POLISI GWRTH-FWLIO

YSGOL GYMRAEG DEWI SANT

Tachwedd 2022

Cyfarwyddiaeth Dysgu a Sgiliau

Polisi Gwrth-fwlio Ysgol Gymraeg Dewi Sant

Gweledigaeth a gwerthoedd yr ysgol

Dylai ysgolion fabwysiadu dull gweithredu ysgol gyfan o hyrwyddo ymddygiad cadarnhaol a pharchus rhwng staff a dysgwyr fel rhan o'u dull gweithredu ysgol gyfan o ymdrin â lles. Dylid defnyddio’r dull gweithredu hwn ar gyfer holl weithgarwch yr ysgol.

Bydd creu amgylchedd sy'n annog ymddygiad cadarnhaol ac yn mynd i'r afael ag achosion sylfaenol ymddygiad annerbyniol yn helpu i greu amgylchedd cynhwysol lle mae dysgwyr yn teimlo'n ddiogel ac yn barod i ddysgu.

Yn Ysgol Gymraeg Dewi Sant, mae ein gweledigaeth a’n gwerthoedd yn sylfaen gadarn i’r addysgu a phrofiadau a gynigwn i’n dysgwyr.

Magwn ddysgwyr hapus, uchelgeisiol ac hyderus o fewn awyrgylch ddiogel a chefnogol. Rydym am sicrhau fod pob plentyn yn teimlo fod gwerth iddo a chariad ato.

Sicrhewn profiadau ac awyrgylch lle bydd ein disgyblion yn dysgu a thyfu, yn datblygu eu chwilfrydedd a’u hannibynniaeth.

Byddwn yn darparu cwricwlwm eang, cytbwys a chyfoethog. Mi fydd hyn yn galluogi ein disgyblion i fod yn ddysgwyr annibynnol, hyderus a galluog sy’n barod i fyw bywyd cyflawn. Ein bwriad yw sicrhau sgiliau a chyfleoedd er mwyn paratoi ein disgyblion i fod yn ddysgwyr gydol oes.

Datblygwn ddysgwyr gofalgar sy’n dangos parch ac empathi at eraill a’r byd o’u hamgylch.

Dathlwn ein Cymreictod ac ymfalchiwn yn ein iaith, hanes a diwylliant.

NOD AC AMCANION

Yn Ysgol Gymraeg Dewi Sant rydym yn:

- Sicrhau mai Cymraeg yw’r cyfrwng cyfathrebu ymhob agwedd o waith yr ysgol.
- Datblygu Cymry Cymraeg sy’n ymfalchio yn eu hiaith, eu diwylliant a’u thraddodiadau.
- Creu awyrgylch hapus a diogel gyda sylw a chefnogaeth i bob plentyn ac aelod o staff.

- Cynnig profiadau addysgiadol eang trwy gyfrwng cwricwlwm ystyrlon a pherthnasol a fydd yn hyrwyddo annibyniaeth ac yn annog pob plentyn i gyrraedd y safon uchaf posib.
- Dysgu sgiliau sylfaenol gan rhoi’r cyfle i bob plentyn eu defnyddio’n hyderus mewn amryw o gyd destunau trwy gydol oes.
- Sicrhau lle bynnag posibl fod gan bawb fynediad i’r cwricwlwm a’r cyfle i ddysgu pa fodd bynnag eu gallu, crêd, hîl neu’u cefndir.
- Creu awyrgylch ofalgar lle fod pawb yn cael eu parchu ac yn dangos parch at eraill.
- Sicrhau safonau ymddygiad uchel.
- Cynnig awyrgylch groesawgar a datblygu berthynas effeithiol rhwng yr ysgol a’r gymuned er mwyn codi ymwybyddiaeth o addysg Gymraeg o fewn yr ardal.
- Dathlu ymdrech, cyrhaeddiad a thalent pob unigolyn.
- Cefnogi a datblygu doniau a sgiliau’r gweithlu er mwyn cynnal a dathlu gwaith tîm.

- Creu dysgwyr gydol oes ac unigolion sydd â meddylfryd uchelgeisiol

Beth yw ystyr bwlio?

Nid oes diffiniad cyfreithiol o fwlio yng Nghymru nac ym Mhrydain Fawr. Felly, mae'r diffiniad a ddefnyddir yn y canllawiau hyn yn adeiladu ar egwyddorion a ddefnyddir yn eang a sefydlwyd yn y DU ers 1993. Mae canllawiau Llywodraeth Cymru yn diffinio bwlio fel:

Ymddygiad unigolyn neu grŵp, a ailadroddir dros amser fel arfer, sy’n brifo eraill yn fwriadol, naill ai yn gorfforol neu’n emosiynol.

Mae nifer o elfennau unigryw yn gysylltiedig â bwlio. Mae’r rhain yn cynnwys, ond heb eu cyfyngu i’r canlynol:

- **Bwriad i niweidio**: mae’r bwlio yn fwriadol gyda'r bwriad o achosi niwed. Mae'r rheiny sy'n bwlio eraill yn aml yn gwybod yn union sut i fychanu neu frifo eu targed: pigo ar agweddau penodol ar eu hymddangosiad, eu personoliaeth neu eu hunaniaeth sy'n cynhyrchu'r effaith yr oeddent yn ei ddymuno. Maent yn chwilio am y man lle mae ganddynt bŵer dros eu targed.

- **Canlyniad niweidiol**: mae unigolyn neu grŵp yn cael ei frifo'n gorfforol neu'n emosiynol. Gellir eu hynysu, eu bychanu neu eu gwneud yn ofnus. Mae eu hymdeimlad o hunanwerth yn cael ei leihau.

- **Gweithredoedd uniongyrchol neu anuniongyrchol**: gall bwlio gynnwys ymddygiad ymosodol uniongyrchol, fel taro, yn ogystal â gweithredoedd anuniongyrchol fel lledaenu sïon, datgelu gwybodaeth breifat am rywun neu rannu delweddau preifat gyda phobl na fwriadwyd rhannu'r wybodaeth/delweddau â hwy.

- **Ailadrodd**: mae bwlio fel arfer yn golygu gweithredoedd ymosodol mynych. Nid yw gweithred ymosodol ynysig, fel ffeit, fel arfer yn cael ei ystyried yn fwlio. Ac eto, gall unrhyw ddigwyddiad fod yn ddechrau patrwm o ymddygiad bwlio sy'n datblygu wedyn. Dyna pam mae cofnodion digwyddiadau mor bwysig.

- **Pŵer anghyfartal**: mae bwlio yn golygu camddefnyddio pŵer gan un person neu grŵp sydd (yn cael eu hystyried) yn fwy pwerus, yn aml oherwydd eu hoedran, eu cryfder corfforol, eu poblogrwydd neu eu gwydnwch seicolegol.

Gall bwlio fod ar sawl ffurf, gan gynnwys:

- **Corfforol** – cicio, baglu neu wthio rhywun, anafu rhywun, difrodi ei eiddo neu wneud ystumiau bygythiol;

- **Geiriol** – gwawdio a galw enwau, sarhau, bygwth, bychanu neu frawychu

- **Emosiynol** – ymddygiad sydd â'r bwriad o ynysu, brifo neu fychanu rhywun

- **Anuniongyrchol** – gweithredoedd slei neu dwyllodrus a gyflawnir y tu ôl i gefn y targed neu ledaenu sibrydion amdano

- **Ar-lein** – defnyddio unrhyw fath o ddulliau technolegol, ffonau symudol, rhwydweithiau cymdeithasol, gemau, ystafelloedd sgwrsio, fforymau neu apiau i fwlio drwy negeseuon testun, negeseuon, delweddau neu fideo (gweler atodiad 2 am ragor o wybodaeth ar fwlio ar-lein)

- **Niweidio perthnasoedd** – bwlio sy'n ceisio gwneud niwed i berthnasoedd neu statws cymdeithasol y targed: annog ei ffrindiau i droi cefn arno, elwa ar anghenion addysgol arbennig (AAA) neu salwch hirdymor unigolyn, targedu statws cymdeithasol ei deulu, ynysu neu godi cywilydd ar rywun yn fwriadol neu achosi helynt yn fwriadol i rywun;

- **Rhywiol** – cyffwrdd digroeso, bygythiadau, awgrymiadau, sylwadau a jôcs neu ensyniadau. Gall hyn hefyd gynnwys blacmel rhywiol, yr hyn a elwir yn ‘bornograffi dial’ ac unrhyw gamddefnydd o luniau personol a noeth o’r dysgwr sy’n cael ei dargedu.

- **Cysylltiedig â rhagfarn** – bwlio dysgwr neu grŵp o ddysgwyr oherwydd rhagfarn. Gellid cysylltu hyn â stereoteipiau neu ragdybiaethau am hunaniaeth. Mae bwlio sy’n gysylltiedig â rhagfarn yn cynnwys y nodweddion a ddiogelir (oedran, anabledd, ailbennu rhywedd, priodas a phartneriaeth sifil, beichiogrwydd a mamolaeth, hil, crefydd neu gred, rhyw a chyfeiriadedd rhywiol). Mae rhagfarn yn gallu ac yn ymestyn y tu hwnt i'r nodweddion a ddiogelir ac mae’n gallu arwain at fwlio am amrywiaeth o resymau eraill fel statws cymdeithasol a chefndir.

Mae mathau penodol o fwlio yn ymwneud â nodweddion a ddiogelir. Gellir categoreiddio'r rhain yn fras i'r grwpiau canlynol:

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

Beth sydd ddim yn bwlio?

Nid yw rhai mathau o ymddygiad, er ei fod yn annerbyniol, yn cael ei ystyried yn fwlio. Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i'r achosion hyn gael eu trin yn unol â Pholisi Perthansedd yr ysgol er mwyn delio a hwy’n effeithiol a’u hatal rhag gwaethygu ac arwain at fwlio. Mae'n hanfodol bod y digwyddiadau untro hyn yn cael eu cofnodi ar ‘My Concern’ gan yr ysgol a bod y data hwn yn cael ei adolygu'n rheolaidd gan yr ysgol ochr yn ochr â data ar fwlio i lywio arfer yn y dyfodol. Gallai rhai achosion fod yn fater diogelu neu fod angen ymglymiad yr heddlu. Efallai y bydd angen cymorth amlasiantaethol neu ymyrraeth therapiwtig ar berson ifanc.

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

- **Ffrae rhwng ffrindiau** - gall ffrae rhwng ffrindiau ddirywio i fod yn ymddygiad bwlio sy'n cael ei alluogi gan y ffaith bod gan gyn-ffrindiau

wybodaeth bersonol am ofnau ac ansicrwydd ei gilydd. Mae plant a phobl ifanc sy'n cael eu targedu gan gyn-ffrindiau yn teimlo'r bradychiad yn ddwfn ac yn aml yn cael eu hynysu oddi wrth eu hen grŵp ffrindiau.

- **Ffeit untro** – Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i'r achos gael ei drin yn unol â Pholisi Perthnasedd yr ysgol oni bai ei fod yn rhan o batrwm o ymddygiad sy'n dangos bod unigolyn arall yn cael ei dargedu'n fwriadol.

- Nid yw **dadl neu anghytundeb** rhwng dau blentyn neu berson ifanc yn cael eu hystyried yn fwlio yn gyffredinol. Serch hynny, efallai y bydd angen cymorth arnynt i ddysgu parchu barn pobl eraill.

- **Ymosodiad corfforol untro** – Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl iddo gael ei atal a'i drin ar unwaith. Gall ymglymiad yr heddlu mewn achosion lle mae ymosodiad corfforol wedi digwydd fod yn briodol hefyd.

- Digwyddiadau sy'n gysylltiedig â rhagfarn – Gellir diffinio digwyddiad sy'n gysylltiedig â rhagfarn fel

  "Unrhyw ddigwyddiad y tybir ei fod yn rhagfarnllyd neu'n wahaniaethol gan y dioddefwr neu unrhyw berson arall sy'n clywed neu'n dyst i'r digwyddiad".

Mae'n hanfodol bod ysgolion yn gweithredu ar ddigwyddiadau o'r fath ac yn eu cofnodi ar 'My Concern' er mwyn sicrhau eu bod yn cael eu hystyried yn annerbyniol yn y gymuned ysgol. Er nad ydynt yn bodloni'r diffiniad o fwlio oherwydd efallai nad ydynt yn cael eu hailadrodd dros amser, nid ydynt yn llai niweidiol i'r plentyn neu'r person ifanc sy'n dioddef hyn. Gellid cysylltu'r digwyddiadau hyn â stereoteipiau neu ragdybiaethau am hunaniaeth.

Pam mae'n bwysig atal a herio bwlio

Yn Ysgol Gymraeg Dewi Sant credwn ei bod yn hollbwysig ein bod yn cydweithio i atal a herio bwlio.

Cred y Cyngor Ysgol y dylem ni fel ysgol wneud gwahaniaeth, bod pawb yn gyfartal ac y dylem allu estyn allan os oes angen cymorth.

Mae'r Cyngor Ysgol yn credu:
- Dylem fel ysgol godi ymwybyddiaeth o beth yw bwlio a'r effaith y gall bwlio ei gael ar berson.
- Bod angen gwneud disgyblion yn ymwybodol at bwy y dylent droi os ydynt

yn teimlo eu bod yn cael eu bwlio.
• Bod strategaethau yn eu lle i ddelio ag achosion o fwlio (Hawliau'r Plentyn – Erthygl 39).
• Bod yr ysgol yn lle da i ddysgu ac adeiladu cyfeillgarwch (Hawliau'r Plentyn - Erthygl 15).
• Dylai'r ysgol fod yn fan lle mae plant yn derbyn gofal ac yn ddiogel (Hawliau'r Plentyn – Erthygl 19).
• Dylai'r ysgol helpu plant i ddysgu sut i drin eraill.
• Dylai'r ysgol fod yn lle hapus ac na ddylai neb deimlo'n drist nac yn annheilwng.
• Dylai'r ysgol hyrwyddo'r polisi Perthynas a bod pob disgybl yn Barod, yn Barchus ac yn Ddiogel.

Gweler atodiad 3 am ddeddfwriaeth yn ymwneud â bwlio.

Sut y codir ymwybyddiaeth o fwlio

Mae'r ysgol wedi mabwysiadu Polisi Perthynas sy'n canolbwyntio'n benodol ar yr ymddygiadau yr ydym am eu gweld yn ein hysgol. Rhaid i bob disgybl fod yn barod, yn barchus ac yn ddiogel.

Yn Ysgol Gymraeg Dewi Sant, byddwn yn:

- Sicrhau bod yr holl staff yn cael hyfforddiant rheolaidd ar y polisi a gweithdrefnau gwrth-fwlio.
- Sicrhau, yn ystod y cyfnod sefydlu, bod yr holl staff newydd yn cael gwybod am y polisi, y dull gweithredu a gymerir gan yr ysgol a sut y gweinyddir y gweithdrefnau.
- Sicrhau bod goruchwylwyr meysydd chwarae, amser cinio a thrafnidiaeth ysgol a gweinyddwyr yr ysgol yn gwbl ymwybodol o'r polisi a'r gweithdrefnau y dylent eu dilyn.
- Ceisio barn plant a phobl ifanc ar natur y bwlio yn rheolaidd.
- Sicrhau bod disgyblion yn gwybod sut i fynegi gofidiau a phryderon am ddigwyddiadau untro a bwlio.
- Sicrhau bod pob disgybl yn ymwybodol o'r ystod o gosbau y gellir eu defnyddio yn erbyn y rhai sy'n cymryd rhan mewn digwyddiadau untro a bwlio.
- Cynnwys disgyblion mewn ymgyrchoedd gwrth-fwlio mewn ysgolion.
- Cyhoeddi'r polisi gwrth-fwlio ar wefan yr ysgol.
- Rhoi cyhoeddusrwydd i fanylion llinellau cymorth a gwefannau defnyddiol.

- Cynnig cymorth i ddisgyblion sydd wedi cael eu bwlio (canfyddedig a gwirioneddol).
- Gweithio gyda disgyblion sydd wedi bod yn bwlio er mwyn mynd i'r afael â'r problemau sydd ganddynt.

Sut y bydd gwaith gwrth-fwlio ac unrhyw ddigwyddiadau sy’n gysylltiedig â rhagfarn yn cael eu hymgorffori yn y cwricwlwm yn hytrach na digwyddiad blynyddol ynysig (megis yn ystod wythnos gwrth-fwlio)

Bydd creu amgylchedd sy'n annog ymddygiad cadarnhaol ac yn mynd i'r afael ag achosion sylfaenol ymddygiad annerbyniol yn helpu i greu amgylchedd cynhwysol lle mae dysgwyr yn teimlo'n ddiogel ac yn barod i ddysgu.

Dyfodol Llwyddiannus

Mae Dyfodol Llwyddiannus yn nodi 4 diben ar gyfer y cwricwlwm. Mae'n argymell y dylid cynllunio'r cwricwlwm ysgol cyfan i helpu pob plentyn a pherson ifanc i ddod yn:

- ddysgwyr uchelgeisiol a galluog sy’n barod i ddysgu trwy gydol eu bywydau
- cyfranwyr creadigol a llawn menter sy’n barod i chwarae rhan lawn mewn bywyd a gwaith
- dinasyddion moesegol a gwybodus sy’n barod i fod yn ddinasyddion Cymru a’r byd
- unigolion iach a hyderus sy’n barod i fyw bywydau llawn boddhad fel aelodau gwerthfawr o’r gymdeithas

Yn Ysgol Gymraeg Dewi Sant, byddwn yn:

- Mabwysiadu agwedd seiliedig ar ‘werthoedd’ at ymddygiad sy’n amlygu gwerth bob mis y cyfeirir ato a’i wobrwyo.
- Sicrhau bod cyfleoedd yn cael eu cynllunio drwy’r Cwricwlwm lle byddwn yn ymgysylltu â’r disgyblion i fynd i’r afael â pherthnasoedd, ymddygiad cadarnhaol a gwydnwch.
- Bydd yr ysgol yn gweithio ar draws y Cwricwlwm i adeiladu diwylliant cefnogol a gwerthoedd a rennir. Bydd hyn yn amlwg mewn gwasanaethau a dysgu yn y dosbarth.
- Byddwn yn ymgysylltu ag asiantaethau allanol i ddarparu profiadau dysgu sy'n atgyfnerthu diwylliant ysgol gadarnhaol a chynhwysol. Byddwn hefyd yn codi ymwybyddiaeth o fwlio trwy ddefnyddio arbenigaeth Barnardo’s a ‘Bullies Out’.

Cynnwys staff, dysgwyr, rhieni/gofalwyr a llywodraethwyr ysgol wrth ddatblygu a gweithredu'r polisi

Rhaid i'r gwaith o weithredu strategaeth gwrth-fwlio effeithiol yn llwyddiannus i herio ac atal bwlio mewn ysgolion gynnwys y gymuned ysgol gyfan. Mae mabwysiadu dull gweithredu ysgol gyfan yn fwy tebygol o lwyddo nag un fenter gan athro neu grŵp o ddysgwyr.

Yn Ysgol Gymraeg Dewi Sant, byddwn yn:

- Ymgysylltu'n eang â'r gymuned ysgol i sicrhau bod ein polisïau a'n gweithdrefnau yn berthnasol a'u diweddaru yn unol â hynny.
- Gosod amcanion clir a realistig ynghylch yr hyn y mae'r strategaeth yn ceisio'i gyflawni (bydd gweithgareddau codi ymwybyddiaeth yn cael eu cynnal i hyrwyddo'r amcanion hyn ymhlith staff a dysgwyr).
- darparu hyfforddiant, ar sut i weithredu amcanion y strategaeth ymgynghori â phawb sy'n gysylltiedig â gweithredu'r strategaeth o ran pa mor dda y mae'r strategaeth yn gweithio.

Mae'n hanfodol bod plant a phobl ifanc yn cael eu haddysgu gartref ac yn yr ysgol, am feithrin a chynnal perthnasoedd parchus. Dyma'r sylfaen y mae ymddygiad cadarnhaol yn seiliedig arni.

Mae gan rieni/gofalwyr rôl bwysig i'w chwarae, fel rhan o'r gymuned ysgol, o ran cymryd cyfrifoldeb am ymddygiad eu plentyn y tu mewn a'r tu allan i'r ysgol. Mae gweithio mewn partneriaeth rhwng yr ysgol a rhieni/gofalwyr i gynnal safonau ymddygiad uchel ac annog parch a charedigrwydd tuag at bobl eraill yn hanfodol.

Yn Ysgol Gymraeg Dewi Sant, byddwn yn sicrhau bod rhieni/gofalwyr:

- Yn ymwybodol o'r strategaeth.
- Yn gwybod sut yr hoffai'r ysgol iddynt roi gwybod am unrhyw bryderon a sut i uwchgyfeirio materion yn briodol pe na baent yn fodlon ar ganlyniad eu pryder cychwynnol.
- Yn gwybod â phwy i siarad â nhw wrth godi pryder am fwlio neu ddigwyddiadau untro a pha dystiolaeth i'w darparu.
- Wedi'u cynnwys i gefnogi eu plant a chefnogi gweledigaeth a gwerthoedd yr ysgol.
- Yn ymwybodol bod rhagfarn a gwahaniaethu yn annerbyniol yn y gymuned ysgol.

- Yn ymwybodol o weithdrefn gwyno'r ysgol, rhag ofn nad ydynt yn fodlon â'r ffordd y mae'r ysgol wedi delio ag achos o fwlio a digwyddiadau untro a adroddwyd.
- Yn ymwybodol nad yw bwlio a digwyddiadau untro yn gysylltiedig â staff ysgol drwy'r cyfryngau cymdeithasol yn dderbyniol.

Arwyddion y gallai plentyn neu berson ifanc fod yn cael ei fwlio

Gallai arwyddion bod plentyn yn cael ei fwlio gynnwys:

- Ddim eisiau mynd i’r ysgol
- Ymddangos yn ofnus o / yn ystod y daith i'r ysgol ac adref
- Newid eu llwybr arferol
- Bod yn bryderus, di-hwyl, tawel
- Cwyno am salwch fel poenau stumog a chur pen
- Gwlychu gwely gan blentyn neu berson ifanc nad yw’n gwneud hynny fel arfer
- Cael hunllefau neu anawsterau cysgu
- Dod adref yn rheolaidd gydag eiddo wedi mynd ar goll neu wedi'i ddifrodi
- Cyrraedd adref yn llwglyd
- Gofyn am arian ychwanegol neu ddwyn arian
- Triwantio
- Dirywiad yn eu gwaith / llawysgrifen
- Ddim yn bwyta
- Toriadau a chleisiau heb esboniad
- Bod yn ymosodol a bwlio eraill
- Rhoi esgusodion anymarferol ar gyfer unrhyw un o'r uchod

Sut y caiff bwlio a digwyddiadau sy’n gysylltiedig â rhagfarn eu hatal, gan gynnwys ar deithiau i'r ysgol ac adref

Creu ethos ysgol gyfan

Mae ysgolion effeithiol yn mynd ati'n rhagweithiol i atal pob digwyddiad rhagfarn untro (canfyddedig neu wirioneddol) a bwlio ac i liniaru eu heffeithiau pan fyddant yn digwydd.

Yn Ysgol Gymraeg Dewi Sant, byddwn yn:

- Mabwysiadu dull gweithredu ysgol gyfan o hyrwyddo ymddygiad cadarnhaol a pharchus rhwng staff a dysgwyr fel rhan o'u dull gweithredu ysgol gyfan o ymdrin â lles - bydd y dull gweithredu hwn yn cael ei ddefnyddio ym mhob gweithgarwch ysgol.
- Creu 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 lle mae dysgwyr yn teimlo'n ddiogel ac yn barod i ddysgu.
- Addysgu plant a hyfforddi staff am barch, ymddygiad cadarnhaol, stereoteipiau a mynd i'r afael â rhagfarn.
- Meithrin hyder er mwyn gallu herio iaith annerbyniol a mynd i'r afael â hi.
- Sicrhau goruchwyliaeth effeithiol rhwng gwersi â lleoedd diogel a ddarperir ar gyfer dysgwyr sy'n agored i niwed yn ystod yr adegau hyn.
- Cyfleu neges glir o ymddygiad cadarnhaol, caredigrwydd, teyrngarwch ac ysbryd tîm.

Teilwra ymyrraeth

Efallai na fydd plant ifanc sy'n bwlio eraill sy'n defnyddio sarhad bob amser yn deall y niwed y maent wedi'i achosi ac efallai eu bod yn ailadrodd yr hyn y maent wedi'i glywed gartref neu yn y gymuned.

Byddwn yn mynd i'r afael â hyn drwy:

- Waith adferol sensitif.
- Gweithgareddau grŵp sy'n archwilio pam mae rhai geiriau'n annerbyniol y gellir eu defnyddio.
- Cyfarfodydd gyda rhieni/gofalwyr i'w hatgoffa am werthoedd yr ysgol.

Pan fydd pobl ifanc yn cyrraedd y glasoed, maent yn fwy tebygol o gael eu dylanwadu gan eu cyfoedion ac felly dylai ymyriadau ymdrin â'r grŵp cyfan neu'r dosbarth fel y gellir clywed barn y mwyafrif.

Pryd y bydd yr ysgol yn gweithredu mewn perthynas â digwyddiadau sy’n gysylltiedig â rhagfarn a bwlio y tu allan i'r ysgol

Gall bwlio y tu allan i'r ysgol gynnwys bwlio ar-lein. Ceir gwybodaeth ar hyn yn atodiad 2.

Mae canllawiau Llywodraeth Cymru yn nodi, er bod ysgolion yn gallu rheoleiddio rhai esiamplau o ymddygiad penodol oddi ar safle'r ysgol, megis bwlio, dim ond pan fydd y dysgwr ar safle'r ysgol neu o dan reolaeth gyfreithlon aelod o staff y gallant osod cosbau. Gellid gosod cosb tra bo dysgwr ar daith ysgol, ond nid tra bo'r dysgwr ar ei daith adref o'r ysgol er enghraifft. Mewn amgylchiadau o'r fath, gallai'r aelod o staff ddweud wrth y dysgwr ei fod wedi cael ei weld yn camymddwyn a/neu'n bwlio ac y bydd yn cael ei gosbi; fodd bynnag, rhaid i'r aelod o staff aros nes bod y dysgwr yn yr ysgol i osod y gosb.

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl y dylid ymdrin ag unrhyw achos o gamymddwyn, gan gynnwys digwyddiadau untro a bwlio, ar y daith i'r ysgol ac adref gan ddefnyddio'r polisi mwyaf priodol, megis polisïau ymddygiad/gwrth-fwlio'r ysgol neu drwy orfodi'r Cod Teithio.

Gweler atodiad 3 am ragor o wybodaeth am y Mesur Teithio gan Ddysgwyr (Cymru) 2008.

Sut y bydd yr ysgol yn ymateb i ddigwyddiadau

Dylai penaethiaid sicrhau bod yr holl staff ysgol yn ymwybodol o'r gweithdrefnau i'w dilyn os bydd dysgwr yn rhoi gwybod ei fod yn cael ei fwlio neu’n rhoi gwybod am ddigwyddiad yn gysylltiedig â rhagfarn.

Dylai’r holl staff gofio y gall dysgwr fynd at unrhyw aelod o staff y mae'n ymddiried ynddo. Bydd hyfforddiant staff a diweddariadau rheolaidd yn cynyddu eu parodrwydd a'u hyder i sylwi ac ymateb pan fydd materion yn ymwneud â digwyddiadau untro a bwlio’n codi.

Mae'r ymyriadau mwyaf effeithiol yn cael eu cynnal dros yr hirdymor, ac yn cael eu datblygu gyda staff, dysgwyr, rhieni/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. Cefnogir ymyriadau gan ethos ysgol sy'n atal digwyddiadau untro, yn ogystal â bwlio tra'n hyrwyddo empathi a pharch tuag at amrywiaeth. Mae un ymyriad neu fenter yn annhebygol o roi ateb i fwlio a bydd y strategaeth gwrth-fwlio fwyaf effeithiol fel arfer yn cynnwys amrywiaeth o ddulliau y gellir eu haddasu i gyd-fynd â digwyddiadau penodol ac yn rhan o ddull gweithredu ehangach yr ysgol gyfan o ymdrin â lles.

Gall ymyriadau fod ar lefel dosbarth, lefel grŵp blwyddyn neu gyda'r cyflawnw(y)r yn unig.

Ymateb ysgol gyfan

Mae cyfleoedd dysgu yn gallu codi'n aml ar gyfer y dosbarth cyfan neu'r grŵp blwyddyn a gellir eu gweithredu heb sôn am enw'r person a roddodd wybod am y mater. Mae hyn yn amddiffyn rhag dial.

Ymateb i'r cyflawnwr

Yn Ysgol Gymraeg Dewi Sant, byddwn yn:

- Annerch y cyflawnw(y)r yn unol â'r gweithdrefnau a'r cosbau y cytunwyd arnynt yn yr ysgol os canfuwyd eu bod wedi gweithredu'n amhriodol.
- Rhoi cyfle i gyflawnwyr roi eu hochr nhw o'r stori cyn gwneud unrhyw benderfyniadau ar gosbau.
- Penderfynu ar y gosb fwyaf priodol yn unol â'r polisi ymddygiad.
- Anelu at fynd i'r afael ag achosion sylfaenol y digwyddiadau untro a/neu fwlio sy'n digwydd yn y lle cyntaf - mae hyn yn debygol o gael yr effaith fwyaf o ran atal y mater rhag parhau.

Lle defnyddir ynysu i fynd i'r afael â bwlio, gwneir hyn ar ar gyfer y tymor byr ac fel rhan o gynllun tymor hwy ar gyfer mynd i'r afael ag achos sylfaenol y bwlio.

Bydd staff yn esbonio i ddisgyblion y rheswm pam eu bod wedi'u hynysu ac yn amlinellu mai ymyriad byrdymor yw'r strategaeth fel rhan o gynllun tymor hwy i fynd i'r afael â'r mater.

Sut i adrodd am fwlio

Yn Ysgol Gymraeg Dewi Sant, mae sawl ffordd y gall disgyblion roi gwybod am ddigwyddiadau untro a bwlio. Mae'r rhain yn cynnwys:

- Cefnogwyr cymheiriaid hyfforddedig neu gyfeillion
- Lle tawel a phreifat i siarad
- Arweinwyr bugeiliol gwrth-fwlio a staff ar gael ar adegau allweddol
- Cardiau 'Rwy'n dymuno i'm hathrawes wybod'.

Cefnogi'r disgybl sydd wedi dweud ei fod wedi cael ei fwlio

Gwrando effeithiol

Mae'r rhai sy'n dargedau o ddigwyddiadau untro (canfyddedig a gwirioneddol) a bwlio yn tueddu i deimlo'n ddi-rym. Un o'r camau cyntaf wrth ymateb i ddigwyddiadau yw gweithio i adfer eu gallu i wneud dewisiadau drostynt eu hunain. Gan ddefnyddio technegau gwrando effeithiol gall staff (neu gefnogwr cymheiriaid lle defnyddir y rhain) helpu'r dysgwr sydd wedi'i dargedu i deimlo ei fod yn gwneud rhywbeth am y broblem.

Byddwn yn:

- Cydnabod yn dawel ddicter neu ofid y plentyn neu'r person ifanc a dargedir sy'n siarad.
- Ceisio peidio â'u rhuthro os oes angen amser arnynt i brosesu eu meddyliau.
- Cofio bod y targed wedi gorfod bod yn ddewr i adrodd am yr hyn sy'n digwydd.
- Diolch i'r dysgwr am roi gwybod am y broblem.
- Esbonio iddo y camau nesaf o ran sut yr eir i'r afael â'r pryderon.

Ystyried y lleoliad

Byddwn yn:

- Eistedd ar yr un lefel â'r dysgwr sy'n adrodd am ei brofiad o fwlio.
- Gosod cadeiriau ar rywfaint o ongl yn hytrach nag yn uniongyrchol gyferbyn â'i gilydd i helpu i leihau unrhyw ymdeimlad ymwybodol neu anymwybodol o wrthdaro neu wrthwynebiad.
- Sicrhau preifatrwydd er mwyn sicrhau nad yw dysgwyr yn clywed yr hyn a ddywedir neu'n gweld cyfarfod yn cael ei gynnal (sylwer, er arfer gorau diogelu, dylai fod yn bosibl i staff eraill arsylwi'r cyfarfod).

Cadw tystiolaeth

Dylid annog dysgwyr sy'n dioddef digwyddiad untro neu sy'n cael eu bwlio, lle bo hynny'n bosibl, i gadw tystiolaeth o'r gweithgaredd. Gall tystiolaeth gynnwys:

- Bygythiadau neu ddelweddau a anfonir ar neu all-lein drwy negeseuon, sgyrsiau, nodiadau neu ddelweddau, dillad neu eiddo eraill wedi'u difrodi, sgyrsiau neu nodiadau ar-lein.
- Datganiadau tystion neu dystiolaeth ychwanegol gan wylwyr.
- Dyddiadau ac amseroedd pan ddigwyddodd pethau.
- Sgrinluniau.

Mae bwlio a digwyddiadau untro yn amharu ar hunan-barch iach, gan ddisodli credoau cadarnhaol amdanoch eich hun gyda chredoau sy'n gysylltiedig â chywilydd, ffieidd-dod, beirniadaeth, analluogrwydd, diffyg pŵer a bod yn ddiymadferth. Wrth benderfynu ar y camau nesaf i gynyddu hunan-effeithiolrwydd y dysgwr sy'n adrodd ei fod yn cael ei fwlio, dylai staff roi elfen o ddewis i ddisgyblion lle bo hynny'n bosibl. Gall y dewisiadau a gynigir i'r dysgwr a dargedir gynnwys:

- Sut yr ymdrinnir â'r digwyddiad.
- A ddylid ystyried newidiadau i daith bresennol y dysgwr i'r ysgol neu oddi yno yn fanylach.
- A hoffai'r dysgwr gael help gan gefnogwyr cymheiriaid neu a yw'n cytuno i ymuno â chlwb neu weithgaredd.

Yr hyn y gall dysgwyr ei ddisgwyl

Mae Llywodraeth Cymru wedi cynhyrchu canllawiau defnyddiol ar gyfer plant a phobl ifanc:

- Herio bwlio: hawliau, parch, cydraddoldeb. Canllawiau i blant
- https://gov.wales/sites/default/files/publications/2019-11/rights-respect-equality-guide-for-children.pdf

- Herio bwlio: hawliau, parch, cydraddoldeb. Canllawiau i bobl ifanc
- https://gov.wales/sites/default/files/publications/2019-11/rights-respect-equality-guide-for-young-people.pdf

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

Yn Ysgol Gymraeg Dewi Sant, byddwn yn:

- Ceisio barn plant a phobl ifanc ar natur y digwyddiadau untro a bwlio yn rheolaidd.
- Sicrhau bod disgyblion yn gwybod sut i fynegi a rhoi gwybod am ofidiau a phryderon am ddigwyddiadau untro a bwlio.
- Sicrhau bod pob disgybl yn ymwybodol o'r ystod o gosbau y gellir eu defnyddio yn erbyn y rhai sy'n cymryd rhan mewn digwyddiadau untro a bwlio.
- Cynnwys disgyblion mewn ymgyrchoedd gwrth-fwlio mewn ysgolion.
- Rhoi cyhoeddusrwydd i fanylion llinellau cymorth a gwefannau.

- Cynnig cymorth i ddisgyblion sydd wedi cael eu bwlio.
- Gweithio gyda disgyblion sydd wedi bod yn bwlio er mwyn mynd i'r afael â'r problemau sydd ganddynt.
- Annog y disgyblion i drafod gwrth-fwlio, er enghraifft drwy'r cyngor ysgol.
- Penodi hyrwyddwr gwrth-fwlio.
- Rhoi posteri o amgylch yr ysgol, mewn iaith y gall pob disgybl ei deall yn gli

Beth all rhieni/gofalwyr ei ddisgwyl

Mae Llywodraeth Cymru wedi cynhyrchu canllawiau defnyddiol i rieni a gofalwyr:

- Herio bwlio. Hawliau, parch, cydraddoldeb: canllawiau i rieni a gofalwyr
- https://gov.wales/sites/default/files/publications/2019-11/rights-respect-equality-guidance-for-parents-and-carers.pdf

Yn Ysgol Gymraeg Dewi Sant, byddwn yn:

- Sicrhau bod rhieni / gofalwyr yn gwybod â phwy i gysylltu os ydynt yn poeni am ddigwyddiadau untro a bwlio.
- Sicrhau bod rhieni'n gwybod am ein gweithdrefn gwyno a sut i'w defnyddio'n effeithiol.
- Sicrhau bod rhieni / gofalwyr yn gwybod ble i gael cyngor annibynnol am ddigwyddiadau untro a bwlio.
- Gweithio gyda rhieni a'r gymuned leol i fynd i'r afael â materion y tu hwnt i gatiau'r ysgol sy'n arwain at ddigwyddiadau untro a bwlio.

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

Mae polisi cwynion yr ysgol ar gael ar wefan yr ysgol ac ar gael ar gais gan yr ysgol neu gorff llywodraethu'r ysgol.

Sut y caiff bwlio a digwyddiadau untro sy'n gysylltiedig â rhagfarn eu cofnodi a'u monitro

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion fod â dulliau ar waith ar gyfer adrodd a chofnodi bwlio sy'n cael eu cyfleu'n glir i'r gymuned ysgol gyfan. Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i'r wybodaeth y mae ysgolion yn ei chofnodi a'i monitro fod yn uniongyrchol gysylltiedig â'i diffiniad ei hun o fwlio a darpariaeth ehangach a amlinellir yn strategaeth a pholisi gwrth-fwlio'r ysgol.

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion gofnodi pob achos o fwlio, gan amlinellu'r mathau penodol o fwlio, gan gynnwys bwlio o amgylch y nodweddion a ddiogelir. Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion fonitro prosesau'n rheolaidd. Bydd hyn yn galluogi ysgolion i addasu eu polisïau bwlio i ymateb i dueddiadau penodol a materion sy'n dod i'r amlwg mewn modd cyflym ac effeithiol. Mae'r wybodaeth hon yn debygol o fod o gymorth i ysgolion yng nghyd-destun eu Dyletswydd Cydraddoldeb Sector Cyhoeddus dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010. Gallai ysgolion hefyd ddefnyddio'r wybodaeth hon wrth adolygu eu hamcanion cydraddoldeb a monitro effaith eu polisïau gwrth-fwlio.

Yn Ysgol Gymraeg Dewi Sant, byddwn yn defnyddio 'My Concern' i gofnodi pob digwyddiad o fwlio neu sy'n gysylltiedig â rhagfarn.

Os oes lefel dda o ymwybyddiaeth yn y gymuned ysgol gyfan am ymddygiad annerbyniol, mae'n debygol y bydd mwy o ddysgwyr yn rhoi gwybod am y peth. Felly, nid yw nifer fawr o ddigwyddiadau ar eu pen eu hunain yn dangos bod yr ysgol yn aneffeithiol. Gallai fod yn ganlyniad i waith codi ymwybyddiaeth diweddar neu weithgareddau gwrth-fwlio.

Lle mae ysgolion yn dweud nad oes ganddynt unrhyw achosion o fwlio, gallai hyn fod o ganlyniad i'r ffaith bod y dulliau adrodd yn aneffeithiol lle nad yw dysgwyr yn teimlo'n ddiogel wrth godi eu pryderon. Gellir herio ysgolion sy'n nodi dim achosion o fwlio drwy'r broses arolygu i egluro pa ddulliau y mae'r ysgol yn eu defnyddio i sicrhau lles a chynwysoldeb dysgwyr.

Lle mae ysgolion wedi cofnodi achosion o fwlio, dylent ddangos eu bod yn cymryd camau i herio bwlio, mynd i'r afael ag ymddygiad annerbyniol a gwella lles dysgwyr.

Fel y nodwyd, ni ellir diffinio pob math o ymddygiad annerbyniol fel bwlio. Yn (enw'r ysgol) ni oddefir unrhyw gamau neu sylwadau gwahaniaethol neu niweidiol yn erbyn disgyblion â nodweddion a ddiogelir a chaiff y rhain eu cofnodi a'u monitro hefyd er mwyn sicrhau bod pob disgybl yn cael ei drin â pharch. Bydd y ffurflen ddigwyddiadau a geir yn atodiad 4b yn cael ei defnyddio i gofnodi'r digwyddiadau "untro" hyn.

Mewn rhai achosion, gall bwlio fod mor ddifrifol fel ei fod yn fater diogelu neu fod angen i'r heddlu gael eu cynnwys. Efallai y bydd angen cymorth

amlasiantaethol neu ymyrraeth therapiwtig ar berson ifanc. Os felly, bydd hyn yn cael ei adrodd i'r DSP a fydd yn cysylltu â swyddog diogelu'r awdurdod lleol.

Yn Ysgol Gymraeg Dewi Sant, byddwn yn:

- Gweithredu cylch parhaus o gofnodi, monitro a dadansoddi data ar lefel ysgol o wybodaeth gwrth-fwlio a digwyddiadau untro.
- Defnyddio data gwrth-fwlio a digwyddiadau untro ar lefel ysgol i nodi meysydd blaenoriaeth ar gyfer gweithredu gwelliant ysgol gyfan.
- Cymryd camau i wneud y gwelliannau hynny.
- Rhannu'r holl ddata gyda'r awdurdod lleol.

Sut y gall dysgwyr a/neu rieni/gofalwyr fynd â'r mater ymhellach mewn ffordd sy'n briodol os nad ydynt yn teimlo bod eu pryderon yn cael eu cymryd o ddifrif

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

O dan adran 29 o Ddeddf Addysg 2002, mae'n ofynnol i lywodraethwyr ysgolion gael gweithdrefn gwyno a rhoi cyhoeddusrwydd iddi gan sicrhau y gall unrhyw un sydd â diddordeb yn yr ysgol gyflwyno cwyn, a theimlo'n hyderus y caiff ei hystyried yn briodol ac yn ddi-oed.

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

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

Wrth adolygu'r polisi, ymgynghorir â phob aelod o'r gymuned ysgol, gan gynnwys aelodau o'r corff llywodraethu.

Bydd ysgolion effeithiol yn defnyddio arolygon o brofiadau dysgwyr i ofyn a yw dysgwr, os caiff ei fwlio neu os yw'n dioddef digwyddiad untro, yn ei adrodd ac yn hapus gyda'r canlyniad dilynol. Mae'r gwaith o gasglu'r adborth hwn er mwyn dysgu gwersi a gwella'n barhaus, yn fwy nag unrhyw beth arall, yn holl bwysig er mwyn sefydlu ymddiriedaeth ymhlith dysgwyr. Mae angen i ddysgwyr gredu ei bod yn werth rhoi gwybod eu bod yn cael eu bwlio ac y bydd camau gweithredu ymddiriedaeth yn cael eu cymryd ar lefel unigol ac ysgol gyfan.

Yn Ysgol Gymraeg Dewi Sant, byddwn yn:

- Defnyddio arolygon a thrafodaethau grŵp i nodi pa agweddau ar bolisi a strategaeth gyfredol yr ysgol sy'n gweithio'n dda ac unrhyw feysydd i'w gwella.
- Ceisio barn dysgwyr, rhieni/gofalwyr a staff yn rheolaidd, drwy arolygon a thrafodaethau, i fesur graddau'r bwlio a digwyddiadau untro (canfyddedig a gwirioneddol), ymddygiad a ddangosir.
- Monitro achosion o fwlio a digwyddiadau untro (canfyddedig a gwirioneddol) a nodi patrymau ymddygiad a graddau'r bwlio. Bydd hyn yn ein galluogi i addasu ein polisi gwrth-fwlio os bydd angen ymateb i dueddiadau a materion penodol.

Atodiadau

Atodiad 1: Mathau penodol o fwlio a digwyddiadau sy'n gysylltiedig â rhagfarn

Mathau penodol o fwlio sy'n gysylltiedig â nodweddion a ddiogelir.

Mae mathau penodol o fwlio sy'n gysylltiedig â nodweddion a ddiogelir. Gellir categoreiddio'r rhain yn fras i'r grwpiau canlynol:
• bwlio sy'n gysylltiedig ag oedran
• bwlio sy'n cynnwys dysgwyr ag anableddau, sy'n gallu cynnwys ADY
• bwlio homoffobig, deuffobig a/neu drawsffobig • bwlio sy'n gysylltiedig â hil, crefydd a/neu ddiwylliant
• bwlio rhywiaethol a/neu rywiol

Bwlio sy'n cynnwys dysgwyr ag anableddau a/neu ADY

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

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

- agweddau negyddol tuag at anabledd neu anabledd canfyddedig
- diffyg dealltwriaeth o wahanol anableddau a chyflyrau
- efallai na fyddant yn cydnabod eu bod yn cael eu bwlio
- gallant fod yn gwneud gwaith gwahanol neu'n cael cymorth ychwanegol yn yr ysgol
- gallant fod yn fwy ynysig nag eraill oherwydd eu hanabledd neu eu cyflwr
- efallai y byddant yn ei chael hi'n anoddach gwneud ffrindiau o ganlyniad i'w hanabledd neu gyflwr
- gallant arddangos ymddygiad a ystyrir yn fwlio oherwydd eu hanabledd neu eu cyflwr, e.e. efallai na fydd dysgwyr awtistig yn ymwybodol o ofod personol pobl eraill, neu gall dysgwyr ag anhwylder diffyg canolbwyntio a gorfywiogrwydd (ADHD) dorri ar draws sgyrsiau neu siarad dros ddysgwyr eraill

- efallai y byddant yn profi llawer o newid, e.e. symud o ysgol brif ffrwd i ysgol arbennig neu uned cyfeirio disgyblion neu dreulio cyfnodau o amser yn yr ysbyty.

Efallai y bydd dysgwyr anabl a/neu ADY hefyd yn ei chael hi'n anoddach gwrthsefyll cyflawnwyr oherwydd bod ganddynt lai o ffrindiau i'w hamddiffyn a'u bod yn cael anawsterau wrth ddweud wrth rywun am y peth. Gall bwlio effeithio'n andwyol iawn arnynt. Yn ogystal ag achosi gofid, gall digwyddiadau eu hynysu ymhellach ac effeithio'n negyddol ar eu datblygiad cymdeithasol ac addysgol.

Gall bwlio dysgwyr ag anabledd a/neu ADY fod ar ffurf unrhyw un o'r mathau traddodiadol o fwlio. Fodd bynnag, mae mathau ychwanegol o fwlio y gallai dysgwyr ADY/anabl eu profi.

Cyfeillgarwch amodol

Yn yr achosion hyn bydd grŵp yn caniatáu targed i gredu ei fod yn cael ei dderbyn i'r grŵp cyfeillgarwch. Fodd bynnag, gall y grŵp fod yn defnyddio'r targed neu'n gosod amodau arno er mwyn bod yn rhan o'r grŵp. Gallant wneud hwyl am ben y targed, ei ddefnyddio i wneud pethau iddynt, neu hyd yn oed ei orfodi i gymryd rhan mewn gweithgarwch troseddol ar eu rhan.

Ecsploetiaeth

Yn yr achosion hyn, mae'r bwlio'n cynnwys gwneud i'r targed wneud rhywbeth na all ei oddef, a hynny'n fwriadol. Er enghraifft, os yw targed yn arbennig o sensitif i synau neu arogl, gallai bwlio ar ffurf ecsbloetiaeth gynnwys y cyflawnwr yn rhoi bwyd dros ei waith dro ar ôl tro neu'n gwneud synau uchel i'w ddychryn. Y nod yn y pen draw yw cael y plentyn neu'r person ifanc sy'n darged i drwbl oherwydd bydd yn teimlo mwy a mwy o straen nes y bydd yn gwylltio a/neu'n dial.

Manipiwleiddio

Yn yr achosion hyn, mae'r cyflawnwr yn manipiwleiddio'r targed, ac efallai nad yw'n sylweddoli ar y dechrau beth sy'n digwydd. Gallai gredu bod y plentyn/person ifanc arall neu'r grŵp o blant/pobl ifanc yn ei hoffi a'u bod yn ffrindiau. Fodd bynnag, gallai'r cyflawnwr fanipiwleiddio'r targed i ddechrau perthnasoedd risg uchel lle mae'r bwlio'n arwain at ymddygiad rheolaethol.

Gweithredu cadarnhaol

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

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion fynd i'r afael â bwlio mewn modd cyfannol tra'n ystyried anghenion ac amgylchiadau unigol dysgwyr ag anableddau a/neu ADY; o dan ddeddf PSED, mae ysgolion hefyd o dan rwymedigaeth i sicrhau bod camau priodol ac effeithiol yn cael eu cymryd i ddileu neu leihau anfanteision dysgwyr oherwydd eu hanableddau neu ADY.

Model cymdeithasol

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

Mae'r model cymdeithasol o anabledd yn cynnig persbectif gwahanol ar anabledd, lle mae anabledd yn cael ei achosi gan y ffordd y caiff cymdeithas ei threfnu, yn hytrach na chan nam 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 â namau neu wahaniaethau. Pan gaiff rhwystrau eu dileu, gall pobl anabl fod yn annibynnol ac yn gyfartal mewn cymdeithas, gyda dewis a rheolaeth dros eu bywydau eu hunain.

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

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

Bwlio homoffobig, deuffobig a thrawsffobig

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

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

Materion allweddol i ddysgwyr LHDT sy'n profi bwlio

Canfu adroddiad gan Stonewall yn 2017 fod bron i dri o bob pump o ddysgwyr LHDT yn ysgolion Cymru a gymerodd ran mewn arolwg yn dweud bod eu hysgolion yn dweud bod bwlio homoffobig a deuffobig yn anghywir, gyda dim ond un o bob tri yn dweud bod eu hysgolion yn dweud bod bwlio trawsffobig yn anghywir. Canfu'r adroddiad hefyd fod mwy na phedwar o bob pump o ddysgwyr LHDT yn dweud nad ydynt erioed wedi dysgu am ddeurywioldeb nac wedi'i drafod yn yr ysgol, gan wneud i blant a phobl ifanc deurywiol deimlo'n fwy ynysig byth, yn enwedig lle gellir dychmygu bod cyfeiriadedd rhywiol weithiau fel rhywbeth deuaidd o fod yn heterorywiol neu'n hoyw/lesbiaidd, a bod hunaniaeth a phrofiadau pobl ddeurywiol weithiau'n cael eu diystyru.

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

Sarhadau homoffobig, deuffobig a thrawsffobig a ddefnyddir yn lle sarhadau eraill neu'n anuniongyrchol

Mewn ysgolion lle mae dysgwyr yn credu na fyddant yn cael eu herio wrth ddefnyddio sarhadau a/neu weithredoedd homoffobig, gallant ddefnyddio iaith neu weithredoedd o'r fath tuag at eraill y maent yn eu targedu am resymau eraill, megis ADY neu hil, crefydd neu ddiwylliant. Mae'r sarhadau homoffobig yn cael eu defnyddio fel procsi ar gyfer yr iaith a/neu'r gweithredoedd y maent yn gwybod eu bod yn debygol o gael eu herio am eu defnyddio, megis sarhadau hiliol. Gellir arsylwi ar yr ymddygiad hwn drwy gofnodion digwyddiadau neu arolygon dysgwyr, e.e. os yw dysgwyr ag ADY yn adrodd mwy o achosion o fwlio homoffobig nag arfer.

Mewn ysgolion, gall iaith a gweithredoedd homoffobig, deuffobig a thrawsffobig fod yn eang eu cwmpas a'u defnyddio'n uniongyrchol neu'n anuniongyrchol i:

- wawdio neu amharchu rhywun a ystyrir yn israddol neu'n chwerthinllyd
- sarhau dysgwr gyda rhiant/gofalwr neu berthynas lesbiaidd, hoyw neu ddeurywiol

- defnyddio cyfeiriadedd rhywiol i fychanu gweithredoedd un arall
- awgrymu bod rhywbeth yn annerbyniol
- dychryn rhywun neu wneud iddo deimlo'n anghyfforddus drwy ensynio
- tanseilio a bwlio dysgwr drwy awgrymu ei fod yn lesbiaidd, hoyw neu ddeurywiol, gan gynnwys drwy ledaenu sibrydion a chlecs maleisus
- bwlio dysgwr gwrywaidd neu fenywaidd a ystyrir yn ferchetaidd neu'n wrywaidd yn y drefn honno
- pigo ar ddysgwr sydd â ffrind neu aelod o'r teulu nad yw'n cydymffurfio â'r rhywiau
- awgrymu bod amrywiant rhywedd yn annerbyniol
- bwlio ar lafar targed a ystyrir yn rhyweddhylifol.

Gweithredu cadarnhaol

Mae achosion o fwlio homoffobig, deuffobig a thrawsffobig yn gofyn am ymatebion sensitif iawn. Gall teulu'r targed ymateb mewn ffyrdd sy'n peri gofid i'r plentyn neu'r person ifanc ymhellach oherwydd pwysau cymunedol, safbwyntiau homoffobig, deuffobig a/neu drawsffobig, neu o bosibl drwy fod yn anymwybodol o gyfeiriadedd rhywiol y plentyn.

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

Bwlio rhywiaethol a/neu rywiol

Yn 2015 canfu Girlguiding UK fod 75 y cant o enethod a merched ifanc yn dweud bod pryder ynghylch cael eu haflonyddu'n rhywiol o bosibl yn effeithio ar eu bywydau mewn rhyw ffordd. Canfu'r un arolwg fod 90 y cant 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.

Mae bwlio rhywiaethol yn ymwneud ag agweddau rhywiaethol sy'n cael eu mynegi dro ar ôl tro mewn ffyrdd sy'n difrïo, yn dychryn a/neu'n achosi niwed i rywun arall oherwydd ei ryw neu rywedd. Weithiau gall gael ei nodweddu gan ymddygiadau rhywiol amhriodol mynych gan gynnwys aflonyddu, gropio, edrych lan sgert rhywun, edrych i lawr crys rhywun a defnyddio iaith rhywiaethol bychanol. Mewn achosion prin defnyddir trais.

Gall bwlio rhywiol fod yn gorfforol, ar lafar neu'n seicolegol. Gall ymddygiadau gynnwys sylwadau rhywiol awgrymog neu ensyniadau gan gynnwys sylwadau sarhaus ynghylch hanes rhywiol; neu ddefnyddio iaith rywiol a gyda'r bwriad o

israddio, bychanu neu ddychryn. Gall gynnwys rhannu delweddau penodol ar-lein, weithiau gan nifer o bobl, gorfodi neu gyffwrdd rhywiol diangen.

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

Gweithredu cadarnhaol

Genethod a merched ifanc sy'n cael eu niweidio amlaf gan fwlio rhywiaethol a rhywiol; fodd bynnag, gall bechgyn a dynion ifanc hefyd ddioddef bwlio rhywiaethol a rhywiol a bychanu, e.e. gan grŵp o enethod / merched ifanc neu gyn-gariad. Pan fydd hyn yn digwydd, mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl na fydd ysgolion yn trin yr achosion hyn yn wahanol nac yn llai difrifol na'r rhai sy'n ymwneud â genethod a merched ifanc.

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion ystyried pob dysgwr fel un a allai fod mewn perygl o gael ei fwlio'n rhywiol, yn enwedig lle mae eraill o'r farn nad ydynt yn cydymffurfio â rolau rhyw amlwg neu ystrydebol. O dan Ddeddf PSED, mae gan ysgolion hefyd ddyletswydd i sicrhau bod camau priodol ac effeithiol yn cael eu cymryd i ddileu neu leihau anfanteision i ddysgwyr oherwydd bod ganddynt nodweddion a ddiogelir.

Bwlio sy'n gysylltiedig â lliw croen, cenedligrwydd, crefydd a/neu ddiwylliant

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

Mae Deddf cydraddoldeb 2010 yn cynnig amddiffyniad yn seiliedig ar ystod o nodweddion gan gynnwys hil, ethnigrwydd, crefydd a chred. Mae'r Ddeddf yn diffinio hil i gynnwys lliw croen, cenedligrwydd a tharddiad ethnig neu genedlaethol. Mae gwahaniaethu uniongyrchol, gwahaniaethu anuniongyrchol, aflonyddu neu erlid wedi'i dargedu at unigolyn oherwydd bod ganddo nodwedd a ddiogelir, neu y tybir bod ganddo nodweddion yn erbyn y gyfraith. Os yw ysgol yn trin bwlio hiliol yn llai difrifol na mathau eraill o fwlio, gall fod yn groes i'r Ddeddf Cydraddoldeb.

Gan fod y Ddeddf yn berthnasol i'r modd y mae ysgol yn trin disgybl ond nad yw'n ymwneud â pherthnasau rhwng disgyblion, mae'r diffiniadau gweithredol o hiliaeth a digwyddiad hiliol a gynigir yn adroddiad Ymchwiliad Stephen Lawrence yn 1999 yn parhau'n berthnasol.

Roedd yr adroddiad yn diffinio hiliaeth fel:

Ymddygiad neu eiriau neu arferion sy'n rhoi anfantais neu fantais i bobl oherwydd eu lliw, eu diwylliant neu eu tarddiad ethnig

Mae hwn yn ddiffiniad eang ac mae'n adlewyrchu natur bersonol, wleidyddol a sefydliadol hiliaeth.

Mae'r adroddiad yn disgrifio digwyddiad hiliol fel a ganlyn:

Unrhyw ddigwyddiad yr ystyrir ei fod yn hiliol gan y targed neu unrhyw berson arall

Daw digwyddiad hiliol yn fwlio hiliol pan fydd yn barhaus, yn fwriadol ac yn cynnwys anghydbwysedd o ran pŵer.

Mathau o hiliaeth

Mae hiliaeth sy'n targedu lliw croen, crefydd, cenedligrwydd, statws cenedlaethol a diwylliant yn gyffredin a rhaid i ysgolion barhau i fod yn wyliadwrus er mwyn ei herio'n gyson.

Mae'r Awdurdod Lleol, y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol, Llywodraeth Cymru ac ESTYN yn disgwyl i ysgolion ystyried, er enghraifft, y canlynol:

Hiliaeth wedi'i thargedu at Sipsiwn, Roma a Theithwyr – Mae Sipsiwn, Roma a Theithwyr yn darged i nifer o stereoteipiau camarweiniol a niweidiol, y mae llawer ohonynt wedi'u gwreiddio'n ddwfn yn ymwybyddiaeth y cyhoedd yn y DU. Mae cynrychioliadau negyddol yn y cyfryngau yn gwaethygu ymhellach y rhagfarn a brofir gan yr unigolion hyn. Awgrymwyd hyd yn oed bod gwahaniaethu tuag at Sipsiwn, Roma a Theithwyr yn parhau i fod yn rhywbeth a 'ganiateir' yn y DU. Mae hyn yn annerbyniol a rhaid herio agweddau a stereoteipio hiliol mewn ysgolion. Fel gyda phob plentyn, mae hefyd yn bwysig meithrin ymddiriedaeth fel bod plant a phobl ifanc o gefndiroedd Sipsiwn, Roma a Theithwyr yn teimlo'n hyderus ac yn gallu adrodd am hiliaeth.

Rhagfarn gwrth-ffoaduriaid – Mae'r drafodaeth wleidyddol a'r adroddiadau yn y cyfryngau ynghylch mewnfudo wedi cynyddu tensiynau rhwng cymunedau ac wedi creu hinsawdd heriol i ffoaduriaid a cheiswyr lloches yn y DU. Mae tuedd o ddefnyddio iaith dad-ddyneiddio wrth drafod mewnfudo, e.e. geiriau fel 'heidio' ac 'ymledol'. Mae ffoaduriaid a cheiswyr lloches yn aml yn cael eu cynrychioli fel bygythiad neu ddraen i arian cyhoeddus, ac mae eu cymhellion dros ymgartrefu yn y DU yn cael eu cwestiynu'n rheolaidd. Rhaid i ysgolion fod yn ymwybodol o'r dylanwadau hyn ac yn barod i wrthsefyll naratifau negyddol ynghylch ffoaduriaid a cheiswyr lloches. Dylai ysgolion hefyd fod yn ymwybodol y gallai rhai plant a phobl ifanc sy'n ffoaduriaid ac yn geiswyr lloches fod wedi dioddef profiadau trawmatig yn eu gwlad enedigol neu yn ystod eu taith i'r DU, ac o'r niwed pellach y gallai achosion o fwlio ei achosi.

Gwrth-Semitiaeth – Elyniaeth, casineb neu ofn Iddewon a phethau Iddewig, a amlygir mewn agweddau a gweithredoedd gwahaniaethol. Mae'r gofod ar-lein wedi gweld llu o ddamcaniaethau cynllwyn Gwrth-Semitig yn ddiweddar, y mae rhai ohonynt yn cael eu hailadrodd gan ddisgyblion ysgol. Unwaith eto, rhaid gwrthbwyso'r rhain drwy addysg ataliol. Mae gwrth-Semitiaeth yn aml yn cael ei waethygu ym Mhrydain gan ddigwyddiadau a gwrthdaro sylfaenol mewn mannau eraill yn y byd, yn enwedig y Dwyrain Canol.

Rhagfarn gwrth-Fwslimaidd – Gelyniaeth neu wybodaeth anghywir am grefydd Islam sy'n arwain at wahaniaethu yn erbyn unigolion a chymunedau Mwslimaidd. Mae'r Awdurdod Lleol, y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol, Llywodraeth Cymru ac Estyn yn disgwyl i ysgolion chwarae rhan weithredol wrth fynd i'r afael â rhagfarn a gelyniaeth gwrth-fwslimaidd o fewn eu meysydd dylanwad eu hunain. Gellir gwneud hyn drwy addysg am grefydd a'r defnydd o fodelau rôl cadarnhaol, er enghraifft. Nid yw rhagfarn gwrth-Fwslimaidd o reidrwydd yn ymwneud â gelyniaeth tuag at gredoau crefyddol Islamaidd, ond yn hytrach a â gwadu hawliau cyfartal a pharch at bobl o dreftadaeth Islamaidd a stereoteipiau di-sail cyson sy'n cael eu hyrwyddo gan y cyfryngau.

Mae'r Awdurdod Lleol, y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol, Llywodraeth Cymru ac Estyn yn disgwyl i ysgolion, wrth gofnodi achosion o fwlio hiliol, y dylid cael categorïau gwahanol ar gyfer nodi sail y bwlio hiliol, e.e. ar sail treftadaeth grefyddol. Bydd hyn yn sicrhau y gellir canfod patrymau ymddygiad ac agweddau yn haws a gellir rhoi ymateb ar waith. Dylid rhoi gwybod i'r awdurdod lleol am ddigwyddiadau hiliol bob tymor er mwyn dangos bod yr ysgol yn ymateb yn briodol ac i gael gafael ar unrhyw gymorth pellach y gallai fod ei angen.

O dan Ddyletswydd Cydraddoldeb Sector Cyhoeddus, mae gan bob ysgol gyfrifoldeb i feithrin cysylltiadau da gyda'r rheiny sydd â nodweddion a ddiogelir a'r rheiny nad oes ganddynt nodweddion a ddiogelir. Gwyddom fod

bwlio'n aml iawn yn cael ei ysgogi gan elyniaeth neu ragfarn yn seiliedig ar hil, crefydd neu ddiwylliant gwirioneddol neu ganfyddedig unigolyn. Wrth wraidd bwlio o'r fath mae’r farn bod rhai pobl yn wahanol. Drwy drin eraill yn wahanol drwy wneud sylwadau a sarhau mae’n haws gweld unrhyw grŵp fel un a osodir ar wahân a'i ddad-ddyneiddio. Gall hyn gael gwared ar bob tosturi. Mae rôl ysgolion o ran helpu pob dysgwr i deimlo ei fod yn perthyn o werth aruthrol wrth adeiladu cymdeithas gydlynol. Nid yw plant ifanc iawn yn gweld gwahaniaeth nes eu bod yn dysgu neu'n mabwysiadu agweddau a rhagfarnau a all fod yn bresennol o'u cwmpas. Dylai ysgolion sicrhau bod eu hamgylcheddau dysgu, eu deunyddiau a'u cwricwlwm yn gynhwysol a bod pob plentyn yn trin y rheiny o'u cwmpas â pharch.

Gweithredu cadarnhaol

Mae’r Awdurdod Lleol, y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol, Llywodraeth Cymru ac ESTYN yn disgwyl i ysgolion weithio gyda theuluoedd a chymunedau i sicrhau bod y cymorth cywir, ar yr adeg gywir, yn cael ei ddarparu i'r dysgwyr i sicrhau'r canlyniadau gorau i'r plentyn neu'r person ifanc hwnnw. O dan Ddeddf PSED, mae gan ysgolion hefyd ddyletswydd i sicrhau bod camau priodol ac effeithiol yn cael eu cymryd i ddileu neu leihau anfanteision i ddysgwyr oherwydd bod ganddynt nodweddion a ddiogelir. Gall hyn gynnwys monitro agos o ran data cyrhaeddiad, defnyddio addysg ac adnoddau gwrth-hiliaeth a defnyddio modelau rôl cadarnhaol.

Atodiad 2: Bwlio ar-lein a digwyddiadau untro

Mae deall bywydau plant a phobl ifanc mewn oes ddigidol yn dasg gymhleth, ac mae ystyried y goblygiadau i addysg yn aml yn golygu bod angen cael cydbwysedd. Ar y naill law mae gofyn cydnabod soffistigeiddrwydd defnydd beunyddiol plant a phobl ifanc o gyfryngau digidol, ac integreiddio technoleg mewn addysg yn well er mwyn paratoi dysgwyr yn effeithiol ar gyfer eu bywydau nawr ac yn y dyfodol. Ar y llaw arall mae pryderon am oblygiadau amser sgrin helaeth a niwed ar-lein sy'n anodd eu rheoleiddio ac sy'n anodd eu cyfyngu. Hefyd, er bod llawer o blant a phobl ifanc yn cael dealltwriaeth a phrofiad o amgylcheddau digidol o enedigaeth, mae eu mynediad at ddyfeisiau a phrofiad o ddefnyddio technolegau yn amrywio'n sylweddol. Mae'r gwahaniaeth hwn nid yn unig yn gysylltiedig ag amgylchiadau economaidd ond â'r gwahanol ffyrdd y mae teganau ac adnoddau digidol yn cael eu defnyddio gan wahanol deuluoedd.

Yn aml, mae technolegau digidol yn darparu ffyrdd newydd o wneud yr un mathau o bethau yr oedd pobl eisoes yn eu gwneud, e.e. cymdeithasu ar-lein yn hytrach na thrwy ymgysylltu wyneb yn wyneb.

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

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

Mae'r canfyddiad o allu gweithredu'n ddienw ar-lein yn aml yn arwain at ymddygiad creulon a fyddai'n llai tebygol wyneb yn wyneb. Gall technoleg helpu'r rhai sydd heb bŵer neu boblogrwydd all-lein i gael pŵer dros eraill neu fwlio ar-lein. Fel hyn, gall dysgwyr sy'n cael eu targedu all-lein ddial yn ddi-enw ar-lein.

Gall ymddygiad bwlio ar-lein fod ar wahanol ffurfiau gan gynnwys:

- proffil – nid oes rhaid i bobl fod yn gryfach yn gorfforol, yn hŷn nac yn fwy poblogaidd na'r person y maent yn ei fwlio ar-lein
- lleoliad – nid yw bwlio ar-lein wedi'i gyfyngu i leoliad ffisegol a gall ddigwydd ar unrhyw adeg. Gall digwyddiadau ddigwydd yng nghartref y dysgwr, gan droi mannau a ystyriwyd yn flaenorol yn rhai diogel a phreifat

- cynulleidfa – gall cynnwys ar-lein fod yn anodd ei ddileu a gellir ei ailddosbarthu a'i ailbostio. Mae'r niferoedd posibl o bobl sy'n gallu gweld cynnwys yn cael ei bostio ar-lein yn fawr iawn. Gall achosion unigol o gam-drin ar-lein waethygu'n gyflym i fod yn fwlio, e.e. drwy ailbostio, rhannu a thrwy sylwadau
- anhysbysrwydd – efallai na fydd y sawl sy'n cael ei dargedu gan fwlio o reidrwydd yn gwybod pwy sy'n bwlio. Ni fydd y targed ychwaith yn gwybod pwy sydd wedi gweld y cynnwys camdriniol. Os yw'r cyflawnwr yn mynd ati i guddio ei hunaniaeth oddi wrth y targed, gellir ystyried hyn yn fath o ymddygiad ymosodol goddefol ac, os caiff ei ailadrodd, gallai hyn fod yn gyfystyr â bwlio
- cymhelliant – mae bwlio ar-lein fel arfer yn cael ei wneud yn fwriadol. Fodd bynnag, gall digwyddiadau cychwynnol arwain at ganlyniadau anfwriadol, a gallant waethygu drwy gynnwys eraill. Efallai na fydd unigolyn yn teimlo, drwy gymeradwyo neu ailbostio neges rhywun arall, ei fod yn cymryd rhan weithredol yn y bwlio. Efallai nad yw'r ysgogwr wedi bwriadu i sylw sarhaus neu niweidiol gael ei ailadrodd. Gall un digwyddiad – un neges sy'n peri gofid – waethygu i fod yn fwlio sy'n cynnwys nifer o bobl dros amser.

Pam mae bwlio ar-lein yn peri gofid mawr

Er bod bwlio all-lein yn parhau i fod yn fwy cyffredin na bwlio ar-lein, mae dysgwyr yn adrodd bod nodweddion bwlio ar-lein, a nodir isod, yn gwneud y profiad yn fwy gofidus.

- Gall y gynulleidfa fod yn ddiderfyn.
- Gall ddigwydd unrhyw le ac ar unrhyw adeg, nid oes seibiant ohono.
- Gall gynnwys pobl anhysbys, er bod y rhan fwyaf o achosion yn cynnwys cyfoedion hysbys.
- Mae technoleg yn hwyluso'r broses o gadw delweddau a negeseuon i'w gweld dro ar ôl tro

Beth yw rôl ysgolion?

Bydd cymhwysedd digidol yn gyfrifoldeb trawsgwricwlaidd, ynghyd â llythrennedd a rhifedd, o fewn Cwricwlwm i Gymru 2022. Y Fframwaith Cymhwysedd Digidol (FfCD) yw elfen gyntaf Cwricwlwm i Gymru 2022 ac mae wedi bod ar gael ers mis Medi 2016. Mae gan y FfCD bedwar llinyn o'r un pwysigrwydd ('Dinasyddiaeth', 'Rhyngweithio a chydweithio', 'Cynhyrchu', a 'Data a meddwl cyfrifiannol').

Mae'r llinyn 'Dinasyddiaeth' yn canolbwyntio ar ddysgwyr yn datblygu'r sgiliau a'r ymddygiadau i gyfrannu'n gadarnhaol at y byd digidol o'u cwmpas, sy'n cynnwys amddiffyn eu hunain ar-lein. Mae'r llinyn yn cynnwys elfennau 'Hunaniaeth, delwedd ac enw da', 'Iechyd a lles', 'Hawliau digidol, trwyddedu a

pherchnogaeth', ac 'Ymddygiad ar-lein a seiber-fwlio' (bwlio ar-lein). Bydd y sgiliau hyn yn helpu dysgwyr i werthuso eu lle yn feirniadol o fewn y byd digidol, fel eu bod yn barod i ddod ar draws yr agweddau cadarnhaol a negyddol ar fod yn ddinesydd digidol.

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

Mae'r amgylchedd digidol sy'n newid yn gyflym yn cynnig cyfleoedd cadarnhaol di-ben-draw i blant a phobl ifanc. Ar yr un pryd mae risgiau ychwanegol a mathau newydd o fwlio ac ymddygiad ymosodol. I gael y wybodaeth ddiweddaraf, dylai ysgolion wirio'r Parth Diogelwch Ar-lein yn rheolaidd (yn https://hwb.gov.wales/parthau/cadwn-ddiogel-ar-lein) o fewn platfform dysgu digidol Hwb.

Mae gan ysgolion y pŵer i ddisgyblu dysgwyr am ddigwyddiadau sy’n digwydd oddi ar y safle a phwerau i chwilio am neu atafaelu dyfeisiau symudol fel cosb ddisgyblu lle mae dysgwyr wedi mynd yn groes i bolisi ymddygiad a/neu bolisi gwrth-fwlio’r ysgol.

Gweithredu cadarnhaol

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion fynd i'r afael â bwlio ar-lein a digwyddiadau untro lle mae'n effeithio ar les dysgwyr yn yr ysgol. Lle bo angen, mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion gyfeirio achos at yr asiantaeth neu'r gwasanaeth priodol. Rhaid i ysgolion weithredu gydag achosion sy'n ymwneud â phryder diogelu. Dylai'r holl staff dderbyn hyfforddiant rheolaidd mewn diogelu a diogelwch ar-lein.

Mae cyfathrebu ar-lein a symudol yn gadael llwybr digidol. Mae cadw tystiolaeth yn hanfodol. Dylai ysgolion gofio y gellir dileu tystiolaeth neu gall ddiflannu o lwyfannau ar-lein gwyliwr ar unrhyw adeg, boed hynny gan unigolion neu ar gais gweinyddwyr corfforaethol llwyfannau cyfryngau cymdeithasol. Mae cipio sgrin-luniau yn llwybr defnyddiol i gadw tystiolaeth. Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl i ysgolion gofnodi digwyddiadau fel rhan o'u harferion monitro diogelu ehangach a'u tystiolaeth effaith. Mewn rhai achosion efallai y daw tystiolaeth bellach i'r amlwg yn nes ymlaen ac efallai y bydd angen adolygu holl hanes yr achos eto.

Atodiad 3: Y gyfraith sy'n ymwneud â bwlio

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

Mae deddfwriaeth yn berthnasol yng Nghymru, y DU ac yn rhyngwladol sy'n ceisio diogelu hawliau plant a phobl ifanc i fywyd heb gamdriniaeth a niwed gan gynnwys bwlio. Mae'r ddeddfwriaeth bresennol a chonfensiynau rhyngwladol sy'n berthnasol i fwlio yng Nghymru yn cynnwys y canlynol, a nodir 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 Diogelwch 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.

Ceir rhagor o wybodaeth am y ddeddfwriaeth hon yn adran 5 o Hawliau, parch, cydraddoldeb: Canllawiau statudol ar gyfer cyrff llywodraethu ysgolion a gynhelir.

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

Atodiad 4: Ble i ddod o hyd i gymorth a chyngor pellach

Bullies Out – Elusen gwrth-fwlio yng Nghymru sy'n gweithio gydag unigolion, ysgolion, colegau, lleoliadau ieuenctid a chymunedol. E-fentoriaid yn cynnig cymorth ar-lein
(e-bost mentorsonline@bulliesout.com). www.bulliesout.com
e-bost: mail@bulliesout.com

Cynghrair Gwrth-fwlio – Gwybodaeth i ysgolion, rhieni/gofalwyr a phlant a phobl ifanc am bob agwedd ar fwlio.
www.anti-bullyingalliance.org.uk

Kidscape – Elusen gwrth-fwlio sy'n cynnal gweithdai i blant a phobl ifanc sydd wedi cael eu bwlio.
www.kidscape.org.uk

Gwobr Diana – Hyfforddi llysgenhadon gwrth-fwlio ifanc i helpu eraill.
www.antibullyingpro.com

Llinellau cymorth a gwasanaethau cymorth

Cyffredinol

Y Samariaid - Elusen sy'n ymroi i leihau teimladau o unigedd a datgysylltu sy'n gallu arwain at hunanladdiad. E-bost, sgwrs fyw a gwasanaethau eraill sydd ar gael. www.samaritans.org
Ffôn: 116 123 (Llinell Saesneg – am ddim i'w ffonio)
Ffôn: 0808 164 0123 (Llinell Gymraeg – am ddim i'w ffonio)

Rethink Mental Illness – Cyngor a gwybodaeth i bobl â phroblemau iechyd meddwl.
www.rethink.org
Ffôn: 0300 500 0927

Mencap Cymru – Cyngor a gwybodaeth am anableddau dysgu.
https://wales.mencap.org.uk/cy
Ffôn: 0808 8000 300

Plant a phobl ifanc

Meic – Gwybodaeth, cyngor ac eiriolaeth i bobl ifanc.
www.meiccymru.org

Childline – Cwnsela i unrhyw un o dan 19 oed yn y DU.
www.childline.org.uk
Ffôn: 0800 1111

Kooth - Llwyfan cwnsela a lles emosiynol ar-lein i blant a phobl ifanc.
www.kooth.com

CALL (Llinell Cyngor a Gwrando Cymunedol) – Cymorth emosiynol a gwybodaeth/llenyddiaeth ar iechyd meddwl a materion cysylltiedig ar gyfer pobl Cymru. www.callhelpline.org.uk

Rhieni / gofalwyr

Family Lives – Cymorth a chyngor i rieni / gofalwyr. Ffôn: 0808 800 2222

ParentZone – Cymorth a chyngor i rieni/gofalwyr. www.parentzone.org.uk

YoungMinds - Cymorth i helpu i wella iechyd meddwl plant a phobl ifanc.
www.youngminds.org.uk
Ffôn: 0808 802 5544 (llinell gymorth rhieni/gofalwyr)

Ysgolion/gweithwyr proffesiynol

Llinell Gymorth Diogelwch Ar-lein i Weithwyr Proffesiynol - I'r rhai sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc sydd angen help ar gyfer mater ar-lein.
Ffôn: 0344 381 4772
e-bost: helpline@saferinternet.org.uk

Rhwydweithiau cyngor a chymorth

Cyffredinol

Internet Watch Foundation – Ar gyfer adrodd am ddelweddau ar-lein o gam-drin plant yn rhywiol.
www.iwf.org.uk
Cymorth i Ddioddefwyr – Rhoi gwybod am droseddau casineb yng Nghymru. www.reporthate.victimsupport.org.uk

CEOP (Camfanteisio ar Blant ac Amddiffyn Ar-lein) – Os amheuir achosion o gam-drin neu gamfanteisio'n rhywiol ar blant. www.ceop.police.uk

NSPCC (Y Gymdeithas Genedlaethol er Atal Creulondeb i Blant).
www.nspcc.org.uk
Ffôn: 0808 800 5000

Mental Health Matters Wales – Gweithio gyda phobl sydd â phroblem iechyd meddwl.
www.mhmbcb.com/index.htm

Plant a phobl ifanc

Heads Above The Waves –Cymorth i blant a phobl ifanc sy'n dioddef iselder neu hunan-niweidio.
http://hatw.co.uk/straight-up-advice

Rhieni / gofalwyr

Internet Matters – Cyngor ar faterion ar-lein i rieni/gofalwyr a phlant a phobl ifanc.
www.internetmatters.org.uk

Adnoddau i Ysgolion

EACH (Educational Action Challenging Homophobia) – Darparu gwasanaethau i ysbrydoli cydraddoldeb lesbiaidd, hoyw, deurywiol a thrawsrywiol. https://each.education

Dangos y Cerdyn Coch i Hiliaeth – Hyfforddiant ac adnoddau i fynd i'r afael â hiliaeth mewn cymdeithas.
www.theredcard.org

Canolfan Gymorth PPN Cymru – Pecyn cymorth i staff ysgolion ar PPNau.
www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/page/88504

South West Grid for Learning (SWGfL) – Offeryn hunanarfarnu ar gyfer ysgolion ac arweiniad.
www.swgfl.org.uk

Arall

School Beat – Rhaglen Graidd Cyswllt Ysgolion Cymru Gyfan.
www.schoolbeat.org/en/parents/know-the-programme/national-events/what-isthe-all-wales-school-liaison-core-programme

Plant yng Nghymru – https://www.childreninwales.org.uk/cy/ein-gwaith/bwlio/

Comisiynydd Plant Cymru – http://www.complantcymru.org.uk/

Amser i Newid Cymru - Ymgyrch dros bobl ifanc, sy'n ceisio newid agweddau tuag at iechyd meddwl, rhoi terfyn ar stigma a gwahaniaethu. https://www.timetochangewales.org.uk/en/mental-health-stigma/young-people/wecanwewill

Materion ar-lein

Childnet International – Cymorth ar bob agwedd ar ddiogelwch ar-lein. www.childnet.