Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol

Pecyn Cymorth i Ysgolion Uwchradd sy'n cyflwyno adnoddau addysgol

OGL © Hawlfraint y Goron 2016
WG29102 ISBN digidol 978 1 4734 6843 6

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

DEDDF TRAIS YN ERBYN MENYWOD, CAM-DRIN DOMESTIG A THRAIS RHYWIOL (CYMRU) 2015 – RHAGLEN ADDYSG

Pecyn Cymorth i **Ysgolion** Uwchradd sy'n cyflwyno adnoddau addysgol

Darperir y pecyn cymorth hwn i gyd-fynd ag adolygiad Cymorth i Ferched Cymru ac AVA o adnoddau addysgu sy'n bodoli ar berthnasau iach a thrais ar sail rhywedd, cam-drin domestig a thrais rhywiol, a gomisiynwyd gan Lywodraeth Cymru.

Dylid defnyddio'r pecyn cymorth hwn ar y cyd â'r Canllaw Arferion Da: Dull Addysg Gyfan o fynd i'r afael â Thrais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol yng Nghymru.

Cyflwyniad

Ceir llawer o gyfleoedd yng nghwricwlwm yr ysgol uwchradd i ddatblygu dealltwriaeth a sgiliau pobl ifanc i atal trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol. Mae llawer o ysgolion eisoes yn gwneud gwaith diddorol ac arloesol.

Y canlynol yw'r themâu allweddol y dylid eu hintegreiddio yn y gwaith cyfredol:

- Newid normau, rolau a disgwyliadau rhywedd
- Adeiladu perthynas â pharch
- Adnabod a deall trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol.
- Herio ac atal trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol.
- Ceisio cymorth a chefnogaeth.

Awgrymiadau defnyddiol ar gyfer gweithio mewn ysgolion uwchradd:

- Gwnewch benderfyniad strategol i integreiddio trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol a chydraddoldeb rhywedd yn y cwricwlwm, gan sicrhau cefnogaeth y llywodraethwyr a'r pennaeth.
- Cynhwyswch yr ymrwymiad hwn ym mholisïau perthnasol yr ysgol, er enghraifft y Cynllun Gwella Ysgol neu cysylltwch â chynlluniau cydraddoldeb strategol a'r amcanion cydraddoldeb perthnasol ar gyfer yr ysgol
- Crëwch weithgor neu rhowch gymorth i aelod o staff yr ysgol gydlynu gwaith arweinwyr adrannau i ddatblygu a gweithredu'r gwaith
- Trefnwch seminarau staff a llywodraethwyr i godi ymwybyddiaeth, asesu nodau a gweithrediad, a datblygu cynllun gweithredu clir

- Cynlluniwch ddiwrnod hyfforddiant mewn swydd ar gydraddoldeb, gyda sesiwn hyfforddi i bob adran ar sut i integreiddio trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol a chydraddoldeb rhywedd yn y gwaith maen nhw eisoes yn ei wneud
- Gweithiwch gydag arweinwyr y cwricwlwm i greu map ar draws y cwricwlwm sy’n dangos ymhle caiff cydraddoldeb rhywedd a thrais yn erbyn menywod a merched, cam-drin domestig a thrais rhywiol eu trafod.
- Gweithredwch gyda strwythurau ‘ysgol gyfan’ – gwasanaethau, defnyddio Diwrnodau Byd (e.e. Diwrnod Rhyngwladol Dileu Trais yn Erbyn Menywod, 25 Tachwedd, Diwrnod Rhyngwladol Menywod 8 Mawrth) – a rhaglenni tiwtorial.
- Gwnewch yn siŵr fod aelodau o staff yr ysgol yn ymwybodol ac wedi’u hysbysu am weithdrefnau’r ysgol ar gyfer digwyddiadau neu ddatgeliadau, a bod cysylltiadau clir a gwetihredol yn cael eu sefydlu gyda’r asiantaethau allanol perthnasol, ar gyfer mewnbwn a chymorth bugeiliol a chwricwlwm.
- Ceisiwch gymorth ac arweiniad gan weithwyr proffesiynol lleol o fewn yr Awdurdod Lleol neu’r sector gwirfoddol, gan gynnwys diogelu ac amddiffyn plant, cam-drin domestig a thrais rhywiol a gwasanaethau ieuenctid. Cysylltwch â phartneriaethau lleol a chenedlaethol lle maen nhw’n bodoli.
- Gweithiwch mewn partneriaeth gydag ysgolion eraill, mewn clwstwr neu ffederasiwn i ddatblygu’r gwaith.

Adnoddau i’w defnyddio mewn ysgolion uwchradd

Enw’r Adnodd: Boardworks

Datblygwyd gan: Boardworks

Dolen at yr Adnodd: http://www.boardworks.co.uk/ks3ks4-pshee_352/

Nodau: Darparu adnoddau a chyflwyniadau rhyngweithiol i’w defnyddio yn yr ysgol ar amrywiaeth o faterion ar draws y cwricwlwm.

Pynciau a drafodir: 22 o bynciau gan gynnwys perthynas, addysg rhyw, iechyd emosiynol. Cyflwyno drwy gyflwyniadau rhyngweithiol gyda ffilmiau, animeiddio, astudiaethau achos a chwisiau.

Hyd: Amrywiol

Dull cyflwyno: Mae Boardworks yn cyhoeddi ystod gyflawn o feddalwedd sydd wedi'i gynllunio ar gyfer dysgu'r dosbarth cyfan ar fyrddau gwyn rhyngweithiol a thaflunwyr. I'w defnyddio gan athrawon.

Enw'r Adnodd: Cat's Paw

Datblygwyd gan: Cat's Paw Theatre gan gydweithio'n agos gyda Heddlu Gogledd Cymru a Phartneriaethau Diogelwch Cymunedol gogledd Cymru.

Dolen at yr Adnodd: http://www.andreawilder.fastmail.fm/catspaw/index.html

Nodau: Annog pobl ifanc i drafod pwnc sensitif mewn amgylchedd cefnogol a diogel

Pynciau a drafodir: Trais a chydsyniad rhywiol

Hyd: Cynhyrchiad theatr 1-2 awr

Dull cyflwyno: Cyflwyniad theatr fforwm gan actorion Cat's Paw.

Enw'r Adnodd: Pecyn Cymorth Adferiad Plant a Phobl Ifanc

Datblygwyd gan: Sue Penna

Dolen at yr Adnodd:
http://www.suepenna.co.uk/courses.html?task=view_event&event_id=25

Nodau: Helpu plant a phobl ifanc i ddod i delerau gyda'u profiadau a datblygu bywyd cadarnhaol a strategaethau ymdopi. Mae'r rhaglen wedi'i hysgrifennu i blant nad ydyn nhw bellach gyda'r rhiant sy'n cam-drin neu sydd â'r rhiant hwnnw mewn rhaglen troseddwyr gydnabyddedig. Mae Therapi Ymddygiadol Gwybyddol sy'n canolbwyntio ar Drawma yn llywio'r rhaglen hon.

Pynciau a drafodir: Cyfrifoldeb, teimladau a meddyliau, hunan-barch, rhywedd, perthynas rhieni, dicter, ymlacio, perthynas iach.

Hyd: 8 wythnos

Dull cyflwyno: staff sydd wedi'u hyfforddi (gweler y wefan am fanylion y cyrsiau).

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Enw'r Adnodd: Cudd: Adnodd Addysgol am Gam-fanteisio ar Blant yn Rhywiol

Datblygwyd gan: Lisa Ambrose ar ran Gwasanaeth Seraf Barnardo's Cymru mewn partneriaeth â Llywodraeth Cymru

Dolen at yr Adnodd: http://hwb.wales.gov.uk/Resources/resource/9a96a74b-c215-402d-b314-3e5accf2d0f0/cy

Nodau: Diogelu ac addysgu pobl ifanc i gadw'n ddiogel ac atal cam-fanteisio'n rhywiol ar blant, yn cael ei gyflwyno drwy gynlluniau gwersi a gweithgareddau ymestyn o fewn amgylchedd yr ysgol.

Pynciau a drafodir: Cam-fanteisio'n rhywiol ar blant, meithrin perthynas amhriodol, perthynas iach ac afiach, cydsyniad, gwarchod a diogelwch

Hyd: Hyblyg – bydd yn amrywio

Dull cyflwyno: Cynlluniau gwersi a gweithgareddau ymestyn i'w cyflwyno gan athrawon yn yr ysgol

Enw'r Adnodd: Diogelwch Ymddiriedaeth a Pharch (STAR) Crucial Crew

Datblygwyd gan: Cymorth i Ferched Cymru, fel rhan o gyflwyno *Crucial Crew* amlasiantaethol.

Dolen at yr Adnodd: http://www.welshwomensaid.org.uk/

http://www.crucial-crew.org/

Nodau: Dull amlasiantaethol o weithio i drosglwyddo negeseuon diogelwch yw *Crucial Crew* sydd wedi'i anelu at flwyddyn 7 mewn ysgolion uwchradd (a blwyddyn 6 mewn ysgolion cynradd). Mae'r cyflwyno'n cynnwys asiantaethau gwahanol gan gynnwys y Gwasanaeth Tân ac Achub, yr Heddlu, y Groes Goch Brydeinig, Gwasanaethau Cam-drin Domestig, yr Heddlu Trafnidiaeth a'r Asiantaeth Safonau Bwyd. Caiff y flwyddyn ysgol ei rhannu'n grwpiau gan dreulio hyd at hanner awr yn dysgu am neges ddiogelwch benodol. Mae STAR Crucial Crew yn darparu sesiwn codi ymwybyddiaeth am gam-drin domestig, cynllunio diogelwch a lle i gael cymorth.

Pynciau a drafodir: Cam-drin domestig (ymhlith materion eraill gan asiantaethau gwahanol).

Hyd: Hyd at 25 – 30 munud ar gyfer y sesiwn ar geisio cymorth am gam-drin domestig.

Dull cyflwyno: Cyflwynir gan 2 hwylusydd STAR sydd wedi'u hyfforddi. Mae cwrs hyfforddi 2.5 awr ar gael gan Cymorth i Ferched Cymru i gynorthwyo gyda chyflwyno hyn gan y gwasanaethau arbenigol, ar lefel leol.

Enw'r Adnodd: Rhaglen Diogelwch Ymddiriedaeth a Pharch (STAR) Programme

Datblygwyd gan: Cymorth i Ferched Cymru a gwasanaethau cam-drin domestig lleol, gyda chefnogaeth Prosiect Mae Plant yn Bwysig.

Dolen at yr Adnodd: http://www.welshwomensaid.org.uk/

Nodau: Annog perthynas iach a datblygu diogelwch, ymddiriedaeth a pharch mewn amgylchedd diogel (atal, ymwybyddiaeth a chymorth ar gyfer cam-drin domestig, trais rhywiol thrais yn erbyn menywod).

Pynciau a drafodir: Mae'r pynciau'n cynnwys perthynas iach a pharchus; cam-drin domestig a rhywiol/trais yn erbyn menywod; stereoteipiau rhywedd a chydraddoldeb; cydsyniad rhywiol; cyfathrebu di-drais; pornograffi a cham-fanteisio'n rhywiol; rhyw, ffonau a'r rhyngrwyd; adeiladu gwydnwch a cheisio cymorth. Caiff y sesiynau eu harwain gan bobl ifanc gan hybu trafodaethau grŵp. Mae'r rhaglen yn galluogi pobl ifanc i adnabod arwyddion cynnar a pheryglon perthynas afiach, gan eu galluogi i wneud dewisiadau da.

Mae'r rhaglen yn hyblyg a gellir ei defnyddio gyda grwpiau bach, gwasanaethau ieuenctid a grwpiau cymunedol yn ogystal â dosbarthiadau ysgol cyfan. Gellir defnyddio'r sesiynau hefyd fel gweithdai mewn nosweithiau rhieni a hyfforddiant i athrawon.

I gyd-fynd â rhaglen graidd STAR ceir Gwaith Grŵp STAR (adferiad trawma) sy'n darparu grwpiau cyfochrog i blant, pobl ifanc a'u mamau i gryfhau eu perthynas yn dilyn cam-drin domestig.

Hyd: Hyblyg ac amrywiol; yn ddelfrydol mae rhaglen pobl ifanc STAR yn 8 sesiwn 1 awr o hyd

Dull cyflwyno: Cyflwynir gan 2 hwylusydd STAR sydd wedi'u hyfforddi. Mae hyfforddiant undydd a deuddydd i hwyluswyr ar gael gan brosiect Mae Plant yn Bwysig Cymorth i Ferched Cymru i gyflwyno sesiynau addysg a rhaglenni gwaith grŵp.

Enw'r Adnodd: School Beat

Datblygwyd gan: Rhaglen Graidd Cyswllt Ysgolion Cymru Gyfan.

Dolen at yr Adnodd: https://www.schoolbeat.org

Nodau: Darparu gwybodaeth a gwersi i athrawon, ar amrywiaeth o faterion diogelwch, i ddilyn y gwersi a gyflwynir gan Swyddogion Cymunedol Ysgolion.

Pynciau a drafodir: Cam-drin domestig, diogelwch ar y rhyngrwyd, secstio, cydsyniad rhywiol, stereoteipiau a rhagfarn, cam-fanteisio'n rhywiol.

Hyd: 8 gwers 1-2 awr o hyd.

Dull cyflwyno: Cyflwynir gan athrawon yr ysgol (mae'r holl adnoddau angenrheidiol i'w cael ar y wefan)

Enw'r Adnodd: Sexpression

Datblygwyd gan: Sexpression:UK

Dolen at yr Adnodd: http://sexpression.org.uk/

Nodau: Grymuso plant a phobl ifanc i wneud penderfyniadau am ryw a pherthynas drwy redeg sesiynau anffurfiol a chynhwysfawr yn y gymuned am ryw a pherthynas.

Pynciau a drafodir: Rhyw, perthynas a newidiadau corfforol, heintiau a drosglwyddir yn rhywiol, rhyw diogelach ac atal cenhedlu, rhyw a chydsyniad ymarferol, perthynas a cham-drin, tueddfryd rhywiol a hunaniaeth rywiol (LGBT+), rhyw a'r cyfryngau

Hyd: Sesiynau unigol

Dull cyflwyno: Cyflwynir gan fyfyrwyr prifysgol wedi'u hyfforddi.

Enw'r Adnodd: Spectrum

Datblygwyd gan: Hafan Cymru

Dolen at yr Adnodd: http://spectrumproject.co.uk/

Nodau: Hyrwyddo pwysigrwydd perthynas iach a chodi ymwybyddiaeth plant, pobl ifanc ac oedolion am y materion sy'n ymwneud â cham-drin domestig, trais rhywiol a thrais ar sail rhywedd.

Pynciau a drafodir: Mae pecyn ABCh Spectrum i ysgolion uwchradd yn seiliedig ar ymddygiad rheoli cyffredin a phrofiadau sy'n gysylltiedig â cham-drin domestig, gan bwysleisio mai achos craidd cam-drin domestig yw un unigolyn yn defnyddio ymddygiad bwlio a chamdriniaeth i sicrhau pŵer a rheolaeth dros unigolyn arall. Mae'r pynciau'n cynnwys: perthyn, teulu, cydsyniad rhywiol, cam-fanteisio'n rhywiol, priodas dan orfod, camau cam-drin, trais rhywiol a thrais yn erbyn menywod.

Hyd: 6 gwers awr o hyd.

Dull cyflwyno: Cyflwynir gan staff Spectrum sydd hefyd i gyd yn athrawon cymwysedig a phrofiadol.

Enw'r Adnodd: Spiralling (ffilm)

Datblygwyd gan: Bristol Against Violence and Abuse

Dolen at yr Adnodd: http://www.bava.org.uk/

Nodau: Galluogi pobl ifanc i adnabod cam-drin mewn perthynas a deall sut i gael help.

Pynciau a drafodir: Cam-drin perthynas, trais, cydsyniad, ymddygiad rheoli a cheisio cymorth.

Hyd: ffilm 25 munud.

Dull cyflwyno: Gall staff yr ysgol ei ddefnyddio ynghyd â phecyn cymorth o adnoddau a gweithgareddau.

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Mae **Llwyfan Atal AVA** yn cynnwys cronfa ddata ddefnyddiol o adnoddau, gweithgareddau, ffilmiau a chynlluniau gwersi y mae modd ei chwilio yn ôl oed. Gallwch chwilio yn ôl pwnc a'r categori addysg 'addysg bellach' a dod o hyd i ragor o adnoddau.

http://www.preventionplatform.co.uk/?page_id=136