw wybodaeth am fwlio. Bydd angen i ysgolion sicrhau hefyd nad ydynt yn casglu mwy o ddata na’r hyn sy’n ofynnol, a bod ganddynt amserlen glir ar gyfer cadw’r wybodaeth. Bydd angen i fanylion ynghylch prosesu gwybodaeth ar gyfer mesurau gwrthfwlio gael eu hadlewyrchu yn yr wybodaeth sydd gan bob ysgol ynghylch prosesu teg. Bydd gofyn i ysgolion unigol gynnal asesiadau o effaith ar ddiogelu data wrth benderfynu pa ddata y mae angen iddynt eu casglu, i sicrhau bod hynny’n gymesur a bod unrhyw gamau priodol a allai fod yn angenrheidiol i liniaru risgiau i hawliau unigolion yn cael eu cymryd.

11.6 Ers mis Ebrill 2011, mae gan bob corff cyhoeddus, gan gynnwys ysgolion ac awdurdodau lleol, rwymedigaethau o dan Ddyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus. Yng Nghymru, mae dyletswyddau penodol ar gyrff cyhoeddus i ddatblygu a chyhoeddi amcanion cydraddoldeb a Chynllun Cydraddoldeb Strategol, yn ogystal ag i gasglu, dadansoddi a chyhoeddi gwybodaeth am y cynnydd y maent yn ei wneud wrth gyflawni eu rhwymedigaethau o dan Ddyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus.

11.7 Dylai ysgolion gofnodi pob achos o fwlio, gan amlinellu'r mathau penodol o fwlio, yn cynnwys bwlio sy'n ymwneud â'r nodweddion gwarchodedig. Dylai ysgolion fonitro prosesau yn rheolaidd, ynghyd â chanlyniad pob achos a gofnodir. Dylai hyn gynnwys p'un a oes cwyn ffurfiol wedi'i wneud mewn ymateb i'r ffordd y mae'r ysgol wedi ymdrin ag achos o fwlio, neu p'un a yw rhiant wedi tynnu ei blentyn o'r ysgol yn sgil y bwlio. Fe wnaiff hyn alluogi ysgolion i addasu eu polisïau bwlio i ymateb i dueddiadau penodol a materion sy'n dod i'r amlwg yn gyflym ac yn effeithiol. Mae'n debygol y bydd hyn yn ddefnyddiol i ysgolion yng nghyd-destun Dyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010. Gallai'r wybodaeth hon gael ei defnyddio gan ysgolion hefyd wrth adolygu eu hamcanion cydraddoldeb a monitro effaith eu polisïau gwrthfwlio.

11.8 Mater i ysgolion unigol yw penderfynu pa ddata a gwybodaeth y maent yn eu casglu yng nghyd-destun y materion penodol sy'n berthnasol i'w hysgol ac yn unol â gofynion cyfraith diogelu data. Dylai hyn gael ei wneud drwy:

- Weithredu cylch parhaus o gofnodi, monitro a dadansoddi data ar lefel yr ysgol ynghylch gwybodaeth wrthfwlio
- Defnyddio data gwrthfwlio ar lefel yr ysgol i nodi meysydd blaenoriaeth er mwyn sicrhau gwelliant ar draws yr ysgol
- Cymryd camau i wneud y gwelliannau hynny: sicrhau bod y cylch gwella yn parhau. Dadansoddi data fel rhan o broses hunanwerthuso.

11.9 Mae Estyn yn tynnu sylw at y ffaith mai hunanwerthuso, yn hanesyddol, yw'r maes gwannaf mewn arolygiadau o ysgolion. Mae gan bob ysgol feysydd y gallant eu gwella. Dylai prosesau hunanwerthuso a gwella, wedi'u hategu gan ddiwylliant cydweithredol agored a gonest, fod yn nodwedd annatod a pharhaus o'r gwaith ym mhob ysgol, beth bynnag fo'r perfformiad neu'r sefyllfa gyfredol. Mae hon yn broses adeiladol, a dylid ei hymgorffori yn y diwylliant a'i derbyn yn frwdfrydig gan staff i sicrhau gwelliant at y dyfodol.

11.10 Drwy gyfrwng gwerthuso rheolaidd, bydd ysgolion yn ymateb i'r tueddiadau yn eu hysgol a'u cymuned. Bydd yn haws bod yn ymwybodol o'r gwelliannau sydd eu hangen neu'r newidiadau y dylid eu gwneud i weithdrefnau os bydd ysgolion yn ymwybodol o newidiadau yn eu cyd-destun.

11.11 Dylid adolygu polisi a strategaeth wrthfwlio ysgolion yn rheolaidd, a dylai hynny gynnwys ymgynghori â staff yr ysgol, y dysgwyr a'r rhieni/gofalwyr.

11.12 Gellir defnyddio arolygon a thrafodaethau grŵp i ganfod pa agweddau ar strategaeth a pholisi presennol yr ysgol sy'n gweithio'n dda ac unrhyw feysydd y dylid eu gwella.

11.13 Bydd ysgolion effeithiol yn defnyddio arolygon o brofiadau dysgwyr, gan holi a wnaeth dysgwr, os cafodd ei fwlio, roi gwybod am hynny ai peidio, a holi beth oedd y canlyniad. Uwchlaw pob dim arall, mae casglu adborth yn y modd hwn er mwyn dysgu gwersi a gwella'n rheolaidd yn bwysig i sefydlu ymddiriedaeth ymhlith dysgwyr. Mae angen i ddysgwyr gredu ei bod yn werth rhoi gwybod i rywun os byddant yn cael eu bwlio, a bod yn ffyddiog y bydd camau yn cael eu cymryd.

11.14 Pan fydd gweithdrefnau gwerthuso yn dryloyw, mae hynny'n galluogi dysgwyr i ymgysylltu â pholisïau a phrosesau'r ysgol a dylanwadu arnynt. Os bydd dysgwyr yn teimlo

eu bod yn ‘berchen’ ar y strategaeth wrthfwlio, maent yn fwy tebygol o gadw at ei gofynion. Mae hefyd yn caniatáu iddynt ddylanwadu ar benderfyniadau sy’n effeithio arnynt, yn unol â’u hawliau o dan CCUHP a CCUHPA. Fel aelodau o’r ysgol sy'n cael eu parchu, bydd dysgwyr yn fwy tebygol o fod ag ymdeimlad o berthyn.

11.15 Mae gwaith gwrthfwlio llwyddiannus yn parchu pob aelod o gymuned yr ysgol ac yn dangos y parch hwnnw yn hytrach na gorfodi set o reolau ar ddysgwyr heb unrhyw gyfeiriad at ba mor llwyddiannus y mae hyn yn mynd i’r afael â bwlio. Dylai staff a rhieni a gofalwyr hefyd helpu i lywio strategaethau a gweithdrefnau gwrthfwlio.

11.16 Os bydd ysgolion yn mesur nifer y digwyddiadau y rhoddir gwybod amdanynt yn unig, gall greu ymdeimlad ffug o lwyddiant os bydd y cyfanswm hwnnw’n isel, gan wneud iddynt gredu nad yw bwlio yn digwydd. Mae hynny’n annhebygol o fod yn wir.

11.17 Os oes ymwybyddiaeth dda o fewn cymuned yr ysgol gyfan ynghylch beth yw ymddygiad annerbyniol, mae’n debygol y bydd rhagor o ddysgwyr yn barod i roi gwybod am yr ymddygiad hwnnw. Felly, nid yw nifer sylweddol o ddigwyddiadau ynddo’i hun yn arwydd bod yr ysgol yn aneffeithiol. Gallai hynny fod yn ganlyniad i waith diweddar i wella ymwybyddiaeth neu weithgareddau gwrthfwlio.

11.18 Os yw ysgolion wedi cofnodi lefelau uchel o achosion o fwlio, ond yn gallu dangos eu bod yn gweithredu i herio bwlio, mynd i’r afael ag ymddygiad annerbyniol a gwella llesiant dysgwyr, gallant sgorio’n uwch mewn hunanwerthusiad nag ysgolion sy’n dweud nad oes unrhyw fwlio yn eu sefydliadau neu’n dweud bod hynny’n brin, ond yn methu egluro pam.

Atodiad: Ble i ddod o hyd i gymorth a chyngor pellach

Bwlio

Bullies Out

Elusen gwrth-fwlio sydd wedi'u lleoli yng Nghymru sy'n gweithio gydag unigolion, ysgolion a cholegau, yn ogystal â lleoliadau ieuenctid a chymunedol.

Mae'r elusen yn cynnig gwasanaeth e-fentora ar-lein.

Anti-bullying Alliance

Cynghrair o sefydliadau ac unigolion sy'n darparu gwybodaeth i ysgolion, rhieni, gofalwyr, plant a phobl ifanc ar bob agwedd ar fwlio.

Kidscape

Elusen gwrth-fwlio sy'n darparu ymyriadau gyda phlant ac yn gweithio gydag ysgolion a'r gymuned.

The Diana Award (Saesneg yn unig)

Canolfan adnoddau a chymorth ar-lein i bobl ifanc, rhieni/gofalwyr ac addysgwyr i gyrchu gwybodaeth.

Llinellau cymorth a gwasanaethau cymorth

Cyffredinol

Samariaid

Elusen gofrestredig sy'n anelu at ddarparu cymorth emosiynol i unrhyw un mewn trallod emosiynol trwy ei llinell gymorth ffôn am ddim, e-bost, sgwrs fyw, a gwasanaethau eraill sydd ar gael.

Rethink (Saesneg yn unig)

Gwasanaeth cyngor a gwybodaeth sy’n darparu cyngor ymarferol ar ystod eang o bynciau fel mynediad at iechyd meddwl a gofal cymdeithasol, triniaethau iechyd meddwl, a chyfreithiau, a chyngor i ofalwyr.

Mencap

Mae Llinell Gymorth Anabledd Dysgu Cymru yn cynnig gwybodaeth a chyngor ar hawliau pobl ag anabledd dysgu.

Meic

Gwasanaeth llinell gymorth sy'n darparu gwybodaeth, cyngor ac eiriolaeth i blant a phobl ifanc hyd at 25 oed yng Nghymru.

Childline

Mae Childline yn cynnig gwasanaeth cyfrinachol ac ar gael unrhyw adeg, ddydd neu nos, lle gallwch siarad am unrhyw beth.

Kooth (Saesneg yn unig)

Gwasanaeth cymorth iechyd meddwl digidol sy'n darparu mynediad hawdd i blant a phobl ifanc i gymuned ar-lein o gyfoedion a thîm o gwnselwyr profiadol.

CALL

Llinell gymorth iechyd meddwl ar gyfer Cymru sy'n cynnig cymorth emosiynol a gwybodaeth/llenyddiaeth ar Iechyd Meddwl a materion cysylltiedig

Rhieni a Gofalwyr

Family Lives (Saesneg yn unig)

Gwasanaeth llinell gymorth gyfrinachol i deuluoedd sy'n cynnig cymorth emosiynol, gwybodaeth, cyngor ac arweiniad ar unrhyw agwedd ar rianta a bywyd teuluol - 0808 800 2222.

Parent Zone (Saesneg yn unig)

Yn cynnig gwasanaethau ac adnoddau i rieni a theuluoedd i wella canlyniadau i blant yn y byd digidol.

Young Minds (Saesneg yn unig)

Llinell gymorth i rieni a gofalwyr sy'n darparu gwybodaeth, cyngor a chefnogaeth gydag iechyd meddwl neu lesiant meddyliol eich plentyn neu berson ifanc - 0808 802 5544.

Ysgolion/Gweithwyr Proffesiynol

Llinell Gymorth Diogelwch Ar-lein Gweithwyr Proffesiynol (POSH)

Wedi'i gweithredu gan Ganolfan Rhyngrwyd Mwy Diogel y DU, mae'r llinell gymorth hon yn llwyr ymroddedig i gefnogi holl aelodau o'r gymuned sy'n gweithio gyda neu ar gyfer plant gydag unrhyw broblemau diogelwch ar-lein - 0344 381 4772 neu e-bost.

Hwb – Cadw'n ddiogel ar-lein

Mae'r adran Cadw'n Ddiogel Ar-lein ar wefan Hwb yn eich galluogi i roi gwybod am gynnwys neu weithgarwch niweidiol rydych chi wedi ei brofi neu ei weld ar-lein

Rhwydweithiau cyngor a chymorth

Cyffredinol

Internet Watch Foundation

Mae gwefan Internet Watch Foundation yn caniatáu ichi roi gwybod am ddelweddau neu fideos ar-lein rydych yn amau eu bod yn dangos plant yn cael eu cam-drin yn rhywiol.

Cymorth i Ddioddefwyr

Mae gwefan Canolfan Cymorth Casineb Cymru yn caniatáu ichi roi gwybod am droseddau casineb sydd wedi'u cyflawni.

Camfanteisio ar Blant a'u Hamddiffyn Ar-lein

Mae gwefan Camfanteisio ar Blant a'u Hamddiffyn Diogelu Ar-lein yn caniatáu ichi roi gwybod am achosion a amheuir o gam-drin plant yn rhywiol, camfanteisio neu gam-drin rhywiol ar-lein.

NSPCC

Mae llinell gymorth yr NSPCC yn caniatáu ichi riportio cam-drin ac esgeulustod plant a chyngor os ydych chi'n poeni am blentyn ac nad ydych yn siŵr beth i'w wneud.

Plant a Phobl Ifanc

Materion Iechyd Meddwl

Elusen gofrestredig sy'n darparu gwasanaethau cymorth a chwnsela i hyrwyddo llesiant.

Head above the Waves

Sefydliad nid-er-elw sy'n codi ymwybyddiaeth ac yn cynnig cyngor ar gyfer iselder a hunan-niweidio ymhlith pobl ifanc.

Adnoddau ar gyfer ysgolion

Gweithredu Addysgol sy'n Herio Homoffobia (EACH)

Elusen sy'n cynnig gwasanaeth cyfrinachol ar gyfer adrodd am fwlio homoffobig, deuffobig neu drawsffobig i blant a phobl ifanc hyd at 18 oed. Hefyd yn cynnig hyfforddiant a gwasanaethau ymgynghori.

Dangos y Cerdyn Coch i Hiliaeth

Elusen gwrth-hiliaeth sy'n cynnig hyfforddiant addysgol, gweithdai, adnoddau a gweithgareddau, wedi'u cynllunio i addysgu pobl ifanc ac oedolion am achosion a chanlyniadau hiliaeth.

Cynghrair Cofio'r Holocost Ryngwladol

Sefydliad rhynglywodraethol sy'n gweithio i helpu pobl i gofio, deall a dysgu am yr Holocost a hil-laddiad y Roma yn well fel y gallwn adeiladu byd heb hil-laddiad.

Llywodraeth y DU

Ystadegau ar droseddau casineb a gofnodwyd gan yr heddlu a gwybodaeth am droseddau casineb o'r Arolwg Troseddu ar gyfer Cymru a Lloegr yn 2017 i 2018.

Mynediad i gyrsiau hyfforddi ar y ddyletswydd Prevent: diogelu dysgwyr sy'n agored i radicaleiddio, y bygythiad o derfysgaeth ac eithafiaeth yn y DU a sut i gefnogi pobl sy'n agored i radicaleiddio.

Hwb Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACE)

Gwasanaeth a gynhelir gan Iechyd Cyhoeddus Cymru sy'n darparu hyfforddiant i helpu i atal a lliniaru profiadau niweidiol yn ystod plentyndod a chefnogi'r rhai sydd wedi profi profiadau o’r fath neu drawma.

Adran Gwyddor Gymdeithasol Feintiol, Prifysgol Llundain (Saesneg yn unig)

Adroddiad Addysg ac Ymchwil Gymdeithasol blaenllaw o'r enw Bullying experiences among disabled children and young people in England: Evidence from two longitudinal studies ' a gyhoeddwyd ym mis Mehefin 2014.

Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Mewn Ysgolion (SHRN)

Dangosfwrdd rhyngweithiol sy'n cyflwyno canlyniadau arolwg wedi'u diweddaru ar iechyd a llesiant plant oedran ysgol uwchradd yng Nghymru.

Llywodraeth Cymru

Canllawiau a gwasanaethau cyhoeddedig i gefnogi ymarferwyr gyda phresenoldeb ac absenoldeb.

Canllawiau a gwasanaethau cyhoeddedig i gefnogi ymarferwyr gydag ymddygiad a disgyblaeth.

Canllawiau cyhoeddedig i helpu ysgolion i ddatblygu eu hymgysylltiad â theuluoedd mewn Ysgolion Bro.

Canllawiau cyhoeddedig i gefnogi'r gwaith o gyflwyno a gwerthuso'r dull ysgol gyfan o ymdrin â llesiant emosiynol a meddyliol.

Canllawiau cyhoeddedig sy 'n rhoi canllaw cyfeirio at y gyfraith ar rolau a chyfrifoldebau corff llywodraethu ysgol i Lywodraethwyr Ysgol.

Gwybodaeth gyhoeddedig am safonau proffesiynol ar gyfer athrawon, arweinwyr, cynorthwywyr addysgu a chynorthwywyr addysgu lefel uwch.

Ymgynghoriad cyhoeddedig ar y Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio Ddrafft 2024-2034 i ddisodli'r strategaeth flaenorol Siaradwch â mi 2.

Cynllun gweithredu cyhoeddedig i atal ac ymateb i aflonyddu rhywiol ymhlith cyfoedion mewn lleoliadau addysg.

Diweddariadau cyhoeddedig yn rhannu gwybodaeth a deunyddiau ategol ar gyfer y Cwricwlwm i Gymru.

Gwybodaeth gyhoeddedig i rieni, gofalwyr a dysgwyr am y Cwricwlwm i Gymru.

Canllawiau cyhoeddedig i helpu ysgolion a lleoliadau i ddatblygu eu cwricwlwm eu hunain, gan alluogi dysgwyr i ddatblygu tuag at y Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles.

Canllawiau statudol cyhoeddedig mewn perthynas ag Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb (ACRh) i gynorthwyo'r rhai sy'n gyfrifol i ddylunio ACRh fel rhan o'r cwricwlwm.

Canllawiau cyhoeddedig i gefnogi uwch arweinwyr ac ymarferwyr mewn ysgolion a lleoliadau wrth gynllunio, dylunio a gweithredu cwricwlwm addysgeg priodol i bob dysgwr i alluogi dysgu.

Rhestr chwarae sy'n darparu manylion am adnoddau penodol, astudiaethau achos, canllawiau a phecyn cymorth ar gyfer helpu ysgolion i greu a gweithredu strategaethau gwrth-fwlio effeithiol yn eu lleoliadau ysgol.

Rhestr chwarae sy'n darparu manylion am adnoddau penodol a chanllawiau i helpu ysgolion i adrodd, cofnodi a monitro achosion o fwlio yn eu cymunedau ysgol yn effeithiol i helpu i sicrhau bod mecanweithiau gwerthuso ac atebolrwydd priodol ar waith i fynd i'r afael â bwlio.

Rhestr chwarae sy'n darparu manylion am ganllawiau penodol a rhestrau gwirio i helpu ysgolion i greu polisi gwrth-fwlio effeithiol sy'n nodi trefniadau llywodraethu ar gyfer eu lleoliad.

Rhestr chwarae sy'n rhoi cyngor am ddiogelwch ar-lein a bwlio i rieni/gofalwyr. Fel llywodraethwyr ysgolion, gall yr adnodd hwn eich helpu wrth gyfeirio rhieni/gofalwyr at ddarpariaeth cymorth sydd ar gael iddynt wrth fynd i'r afael â bwlio yn yr ysgol a'r cartref.

Rhestr chwarae sy'n darparu manylion am raglenni ymyrraeth gwrth-fwlio penodol a chanllawiau i gefnogi ysgolion i herio a mynd i'r afael â bwlio yn eu cymunedau ysgol.

Rhestr chwarae sy'n darparu manylion am adnoddau penodol a chanllawiau i helpu ysgolion i herio bwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn.

Rhestr chwarae sy'n darparu manylion am adnoddau, canllawiau a chyngor penodol i helpu ysgolion i atal bwlio rhag digwydd yn eu cymunedau ysgol.

Rhestr chwarae sy'n darparu manylion am adnoddau penodol a chanllawiau i helpu ysgolion i ymateb yn effeithiol pan fydd achosion o fwlio yn digwydd yn eu cymunedau ysgol.

Rhestr chwarae sy'n rhoi manylion am y gyfraith sy'n ymwneud â bwlio.

Rhestr chwarae sy'n darparu manylion am adnoddau penodol a chanllawiau i helpu ysgolion i ddeall yn well beth yw bwlio er mwyn mynd i'r afael â'r mater yn eu cymunedau ysgol.

Arall

The Children's Society (Saesneg yn unig)

Mae adroddiad o'r enw 'The Good Childhood Report 2024' yn dangos y tueddiadau diweddaraf mewn llesiant plant, ac yn rhannu ymchwil sy'n ceisio deall sut mae pobl ifanc yn teimlo am wahanol agweddau ar eu bywydau.

Comisiynydd Plant Cymru

Yn cynnig gwasanaeth sy'n rhannu cyngor a chymorth i bobl ifanc neu'r rhai sy'n gofalu amdanynt os ydynt yn teimlo bod plentyn wedi cael ei drin yn annheg.

Mae adroddiad o'r enw 'Stori Sam' yn benllanw ymgynghoriad ar raddfa fawr gyda dros 2,000 o blant a phobl ifanc a bron i 300 o weithwyr proffesiynol am brofiadau cyfoes o fwlio yng Nghymru.

Plant yng Nghymru

Corff aelodaeth ymbarél cenedlaethol ar gyfer sefydliadau ac unigolion sy'n gweithio gyda phlant, pobl ifanc a'u teuluoedd yng Nghymru.

UNICEF

Yn gweithio i amddiffyn hawliau pob plentyn gyda Chonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP) yn enwedig y rhai mwyaf difreintiedig a'r rhai anoddaf eu cyrraedd.

Just Like Us (Saesneg yn unig)

Mae adroddiad cyhoeddedig o'r enw 'Growing Up LGBT+: the impact of school, home and coronavirus on LGBT+ young people' yn taflu goleuni ar yr heriau anghymesur y maent yn eu hwynebu a ffyrdd y gallwn weithio gyda'n gilydd i wella bywydau pobl ifanc LHDT+ ledled y DU.

Amser i Newid Cymru

Ymgyrch ar gyfer pobl ifanc, sy'n ceisio newid agweddau tuag at iechyd meddwl, gan roi terfyn ar stigma a gwahaniaethu.

Llywodraeth Cymru

Gwefan i helpu ceiswyr noddfa i ddeall eu hawliau.

Materion Ar-lein

Llywodraeth Cymru

Mae tudalennau Cadw'n Ddiogel Ar-lein Hwb yn cynnal adnoddau, gwybodaeth a chyngor ystafell ddosbarth bwlio ar-lein i ysgolion, dysgwyr a'u teuluoedd:

Mae tudalennau bwlio ar-lein Hwb yn rhannu adnoddau, canllawiau a gwybodaeth ar gyfer ymarferwyr addysg, dysgwyr a theuluoedd ar-lein.

Mae tudalennau materion a phryderon ar-lein: bwlio ar-lein Hwb yn darparu gwybodaeth a chyngor yn benodol i blant a phobl ifanc ar gyfer materion a phryderon ar-lein.

Mae 360 safe Cymru yn offeryn dwyieithog am ddim i gefnogi ysgolion i adolygu eu darpariaeth diogelwch ar-lein a datblygu ac adolygu eu polisïau diogelwch ar-lein yn unol â'r arfer presennol

Casgliad o ganllawiau sy'n rhoi gwybodaeth allweddol i rieni a gofalwyr am y cyfryngau cymdeithasol a'r apiau gemau mwyaf poblogaidd y mae plant a phobl ifanc yn eu defnyddio heddiw.

Canllawiau i ysgolion sy'n rhoi cyngor ar ddeall ac ymateb yn ofalus i heriau firaol ar-lein a straeon celwydd i sicrhau bod dysgwyr yn cael eu cadw'n ddiogel ar-lein.

Gellir dod o hyd i ragor o ganllawiau a chymorth ar ddiogelwch ar-lein a chadernid digidol ar wefannau’r sefydliadau a phartneriaid dibynadwy a restrir yma .

Canllawiau cyhoeddedig ar gyfer personau diogelu dynodedig (DSP), penaethiaid ac uwch dimau arweinyddiaeth sy'n amlinellu sut i ymateb i ddigwyddiad o rannu lluniau noeth neu hanner noeth.