



Llywodraeth Cymru  
Welsh Government

[www.cymru.gov.uk](http://www.cymru.gov.uk)

# YDY EICH PLENTYN YN CAEL EI FWLIO?

mae addysg  
yn dechrau  
**yn y cartref**  
education  
begins  
**at home**

 [facebook.com/dechraucartref](https://facebook.com/dechraucartref)

# Beth i'w wneud os yw eich plentyn yn cael ei fwlio



## Beth ddylwn i ei wneud os yw fy mhentyn yn cael ei fwlio?

- Siaradwch yn bwylllog â'ch plentyn.
- Nodwch y pethau mae'r plentyn yn ei ddweud: pwy oedd wrthi, pa mor aml mae'r bwlio wedi bod yn digwydd, beth ddigwyddodd, a ble a phryd ddigwyddodd y bwlio.
- Rhowch sicrwydd i'ch plentyn mai dweud wrthoch chi oedd y peth iawn i'w wneud.
- Esboniwch wrth eich plentyn y dylai roi gwybod i athro ar unwaith am unrhyw ddigwyddiadau pellach.
- Gwnewch apwyntiad i weld athro dosbarth eich plentyn neu ei diwtor dosbarth.
- Esboniwch y problemau sy'n wynebu eich plentyn a sut mae'n teimlo.
- Cadwch gofnodion manwl gywir o'r bwlio a'r camau mae'r ysgol yn bwriadu eu cymryd ar ôl i chi roi gwybod iddyn nhw.

## Beth ddylwn i ei wneud os ydw i'n teimlo nad yw'r ysgol yn delio'n iawn â fy mhryderon?

- Edrychwch ar bolisi ymddygiad yr ysgol er mwyn gweld a yw'r ysgol yn dilyn y drefn swyddogol ar gyfer delio â bwlio (mae gennych hawl i'w weld).
- Gwnewch apwyntiad gyda'r pennaeth. Cadwch gofnod o'r cyfarfod ac ysgrifennwch at y pennaeth ar ôl y cyfarfod hefyd os bydd angen.
- Os nad yw hyn yn helpu, ysgrifennwch at gadeirydd y llywodraethwyr gan esbonio eich pryderon a'r hyn yr hoffech ei weld yn digwydd (rhaid i bob ysgol fod â threfn gwyno a gallwch ofyn i'r ysgol am gopi).
- Os nad ydych chi'n teimlo bod llywodraethwyr yr ysgol wedi delio â'ch pryderon, gallwch ysgrifennu'n uniongyrchol at yr awdurdod lleol. Mae gan yr awdurdod lleol bwer i sicrhau bod y llywodraethwyr wedi dilyn y drefn gywir, ond ni allant newid penderfyniad y llywodraethwyr.

## Beth ddylwn i ei ddweud wrth siarad am fwlio ag athrawon?

- Ceisiwch fod yn bwylllog – cofiwch ei bod yn bosibl nad yw'r athrawon yn gwybod bod eich plentyn yn cael ei fwlio neu eu bod wedi clywed fersiynau gwahanol o ddigwyddiadau).
- Byddwch mor benodol â phosibl wrth ddweud beth sydd wedi digwydd yn ôl eich plentyn – rhowch ddyddiadau, lleoliadau ac enwau disgyblion eraill oedd yn rhan o'r digwyddiadau.
- Gofynnwch i'r ysgol am adborth.
- Gofynnwch a oes unrhyw beth y gallwch chi ei wneud i helpu eich plentyn yn yr ysgol.

## Beth arall ddylwn i ei wneud?

- Gwnewch nodyn o'r camau mae'r ysgol yn bwriadu eu cymryd, â siaradwch a'r ysgol os ydych yn teimlo nad yw'r ysgol yn eu dilyn.
- Cadwch mewn cysylltiad â'r ysgol – rhowch wybod iddyn nhw os bydd pethau'n gwella ai peidio.

## Ble arall alla i gael help?

Os nad yw eich plentyn am fynd i'r ysgol oherwydd bwlio, siaradwch â'r Gwasanaeth Lles Addysg yn eich awdurdod lleol am effaith y bwlio ar eich plentyn.

Mae bwlio yn gallu effeithio ar blant a phobl ifanc mewn gwahanol ffyrdd. Mae awdurdodau lleol yn cynnig gwasanaeth cwnsela sy'n gallu helpu a chefnogi plant a phobl ifanc sydd wedi cael eu bwlio. Mae cwnselwyr yn annibynnol ar ysgolion, llywodraethwyr a staff dysgu, ac maen nhw'n cynnig gwasanaeth cyfrinachol i'r holl blant a phobl ifanc rhwng 11 ac 18 oed (a disgyblion Blwyddyn 6 yn yr ysgol gynradd). Mae plant neu bobl ifanc yn gallu cyfeirio eu hunain i'r gwasanaeth, neu bydd rhieni, gwarcheidwaid, gofalwyr, gweithwyr proffesiynol neu ffrindiau yn gallu gwneud hynny ar ran y neu berson ifanc.

Mae'n bosibl hefyd y byddwch chi neu'ch plentyn (neu'r ddau ohonoch) yn dymuno cysylltu â llinell gymorth MEIC. Mae MEIC yn cynnig cyngor a chefnogaeth gyfrinachol yn rhad ac am ddim i blant a phobl ifanc am bob math o faterion. Gallwch chi gysylltu â nhw drwy fynd i'w gwefan yn [www.meiccymru.org.uk](http://www.meiccymru.org.uk) neu drwy eu ffonio am ddim ar **08088 023456**.