Herio Bwlio

Hawliau, Parch a Chydraddoldeb

Ysgol Gyfun Gymraeg Glantaf

Adolygwyd: Hydref 2025

Derbyniwyd: Hydref 2025

Cefndir

Prif amcan Ysgol Gyfun Gymraeg Glantaf yw ceisio sicrhau bod pob disgybl yn gwireddu ei botensial ac yn derbyn addysg gyflawn mewn awyrgylch gynhaliol a Chymreig. Mae ymddygiad ymosodol o unrhyw fath yn rhwystr i gyflawni'r nod hwn, ac mae'r ysgol yn credu bod ymddygiad bwlio yn gwbl annerbyniol ac na ddylid ei oddef. Mae pob aelod o gymuned yr ysgol yn rhannu cyfrifoldeb ar y cyd am fynd i'r afael â bwlio pe bai'n digwydd ac wrth gydweithio i hybu ymddygiad cadarnhaol. Mae'r ysgol yn cydnabod bod ganddi ddyletswydd gyfreithiol i atal a mynd i'r afael â phob math o ymddygiad bwlio. Gwelir y polisi hwn fel rhan hanfodol o bolisi bugeilio yr ysgol gyfan, ac mae'n gyfrifoldeb ar bawb sydd ar y safle i ofalu nad yw bwlio yn digwydd a bod safonau ymddygiad yn cael eu gwarchod. Mae'r safonau yn cael eu hegluro i ddisgyblion a'u rhieni ar lafar ac yn mewn cyfarfodd gwybodaeth a cheir cyfarwyddyd pellach mewn gwasanaethau ac yn y Trefnydd Disgyblion.

Wrth bennu amcanion polisi ar gyfer yr ysgol hon, byddwn yn rhoi sylw dyledus i ddyletswyddau cyfreithiol **Deddf Cydraddoldeb 2010** i:

- Ddileu gwahaniaethu, aflonyddu, erledigaeth ac unrhyw ymddygiad arall a waherddir o dan y Ddeddf;
- Hyrwyddo cyfle cyfartal rhwng unigolion sy'n rhannu **nodwedd warchodedig berthnasol** ac unigolion nad ydynt yn ei rhannu; mae hyn yn golygu dileu neu leihau'r anfanteision a ddioddefir gan bobl sy'n rhannu nodwedd warchodedig berthnasol sy'n gysylltiedig â'r nodwedd honno
- Cymryd camau i ddiwallu anghenion unigolion sy'n rhannu nodwedd warchodedig berthnasol sy'n wahanol i anghenion pobl nad ydynt yn ei rannu

Nod y polisi / Adolygu’r polisi

Mae'r polisi hwn yn hanfodol i gefnogi ethos yr ysgol gyfan, sef sicrhau bod plant yn teimlo'n ddiogel, yn hyderus ac yn hapus. Fe'i cynlluniwyd i atal ymddygiad bwlio lle bynnag y bo modd, i ymateb yn gyson yn unol â gweithdrefnau y cytunwyd arnynt pe bai'n digwydd a rhoi cefnogaeth i'r rhai sy'n gysylltiedig fel y bo'n briodol. Mae diogelwch, iechyd a lles ein plant o'r pwys mwyaf ac yn fusnes i bawb.

Mae atal yn cynnwys anfon neges glir fod ymddygiad negyddol yn wrthgymdeithasol, yn annerbyniol ac na chaiff ei oddef yma. **Mae'r polisi ysgol hwn yn seiliedig ar gyfres ganllawiau Llywodraeth Cymru 'Herio Bwlio – Hawliau, Parch, Cydraddoldeb' sy'n cynnwys canllawiau statudol ar gyfer awdurdodau lleol a chyrff llywodraethu, yn ogystal â chanllawiau cynghori ar gyfer plant a phobl ifanc, rhieni a gofalwyr.**

Nod yr ysgol felly yw codi hunan-barch pob disgybl, a chreu awyrgylch lle mae pob un yn parchu hawliau ei gilydd ac yn mwynhau dysgu.

Bydd effeithiolrwydd y polisi yn cael ei adolygu yn y modd canlynol :

- defnyddio holiaduron disgyblion er mwyn mesur unrhyw gynnydd neu ddisgyniad yn nifer y digwyddiadau o flwyddyn i flwyddyn a darganfod unrhyw batrymau o ran y math o fwlio, lleoliad ac amser. (ynghyd â Holiadur SHRN pob dwy flynedd)
- gorolwg tymhorol a blynyddol o achosion a chofnodion er mwyn darganfod unrhyw batrymau o ran personau, lleoliad ac ati. Y Pennaeth Cynorthwyol (ymddygiad) a'r Arweinyddion Cynnydd a Lles fydd yn gyfrifol am hyn.
- creu cynllun gweithredu fel rhan o Gynllun Gwella'r Ysgol fydd yn ymateb i ganlyniadau'r ymchwil uchod. Pennaeth Cynorthwyol (ymddygiad) fydd yn gyfrifol am hyn.
- adrodd yn ôl i'r Llywodraethwyr ar batrymau a data ymddygiad (gan gynnwys bwlio) yn achlysurol (Pennaeth).

Beth yw bwlio?

Mae'r ysgol yn defnyddio'r diffiniad o fwlio, a ddarperir gan Lywodraeth Cymru;

'Ymddygiad gan unigolyn neu grŵp, a ailadroddir dros gyfnod amser, sy'n brifo eraill naill ai'n fwriadol neu'n emosiynol.'

Mae hefyd yn disgrifio nifer o elfennau nodedig sy'n gysylltiedig â bwlio. Mae'r rhain yn cynnwys, ond nid ydynt yn gyfyngedig i:

- **Bwriad i niweidio** – mae bwlio'n fwriadol gyda'r bwriad o achosi niwed. Mae'r rhai sy'n ymddwyn fel bwli yn dda am wybod yn union sut i fychanu neu frifo eu targed, gan bigo ar agweddau allweddol o'u hymddangosiad, personoliaeth neu hunaniaeth er mwyn cael yr effaith a ddymunir. Maent yn chwilio am y maes y mae ganddynt bŵer dros eu targed.

- **Canlyniad niweidiol** – mae rhywun neu grŵp yn cael ei frifo'n gorfforol neu'n emosiynol. Gallant gael eu hynysu, eu bychanu neu eu gwneud yn ddagreuol. Mae eu hymdeimlad o hunanwerth yn lleihau.

- **Gweithredoedd uniongyrchol neu anuniongyrchol** – gall bwlio gynnwys ymosodol yn uniongyrchol fel taro rhywun, yn ogystal â gweithredoedd anuniongyrchol megis lledaenu sïon, datgelu gwybodaeth breifat am rywun neu rannu delweddau personol gyda phobl nad oedd y wybodaeth/delweddau wedi'u bwriadu ar eu cyfer.

- **Ailadrodd** – mae bwlio fel arfer yn golygu ymddwyn yn negyddol neu ymddwyn yn ymosodol dro ar ôl tro. Nid yw gweithred ymosodol ynysig, fel ymladd, yn cael ei hystyried fel arfer yn fwlio. Ond gall unrhyw ddigwyddiad fod yn ddechrau ar batrwm o ymddygiad bwlio sy'n datblygu wedi hynny. Dyna pam mae cofnodi digwyddiadau mor bwysig.

- **Pŵer Anghyfartal** – mae bwlio'n golygu camddefnyddio grym gan un person neu grŵp sydd (yn cael eu hystyried) yn fwy pwerus yn aml oherwydd eu hoed, cryfder corfforol, poblogrwydd neu wytnwch seicolegol

Gall bwlio ddigwydd ar sawl ffurf, gan gynnwys:

- **Corfforol** – cicio, baglu rhywun neu ei wthio, anafu rhywun, difrodi ei eiddo neu wneud ystumiau bygythiol
- **Llafar** – gwawdio a galw enwau, sarhau, bygwth, bychanu neu fygwth
- **Emosiynol** – ymddwyn gyda'r bwriad o ynysu, niweidio neu fychanu rhywun
- **Anuniongyrchol** – cyfrwys, tu ôl cefn y targed, lledaenu sïon
- **Ar-lein** – defnyddio unrhyw fath o ddulliau technolegol, ffonau symudol, rhwydweithiau cymdeithasol, gemau, ystafelloedd sgwrsio, fforymau neu apps i'w bwlio drwy gyfrwng tecst, negeseuon, delweddau neu fideo.
- **Ymosodedd perthynol** – bwlio sy'n ceisio niweidio perthnasoedd neu statws cymdeithasol y targed: mynd â'u ffrindiau oddi arnynt, ecsbloetio anghenion dysgu ychwanegol (ADY) neu salwch hirdymor person, targedu statws cymdeithasol eu teulu, ynysu neu fychanu rhywun neu cael rhywun i drafferth yn fwriadol.
- **Rhywiol** – cyffwrdd dialw amdano, bygythiadau, awgrymiadau, sylwadau a jôcs neu ensyniadau. Gall hyn hefyd gynnwys blacmel rhywiol, sef 'pornograffi dial' ac unrhyw gamddefnydd o ddelweddau personol, cignoeth o'r disgybl.
- **Rhagfarnllyd** – bwlio dysgwr neu grŵp o ddysgwyr oherwydd rhagfarn. Gellid cysylltu hyn â stereoteipiau neu ragdybiaethau ynghylch hunaniaeth. Mae bwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn yn cynnwys y nodweddion gwarchodedig. (Gan gynnwys oedran, anabledd, ailbennu rhywedd, priodas a phartneriaeth sifil, beichiogrwydd a mamolaeth, hil, crefydd neu gredo, rhyw a chyfeiriadedd rhywiol) Gall ac mae rhagfarn hefyd yn ymestyn y tu hwnt i'r nodweddion gwarchodedig a gall arwain at fwlio am amrywiaeth o resymau eraill megis statws cymdeithasol a chefndir.

Beth sydd ddim yn fwlio?

Nid yw ambell i ymddygiad, er yn annerbyniol, yn cael ei ystyried yn fwlio. Dylid ymdrin â'r achosion hyn yn unol â pholisi ymddygiad yr ysgol i atal digwyddiad a allai waethygu i fod yn fwlio.

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

- **Ffraeo â ffrindiau** – gall dadl rhwng ffridndiau, fodd bynnag, ddirywio yn ymddygiad bwlio sy'n cael ei alluogi gan y ffaith bod gan gyn-ffrindiau wybodaeth fanwl am ofnau ac ansicrwydd ei gilydd. Mae plant a phobl ifanc sy'n cael eu targedu gan gyn-gyfeillion yn teimlo'r brad yn ddwfn ac yn aml wedi eu hynysu oddi wrth eu grŵp o ffrindiau blaenorol.

- **Achos unigol o ymladd** – eir i'r afael â hyn yn unol â pholisi ymddygiad yr ysgol oni bai ei fod yn rhan o batrwm o ymddygiad sy'n arwydd o dargedu unigolyn arall yn fwriadol.

- **Dadl neu anghytundeb** – yn gyffredinol, nid yw dadl rhwng dau blentyn neu bobl ifanc yn cael ei ystyried yn fwlio. Serch hynny, efallai y bydd arnynt angen cymorth i ddysgu parchu safbwyntiau pobl eraill.

- **Ymosodiad corfforol untro** – bydd hyn yn cael ei atal a rhoddir sylw iddo ar unwaith. Mewn achosion lle mae ymosodiad corfforol wedi digwydd, gall cynnwys yr heddlu fod yn briodol hefyd.

- **Sylwadau sarhaus a chellwair** – bydd plant a phobl ifanc yn aml yn protestio mai jôc neu gellwair oedd y digwyddiad. Os yw dau ffrind o rym cyfartal yn yr arfer o gellwair â'i gilydd, nid yw'n cael ei ystyried yn fwlio. Os yw un dysgwr yn defnyddio cellwair i fychanu neu fygwth rhywun arall nad oes ganddo'r grym i'w atal a'i wneud yn ofnus gan y weithred, mae'r ffin rhwng cellwair a bwlio yn debygol o gael ei chroesi

- **Un digwyddiad o drosedd gasineb** – oni bai bod yr ymddygiad hwn yn cael ei ailadrodd ni fyddai fel arfer yn cael ei ystyried yn fwlio ond byddai'n ymddygiad troseddol, a byddai'r ysgol yn ymdrin ag ef yn unol â pholisi ymddygiad yr ysgol a pholisïau perthnasol eraill, megis polisi 'Atal' yr ysgol. Os ystyrir bod angen hynny, byddai angen i'r ysgol gynnwys yr heddlu hefyd.

Sut ydym yn ymdrin â bwlio?

Mae ein hymagwedd ysgol gyfan at atal bwlio yn cynnwys:

- Mabwysiadu dulliau ataliol o ymdrin â bwlio.
- Datblygu ethos cadarnhaol sy'n cynnwys gwybod bod bwlio'n annerbyniol.
- Disgwyl ymddygiad cadarnhaol sy'n helpu ac yn cefnogi dysgu a datblygu.
- Hyrwyddo cydweithrediad a disgwyl ymddygiad sy'n gyfrifol yn gymdeithasol.
- Annog unrhyw dystion i fwlio i weithredu'n gadarnhaol drwy adrodd digwyddiadau i staff a dwyn pwysau ar y cyd gan gyfoedion i'w atal.
- Gwerthfawrogi a dathlu gwahaniaethau, sgiliau a thalentau pawb.
- Cefnogi datblygiad llythrennedd emosiynol, hunan-barch a gwytnwch drwy wasanaethau, cyfnodau tiwtoriaid personol, addysg drwy ein cwricwlwm lles, rhaglen *Ysgolion Iach*, datblygu sgiliau, addysgu strategaethau ymdopi personol i ddisgyblion, gwaith fforymau blwyddyn a Senedd ysgol, cynlluniau cyfeillio *Bullies Out*, mentora gan gyfoedion, Bydis Chweched, Nyrs ysgol.
- Dangos parch at eraill a herio ac addysgu am iaith amhriodol sy'n; − hiliol − homoffobig − rhywiaethol − sydd â rhagfarn grefyddol, − ysgogir gan anabledd, − neu a fyddai'n cael ei ystyried yn dramgwyddus neu'n ddifrïol gan unrhyw grwpiau gwarchodedig a enwir yn y ddeddf cydraddoldeb.
- Sicrhau bod yr wybodaeth yn y polisi hwn ar gael i bawb yng nghymuned yr ysgol.
- Cynnwys pob aelod o gymuned yr ysgol wrth gynllunio/ gweithredu'r polisi.
- Bod pob aelod o staff yn fodelau rol ymddygiadau cadarnhaol.

- Annog adrodd am ddigwyddiadau os yw bwlio'n digwydd: Gall disgyblion a rhieni/gofalwyr fod yn dawel eu meddwl yr ymatebir i'w pryderon yn sensitif.
- Bydd pob adroddiad yn cael ei gymryd o ddifrif ac yn destun ymchwil.
- Bydd cyfrinachedd unrhyw un sy'n rhannu gwybodaeth yn cael ei barchu.
- Bydd cyfleoedd i blant fynegi pryderon yn cynnwys mynediad I lwyfan "*Fy Llais*", cynrychiolaeth ar eu Fforwm Blwyddyn, y Senedd Ysgol a Bydis/Mentoriaid a fydd yn trosglwyddo pryderon.
- Os bydd bwlio'n digwydd byddwn yn gweithredu'r gweithdrefnau canlynol, fel y bo'n briodol, yn unol â chyfres canllawiau Llywodraeth Cymru 'Herio Bwlio – Hawliau, Parch, Cydraddoldeb'.

Byddwn yn cymryd pob digwyddiad o ddifrif ac yn cofnodi'r hyn a ddigwydd. Bydd person dynodedig (rhan amlaf yr AC&Ll) yn monitro ac yn coladu gwybodaeth am ddioddefwyr bwlio a chyflawnwyr. Bydd y person hwnnw yn:

- Ymchwilio i'r digwyddiad / sefydlu ffeithiau drwy siarad yn annibynnol â phawb dan sylw.
- Defnyddio technegau ymyrryd adferol priodol i reoli anawsterau rhwng cyflawnwyr a thargedau; annog cymodi lle bo hynny'n bosibl/ymarferol.
- Lle mae ymddygiad bwlio wedi cael ei brofi, gweithredu cosbau cytunedig yn gyson ac yn deg yn ôl yr angen i atal digwyddiadau pellach.
- Cynnwys rhieni mor gynnar â phosibl lle bo'n briodol.
- Cadw cofnodion cywir, ffeithiol o'r holl ddigwyddiadau a gofnodir ac ymateb yr ysgol.
- Dylech bob amser ddilyn digwyddiadau ar ôl ymdrin â nhw ac adolygu'r canlyniadau i sicrhau bod y bwlio wedi dod i ben.
- Rhoi cymorth parhaus i'r rhai sy'n gysylltiedig lle bo angen; mae taflenni gan Lywodraeth Cymru ar gael i blant, pobl ifanc a rhieni/gofalwyr.
- Dangos parch at eraill a herio ac addysgu am iaith amhriodol sy'n; − hiliol − homoffobig − rhywiaethol − sydd â rhagfarn grefyddol, − ysgogir gan anabledd, − neu a fyddai'n cael ei ystyried yn dramgwyddus neu'n ddifrïol gan unrhyw grwpiau gwarchodedig a enwir yn y ddeddf cydraddoldeb
- Gweithredu canllawiau o ddogfen waith partneriaeth Heddlu Cymru Gyfan "School Beat", i benderfynu a oes angen cynnwys swyddogion yr heddlu; fel y nodir yn y canllawiau hyn, dylid ymdrin ag achosion yn fewnol lle bynnag y bo'n bosibl.
- Cynnwys swyddogion cyswllt yr Heddlu mewn achosion / sefyllfa sy'n berthnasol.
- Sicrhau bod yr wybodaeth yn y polisi hwn ar gael i bawb yng nghymuned yr ysgol.
- Cynnwys pob aelod o gymuned yr ysgol wrth gynllunio/ gweithredu'r polisi.
- Bod pob aelod o staff yn fodelau rol ymddygiadau cadarnhaol.

Bydd yr ysgol bob amser yn cynnig Dull Adferol ac yn ceisio gwella'r niwed. Gall hefyd, yn dibynnu ar y math o ddigwyddiad, ddefnyddio sancsiynau, gan gynnwys;

- Tynnu breintiau/amser rhydd.
- Atal mynediad i rannau o'r ysgol.
- Gwaharddiad mewnol (o fewn yr ysgol) / cyfnod yn yr ystafell adfer ymddygiad
- Gwaharddiad tymor byr neu dymor hir,
- Cynnwys rhieni pan fo angen.
- Cynnwys asiantaethau allanol priodol.

Canllawiau ar gyfer gweithredu'r polisi

Cyffredinol

(i) Ymchwilir i bob honiad o fwlio a rhaid cofnodi pob achos. Achosion difrifol fydd rhai lle mae disgybl wedi dioddef dros gyfnod o amser, neu'n gwrthod dod i'r ysgol oherwydd ei ofnau.

(ii) O ddydd i ddydd, AC&Ll (Arweinwyr Cynydd a Lles) yr ysgol fydd yn delio ag achosion gan ddilyn y cyfarwyddyd isod:

- Derbynnir y gall bwli fod yn 'anymwybodol' o'r 'boen' mae'n achosi i eraill ond disgwylir i ymyrraeth y AC&Ll ddarbwyllo'r bwli yn y cyswllt yma. O ganlyniad fe ddisgwylir i'r bwli ymateb yn syth.
- Yn y man cyntaf dylid gwneud pob ymdrech i egluro i'r bwli paham bod ymddygiad o'r fath yn annerbyniol drwy drafod difrifoldeb canlyniadau bwlio a'i effaith ar deimladau ac iechyd y sawl sydd yn dioddef.
- Rhaid cadw golwg 'dyddiol' ar unrhyw achos ble mae disgybl yn dioddef o fwlio drwy gael gair tawel gyda'r disgybl. Hefyd rhaid rhoi amser i'r bwli fel ei fod/bod yn deall bod yr ysgol yn monitro'r sefyllfa.
- Bydd y AC&Ll yn trafod â Chydlynydd ADY a'r Pen Cynorthwyol cyswllt yr unigolion hynny sy'n bwlio a'r rhai sy'n dioddef.
- Disgwylir i'r AC&Ll gysylltu â rhieni'r bwli (yn aml bydd hyn yn ddigon i ddod a'r broblem i ben) a'r rhieni disgybl sy'n dioddef er mwyn rhoi gwybodaeth am yr hyn y mae'r ysgol yn ei wneud i ddelio a'r broblem.
- Disgwylir i'r AC&Ll gadw nodiadau manwl yn ffeiliau'r unigolion. Bydd gwybodaeth berthnasol am fwlio yn y bwletin boreol er mwyn creu ymwybyddiaeth athrawon fel bo'r gofyn.
- Disgwylir i AC&Ll drafod y pwnc yn eu gwasanaethau boreol o leiaf unwaith y tymor.
- Bydd y Tîm Arwain (y dirprwy yn benodol) a'r Pen Cynorthwyol (ymddygiad) yn cynorthwyo AC&Ll i ddelio ag achosion o fwlio.
- Rhaid cael dyfalbarhad wrth ddelio a'r broblem er mwyn osgoi sefyllfa lle bo'r ymddygiad yn lledaenu ar draws neu o un flwyddyn i'r llall.
- Rhaid rhoi adborth cadarnhaol i'r bwli os yw'n ymateb yn ffafriol.

(iii) Bydd y AC&Ll yn ymgynghori â’r Pen Cynorthwyol ac os bydd y mater yn un cymhleth, hysbysu y Dirprwy / Pennaeth. Yna gellir penderfynu ar gynllun gweithredu a allai gynnwys gofyn i rieni ddod i'r ysgol i drafod y mater ymhellach, neu ymgynghori â Seicolegydd Addysg yr ysgol, Swyddogion y Sir neu asiantaethau allanol eraill.

(iv) Bydd achosion cymhleth a difrifol iawn yn cael eu trafod gan y Pennaeth a'r Tîm Arwain, a rhoddir gwybodaeth i Gadeirydd y Llywodraethwyr yn ogystal lle bo hyn yn briodol. Lle na cheir cydweithrediad disgybl er mwyn dod â bwlio i ben, er gwaethaf y cymorth a estynnir, bydd gwaharddiad am gyfnod penodol ac o bosibl argymhelliad o waharddiad parhaol.

Penodol

(i) Mewn achos o fwlio sydd yn dod i sylw athro dosbarth, athro neu AC&Ll, dylid gofyn am ***ffeithiau*** - ble, pryd (adeg o'r dydd), lleoliad, enwau neu ddisgrifiadau tystion, beth yn union a ddywedwyd ac a wnaethpwyd a gan bwy. Rhaid cofnodi'r ffeithiau’n ysgrifenedig.

(ii) Os bydd yr athro yn cael gwybod trwy ffynhonell arall, dylid gofyn yr un cwestiynau.

(iii) Dylai'r athro neu AC&Ll gyfweld â'r bwli a'i holi heb ei feio yn y lle cyntaf, ond sicrhau'r ffeithiau. Yna, dylai'r athro drosglwyddo'r wybodaeth ar hyd y gadwyn fugeiliol.

(iv) Os nad oes gan yr athro amser ar y pryd i wrando, dylid gofyn i'r dioddefwr a'r bwli nodi'r hyn a ddigwyddodd ar bapur mor fuan ag y bo modd, gan gadw at ganllawiau (i) uchod.

(v) Gellir gofyn i'r dioddefwr i gadw dyddiadur a nodi o ddydd i ddydd beth sydd yn digwydd, dros gyfnod penodol.

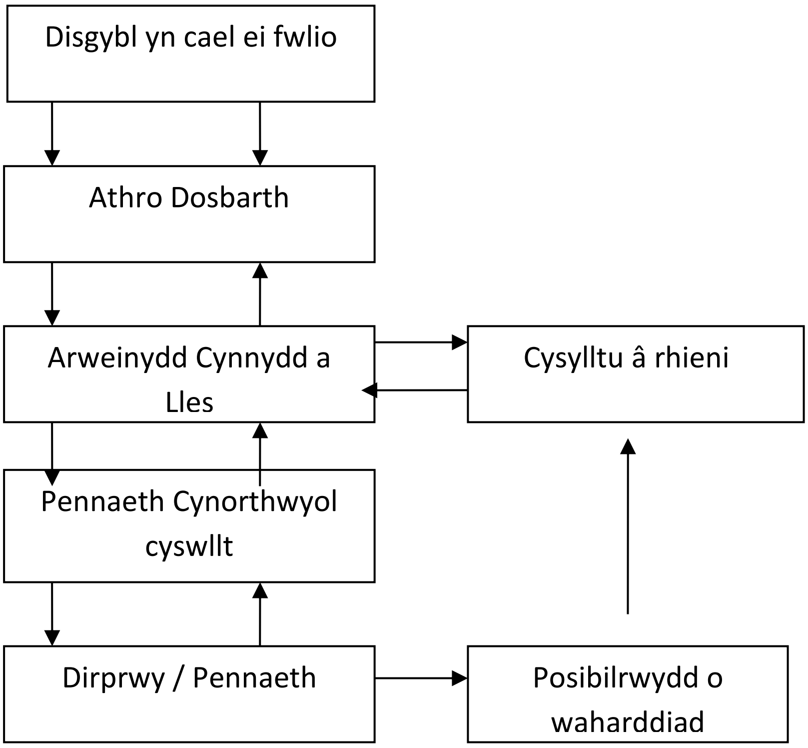
(vi) Y AC&Ll fydd yn cysylltu â rhieni'r bwli a'r dioddefwr i drafod y mater ymhellach, ac yn trefnu cytundeb ar strategaethau cynhaliol er mwyn adfer y sefyllfa.

(vii) Tynnir sylw'r disgyblion at elfennau o'r polisi bwlio yn ystod gwasanaethau ac yn y cyfnod bugeiliol.

(viii) Cyfeirir sylw disgyblion at y cymorth a’r cyfarwyddyd a geir yn y Trefnydd ac at y camau i'w dilyn mewn achos o fwlio.

Llif siart gweithredu'r polisi

Strategaeth (yn yr ysgol)



Bob tro y cawn wybodaeth am achos honedig o fwlio rhaid gweithredu ar unwaith yn unol â'r gadwyn uchod

Cadw Cofnod Ysgrifenedig

Rhaid cadw cofnod ysgrifenedig llawn mewn achos difrifol, neu un sydd yn berygl o fod yn achos cymhleth. Dylid cofnodi yr hyn a ddigwyddodd, gan holi'r disgyblion a oedd ynghlwm wrth yr achos a hefyd unrhyw dystion a oedd yn bresennol, a chofnodi a dyddio'r dystiolaeth. Rhaid cadw'r manylion yn ffeil y disgybl. **Dylid bob amser nodi beth a wnaeth yr ysgol i ymateb i'r achos.**

Rhaid i'r AC&Ll gadw cofnodion cywir a manwl o bob achos difrifol o fwlio. Hefyd, dylai

- ◊ athrawon dosbarth lenwi taflen **Cofnod o Ddigwyddiad** a'i throsglwyddo i'r AC&Ll
- ◊ athrawon a staff cynnal i nodi ar bapur i'r AC&Ll unrhyw sylwadau ar fwlio a beth a wnaethpwyd ganddynt

Cysylltu â rhieni

Dylai AC&Ll gysylltu â rhieni'r disgybl neu'r disgyblion sydd yn gyfrifol am y cam-drin ac â rhieni y dioddefwr, gan eu gwahodd i'r ysgol i drafod ymhellach lle bo angen, ac eto nodi beth oedd y rhaglen gynnal y cytunwyd arni.

Asiantaethau allanol

Ar ôl cael hyd i'r ffeithiau am unrhyw achos, fe all yr ysgol ofyn am gyngor oddi wrth nifer o asiantaethau allanol a allai gynnwys

- Y seicolegydd addysg
- Swyddogion yr AALl
- Gwasanaeth iechyd / meddyg teulu
- Childline (pencadlys yn Abertawe)
- CAB- Cardiff Against Bullying – www.cardiffagainstbullying.co.uk
- Y Ganolfan Adnoddau Gwrth-fwlio yn Uwch Athrofa De Morgannwg, safle Cyncoed
- CAMHS
- Gwasanaeth cwnsela

Mae nifer o wasanaethau a llinellau cymorth i ddisgyblion yn cael eu cynnwys o fewn y *Trefnydd Disgyblion* ac mae llwyfan cymorth “*Fy Llais*” hefyd yn cael ei hyrwyddo ar draws cymuned yr ysgol, yn y Trefnydd ar waliau’r ystafelloedd ac mewn gwasanaethau yn gyson.

Rôl rhieni

- Ceisir annog rhieni i gydweithredu â'r ysgol i wella'r berthynas rhwng disgyblion.
- Gwahoddir rhieni i'r ysgol i drafod achosion gyda'r AC&Ll, Pen Cynorthwyol (ymddygiad) y Dirprwy neu'r Pennaeth.
- Rhoddir crynodeb o'r canllawiau ymddygiad yn ein *Polisi ymddygiad ar gyfer dysgu da* ar wefan yr ysgol a chynhwysir canllawiau i'r disgybl yn ein Trefnydd Disgybl.
- Gwahoddir rhieni i gysylltu â AC&Ll os oes ganddynt amheuon bod eu plentyn yn cael ei fwlian, neu yn fwli. Dylent ofyn i'w mab / merch gadw dyddiadur a chofnodi popeth sydd yn digwydd - dyddiad, ym mhle, pryd, beth a ddywedwyd ac a wnaethpwyd, gan bwy ac enwau neu ddisgrifiadau o dystion.

Mentora Cymar

Mae Cynllun Mentor Cymar yn cael ei arwain gan fyfyrwyr bl12, ac anogir disgyblion i siarad ag aelodau'r grwp sydd ar gael amserau cinio ac yn rhaeadru i staff yr ysgol (AC&LL / PC diogelu), os oes angen. Rhydd hyn gyfle i ddisgyblion gysylltu a chwnselwyr os byddant yn cael eu bwlio.

Cyn ymgymryd â'u dyletswyddau bydd Bl12 yn derbyn hyfforddiant er mwyn iddynt wybod pryd a sut i gyflawni eu rôl a throsglwyddo gwybodaeth. Maent yn cael eu cefnogi yn ei gwaith gan AC&LL a gan Bennaeth Cynorthwyol (Diogelu).

Canllawiau i ddisgyblion

Os ydych yn teimlo eich bod yn cael eich bwlio neu'n gwybod am rywun arall sydd yn dioddef dilynwch y cyngor canlynol. Peidiwch â bod ofn dweud wrth athro neu ddisgybl Bl. 12 – 'Mentoriaid 6ed' am y bwlian. Fe **ALL** yr ysgol atal y bwlio gyda'ch cymorth chi.

- Ceisiwch beidio â dangos eich bod wedi eich brifo.
- Ceisiwch anwybyddu'r bwli heb ddangos eich bod wedi cymryd ei ymddygiad i galon. Bydd y bwli yn mwynhau eich gweld yn cael eich brifo, felly byddai eich tawelwch, neu eich chwerthin yn ei siomi. Efallai na fydd hyn yn gweithio'r tro cyntaf ond fel arfer bydd yn llwyddo yn y diwedd, felly dyfalbarhewch.
- Ceisiwch swnio'n hyderus a phendant.
- Os bydd grŵp yn eich poeni, edrychwch ym myw llygaid un ohonynt a dweud "Pam rych chi'n gwneud hyn? Dyw hyn ddim yn ddoniol" a cherddwch i ffwrdd yn gyflym.
- Peidiwch â mynd ar eich pen eich hunan i ardaloedd lle gall bwlio ddigwydd.
- Os byddwch yn ofnus, ewch at eich athro dosbarth, AC&Ll neu athro arall a gofynnwch a oes modd aros i mewn yn ystod egwyl neu awr ginio a dywedwch paham.
- Cadwch ddyddiadur a nodwch ble, pryd a'r dyddiad, enwau neu ddisgrifiadau o dystion, beth sydd yn cael ei ddweud (yr union eiriau) a beth sydd yn cael ei wneud.
- Ni fydd y bwli'n stopio os bydd yn meddwl y gall barhau i ymddwyn yn greulon.

Dywedwch wrth rywun, neu gofynnwch i ffrind i ddweud wrth rywun a dywedwch chi wrth rywun os bydd ffrind yn cael ei fwlio.

Fe allwch chi stopio'r bwli os byddwch yn barod i wneud hyn :

- Peidiwch ag aros i gefnogi a gwylio'r bwli - ewch i nol cymorth.
- Dangoswch nad ydych yn hoffi beth mae'r bwli yn ei ddweud ac yn ei wneud - cerddwch i ffwrdd neu dywedwch wrtho am stopio.
- Cydymdeimlwch â disgybl sy'n cael ei fwlio a cheisiwch ei gynnal. Efallai mae eich tro chi fydd e nesaf.
- Byddwch yn ofalus i beidio a phryfocio pobl neu wneud sylwadau personol, neu alw enwau dwl arnynt. Efallai na fydd y person arall yn hoffi eich hiwmor. Gofynnwch i'ch hunan a fyddech chi yn meddwl ei fod yn ddoniol pe byddai rhywun yn dweud hynny wrthych chi.
- Os ydych yn gwybod am achos difrifol o fwlio, dywedwch wrth athro neu aelod o gynllun Mentoriaid Cymar - Bl. 12. Efallai bod y person yn rhy ofnus, swil, unig ac anhapus i ddweud. Byddwch yn gadarn.

Cyngor i rieni

1. Gwyliwch rhag unrhyw arwyddion fod eich plentyn yn anhapus (gweler y rhestr).

2. Dangoswch ddiddordeb ym mywyd cymdeithasol eich plentyn, a byddwch yn barod i wrando ar eich merch/mab.

3. Os ydych yn meddwl bod eich plentyn yn cael ei fwlio, rhowch wybod yn syth i'r AC&Ll perthnasol neu, yn eu habsenoldeb gofynnwch am siarad â'r pennaeth cynorthwyol cyswllt.

4. Cadwch gofnod ar ffurf dyddiadur o'r hyn a ddigwyddodd - pwy, beth, ble a phryd, nodwch yn union beth a gafodd ei ddweud neu ei wneud, enwau neu ddisgrifiadau o dystion. [Gall eich mab/merch gadw'r dyddiadur].

5. Croeso i chi weld copi o bolisi'r ysgol ar *ymddygiad ar gyfer dysgu da* ar ein gwefan.

6. Gyda'r ysgol, llunio rhaglen o weithgareddau a all helpu eich plentyn.

7. Dwedwch wrth eich plentyn am ddweud wrth athro neu athrawes y mae'n gallu ymddiried ynddo / ynddi am yr hyn sydd yn digwydd neu os yw am drafod yn anffurfiol i gysylltu ag aelod o gynllun Mentoriaid Cymar.

8. Sicrhewch eich mab/merch nad oes unrhyw beth o'i le gyda fe neu hi a allai gyfiawnhau bwlio.

9. **PEIDIWCH** ag annog eich plentyn i fwrw 'nôl neu alw enwau yn ôl ar y bwli.

Dogfennau Cyfeirio a Dolenni Defnyddiol:

Canllawiau Llywodraeth Cymru, herio bwlio, 'Hawliau, parch, cydraddoldeb' Canllawiau statudol ar gyfer cyrff llywodraethu ysgolion a gynhelir Canllawiau statudol ar gyfer awdurdodau lleol Canllawiau i rieni a gofalwyr Canllaw i bobl ifanc Canllaw i blant https://gov.wales/anti-bullying-guidance

Deddf Cydraddoldeb 2010 http://www.legislation.gov.uk/wsi/2011/1064/contents/made

Gweithredu ar fwlio. Adolygiad o effeithiolrwydd y camau a gymerir gan ysgolion i fynd i'r afael â bwlio ar sail nodweddion gwarchodedig disgyblion (ESTYN Mehefin 2014) https://www.estyn.gov.wales/thematic-reports/action-bullying-june-2014

Trais yn Erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol. Deddf Cymru. 2015. http://www.legislation.gov.uk/anaw/2015/3/contents

Gweithdrefnau Diogelu Cymru
http://www.myguideapps.com/projects/wales_safeguarding_procedures/default/

ARWYDDION A SYMPTOMAU POSIBL MEWN PLENTYN SYDD YN CAEL EI FWLIO

◊ bod ofn cerdded ymlaen neu yn ôl i'r ysgol
◊ bod yn anfodlon mynd i'r ysgol a gwneud esgusodion yn barhaol i osgoi mynd
◊ gwaith ysgol yn dirywio
◊ dillad, llyfrau, gwaith yn gyson yn cael eu rhwygo neu eu difa
◊ yn dechrau mynd yn fewnblyg - yn anfodlon cymdeithasu
◊ yn cael symptomau atal-dweud
◊ yn gwrthod bwyta, neu yn mynd yn anghyffredin o bryderus am lendid
◊ yn datblygu pen tost neu bola tost
◊ yn dechrau gwlychu'r gwely
◊ yn cael hunlle ac yn gweiddi yn ei gwsg pethau fel "Gad lonydd i mi"
◊ â chleisiau, crafiadau neu friw nad oes eglurhad amdanynt
◊ colli eiddo
◊ gofyn am arian neu ddechrau dwyn
◊ colli ei arian poced yn gyson
◊ yn gwrthod dweud beth sy'n bod
◊ colli tymer / ymosodol
◊ chwilio am sylw o hyd / yn trio gôr-blesio
◊ ceisio cymryd ei fywyd