



**YSGOL GYMRAEG SANT CURIG**

# **POLISI GWRTH-FWLIO**



## Cynnwys

<u>Adrannau</u>	<u>Rhif y Dudalen</u>
1. Cyflwyniad	3
2. Cyd-destun Cenedlaethol	3-4
3. Cyd-destun Lleol	4-5
4. Nodau ac Amcanion	5
5. Egwyddorion Cyffredinol	6
6. Proses a Gweithrediad	6-8
7. Monitro, Gwerthuso ac Adolygu	9-10
8. Atodiadau	11-52

## **1. CYFLWYNIAD**

Mae sicrhau diogelwch a lles ein holl blant a'n pobl ifanc o'r pwys mwyaf i'r Cyngor, ein hysgolion a'n holl leoliadau addysgol.

Mae bwlio yn fater sy'n cael lle blaenllaw ar agenda pob un ohonom; Llywodraeth Cymru, y Cyngor, rhieni, gofalwyr, staff ysgolion a phlant a phobl ifanc. Pan fydd plentyn neu berson ifanc yn cael eu bwlio, gall yr effeithiau fod yn bellgyrhaeddol ac yn amhosibl i'w mesur. Bydd gofid yn digwydd, sy'n gallu achosi newidiadau mewn ymddygiad, ac fe allai hyn gynnwys arwyddion o osgoi'r ysgol, colli'r gallu i ganolbwyntio ac fe allai hyn arwain at dangyflawni arwyddocaol a materion yn ymwneud â lles.

Bellach, mae'n ofyniad bod pob ysgol a lleoliad addysgol yn meddu ar bolisi sy'n nodi eu strategaethau er mwyn atal ymddygiad bwlio ac er mwyn ymateb i ymddygiad bwlio mewn ffordd eglur. Mae'r canllawiau hyn yn cynnig cyngor i benaethiaid a staff addysgol ynghylch sut i reoli'r broses hon yn y ffordd fwyaf effeithiol.

Mae'n atgoffa pob un ohonom o'r ffaith bod bwlio yn ffactor cymdeithasol endemig, a bod angen i ni gyd fod yn effro iddo ac yn rhagweithiol er mwyn sicrhau ei fod yn cael cyn lleied o effaith ag y bo modd ar ein plant a'n pobl ifanc. Ni all unrhyw ysgol neu leoliad ddweud nad yw Bwlio fyth yn digwydd, a bydd y canllawiau hyn yn cynorthwyo'r sawl y maent yn delio gyda'r mater bob dydd.

Trwy fabwysiadu dull gweithredu rhagweithiol a rhoi sylw i fwlio mewn ffordd effeithiol, gallwn ostwng nifer yr achosion a'r effaith yn y tymor hir, trwy gyfrwng y ffordd y byddwn yn ymateb i'r 'cyflawnwr' a'r 'dioddefwr'.

Disgwylir i bawb y maent yn cydweithio'n agos gyda phlant a phobl ifanc ym Mro Morgannwg fabwysiadu a gweithredu'r canllawiau hyn.

## **2. CYD-DESTUN CENEDLAETHOL**

Mae Llywodraeth Cymru yn nodi saith nod craidd yn ei dogfen 'Gweithredu'r Hawliau', y mae gan bedwar ohonynt gyswllt uniongyrchol gyda'i blaenoriaeth i leihau bwlio, ac mae'r rhain yn cynnwys:

- dylai pob plentyn a pherson ifanc fwynhau addysg, hyfforddiant a chyfleoedd dysgu y maent yn rhydd rhag bygythiad personol bwlio;
- profi'r iechyd meddyliol, cymdeithasol ac emosiynol gorau ag y bo modd, y mae'n rhydd rhag camdriniaeth, erledigaeth a chamfanteisio;
- bod pobl yn gwrando arnynt, yn eu trin gyda pharch a bod eu hunaniaeth hiliol a diwylliannol yn cael ei chydabod;
- meddu ar gartref a chymuned ddiogel sy'n cynorthwyo lles emosiynol.

Yn ogystal, cyhoeddwyd canllawiau gwrth-fwlio penodol gan Lywodraeth Cymru, sy'n ystyried cyd-destun '*Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn*'. Roedd y canllawiau hyn, '*Parchu Eraill*' (*Cylchlythyr 23/2003 LIC*) yn darparu gwybodaeth ynghylch mynd i'r afael gyda bwlio mewn ysgolion. Roedd yn cynnig datrysiadau ymarferol uniongyrchol er mwyn atal a delio gyda digwyddiadau bwlio. Yn 2009, cynhaliodd Llywodraeth Cymru arolwg ynghylch bwlio ar draws Cymru gyfan, a defnyddiwyd y canlyniadau hyn wrth greu ei chanllawiau wedi'u diweddarau, *Parchu Eraill 2011*. **(Atodiad 2)**

Dylid ystyried atal ac ymateb i fwlio o fewn cyd-destun ehangach gwaith ynghylch ymddygiad a phresenoldeb mewn ysgolion. Yn 2006, cynhaliodd Llywodraeth Cymru Adolygiad Cenedlaethol o Ymddygiad a Phresenoldeb (NBAR), a chyhoeddwyd yr adroddiad dilynol yn 2008, gan nodi meysydd allweddol i'w datblygu. Dilynwyd hyn gan *Ymddygiad a Phresenoldeb: Cynllun Gweithredu yn Ymateb i'r Adolygiad Cenedlaethol o Ymddygiad a Phresenoldeb (2009)* a oedd yn nodi'r camau y bwriadwyd eu cymryd er mwyn cryfhau gwaith parhaus Llywodraeth Cymru, awdurdodau lleol ac ysgolion wrth wella a hyrwyddo ymddygiad cadarnhaol a phresenoldeb. Yn ei dro, bwriedir i hwn ddatblygu'r gweithgarwch meithrin a chymorth ar gyfer plant a phobl ifanc, gan gynnig yr hinsawdd gywir er mwyn eu tywys yn ystod eu haddysg a'u helpu i wireddu eu potensial.

### **3. CYD-DESTUN LLEOL**

Mae'r Awdurdod Lleol (ALI) a'r Cyngor yn cydnabod yr effaith niweidiol y mae bwlio yn ei gael ar blant a phobl ifanc, a bydd yn gwneud gwaith rhagweithiol er mwyn lleihau risgiau bwlio gymaint ag y bo modd pryd bynnag a ble bynnag y bydd yn digwydd. Yn ogystal, mae'r ALI yn cydnabod bod y diwrnod ysgol yn cynnwys pob gweithgarwch allgyrsiol e.e. clybiau brecwast a chlybiau ar ôl ysgol. Mae'r diwrnod ysgol yn cynnwys y daith i'r ysgol ac o'r ysgol hefyd.

Mae'r Cyngor o'r farn bod ei holl wasanaethau yn gyfrifol am gynorthwyo ysgolion a lleoliadau addysgol y maent yn gweithio gyda phlant a phobl ifanc er mwyn:

- datblygu polisi gwrth-fwlio trwy drawsnewid polisi yr awdurdod lleol yn bolisi sy'n briodol ar gyfer eu cyd-destun penodol nhw;
- sicrhau bod datblygiad y polisi yn cynnwys gweithgareddau codi ymwybyddiaeth a gweithgarwch ymgynghori gyda staff, plant, llywodraethwyr, rhieni a gofalwyr pan fo hynny'n briodol;
- sicrhau bod cymorth a hyfforddiant priodol yn cael ei ddarparu ar gyfer y staff;
- sicrhau bod digwyddiadau bwlio yn cael eu cofnodi a'u monitro;
- gwrandao ar blant a phobl ifanc a'u cynorthwyo;
- gweithredu mewn ffordd briodol ynghylch gwybodaeth a ddarparir er mwyn cadw plant a phobl ifanc yn ddiogel mewn amgylchedd cadarnhaol a diogel

- sicrhau bod yr holl blant a phobl ifanc yn teimlo'n ddiogel.
- hyrwyddo'r neges bod pob math o fwlio yn annerbyniol;
- sicrhau y bydd pob un sy'n dioddef bwlio yn cael eu clywed ac yn cael cymorth cadarnhaol;
- sicrhau y bydd angen cymorth ar y sawl sy'n bwlio ac sy'n gwahaniaethu yn erbyn eraill;
- adrodd am unrhyw achosion o fwlio y byddant yn eu gweld.
- meddu ar yr hawl i ddiogelu pob oedolyn sy'n gweithredu ar ran yr ALI.

Dylai polisïau ynghylch bwlio gyd-fynd mewn ffordd hwylus gyda'r polisïau ynghylch ymddygiad a disgyblaeth, amddiffyn plant ac addysg bersonol, cymdeithasol ac iechyd. Mae arfer da yn mynnu bod yn rhaid i blant a phobl ifanc fod yn rhan o'r broses o greu datrysiadau, datblygu polisïau ac arfer a chynnal ymddygiad a strategaethau y cytunwyd arnynt.

#### **4. NODAU AC AMCANION**

- Helpu i greu a chefnogi diwylliant lle y caiff eraill ofal a'u hystyried, a lle y mae bwlio yn annerbyniol.
- Codi ymwybyddiaeth o fwlio a'i effeithiau ar iechyd a lles emosiynol plant a phobl ifanc, eu cyfleoedd mewn bywyd a'u cyflawniadau.
- Pennu dull gweithredu cyson a chydgyssylltiedig er mwyn mynd i'r afael â bwlio ym mhob ysgol a lleoliad addysgol.
- Amlygu'r amodau pan fo bwlio yn debygol o ddigwydd.
- Herio a stopio pob ffurf o ran digwyddiadau bwlio. Mae hyn yn cynnwys plant a phobl ifanc yn bwlio'i gilydd, oedolion yn bwlio plant a phobl ifanc, a phlant a phobl ifanc yn bwlio oedolion.
- Sicrhau bod yr holl staff yn ymwybodol o'r polisi hwn a bod modd iddynt nodi eu rolau mewn perthynas ag ef.
- Cydnabod bod y Cyngor a'r holl rai sy'n gweithredu ar ei ran o'r farn bod bwlio yn annerbyniol a'u bod wedi ymrwymo i ddelio ag ef.

## **5. EGWYDDORION CYFFREDINOL**

Mae Cyngor Bro Morgannwg yn ceisio darparu amgylchedd diogel a chadarnhaol lle y bydd modd i bob plentyn a pherson ifanc fanteisio i'r eithaf ar eu potensial gan ddefnyddio ystod lawn y gwasanaethau a'r cyfleusterau sydd ar gael gan yr ALI.

Mae'r Cyngor o'r farn bod gan bob plentyn a pherson ifanc yr hawl i gael eu trin gyda pharch a dealltwriaeth. Yn ogystal, dylai fod modd iddynt gyflawni unrhyw weithgarwch heb iddynt ofni y byddant yn cael eu bygwth. Mae ymddygiad sy'n tansellio'r egwyddorion hyn yn hollol annerbyniol.

Yn ogystal, mae'r Cyngor wedi ymrwymo i'r egwyddor sylfaenol bod strategaethau ymyrraeth gynnar a gweithio mewn partneriaeth yn hanfodol er mwyn sicrhau lles ei holl blant a phobl ifanc, a'u bod yn cael eu diogelu.

## **6. PROSES A GWEITHREDIAD**

Mae angen i ysgolion a lleoliadau addysgol gyflawni eu rhwymedigaethau cyfreithiol trwy sicrhau bod polisi gwrth-fwlio priodol mewn grym. Mae angen i bob polisi gwrth-fwlio nodi ystyr bwlio mewn ffordd eglur, ynghyd â sut y mae'r lleoliad yn bwriadu delio ag ef. (Bydd **Atodiad 5** yn cynorthwyo gyda'r broses hon).

Dylid ystyried y canlynol:

- bod datganiadau ynghylch egwyddorion y cyngor yn cael eu hadlewyrchu yn eu polisiau gwrth-fwlio;
- bod plant a phobl ifanc, rhieni/gofalwyr a'r ysgol neu'r gymuned addysgol ehangach yn cymryd rhan yn y broses o baratoi ac adolygu eu polisi;
- bod pawb yn yr ysgol/ cymuned addysgol yn adnabod eu dogfen bolisi ac yn ymwybodol ohoni;
- bod person penodol yn meddu ar y cyfrifoldeb arweiniol dros gydlynu a gweithredu'r polisi;
- ei bod yn cael ei nodi mewn ffordd eglur bod gan bawb gyfrifoldeb dros ddiogelwch eraill;
- bod hyfforddiant priodol ynghylch bwlio yn cael ei ddarparu i'r holl staff, plant a phobl ifanc ac i unrhyw berson perthnasol arall a nodir o fewn cymuned yr ysgol;
- eu bod yn rhoi diweddariadau rheolaidd ac yn codi ymwybyddiaeth oedolion, plant a phobl ifanc ynghylch materion yn ymwneud â bwlio;
- bod yr holl staff a gwirfoddolwyr yn cynnal perthnasoedd cadarnhaol gyda phlant a phobl ifanc;
- darparu ac annog amgylchedd diogel lle y bydd oedolion yn gwrando mewn ffordd

gadarnhaol, gan drafod pryderon pobl ifanc ynghylch bwlio.

Bydd polisïau gwrth-fwlio yn fwyaf effeithiol pan fydd y gweithlu cyfan:

- yn deall egwyddorion a diben y polisi gwrth-fwlio;
- yn ymwybodol o'u cyfrifoldeb i ddatrys y problemau ar y lefel agosaf i'r plentyn a'r person ifanc;
- yn gwybod pa sancsiynau a strategaethau rheoli ymddygiad y maent mewn grym a ble i gael cymorth;
- yn meddu ar y sgiliau a'r wybodaeth angenrheidiol er mwyn atal bwlio a gwella niwed;
- yn deall anghenion y rhai agored i niwed, gan gynnwys disgyblion anabl a'r rhai y mae ganddynt anghenion addysgol arbennig;
- yn gwybod y gweithdrefnau er mwyn cyfeirio;
- yn deall y gweithdrefnau mewn perthynas â diogelu.

Dylai ysgolion a lleoliadau addysgol weithio mewn partneriaeth er mwyn datblygu cysylltiadau gydag asiantaethau y gallent helpu i oresgyn ymddygiad bwlio. Mae rhestr gynhwysfawr ardderchog yn ymddangos yn Parchu Eraill: Canllawiau Gwrth-fwlio, Cylchlythyr 23/2003 LICC.

Dylai pob oedolyn, plentyn a pherson ifanc fod yn effro i arwyddion ymddygiad bwlio.

Dylai pob ysgol a lleoliad addysgol wneud ymrwymiad i gymryd camau effeithiol a phriodol er mwyn goresgyn ymddygiad bwlio. Gallai methu ymateb i ddigwyddiadau gael ei ystyried fel arwydd bod ymddygiad o'r fath yn cael ei ganiatáu.

Yn ogystal, dylai ysgolion a lleoliadau addysgol ddatblygu mecanweithiau priodol er mwyn:

- sicrhau bod plant a phobl ifanc y maent yn honni eu bod wedi cael eu bwlio yn teimlo fel pe baent yn cael eu cynorthwyo ar unwaith; ymchwilio i ddigwyddiadau a nodi'r camau y byddant yn cael eu cymryd yn dilyn y broses ymchwilio mewn ffordd eglur;
- cofnodi digwyddiadau a champau gweithredu y byddant yn cael eu cymryd;
- ystyried materion yn ymwneud â chyfrinachedd mewn ffordd briodol;
- cynnwys rhieni a sefydliadau priodol eraill;
- sicrhau bod staff yn gweithredu mewn ffordd fwy ragweithiol mewn sefyllfaoedd

penodol er mwyn atal bwlio;

- monitro a gwerthuso'r camau sy'n cael eu cymryd.

Mae'r Gyfarwyddiaeth Dysgu a Sgiliau yn argymhell y dylai ysgolion a lleoliadau addysgol nodi sut y byddant yn sicrhau bod hyfforddiant ar gyfer staff yn adlewyrchu eu polisi a'u harfer gwrth-fwlio, a phan fydd anghenion hyfforddi penodol wedi cael eu nodi ar gyfer aelodau o staff penodol, bod modd i'r aelodau o staff hynny fanteisio ar y cyngor, yr hyfforddiant a'r cyfleodd datblygu sy'n briodol i'w hanghenion.

Mae Ymchwiliad Lawrence ac Adroddiad Macpherson (1999) yn dilyn hwnnw, yn argymhell bod gan ALLau a llywodraethwyr ysgolion ddyletswydd i lunio a gweithredu strategaethau yn eu hysgolion a'u lleoliadau addysgol er mwyn atal a mynd i'r afael â hiliaeth. Mae hyn yn cynnwys:

- bod ysgolion a lleoliadau addysgol yn cofnodi pob digwyddiad hiliol;
- bod yr holl ddigwyddiadau a adroddir yn cael eu hadrodd i rieni/gwarcheidwaid y disgybl, llywodraethwyr yr ysgol a'r ALL;
- bod nifer y digwyddiadau hiliol yn cael eu cyhoeddi bob blwyddyn fesul ysgol;
- bod niferoedd a manylion ynghylch hunaniaeth ethnig hunan-ddifiniedig disgyblion a waharddwyd yn cael eu cyhoeddi bob blwyddyn fesul ysgol.

Dylai ysgolion a lleoliadau addysgol gynnal archwiliad ynghylch ble a phryd y bydd ymddygiad bwlio yn digwydd, gan ddefnyddio'r wybodaeth hon er mwyn cyfrannu at waith cynllunio pellach.

Mae'r Gyfarwyddiaeth Dysgu a Sgiliau yn cydnabod yr angen i ymateb i lefelau uwch o ran pryder y cyhoedd ynghylch materion yn ymwneud â bwlio. Dylid datblygu arfer da sy'n bodoli eisoes ymhellach, a'i ledaenu heb orymateb i bwysau gan y cyfryngau

Dylai ysgolion a lleoliadau addysgol ddefnyddio Cylchlythyr 23/2003 LIC fel adnodd ar gyfer yr holl ddigwyddiadau sy'n ymwneud â bwlio. Mae'r canllawiau yn gynhwysfawr ac yn cynnwys adran adnoddau ardderchog a chyfeiriadur llenyddiaeth gefnogol, ynghyd ag asiantaethau sy'n gallu cynnig cyngor a chanllawiau ynghylch materion sy'n ymwneud â bwlio. Dogfennau/canllawiau defnyddiol eraill a gyhoeddwyd gan Lywodraeth Cymru ym mis Medi 2011 yw Parchu Eraill: Trosolwg Gwrth-fwlio (Dogfen Ganllawiau 050/2011). **Trowch at Atodiad 2 am grynodedb o'r holl gyfrifoldebau cyfreithiol a Chanllawiau Llywodraeth Cymru.**



## **7. MONITRO, GWERTHUSO AC ADOLYGU**

Mae Llywodraeth Cymru yn argymhell y dylai sefydliadau gofnodi'r holl ddiwyddiadau bwlio, gan gynnwys yn ôl math, a chan adrodd yr ystadegau i'r Awdurdod Lleol ar ddiwedd pob tymor. Gofynnir i ysgolion lenwi Ffurflen Adrodd Diwyddiadau Bwlio (**Atodiad 6**) bob tymor.

Diben adrodd diwyddiadau i'r awdurdod lleol yw galluogi gweithgarwch casglu gwybodaeth ynghylch nifer a natur y diwyddiadau bwlio, gan nodi unrhyw dueddiadau sy'n datblygu. Bydd y Gyfarwyddiaeth Dysgu a Sgiliau yn dadansoddi'r wybodaeth a gesglir er mwyn nodi unrhyw faterion sy'n peri pryder penodol. Bydd hyn yn galluogi'r awdurdod i fod yn fwy gwybodus wrth ddatblygu strategaethau priodol er mwyn mynd i'r afael â bwlio ac er mwyn diogelu plant a phobl ifanc. Heb gasglu a chofnodi gwybodaeth ynghylch diwyddiadau bwlio, mae'n anodd cael darlun manwl o raddau bwlio neu fesur pa mor effeithiol y mae strategaethau wrth oresgyn bwlio.

Mae gan ysgolion a lleoliadau addysgol ddyletswydd gyfreithiol benodol i feddu ar bolisi cydraddoldeb hiliol ac i fonitro ei effaith ar ddisgyblion, staff a rhieni. Yn ogystal, mae gan ysgolion a lleoliadau addysgol ddyletswydd benodol i waredu aflonyddu sy'n gysylltiedig ag anabledd dan Ddeddf Gwahaniaethu ar Sail Anabledd 1995. Bydd ysgolion a lleoliadau addysgol sy'n monitro ac sy'n cofnodi diwyddiadau bwlio fel y disgrifir uchod yn dangos tystiolaeth ynghylch pa mor effeithiol y mae strategaethau wrth gyflawni'r nodau hyn.

Bydd cadw cofnodion am ddiwyddiadau bwlio yn galluogi sefydliadau i:

- reoli achosion unigol mewn ffordd effeithiol;
- monitro a gwerthuso effeithiolrwydd strategaethau;
- dathlu gwaith gwrth-fwlio y sefydliad;
- dangos gweithgarwch penderfynu amddiffynadwy os bydd cwynion yn cael eu gwneud;
- ymgysylltu a hysbysu timau aml-asiantaeth yn ôl yr angen.

Yn ogystal â gwybodaeth a gedwir ynghylch math ac amllder diwyddiadau, argymhellir bod y broses o gasglu'r mathau canlynol o ddata gwrth-fwlio yn cael ei hystyried:

- gwybodaeth am y camau a gymrwyd ac effaith hyn ar y bwlio;
- amrediad o ddata o arolygon disgyblion gan gynnwys data meintiol;
- data ynghylch gwaharddiadau y maent yn gysylltiedig â bwlio;
- cofnodion a gedwir gan y Gwasanaeth Presenoldeb a Lles sy'n nodi pan fo bwlio yn ffactor mewn achosion diffyg presenoldeb yn yr ysgol;
- cwynion gan riant / gofalwr i'r ysgol neu'r awdurdod ynghylch bwlio.

Dylai cyrff llywodraethu ysgolion adolygu polisi gwrth-fwlio eu hysgol yn rheolaidd, gan nodi yn eglur mewn prosiectysau a dogfennau polisi na fydd bwlio yn cael ei oddef. Yn ogystal, dylent amlinellu gweithdrefnau er mwyn adrodd am ddiwyddiadau bwlio, gan nodi pa gymorth y gall y plentyn neu'r person ifanc unigol ddisgwyl ei gael. Yn ogystal, dylid sicrhau bod manylion ar gael hefyd ynghylch ble y gallai rhieni/gofalwyr gael cymorth a chyngor annibynnol, gweler Cylchlythyr 23/2003 LICC.

Bydd y Gyfarwyddiaeth Dysgu a Sgiliau yn monitro pa mor effeithiol yw ysgolion a lleoliadau addysgol eraill trwy gyfrwng:

- adroddiadau Estyn;
- rhaglen ymweliadau MCSI JES;
- ymweliadau ac adroddiadau staff arbenigol ALI;
- Adolygiadau Mewnol neu Annibynnol;
- Prosesau hunanwerthuso ysgol;
- Orlhain a choladu data perthnasol, fel yr amlinellwyd yn gynharach yn yr adran hon.

Caiff gwaith y Gyfarwyddiaeth ei fonitro trwy gyfrwng:

- Dangosyddion perfformiad lleol a chenedlaethol;
- Adroddiadau Estyn;
- Adolygiadau annibynnol;
- Prosesau hunanwerthuso y Gyfarwyddiaeth;
- Orlhain a choladu data perthnasol.

Bydd y Polisi hwn yn cael ei adolygu a'i ddiweddarau bob blwyddyn yng ngoleuni unrhyw newidiadau i ddeddfwriaeth.

## **8. ATODIADAU**

### Rhif y Dudalen

1 a)	Mathau o fwlio	12-13
b)	Diffiniad Plant a Phobl Ifanc o fwlio	14
2.	Cyfrifoldebau cyfreithiol / canllawiau Llywodraeth Cymru	15-16
3 a)	Cyngor am fwlio ar gyfer Plant a Phobl Ifanc	17-18
b)	Cyngor am fwlio ar gyfer Rhieni a Gofalwyr	19-22
4.	Mynd i'r afael â Bwlio: Arfer Gorau Estyn	23
5 a)	Polisi Gwrth-fwlio Ysgol enghreifftiol	24-26
b)	Rhestr gyfeirio Polisi Gwrth-fwlio	27
6 a)	Ffurflen Adrodd am Fwlio – uwchradd	28-29
b)	Ffurflen Adrodd am Fwlio – cynradd	30-31
c)	Cofnod digwyddiadau bwlio	32
7.	Cyfeiriadur Cyngor ac adnoddau	34-56

## Atodiad 1a) Mathau o fwlio

Math	Enghraifft
<b>Bwlio Corfforol</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cicio neu daro</li> <li>• Procio, gwthio neu boeri</li> <li>• Ymosodiad corfforol arall</li> <li>• Ymddygiad bygythiol</li> <li>• Tarfu ar eiddo ffisegol</li> </ul>
<b>Llafar/Seicolegol</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bygythiadau neu wawdio</li> <li>• Osgoi/anwybyddu</li> <li>• Galw enwau/camdriniaeth ar lafar</li> <li>• Taenu sibrydion</li> <li>• Gwneud sylwadau amhriodol ynghylch ymddangosiad</li> <li>• Gorelwa</li> </ul>
<b>Statws Cymdeithasol-economaidd</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stereoteipio negyddol, galw enwau neu wawdio rhywun oherwydd eu hamgylchiadau ariannol</li> </ul>
<b>Rhywiaethol</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Defnyddio iaith rywiaethol</li> <li>• Stereoteipio negyddol wedi'i seilio ar ryw</li> </ul>
<b>Rhywiol</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cyswllt corfforol amhriodol/nas dymunir</li> <li>• Ensyniadau rhywiol</li> <li>• Gwneud cynigion awgrymog</li> <li>• Dosbarthu/dangos deunydd pornograffig wedi'i anelu at unigolyn</li> <li>• Graffiti gyda chynnwys rhywiol wedi'i anelu at unigolyn</li> </ul>
<b>Homoffobig</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Galw enwau, ensyniadau neu stereoteipio negyddol wedi'i seilio ar gyfeiriadedd rhywiol</li> <li>• Defnyddio iaith homoffobig</li> </ul>
<b>Wedi'i seilio ar ffydd</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stereoteipio negyddol, galw enwau neu wawdio wedi'i seilio ar grefydd</li> </ul>
<b>AAA/Anabledd</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Galw enwau, ensyniadau neu stereoteipio negyddol wedi'i seilio ar anabledd neu anawsterau dysgu</li> <li>• Gwahardd rhywun o weithgarwch ar sail anabledd neu anhawster dysgu</li> </ul>
<b>Dawnus/Talentog</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Galw enwau, ensyniadau neu stereoteipio negyddol wedi'i seilio ar lefelau uchel o ran gallu neu ymdrech</li> <li>• Anwybyddu yn deillio o dybiaethau ynghylch lefelau gallu uchel</li> </ul>

<b>Seiber</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Camdriniaeth ar-lein (e.e. gwefannau rhwydweithio cymdeithasol) neu thrwy gyfrwng negeseuon testun</li> <li>• Ymyrryd â ffeiliau electronig</li> <li>• Sefydlu neu hyrwyddo gwefannau amhriodol</li> <li>• Rhannu delweddau amhriodol a dynnwyd gan we-gamerâu/ffonau symudol ac ati</li> <li>• Ymyrryd â chyfrifon e-bost</li> </ul>
<b>Hiliol</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Camdriniaeth neu wawdio corfforol, llafar, ysgrifenedig, ar-lein neu mewn negeseuon testun wedi'i seilio ar wahaniaethau o ran hil, lliw, ethnigrwydd, cenedligrwydd, diwylliant neu iaith.</li> <li>• Gwrthod cydweithredu gydag eraill ar sail unrhyw rai o'r gwahaniaethau uchod</li> <li>• Stereoteipio ar sail lliw, hil, ethnigrwydd ac ati</li> <li>• Hyrwyddo deunyddiau sarhaus megis taflenni, cylchgronau neu feddalwedd gyfrifiadurol hiliol yn safleoedd Cyngor Sir y Fro</li> </ul>

Dylid trafod bwlio gwahaniaethol mewn ffordd amlwg yn y lleoliad, a dylai canllawiau eglur fod yn bodoli er mwyn delio gyda digwyddiadau. Mae gofyn i'r Corff Llywodraethu gofnodi'r holl ddigwyddiadau gwahaniaethol sy'n digwydd yn yr ysgol, a'u hadrodd i'r ALI bob tymor ar y ffurflen fonitro Excel a ddosbarthwyd eisoes. Dylai'r holl asiantaethau eraill ddilyn eu polisi gwasanaeth mewn perthynas â'u dyletswydd gyffredinol dan Reoliadau Deddf Cydraddoldeb 2010 (Dyletswyddau Statudol) (Cymru) 2011.

## Atodiad 1b)

### Diffiniad Plant a Phobl Ifanc o fwlio

Ystyr bwlio yw gwneud dolur i bobl yn fwriadol dro ar ôl tro, gan beri iddynt deimlo'n drist, yn ofnus ac yn ofidus.

Gall bwlio gyfateb â'r canlynol:

- bod yn anghyfeillgar, yn gas, gadael pobl allan, cuddio pethau pobl, bygwth
- defnyddio trais e.e. gwthio, cicio, taro, pwnsio
- pigo ar rywun oherwydd eu lliw, eu crefydd, eu cenedligrwydd, eu hacen neu eu gwisg
- cyffwrdd rhywun mewn ffordd anghywir neu ddweud pethau sy'n peri iddynt deimlo'n anghyfyddus neu'n ofnus
- pryfocio rhywun oherwydd y sawl y maent yn ffrindiau gyda nhw, sut y maent yn edrych neu'r hyn y maent yn ei hoffi
- galw enwau, taenu sibrydion, pryfocio, cael hwyl am ben pobl
- camddefnyddio ystafelloedd sgwrsio ar y rhynggrwyd, anfon negeseuon e-bost neu negeseuon testun bygythiol neu gas, tynnu ffotograffau neu fideos amhriodol

Mae modd i rywun gael dolur gan ddigwyddiad sy'n digwydd unwaith yn unig hefyd.

## **Atodiad 2 – Cyfrifoldebau cyfreithiol / Canllawiau Llywodraeth Cymru**

### **Deddf Addysg ac Arolygiadau 2006.**

Mae nifer o rwymedigaethau statudol ar ysgolion o ran ymddygiad, y maent yn pennu cyfrifoldebau eglur er mwyn ymateb i fwlio. Yn arbennig, mae adran 89 Deddf Addysg ac Arolygiadau 2006 yn nodi:

- rhaid i bob ysgol feddu ar fesurau er mwyn annog ymddygiad da ac atal pob math o fwlio ymhlith disgyblion. Dylai'r mesurau hyn fod yn rhan o bolisi ymddygiad yr ysgol, y mae'n rhaid ei gyfleu i'r holl ddisgyblion, staff yr ysgol a'r rhieni
- mae'n rhoi'r gallu i benaethiaid sicrhau bod disgyblion yn bihafio pan na fyddant ar safle'r ysgol neu pan fyddant dan reolaeth gyfreithiol staff yr ysgol.

### **Deddf Cydraddoldeb 2010**

Dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010, daeth dyletswyddau newydd i ysgolion a chyrrff cyhoeddus eraill i rym ym mis Ebrill 2011. Mae'r Ddeddf yn cryfhau ac yn symleiddio'r ddeddfwriaeth ynghylch cydraddoldeb sy'n bodoli eisoes. Mae'r Ddeddf yn dwyn ynghyd dyletswyddau cyfredol i beidio gwahaniaethu ar sail hil, anabledd a rhyw, y mae gofyn i ysgolion gydymffurfio â nhw eisoes, ac mae'n ymestyn y rhain er mwyn cynnwys dyletswyddau i beidio gwahaniaethu ar sail oedran, cyfeiriadedd rhywiol, crefydd neu greddo, ac ailbennu rhywedd. Mae'n pennu gofyniad i gyrrff llywodraethu a pherchnogion ysgolion i waredu gwahaniaethu ac i hyrwyddo cyfle cyfartal, y byddant yn gwneud rhywfaint o hyn eisoes. Mae'n berthnasol i bolisïau ysgolion er mwyn mynd i'r afael â bwlio wedi'i seilio ar ragfarn.

### **Diogelu plant a phobl ifanc.**

Dan Ddeddf Plant 1989, dylid rhoi sylw i ddigwyddiad bwlio fel pryder amddiffyn plant pan geir 'sail resymol dros amau bod plentyn yn dioddef, neu'n debygol o ddioddef, niwed sylweddol'. Pan fydd hyn yn digwydd, dylai staff yr ysgol adrodd eu pryderon i Wasanaethau Plant eu hawdurdod lleol yn unol â Gweithdrefnau Amddiffyn Plant Cymru Gyfan. Dan Ddeddf Plant 2004, mae gan bob asiantaeth gyfrifoldeb dros ddiogelu plant a phobl ifanc a hyrwyddo'u lles. Hyd yn oed pan na fernir bod diogelu yn fater, efallai y bydd angen i ysgolion fanteisio ar amrediad o wasanaethau allanol er mwyn cynorthwyo'r disgybl sy'n cael eu bwlio, neu er mwyn mynd i'r afael ag unrhyw fater sylfaenol sydd wedi cyfrannu at blentyn yn bwlio.

### **Cyfraith trosedd**

Er nad yw bwlio ynddo'i hun yn drosedd benodol yn y DU, mae'n bwysig cofio y gallai rhai mathau o ymddygiad – neu gyfathrebu – bygythiol neu aflonyddgar fod yn drosedd, er enghraifft, dan Ddeddf Diogelwch rhag Aflonyddu 1997, Deddf Cyfathrebu Maleisus 1988, Deddf Cyfathrebu 2003, a Deddf Trefn Gyhoeddus 1986. Os bydd staff ysgol yn teimlo y gallai trosedd fod wedi cael ei chyflawni, dylent geisio cymorth yr heddlu. Er enghraifft, dan Ddeddf Cyfathrebu Maleisus 1988, mae'n drosedd i rywun anfon gohebiaeth electronig at berson arall gyda'r nod o achosi gofid neu bryder, neu anfon gohebiaeth electronig sy'n cyfleu neges y mae'n anweddu neu'n sarhaus iawn, bygythiad, neu wybodaeth sy'n anwir ac y mae'r anfonwr yn gwybod ei bod neu'n credu ei bod yn anwir.

### **Bwlio y tu allan i safle'r ysgol**

Mae gan benaethiaid bŵer statudol penodol i ddisgyblu disgyblion am ymddygiad gwael y tu allan i safle'r ysgol. Mae Adran 89(5) Deddf Addysg ac Arolygiadau 2006 yn rhoi'r pŵer i benaethiaid reoli ymddygiad disgyblion pan na fyddant ar safle'r ysgol a phan na fyddant dan reolaeth gyfreithiol aelod o staff yr ysgol. Gall hyn ymwneud ag unrhyw

ddigwyddiadau bwlio sy'n digwydd unrhyw le oddi ar safle'r ysgol, megis ar drafnidiaeth ysgol neu drafnidiaeth gyhoeddus, y tu allan i'r siopau lleol, neu yng nghanol pentref neu dref.

Pan adroddir am fwlio y tu allan i'r ysgol i staff ysgol, dylid ymchwilio iddo a gweithredu yn ei gylch. Yn ogystal, dylai'r pennaeth ystyried a fyddai'n briodol hysbysu'r heddlu neu'r cydlynnydd ymddygiad gwrthgymdeithasol yn eu hawdurdod lleol o'r camau a gymrwyd yn erbyn disgybl. Os allai'r camymddwyn fod yn droseddol neu achosi bygythiad difrifol i aelod o'r cyhoedd, dylid hysbysu'r heddlu bob amser.

### **Cyfeiriadau Eraill:**

Ymchwiliad ac Adroddiad Lawrence, 1999.

### **Canllawiau Llywodraeth Cymru:**

1.Parchu Eraill: Canllawiau Gwrth-fwlio, Cylchlythyr 23/2003 LICC.

- Parchu Eraill: Bwlio ac Anghenion Addysgol Arbennig ac Anabledau (Dogfen Ganllawiau 052/2011)
- Parchu Eraill; Bwlio Homoffobig (Dogfen Ganllawiau 056/2011)
- Parchu Eraill: Bwlio ynghylch Hil, Crefydd a Diwylliant (Dogfen Ganllawiau 051/2011)
- Parchu Eraill: Seiberfwlio (Dogfen Ganllawiau 057/2011)
- Parchu Eraill: Bwlio Rhywiaethol, Rhywiol a Thrawsffobig (Dogfen Ganllawiau 055/2011)

2.Adroddiad Cenedlaethol o Ymddygiad a Phresenoldeb, 2006, Adroddiad, 2008 a Chynllun Gweithredu, 2009.

3.Gweithredu'r Hawliau (wedi'i seilio ar Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn, 2000



## Atodiad 3a). Cyngor am fwlio ar gyfer Plant a Phobl Ifanc

### Beth yw bwlio?

Bwlio yw pan fydd rhywun yn rhoi dolur i rywun arall mewn ffordd fwriadol ar fwy nag un achlysur trwy ddefnyddio ymddygiad sy'n ceisio rhoi dolur corfforol, codi ofn ar neu beri gofid i'r person arall.

Gall bwlio fod yn:

**Emosiynol:** brifo teimladau pobl, eu heithrio o weithgareddau neu chwarae

**Corfforol:** gwthio, cicio, pwnsio, poeri, pinsio

**Llafar:** pryfocio, galw enwau, gwneud bygythiadau, taenu sibrydion

**Seiber:** negeseuon testun a negeseuon e-bost cas

**Hiliol:** ymddygiad creulon oherwydd lliw, crefydd neu ddiwylliant rhywun

**Rhywiol:** cyswllt corfforol nas dymunir, sylwadau anghwrtais

**Homoffobig:** bwlio sy'n cael ei gymell gan ragfarn yn erbyn rhywun y maent yn lesbiaidd, yn hoyw neu'n ddeurywiol

**Anabledd:** bwlio wedi'i seilio ar anableddau neu anghenion addysgol

### Beth fydd modd i mi ei wneud os byddaf yn cael fy mwlio?

- Rhaid bod gan ysgolion bolisi gwrth-fwlio ac mae'n rhaid iddynt ddelio gydag unrhyw achosion o fwlio, felly dylech ddweud wrth athro. Bydd yr ysgol yn dymuno cael gwybod a ydych yn cael eich bwlio, a bydd yn dymuno'ch helpu.
- Dywedwch wrth eich rhieni a'ch ffrindiau. Gofynnwch i'ch ffrindiau gadw golwg arnoch chi
- Helpwch eich hun trwy geisio anwybyddu'r bwli
- Dylech ymddwyn fel pe na bai ots gennych am yr hyn y byddant yn ei ddweud neu'n ei wneud
- Defnyddiwch gyswllt llygad a dywedwch wrthynt i fynd i ffwrdd mewn ffordd gadarn
- Cerddwch i ffwrdd
- Ceisiwch beidio llefain neu edrych yn ofidus gan bod bwllis yn dymuno gweld ymateb
- Peidiwch cynhyrfu a cheisiwch beidio mynd yn grac
- Peidiwch ymladd yn ôl oherwydd y gallai hyn waethygu'r sefyllfa
- Dylech gadw cofnod o'r holl ddigwyddiadau – yr amser a'r lleoliad a'r hyn sy'n digwydd. Dylech gadw unrhyw negeseuon testun neu negeseuon e-bost cas
- Meddyliwch am yr adeg pan fydd yn digwydd, a ble, gan geisio osgoi'r manau hyn
- Os oes modd, ceisiwch osgoi'r bwllis neu arhoswch gyda grŵp pan na fyddwch yn teimlo'n ddiogel
- Dylech ymarfer “cerdded yn benuchel”. Ceisiwch ymddangos yn gadarnhaol ac yn hyderus hyd yn oed os nad ydych yn teimlo fel hynny
- Ni ddylech fyth ymateb i negeseuon testun, negeseuon e-bost neu sylwadau cas ar

- wefannau rhwydweithio cymdeithasol, a dylech eu cadw fel tystiolaeth bob amser
- Cofiwch – nid chi sydd ar fai – nid oes unrhyw un yn haeddu cael eu bwlio

**Gwefannau a rhifau ffôn defnyddiol:**

[www.kidscape.org.uk](http://www.kidscape.org.uk) Ffôn: 0845 205 204

[www.childline.org.uk](http://www.childline.org.uk) Ffôn 0800 1111

[www.bullying.co.uk](http://www.bullying.co.uk)

[www.dontsufferinsilence.com](http://www.dontsufferinsilence.com)

[www.chatdanger.com](http://www.chatdanger.com)

[www.there4me.com](http://www.there4me.com)

[www.antibullying.net](http://www.antibullying.net)

[www.bullyonline.org](http://www.bullyonline.org)

[www.safenetwork.org.uk](http://www.safenetwork.org.uk)

## Atodiad 3b).

### Cyngor am Fwlio ar gyfer Rhieni a Gofalwyr

#### Beth yw bwlio?

Ceir nifer o ddiffiniadau o fwlio; mae'r rhan fwyaf ohonynt yn cynnwys cyfeiriad at y nodweddion canlynol:

- **mae'n tueddu i fod yn estynedig, gan ddigwydd dro ar ôl tro;**
- mae'n ymwneud ag anghydbwysedd o ran y pŵer rhwng dioddefwr a chyflawnwr;
- gall fod yn gorfforol, yn llafar neu'n seicolegol.

Mae bwlio yn fater cymhleth y mae modd ei ddiffinio fel y camddefnydd bwriadol o bŵer gan unigolyn neu grŵp, gyda'r nod o achosi pryder neu ofid i unigolyn neu grŵp arall. Gall ddigwydd yn rheolaidd neu'n afreolaidd; dylid trin pob digwyddiad a adroddir mewn ffordd ddifrifol, gan ymchwilio'n drylwyr iddynt.

Mae niferoedd sylweddol o blant a phobl ifanc yn cael profiad o fwlio; dylai oedolion fod yn effro i achosion posibl. Gall bwlio ac aflonyddu fod yn bla difrifol ar fywydau, gan achosi gofid ac anhapusrwydd enbyd. Gall hyn arwain at newidiadau yn ymddygiad dioddefwr, gan lesteirio cynnydd academaidd ac achosi triwantiaeth a hunan-niwed.

Nid yw pob bwli yr un fath. Gallai fod yn:

- ymosodol ac yn gwneud bygythiadau corfforol, gan aflonyddu eu dioddefwyr mewn criwiau;
- bwllis gofidus y maent yn ymuno â grwpiau sy'n bwlio er mwyn osgoi sylw niweidiol iddyn nhw eu hunain;
- bwllis y maent yn ddi-dioddefwr, ac y maent yn troi at fwlio pobl ifanc gwannach ar ôl cael eu bwlio eu hunain;
- bwllis llafar y maent yn gwawdio ac yn bychanu eu dioddefwyr, gan ymosod ar hunan-barch y dioddefwr i bob pwrpas;
- bwllis seicolegol y maent yn taenu straeon niweidiol neu'n lled-awgrymu canlyniadau negyddol posibl i'w dioddefwyr.

Mae natur dioddefwyr yn amrywio hefyd. Gall rhai enghreifftiau fod yn:

- blant sy'n derbyn gofal;
- plant y mae ganddynt anghenion addysgol arbennig;
- plant y mae eu hymddangosiad neu eu dull lleferydd yn wahanol i eraill. Byddai hyn yn cynnwys y rhai y maent yn dod o wahanol gefndiroedd ethnig i'r mwyafrif;
- plant gofidus neu nerfus y mae lefel eu hunan-barch yn isel;
- plant y mae eu sgiliau cymdeithasol yn annatblygedig;
- unigolion sy'n ceisio sylw ac y maent yn pryfocio eraill neu'n ceisio rôl y dioddefwr.
- newydd-ddyfodiaid i'r ysgol, y dosbarth, y grŵp cymdeithasol neu'r gymdogaeth

Mae aflonyddu rhywiol neu hiliol yn fathau o fwlio. Mae'r un cyntaf yn fwyaf tebygol o gael ei gyflawni gan fechgyn yn erbyn merched ac yn amlach na pheidio, mae'n camddefnyddio

pŵer corfforol. Mae'r Comisiwn dros Gam-drin Hiliol yn diffinio camdriniaeth o natur hiliol fel "trais, y gallai fod ar lafar neu'n gorfforol, gan gynnwys ymosod ar eiddo yn ogystal â'r person. Gall hwn gael ei ddiodeff gan unigolion neu grwpiau oherwydd eu lliw, eu hil, eu cenedligrwydd neu eu cefndir ethnig, pan fo'r diodeffwr o'r farn bod y cyflawnwr yn gweithredu ar sail hiliol".

Nid yw pob math o ymddygiad ymosodol yn cyfateb â bwlio. Gall rhai mathau o ymddygiad, yn enwedig ymhlith plant ifanc iawn, fod yn ymosodol, ond heb iddo fwriadu achosi gofid neu anaf. Wrth gwrs, mae diodeffwyr sy'n adrodd eu bod yn teimlo fel pe baent yn cael eu bwlio pan na fyddant wedi cael eu bwlio efallai, yn agored i niwed a dylid eu cynorthwyo. Mae angen i oedolion yn y mathau hyn o achosion esbonio'r gwahaniaethau rhwng bwlio a gweithredoedd ymosodol unigol, er eu bod yn anffodus, y gallent fod yn ddigwyddiadau un-tro, mewn ffordd ofalus.

Mae bwlio yn golygu camddefnyddio pŵer perthynol mewn ffordd fwriadol. Ceir mathau eraill o ymddygiad negyddol, y maent yn cael eu camgymryd am fwlio weithiau. Ni ddylid ystyried bod ffraeau, cwerylau, gwthio a hergydio yn fwlio yn awtomatig. Mae plant ac oedolion yn cweryla o bryd i'w gilydd ac nid yw hyn yn cyfateb â bwlio os na fydd anghydbwysedd rhwng pŵer yn bodoli. Mae'n bwysig bod ysgolion yn cydnabod y gwahaniaeth rhwng gwrthdaro a bwlio, y mae fel arfer yn ymwneud â gwe gymhleth o dwyll a chamddefnyddio pŵer

### **Mae bwlio yn ymddygiad bwriadol a gyflawnir gan unigolyn neu grŵp ac sy'n cael ei ailadrodd dros gyfnod o amser.**

Mae modd i unrhyw un gael eu targedu gan fwlio ac mae hyn yn gallu bod am amrywiaeth o resymau megis rhyw, hil, cyfeiriadedd rhywiol, crefydd, oedran ac anabled.

Gall bwlio fod yn:

<b>Emosiynol</b>	bod yn anghyfeillgar, eithrio, poenydio (e.e. cuddio llyfrau, ystumiau bygythiol)
<b>Corfforol</b>	gwthio, cicio, taro, pwnsio neu unrhyw ddefnydd o drais
<b>Hiliol</b>	ymddygiad creulon, yn gorfforol ac yn seicolegol, sy'n peri i berson deimlo fel pe nai bai croeso iddynt, eu bod ar yr ymylon, yn cael eu heithrio, eu bod heb bŵer neu'n ddi-werth oherwydd eu lliw, eu hethnigrwydd, eu diwylliant, eu cymuned ffydd, eu cefndir cenedlaethol neu eu statws cenedlaethol
<b>Rhywiaethol, Rhywiol neu Drawsffobig</b>	pan fydd dysgwr yn niweidio dysgwr arall dro ar ôl tro fel arfer, neu'n peri iddynt deimlo'n anhapus yn fwriadol oherwydd eu rhyw neu oherwydd na ystyrir eu bod yn cydymffurfio gyda disgwyliadau arferol yn ymwneud â rhyw
<b>Homoffobig</b>	bwlio sy'n cael ei gymell gan ragfarn yn erbyn pobl lesbiaidd, hoyw a deurywiol (LGB) neu'r rhai y credir eu bod yn LGB
<b>Llafar</b>	galw enwau, coegni, taenu sibrydion, pryfocio

**Seiber/Technolegol** pob maes o'r rhyngrwyd, megis camddefnyddio ystafelloedd sgwrsio ar y rhyngrwyd a negeseuon e-bost; bygythiadau symudol trwy gyfrwng galwadau a negeseuon testun; camddefnyddio technoleg gysylltiedig, h.y. cyfleusterau camera a fideo

**Anabledd** bwlio ar sail anableddau ac anghenion addysgol arbennig

### **Beth yw arwyddion bwlio?**

Gallai'r arwyddion bod plentyn yn cael eu bwlio gynnwys:

- Amharodrwydd i fynd i'r ysgol
- Ymddangos fel pe baent yn ofnus o'r daith i'r ysgol ac o'r ysgol
- Newid eu llwybr arferol
- Gofidus, oriog, di-ddweud, tawedog
- Yn cwyno am salwch fel dolur stumog a phen tost
- Gwlychu'r gwely pan nad oedd y plentyn neu'r person ifanc yn arfer gwneud hynny yn flaenorol
- Cael hunllefau neu anhawster cysgu
- Dod gartref yn rheolaidd gyda'u heiddo a'r goll neu wedi'i ddifrodi
- Cyrraedd gartref yn teimlo'n llwglyd
- Gofyn am arian ychwanegol neu ddwyn arian
- Yn dechrau chwarae triwant
- Safon eu gwaith yn gwaethygu
- Yn stopio bwyta
- Briwiau a chleisiau nad oes modd eu hesbonio
- Ymosodol, yn bwlio eraill
- Yn rhoi esgusodion annhebygol am unrhyw rai o'r uchod

### **Sut mae modd i rieni/gofalwyr helpu?**

- Sicrhau eich plentyn nad nhw sydd ar fai
- Siarad am yr hyn sy'n digwydd mewn ffordd ddigyffro, er eich bod chi'n teimlo'n ofidus efallai
- Gwrando ar eich plentyn ac ystyried yr hyn y byddant yn ei ddweud o ddifrif
- Annog eich plentyn i adrodd digwyddiadau i aelod o staff
- Gwneud nodiadau o'r hyn a ddigwyddodd (pwy, beth, pryd, ble)
- Siarad gyda'r ysgol neu'r sefydliad
- Ni ddylech wynebu'r bwli neu'r rhieni eich hun – dylech weithio gyda'r ysgol neu'r sefydliad arall

### **Siarad gyda'r ysgol**

Rhaid bod gan ysgolion bolisi gwrth-fwlio. Dylai nodi'r strategaethau y bydd yn eu defnyddio wrth ymateb i ddigwyddiadau bwlio mewn ffordd eglur. Mae gan ysgolion ddyletswydd i hyrwyddo ymddygiad cadarnhaol ac i feddu ar strategaethau er mwyn atal digwyddiadau bwlio rhag digwydd.

- Dywedwch wrth yr ysgol am y digwyddiad
- Ceisiwch beidio cyffroi – efallai na fydd gan yr ysgol unrhyw syniad o'r ffaith bod eich plentyn yn cael eu bwlio neu efallai y bydd wedi clywed gwahanol adroddiadau am y digwyddiad
- Dylech roi cymaint o fanylion ag y bo modd am y digwyddiad – amser, lleoliad, beth ddigwyddodd, enwau'r rhai dan sylw gan gynnwys tystion
- Trefnwch gyfarfod gyda staff yr ysgol
- Dylai'r ysgol ymchwilio i'r digwyddiad cyn y cyfarfod
- Dylech fynd â manylion ysgrifenedig am y digwyddiad gyda chi i'r cyfarfod
- Gofynnwch iddynt drefnu bod nodiadau yn cael eu cymryd, fel bod cofnod yn bodoli o'r hyn a drafodir a'r hyn a gaiff ei gytuno
- Gofynnwch am enw unigolyn penodol yn yr ysgol ar eich cyfer chi a'ch plentyn
- Dylech gadw mewn cysylltiad gyda'r ysgol, gan roi gwybod iddynt os bydd pethau'n gwella, yn ogystal ag os bydd y problemau'n parhau
- Dylech gytuno ar gynllun gweithredu ac amser ar gyfer cyfarfod dilynol

### **Ar ôl y cyfarfod**

- Ysgrifennwch at yr ysgol, gan amlinellu'r hyn a gytunwyd yn y cyfarfod yn ôl eich barn chi.
- Rhowch amser i'r ysgol ddelio gyda'r digwyddiad, ond dylech gytuno ar derfyn amser gyda'r ysgol
- Siaradwch gyda'ch plentyn am yr hyn sy'n digwydd

### **Gwefannau a rhifau ffôn defnyddiol**

[www.bullying.co.uk](http://www.bullying.co.uk)

[www.kidscape.org.uk](http://www.kidscape.org.uk) Ffôn: 08451 205 204

[www.parentlineplus.org.uk](http://www.parentlineplus.org.uk) Ffôn: 0808800 2222

[www.snapcymru.org](http://www.snapcymru.org)

[www.wales.gov.uk/respectingothers](http://www.wales.gov.uk/respectingothers)

[www.antibullying.net](http://www.antibullying.net)

[www.childline.org.uk](http://www.childline.org.uk) Ffôn: 0800 1111

[www.ace-ed.org.uk](http://www.ace-ed.org.uk)

[www.bulliesout.com](http://www.bulliesout.com)

## **Atodiad 4 MYND I'R AFAEL Â BWLIO: ARFER GORAU ESTYN**

Mae adroddiad 2006 ESTYN, "Mynd i'r Afael â Bwlio mewn Ysgolion" yn cynnwys y canfyddiadau canlynol:

Mae arfer gorau yn digwydd pan fydd

- Arweinyddiaeth yn gadarnhaol ac yn hyrwyddo ethos cryf o barch, gan neilltuo staff i ddelio gyda bwlio a mathau eraill o ymddygiad gormesol
- Ceir diffiniad eglur ar gyfer disgyblion, rhieni/gofalwyr a staff yr ysgol ynghylch ystyr bwlio a'r rheswm pam ei fod yn annerbyniol
- Mae'r holl staff yn gyfrifol am sicrhau amgylchedd diogel
- Ni fydd staff yr ysgol yn defnyddio strategaethau bwlio e.e. coegni, llysenwau
- Mae ymatebion staff i ddisgyblion yn gyson
- Ymgynghorir gyda disgyblion yn rheolaidd
- Mae disgyblion yn teimlo'n hyderus ac maent yn cael cyfleoedd i adrodd am fwlio
- Mae disgyblion yn teimlo'n hyderus wrth iddynt drafod eu pryderon mewn ffordd agored
- Mae ysgolion yn gweithio mewn partneriaeth gyda rhieni/gofalwyr a sefydliadau allweddol megis trafndiaeth
- Cedwir cofnodion gofalus o ddigwyddiadau bwlio
- Caiff staff eu neilltuo mewn ffordd effeithiol fel bod y cyfleoedd bwlio yn cael eu cadw mor isel ag y bo modd
- Mae gan yr ysgol strategaethau datblygedig iawn y maent yn rhan o fywyd yr ysgol. Mae'r rhain yn cynnwys: blychau awgrymiadau lle y bydd modd i ddisgyblion fynegi eu pryderon; amser cylch; cylch ffrindiau; cyngor ysgol; cynlluniau cynorthwyo cymheiriaid; cynllun cyfeillio yn y maes chwarae; safle hamdden dan oruchwyliaeth ac eithrio'r maes chwarae yn ystod cyfnodau egwyl ac amser cinio

### **Cyfeiriad**

Parchu Eraill: Canllawiau Gwrth-fwlio (Cylchlythyr 23/2003 LICC)

## Atodiad 5

### YSGOL GYMRAEG SANT CURIG



#### 1) Amcanion y Polisi hwn

Mae Polisi Gwrth-fwlio Ysgol Sant Curig yn amlinellu'r hyn y bydd Ysgol Sant Curig yn ei wneud er mwyn atal a mynd i'r afael â bwlio. Lluniwyd y polisi trwy gael cyswllt gyda chymuned gyfan yr ysgol.

#### 2) Mae cymuned ein hysgol:

- Yn trafod, yn monitro ac yn adolygu ein polisi gwrth-fwlio yn rheolaidd.
- Yn cynorthwyo staff i hyrwyddo perthnasoedd cadarnhaol ac i nodi a mynd i'r afael â bwlio mewn ffordd briodol.
- Yn sicrhau bod disgyblion yn ymwybodol o'r ffaith y bydd yr holl bryderon ynghylch bwlio yn cael eu trin mewn ffordd sensitif ac effeithiol; bod disgyblion yn teimlo'n ddiogel wrth ddysgu; a bod disgyblion yn cydymffurfio â'r polisi gwrth-fwlio.
- Yn adrodd yn ôl i rieni/gofalwyr ynghylch eu pryderon am fwlio, gan ddelio gyda chwynion yn ddi-oed. Yn eu tro, bydd rhieni/gofalwyr yn gweithio gyda'r ysgol er mwyn arddel y polisi gwrth-fwlio.
- Yn ceisio dysgu o arfer gwrth-fwlio da mewn mannau eraill, gan fanteisio ar gymorth yr Awdurdod Lleol a sefydliadau perthnasol eraill pan fo hynny'n briodol.

#### 3) Diffiniad o fwlio

**Bwlio yw “Ymddygiad gan unigolyn neu grŵp, a ailadroddir dros gyfnod o amser fel arfer, y mae'n achosi dolur corfforol neu emosiynol i unigolyn arall mewn ffordd fwriadol”.**

Gall bwlio gynnwys: galw enwau, gwawdio, gwatwar, gwneud sylwadau sarhaus; cicio; taro; cymryd eiddo; negeseuon electronig a negeseuon testun amhriodol (gan gynnwys trwy gyfrwng gwefannau, gwefannau rhwydweithio cymdeithasol a chyfleusterau negeseuon gwib; anfon delweddau sarhaus neu ddiraddiol dros y ffôn neu'r rhyngwyd; creu graffiti sarhaus; clepian; eithrio pobl o grwpiau a thaenu sibrydion creulon ac anwireddus.

#### 4) Mathau o fwlio y mae'r Polisi hwn yn eu cynnwys

- Gall bwlio ddigwydd i unrhyw un. Mae'r polisi hwn yn cynnwys pob math o fwlio, gan gynnwys:
- Bwlio sy'n gysylltiedig gyda hil, crefydd neu ddiwylliant.
- Bwlio sy'n gysylltiedig gydag anghenion addysgol arbennig.
- Bwlio sy'n gysylltiedig gydag ymddangosiad neu gyflyrau iechyd.



- Bwlio sy'n gysylltiedig gyda chyfeiriadedd rhywiol.
- Bwlio gofalwyr ifanc neu blant sy'n derbyn gofal, neu y mae'n ymwneud fel arall gydag amgylchiadau'r cartref.
- Bwlio rhywiaethol neu rywiol.
- Seiberfwlio.

## 5) Atal, nodi ac ymateb i fwlio

Byddwn yn:

- Gweithio gyda staff ac asiantaethau allanol er mwyn nodi pob math o fwlio sy'n cael ei ysgogi gan ragfarn.
- Cynnig cyfleoedd systematig i feithrin sgiliau cymdeithasol ac emosiynol disgyblion mewn ffordd weithredol, gan gynnwys eu gwydnwch.
- Ystyried yr holl gyfleoedd er mwyn mynd i'r afael â bwlio gan gynnwys trwy gyfrwng y cwricwlwm, trwy gyfrwng arddangosiadau, trwy gyfrwng cymorth gan gymheiriaid a thrwy gyfrwng y Cyngor Ysgol.
- Hyfforddi'r holl staff, gan gynnwys staff amser cinio a mentoriaid dysgu, i adnabod bwlio ac i ddilyn polisi a gweithdrefnau'r ysgol ynghylch bwlio.
- Creu "lleoedd diogel" ar gyfer plant a phobl ifanc agored i niwed.

## 6) Cyswllt gyda disgyblion / myfyrwyr

Byddwn yn:

- Gofyn am safbwyntiau plant a phobl ifanc ynghylch graddau a natur bwlio yn rheolaidd.
- Sicrhau bod myfyrwyr yn gwybod sut i fynegi pryderon a gofidiau ynghylch bwlio.
- Sicrhau bod pob myfyriwr yn ymwybodol o amrediad y sancsiynau y bydd modd eu gweithredu yn erbyn y rhai sy'n bwlio.
- Cynnwys myfyrwyr mewn ymgyrchoedd gwrth-fwlio mewn ysgolion.
- Cyhoeddi manylion llinellau cymorth a gwefannau.
- Cynnig cymorth i fyfyrwyr y maent wedi cael eu bwlio.
- Gweithio gyda myfyrwyr y maent wedi bod yn bwlio er mwyn rhoi sylw i'w problemau.

## 7) Cyswllt gyda rhieni a gofalwyr

Byddwn yn:

- Sicrhau bod rhieni / gofalwyr yn gwybod pwy y dylent gysylltu gyda nhw os byddant yn gofidio am fwlio.
- Sicrhau bod rhieni yn gwybod am ein gweithdrefn gwyno a sut i'w defnyddio mewn ffordd effeithiol.
- Sicrhau bod rhieni / gofalwyr yn gwybod ble y mae modd iddynt fanteisio ar gyngor annibynnol ynghylch bwlio.
- Gweithio gyda rhieni a'r gymuned leol er mwyn rhoi sylw i faterion y maent yn digwydd y tu allan i gatiâu'r ysgol ac y maent yn arwain at fwlio.

## 8) Monitro ac adolygu, gweithredu'r polisi

Byddwn yn adolygu'r Polisi hwn o leiaf unwaith bob dwy flynedd, yn ogystal ag os bydd digwyddiadau'n digwydd y byddant yn awgrymu'r angen am adolygiad. Mae'r ysgol yn

defnyddio'r canllawiau gan DCSF\* a'r Gynghrair Gwrth-fwlio\*\* er mwyn cyfrannu at ei gweithgarwch cynllunio gweithredu er mwyn atal bwlio a mynd i'r afael ag ef.

## 9) Cyfrifoldebau

Dim ond os bydd yn sicrhau bod cymuned yr ysgol gyfan yn deall na chaiff bwlio ei oddef a'i bod yn deall y camau y byddant yn cael eu cymryd er mwyn atal bwlio ac ymateb iddo, y bydd y Polisi hwn yn gweithio.

Mae'n gyfrifoldeb ar:

- Lywodraethwyr yr Ysgol i gyflawni rôl arweiniol wrth fonitro ac adolygu'r polisi hwn.
- Llywodraethwyr, y Pennaeth, Rheolwyr Uwch, staff Addysgu a staff nad ydynt yn staff Addysgu i fod yn ymwybodol o'r polisi hwn a'i weithredu.
- Y Pennaeth i gyfleu'r polisi i gymuned yr ysgol.
- Y disgyblion i gydymffurfio â'r polisi.

Yr unigolyn cyswllt penodol ar gyfer y polisi hwn yw: **Mr Rhodri Jones**

**Atodiad 5b)****RHESTR GYFEIRIO AR GYFER POLISI GWRTH-FWLIO**

A yw'r sefydliad wedi ymgynghori'n eang wrth ddatblygu ei bolisi? E.e. Disgyblion, staff, llywodraethwyr a rhieni/gofalwyr?	
A yw'r polisi yn cydnabod bod y sefydliad o'r farn bod bwlio yn annerbyniol a'i fod wedi ymrwymo i ddelio ag ef?	
A chaiff safbwyntiau staff/disgyblion ynghylch bwlio eu ceisio yn rheolaidd, ac a yw hi'n eglur sut y mae modd iddynt gyfrannu syniadau ynghylch sut i fynd i'r afael â bwlio?	
A yw'r polisi yn diffinio'r hyn y mae'r sefydliad yn ei ystyried yn ymddygiad sy'n cyfateb â bwlio?	
A yw'n eglur ac yn addas i'r oedran?	
A yw'r polisi yn nodi mathau o ymddygiad bwlio?	
A ydym yn cadw cofnod o ddigwyddiadau bwlio, a'i ddadansoddi am batrymau – pobl, lleoedd a grwpiau?	
A yw'r polisi yn sicrhau bod disgyblion/staff yn ymwybodol o'r ffaith y bydd yr holl bryderon ynghylch bwlio yn cael eu trin mewn ffordd sensitif ac effeithiol, ac y bydd cymorth yn cael ei gynnis i'r rhai y maent wedi cael eu bwlio?	
A yw'r polisi yn sicrhau bod yr holl ddisgyblion/staff yn ymwybodol o'r prosesau disgyblu ar gyfer y rhai y byddant yn gysylltiedig gyda digwyddiadau bwlio	
A yw'r nodau ac amcanion yn cynnwys cynorthwyo disgyblion y maent wedi bod yn bwlio er mwyn rhoi sylw i'w problemau nhw?	
A cheir gweithdrefnau eglur er mwyn adrodd am ddigwyddiadau bwlio ar gyfer disgyblion/staff?	
A yw rhieni/gofalwyr yn gwybod pwy y dylent gysylltu â nhw os byddant yn pryderu am fwlio?	
A yw rhieni/gofalwyr yn gwybod am y weithdrefn gwyno a sut i'w defnyddio?	

A yw staff addysgu a staff nad ydynt yn staff addysgu yn ymwybodol o'u cyfrifoldebau?	
A yw'r polisi yn nodi amrediad o strategaethau y mae modd i rieni/gofalwyr, disgyblion a'r sefydliad cyfan eu defnyddio er mwyn lleihau bwlio?	
A oes prosesau eglur yn bodoli er mwyn monitro'r polisi, gan ailddatgan ei nodau i'r sefydliad cyfan?	

**Atodiad 6a)**

**Ffurflen Dymhorol er mwyn Adrodd Digwyddiadau Bwlio (Ysgolion Uwchradd)**

Enw'r Ysgol:			
Tymor:		Blwyddyn Academaidd:	

Cyfanswm y digwyddiadau bwlio a gofnodwyd:	
Cyfanswm y disgyblion a fu'n gyfrifol:	
Cyfanswm y dioddefwyr:	

**A fydddech gystal â darparu'r wybodaeth ychwanegol ganlynol:**

Manylion y disgyblion a oedd yn gyfrifol:	Gwryw	Benyw	Cyfanswm
<b>Grŵp Blwyddyn:</b>			
• Blwyddyn 7			
• Blwyddyn 8			
• Blwyddyn 9			
• Blwyddyn 10			
• Blwyddyn 11			
• Blwyddyn 12/13			
<b>LAC</b>			
<b>Grŵp ethnig:</b>			
• Gwyn Prydeinig			
• Gwyn heb fod yn Brydeinig			
• Cymysg			
• Asiaidd			
• Du			
• Tsieineaidd / Tsieineaidd Prydeinig			
• Unrhyw gefndir ethnig arall			
• Nid yw'r cefndir ethnig yn hysbys			

Manylion y dioddefwyr:	Gwryw	Benyw	Cyfanswm
------------------------	-------	-------	----------

<b>Grŵp Blwyddyn:</b>			
• Blwyddyn 7			
• Blwyddyn 8			
• Blwyddyn 9			
• Blwyddyn 10			
• Blwyddyn 11			
• Blwyddyn 12/13			
<b>LAC</b>			
<b>Grŵp ethnig:</b>			
• Gwyn Prydeinig			
• Gwyn heb fod yn Brydeinig			
• Cymysg			
• Asiaidd			
• Du			
• Tsieineaidd / Tsieineaidd Prydeinig			
• Unrhyw gefndir ethnig arall			
• Nid yw'r cefndir ethnig yn hysbys			

### Digwyddiadau

Math o Fwlio			
Faint oedd yn:			
Llafar / Emosiynol		Seiber	
Corfforol		Arall	
Natur y Bwlio			
Faint oedd yn:			
Hiliol		Anabledd / Anghenion Ychwanegol	
Rhywiaethol / Rhywiol		Crefydd/Diwylliant	
Homoffobig		Arall	

A fyddech gystal â nodi manylion unrhyw gymorth ychwanegol a nodwyd gennych chi ac y mae angen i'r ALI ei ddarparu er mwyn helpu i fynd i'r afael â materion yn ymwneud â bwlio, e.e. hyfforddiant

Pennaeth Llofnod:		Dyddiad:	

**Atodiad 6b)****Ffurflen Dymhorol er mwyn Adrodd Digwyddiadau Bwlio (Ysgolion Cynradd)**

Enw'r Ysgol:	
Tymor:	

Cyfanswm y digwyddiadau bwlio a gofnodwyd:	
Cyfanswm y disgyblion a fu'n gyfrifol:	
Cyfanswm y dioddefwyr:	

**A fydddech gystal â darparu'r wybodaeth ychwanegol ganlynol:**

<b>Manylion y disgyblion a oedd yn gyfrifol:</b>	<b>Gwryw</b>	<b>Benyw</b>	<b>Cyfanswm</b>
<b>Grŵp Blwyddyn:</b>			
• Meithrin/Derbyn			
• Blwyddyn 1			
• Blwyddyn 2			
• Blwyddyn 3			
• Blwyddyn 4			
• Blwyddyn 5			
• Blwyddyn 6			
<b>LAC</b>			
<b>Grŵp ethnig:</b>			
• Gwyn Prydeinig			
• Gwyn heb fod yn Brydeinig			
• Asiaidd			
• Du			
• Tsieineaidd / Tsieineaidd Prydeinig			
• Unrhyw gefndir ethnig arall			
• Nid yw'r cefndir ethnig yn hysbys			

<b>Manylion y dioddefwyr:</b>	<b>Gwryw</b>	<b>Benyw</b>	<b>Cyfanswm</b>
-------------------------------	--------------	--------------	-----------------

<b>Grŵp Blwyddyn:</b>			
• Meithrin/Derbyn			
• Blwyddyn 1			
• Blwyddyn 2			
• Blwyddyn 3			
• Blwyddyn 4			
• Blwyddyn 5			
• Blwyddyn 6			
<b>LAC</b>			
<b>Grŵp ethnig:</b>			
• Gwyn Prydeinig			
• Gwyn heb fod yn Brydeinig			
• Cymysg			
• Asiaidd			
• Du			
• Tsieneaidd / Tsieneaidd Prydeinig			
• Unrhyw gefndir ethnig arall			
• Nid yw'r cefndir ethnig yn hysbys			

<b>Math o Fwlio</b>			
Faint oedd yn:			
Llafar / Emosiynol		Seiber	
Corfforol		Arall	
<b>Natur y Bwlio</b>			
Faint oedd yn:			
Hiliol		Anabledd / Anghenion Ychwanegol	
Rhywiaethol / Rhywiol		Crefydd/Diwylliant	
Homoffobig		Arall	

A fydddech gystal â nodi manylion unrhyw gymorth ychwanegol a nodwyd gennych chi ac y mae angen i'r ALI ei ddarparu er mwyn helpu i fynd i'r afael â materion yn ymwneud â bwlio, e.e. hyfforddiant

Pennaeth Llofnod:		Dyddiad:	
----------------------	--	----------	--



Atodiad 7c)

Cofnod Digwyddiad Bwlio Enghreifftiol

Enw'r disgybl	Rhyw		Grŵp BI	Dyddiad y Digwyddiad	Ymchwiliwyd		Dioddefwr			Canlyniad	Math o fwlio/Natur y Bwlio ( <i>trowch at yr allwedd</i> )							
	G	B			Gan bwy	Dyddiad	G	B	Grŵp BI		1	2	3	4	5	6	7	8

Allwedd:

Math o Fwlio

1 – Llafar / Emosiynol, 2 – Corfforol, 3 – Seiber

Natur y Bwlio

4 – Anabledd / Anghenion Arbennig, 5 – Hil, Crefydd, Diwylliant, 6 – Rhywiaethol / Rhywiol, 7 – Homoffobig, 8 – Arall

**SEFYDLIADAU CYNGHORI, CWNSELA A CHYMORTH**

Dylid nodi nad yw Cyngor Bro Morgannwg yn gyfrifol am gynnwys neu ddibynadwyedd y gwefannau cysylltiedig. Ni ddylid cymryd bod y ffaith eu bod yn cael eu rhestru yn cyfateb â chymeradwyaeth o unrhyw fath. Ni allwn warantu y bydd y cysylltiadau hyn yn gweithio bob amser, ac nid oes gennym unrhyw reolaeth dros argaeledd tudalennau cysylltiedig.

### **Ymgyrch Addysg i Bawb Stonewall Cymru**

Stonewall Cymru  
Transport House  
1 Heol yr Eglwys Gadeiriol  
Caerdydd  
CF11 9SB  
Ffôn: 029 2023 7744

Mae Addysg i Bawb yn ymgyrch ar y cyd a ddatblygwyd gan Stonewall, FFLAG ac LGBT Youth Scotland.

Nod Addysg i Bawb yw sicrhau bod modd i'r holl bobl ifanc lesbiaidd, hoyw a deurywiol (LGB) wireddu eu potensial llawn, a bod modd i ysgolion a systemau addysg y DU ddelio gyda homoffobia a bwlio homoffobig mewn ffordd briodol. Rydym yn gweithio gyda chynghrair eang o sefydliadau; gan gynnwys adrannau'r llywodraeth, awdurdodau lleol, undebau, mudiadau gwirfoddol a chymunedol, plant a grwpiau LGB er mwyn datblygu a gweithredu cynllun gweithredu ar draws Prydain a fydd yn rhoi sylw i'r broblem hon.

Mae'n gwefan Addysg i Bawb yn dwyn ynghyd gwybodaeth ac adnoddau ymarferol ar gyfer gweithwyr addysg proffesiynol a phobl ifanc, er mwyn eu cynorthwyo a'u galluogi i adnabod ac i ddelio gyda bwlio homoffobig mewn ffordd effeithiol.

Os hoffech gael rhagor o wybodaeth am yr ymgyrch, cysylltwch â:

Stonewall Cymru  
Transport House  
1 Heol yr Eglwys Gadeiriol  
Caerdydd  
CF11 9SB  
Ffôn: 029 2023 7744

[www.stonewallcymru.org.uk](http://www.stonewallcymru.org.uk)

## NSPCC

Shân Jones  
Cynghorydd Addysg  
44 The Parade  
Y Rhath  
Caerdydd  
CF24 3AB

Rhif Ffôn: 01792 245545

[www.nspcc.org.uk](http://www.nspcc.org.uk) (mae'n cynnwys cysylltiadau i ddetholiad o ddeunyddiau ar gyfer plant, rhieni ac ysgolion)

Mae NSPCC yn darparu: -

- hyfforddiant, gweithdai ac anerchiadau am ymddygiad bwlio a strategaethau ar gyfer rhieni a gweithwyr proffesiynol;
- cymorth ynghylch hyfforddiant hms er mwyn mynd i'r afael ag ymddygiad bwlio a datblygu polisi gwrth-fwlio;
- mae modd cynnig cymorth ar gyfer materion sy'n ymwneud ag ABCh, ynghyd ag iechyd a llythrennedd emosiynol ac amddiffyn plant – gyda phob pwnc yn cael ei addysgu er mwyn bodloni anghenion sefydliadau unigol;
- hyfforddiant cymorth gan gymheiriaid ar gyfer gweithwyr proffesiynol;
- cyfoeth o gyngor a chyhoeddiadau am ddim ar wefan NSPCC ac mae'r adran "inform" yn fan cychwyn da i'r sawl sy'n chwilio am wybodaeth.

Yn ogystal, mae swyddfa Abertawe yn darparu'r gwasanaethau canlynol: Gwasanaeth Tystion Ifanc, Gwasanaeth Eiriolaeth a Hyfforddiant ac Ymgynghori.

## Plant yng Nghymru

Sarah Thomas  
Plas Windsor  
Caerdydd  
E-bost: [Sarah.Thomas@childreninwales.org.uk](mailto:Sarah.Thomas@childreninwales.org.uk)  
Rhif Ffôn: 02920 342434

[www.childreninwales.org.uk/areasofwork/bullying/index.html](http://www.childreninwales.org.uk/areasofwork/bullying/index.html) (mae'n cynnwys cysylltiadau i ffynonellau help a gwybodaeth eraill)

Aelod o Rwydwaith Gwrth-fwlio Cymru

Nodau:

- Codi proffil bwlio a'i effeithiau
- Nodi ac amlygu'r grwpiau hynny y maent yn y perygl mwyaf
- Sicrhau bod modd i'r holl bobl ifanc gymryd rhan yn natblygiad y grŵp a chael budd ohono
- Cydlynu dull gweithredu gwrth-fwlio strategol ar draws Cymru
- Rhannu arfer gorau o fewn grwpiau, a gydag ysgolion, rhieni a phobl ifanc
- Ystyried y problemau mewn ysgolion ac yn y gymuned ehangach yn fras

## Gweithredu dros Blant (NCH yn flaenorol)

Jane Isaacs  
St David's Court  
68a Cowbridge Road East  
Caerdydd  
CF11 9DN

Rhif Ffôn: 02920 222127

[www.actionforchildren.org.uk](http://www.actionforchildren.org.uk) (mae'n cynnwys cysylltiadau i ffynonellau help a gwybodaeth eraill)

Elusen blant sy'n cynorthwyo ac sy'n siarad o blaid y plant a'r bobl ifanc mwyaf agored i niwed yn y DU.

Mae'n cynnig ystod eang o wasanaethau sy'n gallu helpu ysgolion i hyrwyddo lles a hunan-hyder plant.

Mae'n darparu gwasanaethau sy'n canolbwyntio ar y plentyn ac sy'n cael eu seilio ar anghenion yn unol â gofynion penodol pob ysgol e.e. sesiynau 1:1 neu waith grŵp gyda disgyblion; gwaith gydag athrawon a theuluoedd ynghylch materion amrywiol ac mewn amrediad o leoliadau.

## **CHIPS (Childline in Partnership)**

Alex Walters

Rhif Ffôn: 02076 506873

Llinell gymorth ar gyfer pobl ifanc: 08001111

[www.childline.org.uk](http://www.childline.org.uk)

Mae CHIPS (Childline In Partnership) yn cynnig hyfforddiant i athrawon, gweithdai staff ar gyfer ysgolion a chyngor a hyfforddiant ynghylch cymorth gan gymheiriaid – mae'r ddau yn gyffredinol ond mae modd iddynt ymwneud yn benodol gyda bwlio. Mae pecynnau argraffedig yn cynorthwyo'r hyfforddiant ac yn cynnwys adnoddau i'r athrawon eu defnyddio. Mae gwasanaethau ar gael ar gyfer ysgolion cynradd ac uwchradd. Codir cost am rai gwasanaethau, ond rhoddir cymhorthdal i wasanaethau er mwyn lleihau'r gost i ysgolion gymaint ag y bo modd.

## **ChildLine**

Rhadbost 1111

Llundain

N1 0BR

Rhadffôn: 0800 1111

Llinell gymorth yw hon ar gyfer plant a phobl ifanc yn y DU, y mae ar gael yn rhad ac am ddim, 24 awr y dydd. Mae modd i blant a phobl ifanc ffonio'r rhif rhadffôn er mwyn trafod unrhyw broblem.

## **Barnados**

[www.barnados.org.uk](http://www.barnados.org.uk)

Elusen flaenllaw sy'n cynnal nifer o brosiectau sy'n ceisio helpu'r plant a'r bobl ifanc mwyaf agored i niwed i weddnewid eu bywydau ac i wireddu eu potensial (gan gynnwys materion sy'n ymwneud â bwlio).

## **BBC**

[www.bbc.co.uk](http://www.bbc.co.uk) (mae'n cynnwys cysylltiadau i ffynonellau help a gwybodaeth, a gwefannau rhyngweithiol i blant)

## **Bullies Out**

Linda James  
Cydlynnydd Prosiect  
Blwch Post 658  
Caerdydd  
CF11 1EY

Rhif Ffôn: 02920 492169  
Symudol: 07899 874358  
E-bost: [mail@bulliesout.com](mailto:mail@bulliesout.com)

[www.bulliesout.com](http://www.bulliesout.com) – elusen gwrth-fwlio a lanswyd ym mis Mai 2006 ar gyfer plant a phobl ifanc Cymru.

Diben cynllun fel hwn yw annog perthnasoedd rhyngbersonol gwell ar draws yr ysgol/sefydliad a darparu system gymorth. Mae'r holl adnoddau ar gael yn rhad ac am ddim, fodd bynnag, efallai y bydd yn rhaid i hyn newid os na fydd modd i ni sicrhau cyllid.

## Ar gyfer Ysgolion/Gweithwyr Proffesiynol/Llywodraethwyr

Dylid nodi nad yw Cyngor Bro Morgannwg yn gyfrifol am gynnwys neu ddibynadwyedd y gwefannau cysylltiedig. Ni ddylid cymryd bod y ffaith eu bod yn cael eu rhestru yn cyfateb â chymeradwyaeth o unrhyw fath. Ni allwn warantu y bydd y cysylltiadau hyn yn gweithio bob amser, ac nid oes gennym unrhyw reolaeth dros argaeledd tudalennau cysylltiedig.

### Rhwydwaith Gwrth-fwlio

[www.antibullying.net/](http://www.antibullying.net/)

Mae'r wefan yn darparu gwybodaeth ynghylch sut y mae modd mynd i'r afael â bwlio. Nid gwasanaeth cynghori neu gwnsela yw hwn. Sefydlwyd y Rhwydwaith ym 1999 er mwyn cynnig ffordd i athrawon, rhieni a phobl ifanc (yn yr Alban) i rannu syniadau ynghylch sut y byddai modd mynd i'r afael â bwlio. Mae'n cynnwys cysylltiadau i ddeunyddiau, adnoddau a gwefannau ar gyfer plant a phobl ifanc, teuluoedd a staff ysgol.

[nationalstrategies.standards.dcsf.gov.uk/inclusion/behaviourattendanceandseal](http://nationalstrategies.standards.dcsf.gov.uk/inclusion/behaviourattendanceandseal) (ei enw blaenorol oedd [www.bandapilot.org.uk](http://www.bandapilot.org.uk))

Sefydlwyd y Wefan hon er mwyn cynorthwyo adnodd prosiect Peilot ynghylch Ymddygiad a Phresenoldeb y Strategaeth Genedlaethol Gynradd, SEAL (Agweddau Cymdeithasol ac Emosiynol ar Ddysgu). Mae adnodd SEAL yn darparu fframwaith er mwyn hyrwyddo sgiliau cymdeithasol, emosiynol ac ymddygiadol mewn ffordd amlwg, gan gynnwys dilyniant ar gyfer pob grŵp blwyddyn o fewn ysgol.

### Bullying Online

[www.bullying.co.uk](http://www.bullying.co.uk)

Mae Bullying Online yn helpu miloedd o ddisgyblion a'u rhieni i ddelio gyda bwlio yn yr ysgol bob blwyddyn, a defnyddir y wefan fel adnodd addysgu hefyd.

### Camfanteisio ar Blant a'u Hamddiffyn Ar-lein (CEOP)

[www.thinkuknow.co.uk](http://www.thinkuknow.co.uk)

Mae'r wefan hon wedi cael ei chreu gan y Ganolfan Camfanteisio ar Blant a'u Hamddiffyn Ar-lein (CEOP) ac mae'n cynnwys gwybodaeth am fod yn ddiogel ar y rhyngwrwd a syrffio diogel ar gyfer pobl ifanc. Mae'r pynciau a drafodir yn cynnwys [ffonau symudol](#), gwefannau [blogio](#) a [chwarae gemau](#) ac mae'n rhoi'r cyfle i bobl ifanc adrodd unrhyw bryderon sydd ganddynt ynghylch sgwrsio gyda phobl ar-lein.

Mae'n cynnwys rhieni, athrawon a safleoedd adnoddau.

## **ChildLine**

[www.childline.org.uk/Bullying.asp](http://www.childline.org.uk/Bullying.asp)

Cysylltiadau i adnoddau a thafenni gwybodaeth ynghylch bwlio.

## **Plant yng Nghymru**

[www.childreninwales.org.uk/Search.html?Keywords=bullying](http://www.childreninwales.org.uk/Search.html?Keywords=bullying)

Mae Plant yng Nghymru yn hyrwyddo buddiannau ac yn gweithredu er mwyn nodi a bodloni anghenion plant, pobl ifanc a'u teuluoedd yng Nghymru, gan weithio mewn partneriaeth gyda'r Biwro Plant Cenedlaethol a Children in Scotland.

Mae'r wefan hon yn darparu cysylltiadau i ddogfennau, adroddiadau ac arolygon amrywiol y maent yn ymwneud â bwlio.

## **Adran Addysg a Sgiliau**

[www.dfes.gov.uk/bullying](http://www.dfes.gov.uk/bullying)

Mae'n darparu cysylltiadau i ddeunydd, adnoddau a gwefannau y maent yn ymwneud â bwlio ar gyfer ysgolion, plant, pobl ifanc a rhieni.

## **Directgov**

[www.direct.gov.uk/en/AdvancedSearch/Searchresults/index.htm?fullText=bullying](http://www.direct.gov.uk/en/AdvancedSearch/Searchresults/index.htm?fullText=bullying)

Mae'n cynnwys ystod eang o wasanaethau a gwybodaeth gan y llywodraeth. Mae'r wefan yn cynnig cyngor helaeth i rieni, gan gynnwys gwybodaeth ynghylch dod o hyd i ysgol, bwyta'n iach, anghenion addysgol arbennig a chyfiawnder ieuencid. Yn ogystal ag adrannau'r Llywodraeth, mae'r wefan yn cysylltu gyda ffynonellau gwybodaeth a gwefannau perthnasol eraill, y mae modd iddynt gynnig cyngor a chymorth ychwanegol.

## **Arolygiaeth ESTYN**

[www.estyn.gov.uk/home.asp](http://www.estyn.gov.uk/home.asp)

Cyhoeddodd ESTYN adroddiad ym mis Mehefin 2006 o'r enw 'Mynd i'r Afael â Bwlio mewn Ysgolion – Arolwg o Arfer Effeithiol'.



## Kidscape

[www.kidscape.org.uk](http://www.kidscape.org.uk)

Mae Kidscape yn elusen gofrestredig sy'n gweithio er mwyn cadw plant yn ddiogel rhag niwed. Mae'r wefan yn cynnwys gwybodaeth i rieni, gweithwyr proffesiynol a phlant ynghylch atal bwlio a delio gydag ef.

Kidscape yw'r elusen gyntaf yn y DU a sefydlwyd yn benodol er mwyn atal bwlio a chamdriniaeth rhywiol plant. Mae Kidscape o'r farn bod diogelu plant rhag niwed yn allweddol.

Mae Kidscape yn gweithio ar draws y DU er mwyn darparu adnoddau a sgiliau ymarferol i unigolion a sefydliadau, y maent yn angenrheidiol er mwyn cadw plant yn ddiogel rhag niwed. Mae staff Kidscape yn rhoi gwybodaeth a sgiliau anfygythiol ac ymarferol i blant agored i niwed ynghylch sut y mae modd iddynt aros yn ddiogel, a lleihau'r tebygolrwydd y byddant yn dioddef niwed yn y dyfodol.

Mae Kidscape yn gweithio gyda phlant a phobl ifanc dan 16 oed, eu rhieni/gofalwyr, a'r sawl y maent yn gweithio gyda nhw.

Mae Kidscape yn cynnig:

- Llinell gymorth sy'n cynnig cymorth a chyngor i rieni plant sy'n cael eu bwlio;
- [Llyfrynnau, Llenyddiaeth, Poster, Canllawiau Hyfforddi, Fideos Addysgiadol](#) ynghylch bwlio, amddiffyn plant, a rhianta;
- [Rhaglen Hyfforddiant Cynhwysfawr Cenedlaethol](#) ynghylch materion sy'n ymwneud â rheoli ymddygiad a diogelwch plant;
- [Cyngor ac Ymchwil](#); a
- [Sesiynau Meithrin Hyder](#) ar gyfer plant y maent yn cael eu bwlio

## Lucky Duck Publishing Ltd

[Trowch at www.google.co.uk](http://www.google.co.uk) – chwiliwch am “**Lucky Duck No Blame Support Group**”

Mae Lucky Duck Publishing Ltd wedi creu dull gweithredu Grŵp Cymorth “Dim Bai” tuag at fwlio. Mae'n cyhoeddi fideos, llyfrau a deunyddiau hyfforddi ar gyfer pob grŵp oedran, gan ganolbwyntio ar:

Rheoli Dictor  
Syndrom Asperger  
Rheoli Ymddygiad  
Bwlio

Amser Cylch  
Dinasyddiaeth  
Anhwyldeuau Bwyta  
Llythrennedd Emosiynol  
Cyfle Cyfartal  
Sgiliau Arholiad

Teuluoedd a Pherthnasoedd  
Rhieni  
Cymorth Cymheiriaid  
Hunan-barch  
Anghenion Arbennig  
Sgiliau Meddwl  
Hyfforddiant  
Pontio  
Ysgrifennu

## **Biwro Cenedlaethol y Plant (NCB)**

[www.ncb.org.uk](http://www.ncb.org.uk)

Sefydlwyd Biwro Cenedlaethol y Plant (NCB) ym 1963 ac mae'n sefydliad elusennol sy'n cyflawni rôl corff ymbarél ar gyfer sefydliadau sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc yn Lloegr ac yng Ngogledd Iwerddon. Mae NCS yn gweithio mewn partneriaeth er mwyn rhannu gwybodaeth, adnoddau a gwasanaethau, er mwyn gwella bywydau plant a phobl ifanc. Mae'r wefan yn cynnig cysylltiadau i ffynonellau gwybodaeth eraill y maent yn ymwneud â bwlio.

## **Cymdeithas Genedlaethol er Atal Creulondeb i Blant (NSPCC)**

[www.nspcc.org.uk](http://www.nspcc.org.uk)

Nod y Gymdeithas Genedlaethol er atal Creulondeb i Blant (NSPCC) yw atal plant rhag dioddef creulondeb, cynorthwyo teuluoedd agored i niwed, ymgychu dros newidiadau i'r gyfraith a chodi ymwybyddiaeth ynghylch camdriniaeth a rhoi terfyn ar greulondeb tuag at blant. Mae'r wefan yn cynnig cyswllt i adnoddau, deunyddiau a gwybodaeth amrywiol i blant a phobl ifanc, rhieni, ysgolion a llywodraethwyr.

## **Elusen Blant Action For Children (NCH yn flaenorol)**

[www.actionforchildren.org.uk/](http://www.actionforchildren.org.uk/)

Elusen blant yw Action for Children sy'n helpu plant i wireddu eu potensial llawn. Mae Action for Children yn cynnal dros 500 o brosiectau ar gyfer rhai o'r plant a'r bobl ifanc mwyaf agored i niwed ac eithriedig, a'u teuluoedd, gan gynorthwyo dros 160,000 o bobl mewn canolfannau plant ar draws y DU. Mae'r wefan yn cynnwys cysylltiadau i ddogfennau a gwybodaeth ynghylch materion sy'n ymwneud â bwlio.

## **Rob Long's Education Works**

[www.roblong.co.uk](http://www.roblong.co.uk)

Mae'n darparu hyfforddiant, cyhoeddiadau a gwasanaethau eraill, yn bennaf ym maes addysg. Mae'r pynciau cyffredin yn cynnwys:

- Rheoli Ymddygiad ar draws yr Ysgol Gyfan
- Rheolaeth yn y Dosbarth
- Anawsterau Ymddygiadol, Emosiynol a Chymdeithasol
- Llythrennedd Emosiynol
- Hunan-barch
- Iselder
- Datblygiad Plant a'r Glasoed
- Sgiliau Cyfathrebu
- Meithrin Tîm
- Colled a Gwahanu
- Cyfryngu gan Gymheiriaid
- Rheoli Dicter a Gwrthdaro

- Rheoli Straen
- Amser chwarae
- Cymhelliant

## **SNAP Cymru**

[www.snapcymru.org](http://www.snapcymru.org)

Elusen genedlaethol sy'n unigryw i Gymru. Ei phrif nod yw datblygu addysg pobl yng Nghymru a chynorthwyo'r broses o'u cynnwys. Mae staff a gwirfoddolwyr profiadol a hyfforddedig yn gweithio gyda theuluoedd, plant a phobl ifanc, eu rhieni, gofalwyr a gweithwyr proffesiynol y maent yn gweithio gyda'r rhai y mae ganddynt neu y gallai fod ganddynt anghenion dysgu ychwanegol, gan gynnwys AAA, anabledd a rhwystrau eraill e.e. allgáu, dadrithiad, tlodi, amddifadedd, mae Cymraeg neu Saesneg yn ail iaith iddynt.

Mae SNAP Cymru yn darparu gwybodaeth fanwl, cyngor gwrthrychol a chymorth ar gyfer amrediad o faterion gan gynnwys asesiadau, datganiadau anghenion addysgol arbennig, bwlio, presenoldeb yn yr ysgol, gwahardd, darpariaeth iechyd a gofal cymdeithasol a gwahaniaethu. Mae'r gwasanaethau eraill yr ydym yn eu darparu yn cynnwys eiriolaeth, datrys anghydfodau a hyfforddiant ar gyfer pobl ifanc, rhieni a gweithwyr proffesiynol

## **Stonewall**

[www.stonewallcymru.org.uk](http://www.stonewallcymru.org.uk)

Cydraddoldeb a Chyfiawnder ar gyfer lesbiaid, dynion hoyw ac unigolion deurywiol

## **TeacherNet**

[www.education.gov.uk/schools](http://www.education.gov.uk/schools)

Mae'r wefan yn cynnwys ystod eang o adnoddau a chymorth ar gyfer y gweithlu mewn ysgolion, ac mae'r adrannau pwrpasol yn cynnwys:

- addysgu a dysgu;
- datblygiad proffesiynol;
- Rheoli;
- cymuned.

Ceir gwybodaeth ac adnoddau addysgu am ddim yn yr adrannau hyn, ynghyd â chysylltiadau i wefannau a dogfennau eraill

## Teachers' TV

[www.teachers.tv](http://www.teachers.tv)

Gwefan a sianel deledu yw hon sy'n cynnig rhywbeth i bawb y maent yn gweithio ym myd addysg, o benaethiaid i [Athrawon Newydd Gymhwysu](#), o lywodraethwyr i staff cymorth.

## Llywodraeth Cymru

<http://wales.gov.uk/dcells/publications/publications/circularsindex/03/respectingothers/nafwc2303-e.pdf?lang=en>

Cysylltiadau i ddogfen Parchu Eraill: Canllawiau Gwrth-fwlio (Cylchlythyr 23/2003), ac mae'n cynnwys adrannau ynghylch strategaethau, deunyddiau ac adnoddau i ysgolion a chyngor ar gyfer disgyblion, rhieni a theuluoedd.

**Theatr Big Foot –  
Y Darlun Mwy: Hyrwyddo Perthnasoedd Cadarnhaol**

[www.bigfoot-theatre.co.uk](http://www.bigfoot-theatre.co.uk)

Nod y gweithdai hyn ar gyfer uchafswm o 30 myfyriwr yw ysgogi myfyrwyr i fod yn fwy ymwybodol o'u patrymau ymddygiad eu hunain ac i ystyried y canlyniadau sy'n deillio o ddewisiadau a wneir mewn perthynas â bwlio. Anogir myfyrwyr i ystyried beth yw bwlio; sut y mae'n teimlo; pam bod pobl yn bwlio; sut y mae modd i ni ei atal ac ymateb iddo; a sut y gallant ddefnyddio'u sgiliau cymdeithasol, emosiynol ac ymddygiadol er mwyn mynd i'r afael â'r broblem sylfaenol hon fel cymuned gyfan, er mwyn sicrhau bod eu hysgol yn amgylchedd dysgu diogel, hapus a chynhwysol.

BANES a Gogledd Somerset ff 0870 950 9314

Bryste a Swydd Gaerloyw ff 0870 0114 948

Brighton ff 0870 0114 914 Birmingham ff 0870 0114 308

Caerdydd ff 0870 950 9312 Exeter ff 0870 950 9311

Caint ff 0870 950 9313 Leeds ff 0870 950 9315

Llundain ff 0870 0114 307 Newcastle ff 0870 950 9310

## **GWEFANNAU DEFNYDDIOL**

### **Ar gyfer Rhieni, Gofalwyr a Theuluoedd**

Dylid nodi nad yw Cyngor Bro Morgannwg yn gyfrifol am gynnwys neu ddibynadwyedd y gwefannau cysylltiedig. Ni ddylid cymryd bod y ffaith eu bod yn cael eu rhestru yn cyfateb â chymeradwyaeth o unrhyw fath. Ni allwn warantu y bydd y cysylltiadau hyn yn gweithio bob amser, ac nid oes gennym unrhyw reolaeth dros argaeledd tudalennau cysylltiedig.

#### **Rhwydwaith Gwrth-fwlio**

[www.antibullying.net/](http://www.antibullying.net/)

Mae'r wefan yn darparu gwybodaeth ynghylch sut y mae modd mynd i'r afael â bwlio. Nid gwasanaeth cyngori neu gwnsela yw hwn. Sefydlwyd y Rhwydwaith ym 1999 er mwyn cynnig ffordd i athrawon, rhieni a phobl ifanc (yn yr Alban) i rannu syniadau ynghylch sut y byddai modd mynd i'r afael â bwlio. Mae'n cynnwys cysylltiadau i ddeunyddiau, adnoddau a gwefannau ar gyfer plant a phobl ifanc, teuluoedd a staff ysgol.

#### **Bullying Online**

[www.bullying.co.uk](http://www.bullying.co.uk)

Mae Bullying Online yn helpu miloedd o ddisgyblion a'u rhieni i ddelio gyda bwlio yn yr ysgol bob blwyddyn, a defnyddir y wefan fel adnodd addysgu hefyd.

#### **Camfanteisio ar Blant a'u Hamddiffyn Ar-lein (CEOP)**

[www.thinkuknow.co.uk](http://www.thinkuknow.co.uk)

Mae'r wefan hon wedi cael ei chreu gan y Ganolfan Camfanteisio ar Blant a'u Hamddiffyn Ar-lein (CEOP) ac mae'n cynnwys llawer iawn o wybodaeth am fod yn ddiogel ar y Rhyngwrwd a syrffio diogel ar gyfer pobl ifanc. Trafodir yr holl bynciau cyfoes ynghylch diogelwch ar-lein – gan gynnwys [ffonau symudol](#), gwefannau [blogio](#) a [chwarae gemau](#) ac mae'n rhoi'r cyfle i bobl ifanc adrodd unrhyw bryderon sydd ganddynt ynghylch sgwrsio gyda phobl ar-lein.

Mae'n cynnwys rhieni, athrawon a safleoedd adnoddau.

#### **ChildLine**

[www.childline.org.uk/Bullying](http://www.childline.org.uk/Bullying)

Cysylltiadau i daflenni gwybodaeth ac adnoddau ynghylch bwlio.

#### **Plant yng Nghymru**

[www.childreninwales.org.uk/Search.html?Keywords=bullying](http://www.childreninwales.org.uk/Search.html?Keywords=bullying)

Mae Plant yng Nghymru yn hyrwyddo buddiannau ac yn gweithredu er mwyn nodi a bodloni anghenion plant, pobl ifanc a'u teuluoedd yng Nghymru, gan weithio mewn partneriaeth gyda'r Biwro Plant Cenedlaethol a Children in Scotland.

Mae'r wefan hon yn darparu cysylltiadau i ddogfennau, adroddiadau ac arolygon amrywiol y maent yn ymwneud â bwlio.

## **Adran Addysg a Sgiliau**

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

Mae'n darparu cysylltiadau i ddeunydd, adnoddau a gwefannau y maent yn ymwneud â bwlio ar gyfer ysgolion, plant, pobl ifanc a rhieni.

Sefydlwyd y wefan gan DfES (Adran Addysg a sgiliau) fel adnodd gwrth-fwlio. Mae'n cynnwys cyngor i rieni, athrawon a disgyblion.

## **Directgov**

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

Mae'n cynnwys ystod eang o wasanaethau a gwybodaeth gan y llywodraeth. Mae'r wefan yn cynnig cyngor helaeth i rieni, gan gynnwys gwybodaeth ynghylch dod o hyd i ysgol, bwyta'n iach, anghenion addysgol arbennig a chyfiawnder ieuencid. Yn ogystal ag adrannau'r Llywodraeth, mae'r wefan yn cysylltu gyda ffynonellau gwybodaeth a gwefannau perthnasol eraill, y mae modd iddynt gynnig cyngor a chymorth ychwanegol.

## **Kidscape**

[www.kidscape.org.uk](http://www.kidscape.org.uk)

Mae Kidscape yn elusen gofrestredig sy'n gweithio er mwyn cadw plant yn ddiogel rhag niwed. Mae'r wefan yn cynnwys gwybodaeth i rieni, gweithwyr proffesiynol a phlant ynghylch atal bwlio a delio gydag ef.

Kidscape yw'r elusen gyntaf yn y DU a sefydlwyd yn benodol er mwyn atal bwlio a chamdriniaeth rhywiol plant. Mae Kidscape o'r farn bod diogelu plant rhag niwed yn allweddol.

Mae Kidscape yn gweithio ar draws y DU er mwyn darparu adnoddau a sgiliau ymarferol i unigolion a sefydliadau, y maent yn angenrheidiol er mwyn cadw plant yn ddiogel rhag niwed. Mae staff Kidscape yn rhoi gwybodaeth a sgiliau anfygythiol ac ymarferol i blant agored i niwed ynghylch sut y mae modd iddynt aros yn ddiogel, a lleihau'r tebygolrwydd y byddant yn dioddef niwed yn y dyfodol.

Mae Kidscape yn gweithio gyda phlant a phobl ifanc dan 16 oed, eu rhieni/gofalwyr, a'r sawl y maent yn gweithio gyda nhw.

Mae Kidscape yn cynnig:

- Llinell gymorth sy'n cynnig cymorth a chyngor i rieni plant sy'n cael eu bwlio;
- [Llyfrynnau, Llenyddiaeth, Poster, Canllawiau Hyfforddi, Fideos Addysgiadol](#) ynghylch bwlio, amddiffyn plant, a rianta;
- [Rhaglen Hyfforddiant Cynhwysfawr Cenedlaethol](#) ynghylch materion sy'n ymwneud â rheoli ymddygiad a diogelwch plant;
- [Cyngor ac Ymchwil](#); a
- [Sesiynau Meithrin Hyder](#) ar gyfer plant y maent yn cael eu bwlio

### **Cymdeithas Genedlaethol er Atal Creulondeb i Blant (NSPCC)**

[www.nspcc.org.uk](http://www.nspcc.org.uk)

Nod y Gymdeithas Genedlaethol er atal Creulondeb i Blant (NSPCC) yw atal plant rhag dioddef creulondeb, cynorthwyo teuluoedd agored i niwed, ymgyrchu dros newidiadau i'r gyfraith a chodi ymwybyddiaeth ynghylch camdriniaeth a rhoi terfyn ar greulondeb tuag at blant. Mae'r wefan yn cynnig cyswllt i adnoddau, deunyddiau a gwybodaeth amrywiol i blant a phobl ifanc, rhieni, ysgolion a llywodraethwyr.

### **Elusen Blant Action For Children (NCH yn flaenorol)**

[www.actionforchildren.org.uk/](http://www.actionforchildren.org.uk/)

Elusen blant yw Action for Children sy'n helpu plant i wireddu eu potensial llawn. Mae Action for Children yn cynnal dros 500 o brosiectau ar gyfer rhai o'r plant a'r bobl ifanc mwyaf agored i niwed ac eithriedig, a'u teuluoedd, gan gynorthwyo dros 160,000 o bobl mewn canolfannau plant ar draws y DU. Mae'r wefan yn cynnwys cysylltiadau i ddogfennau a gwybodaeth ynghylch materion sy'n ymwneud â bwlio.

### **Parent Line Plus**

[www.parentlineplus.org.uk/index.php?id=9](http://www.parentlineplus.org.uk/index.php?id=9)

Mae Parent Line Plus yn elusen genedlaethol sy'n gweithio dros rieni a gyda nhw. Mae Parent Line Plus yn cynnig help a chymorth trwy gyfrwng amrediad arloesol o wasanaethau hyblyg ac ymatebol y maent ar gael yn rhad ac am ddim – wedi'u siapio gan rieni ar gyfer rhieni

### **Parents Centre**

[www.parentcentre.co.uk](http://www.parentcentre.co.uk)

Mae Parents Centre yn darparu cymorth a gwybodaeth i rieni ynghylch sut i helpu dysgu eu plentyn o'u genedigaeth nes byddant yn 19 oed. Mae'r wefan yn cynnwys ystod gyfan o faterion y gallech chi a'ch plentyn eu hwynebu, o chwilio am ofal plant, gwaith cartref ac arholiadau, i fwlio a thriwantiaeth. Mae adran y fforwm a holi arbenigwyr yn caniatáu i rieni



rannu profiadau a gofyn cwestiynau i'r panel o arbenigwyr

## **SNAP Cymru**

[www.snapcymru.org](http://www.snapcymru.org)

Elusen sy'n cynnig cymorth a gwybodaeth i deuluoedd plant a phobl ifanc y mae ganddynt neu gallai fod ganddynt anghenion dysgu ychwanegol, gan gynnwys AAA, anabledd a rhwystrau eraill e.e. allgáu, dadrithiad, tlodi, amddifadedd, mae Cymraeg neu Saesneg yn ail iaith iddynt.

## **Stonewall**

[www.stonewallcymru.org.uk](http://www.stonewallcymru.org.uk)

Cydraddoldeb a Chyfiawnder ar gyfer lesbiaid, dynion hoyw ac unigolion deurywiol

## **Llywodraeth Cynulliad Cymru**

Mae

<http://wales.gov.uk/news/archivepress/educationpress/edpress2006/1087472/?lang=en> yn darparu gwybodaeth ynghylch wythnos Parchu Eraill 2006 a gwefannau eraill ynghylch bwlio

<http://wales.gov.uk/dcells/publications/publications/circularsindex/03/respectingothers/nafwc2303-e.pdf?lang=en>

Cysylltiadau i ddogfen Parchu Eraill: Canllawiau Gwrth-fwlio (Cylchlythyr 23/2003), ac mae'n cynnwys adrannau ynghylch strategaethau, deunyddiau ac adnoddau i ysgolion a chynghor ar gyfer disgyblion, rhieni a theuluoedd.

**GWEFANNAU DEFNYDDIOL**

## Ar gyfer Plant a Phobl Ifanc

Dylid nodi nad yw Cyngor Bro Morgannwg yn gyfrifol am gynnwys neu ddibynadwyedd y gwefannau cysylltiedig. Ni ddylid cymryd bod y ffaith eu bod yn cael eu rhestru yn cyfateb â chymeradwyaeth o unrhyw fath. Ni allwn warantu y bydd y cysylltiadau hyn yn gweithio bob amser, ac nid oes gennym unrhyw reolaeth dros argaeledd tudalennau cysylltiedig.

### Rhwydwaith Gwrth-fwlio

[www.antibullying.net/](http://www.antibullying.net/)

Mae'r wefan yn darparu gwybodaeth ynghylch sut y mae modd mynd i'r afael â bwlio. Nid gwasanaeth cynghori neu gwnsela yw hwn. Sefydlwyd y Rhwydwaith ym 1999 er mwyn cynnig ffordd i athrawon, rhieni a phobl ifanc (yn yr Alban) i rannu syniadau ynghylch sut y byddai modd mynd i'r afael â bwlio. Mae'n cynnwys cysylltiadau i ddeunyddiau, adnoddau a gwefannau ar gyfer plant a phobl ifanc, teuluoedd a staff ysgol.

### Bullying Online

[www.bullying.co.uk](http://www.bullying.co.uk)

Mae Bullying Online yn helpu miloedd o ddisgyblion a'u rhieni i ddelio gyda bwlio yn yr ysgol bob blwyddyn, a defnyddir y wefan fel adnodd addysgu hefyd.

### Child Line

[www.childline.org.uk/Bullying](http://www.childline.org.uk/Bullying)

Cysylltiadau i daflenni gwybodaeth ac adnoddau ynghylch bwlio.

### Plant yng Nghymru

[www.childreninwales.org.uk/Search.html?Keywords=bullying](http://www.childreninwales.org.uk/Search.html?Keywords=bullying)

Mae Plant yng Nghymru yn hyrwyddo buddiannau ac yn gweithredu er mwyn nodi a bodloni anghenion plant, pobl ifanc a'u teuluoedd yng Nghymru, gan weithio mewn partneriaeth gyda'r Biwro Plant Cenedlaethol a Children in Scotland.

Mae'r wefan hon yn darparu cysylltiadau i ddogfennau, adroddiadau ac arolygon amrywiol y maent yn ymwneud â bwlio.

### Adran Addysg a Sgiliau

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

Mae'n darparu cysylltiadau i ddeunydd, adnoddau a gwefannau y maent yn ymwneud â bwlio ar gyfer ysgolion, plant, pobl ifanc a rhieni.

Sefydlwyd y wefan gan DfES (Adran Addysg a sgiliau) fel adnodd gwrth-fwlio. Mae'n cynnwys cyngor i rieni, athrawon a disgyblion

## **Directgov**

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

Mae'n cynnwys ystod eang o wasanaethau a gwybodaeth gan y llywodraeth. Mae'r wefan yn cynnig cyngor helaeth i rieni, gan gynnwys gwybodaeth ynghylch dod o hyd i ysgol, bwyta'n iach, anghenion addysgol arbennig a chyfiawnder ieuencid. Yn ogystal ag adrannau'r Llywodraeth, mae'r wefan yn cysylltu gyda ffynonellau gwybodaeth a gwefannau perthnasol eraill, y mae modd iddynt gynnig cyngor a chymorth ychwanegol.

## **Kidscape**

[www.kidscape.org.uk](http://www.kidscape.org.uk)

Mae Kidscape yn elusen gofrestredig sy'n gweithio er mwyn cadw plant yn ddiogel rhag niwed. Mae'r wefan yn cynnwys gwybodaeth i rieni, gweithwyr proffesiynol a phlant ynghylch atal bwlio a delio gydag ef.

Mae Kidscape yn gweithio gyda phlant a phobl ifanc dan 16 oed, eu rhieni/gofalwyr, a'r sawl y maent yn gweithio gyda nhw.

Mae Kidscape yn cynnig:

- Llinell gymorth sy'n cynnig cymorth a chyngor i rieni plant sy'n cael eu bwlio;
- [Llyfrynnau, Llenyddiaeth, Poster, Canllawiau Hyfforddi, Fideos Addysgiadol](#) ynghylch bwlio, amddiffyn plant, a rianta;
- [Rhaglen Hyfforddiant Cynhwysfawr Cenedlaethol](#) ynghylch materion sy'n ymwneud â rheoli ymddygiad a diogelwch plant;
- [Cyngor ac Ymchwil](#); a
- [Sesiynau Meithrin Hyder](#) ar gyfer plant y maent yn cael eu bwlio

## **Cymdeithas Genedlaethol er Atal Creulondeb i Blant (NSPCC)**

[www.nspcc.org.uk/](http://www.nspcc.org.uk/)

Nod y Gymdeithas Genedlaethol er atal Creulondeb i Blant (NSPCC) yw atal plant rhag dioddef creulondeb, cynorthwyo teuluoedd agored i niwed, ymgyrchu dros newidiadau i'r gyfraith a chodi ymwybyddiaeth ynghylch camdriniaeth a rhoi terfyn ar greulondeb tuag at

blant. Mae'r wefan yn cynnig cyswllt i adnoddau, deunyddiau a gwybodaeth amrywiol i blant a phobl ifanc, rhieni, ysgolion a llywodraethwyr.

## **Stonewall**

[www.stonewallcymru.org.uk](http://www.stonewallcymru.org.uk)

Cydraddoldeb a Chyfiawnder ar gyfer lesbiaid, dynion hoyw ac unigolion deurywiol

## **Voices from Care Cymru**

[www.voicesfromcarecymru.org.uk/main.htm](http://www.voicesfromcarecymru.org.uk/main.htm)

Sefydlwyd Voices From Care Cymru ym 1990 er mwyn helpu pobl y maent yn derbyn gofal gan awdurdodau lleol yng Nghymru neu y maent wedi derbyn gofal gan awdurdodau lleol yng Nghymru.

## **GWYBODAETH BELLACH YNGHYLCH DELIO GYDA BWLIO**

Mae dogfen Llywodraeth Cynulliad Cymru o'r enw Parchu Eraill: Canllawiau Gwrth-fwlio, Cylchlythyr Rhif 23/2003 (rhan 4) yn darparu gwybodaeth fanwl am y **strategaethau** canlynol er mwyn cynorthwyo ysgolion i ddelio gyda bwlio (<http://wales.gov.uk/dcells/publications/publications/circularsindex/03/respectingothers/nafwc2303-e.pdf?lang=en>)

- Dull gweithredu Ysgol Gyfan
- Dulliau gweithredu Cwricwlaidd tuag at Fwlio
- Gwaith Grŵp Cydweithredol (o 5 oed)
- Amser Cylch (o 5 oed)
- Cylch Ffrindiau (o 5 oed)
- Cynllun Cyfeillio (o 9 Oed)
- Cyngor Ysgol (Cynradd ac Uwchradd)
- Dull Gweithredu y Grŵp Cymorth (o 9 oed)
- Cyfryngu gan Oedolion (o 7 oed)
- Cyfryngu gan Gymheiriaid (o 7 oed)
- Cymorth gan Gymheiriaid (Cynradd ac Uwchradd)
- Cylchoedd Ansawdd (Uwchradd)
- Grwpiau Hyfforddiant Grymusol (Cynradd ac Uwchradd)
- Gweithio gyda Dioddefwyr
- Gweithio gydag Asiantaethau Allanol

Yn ogystal, mae Rhannau 9 Cylchlythyr 23/2003 yn darparu rhestr gynhwysfawr o ddeunyddiau a gwybodaeth ynghylch:

- Llawlyfrau cyffredinol
- Gwybodaeth gefndirol
- Datblygiad polisi ysgol gyfan
- Deunyddiau cwricwlwm
- Fideo a drama
- Cylchoedd ansawdd
- Gweithio gyda disgyblion y maent yn gysylltiedig gyda sefyllfaoedd bwlio
- Cymorth gan gymheiriaid
- Hyfforddi goruchwylwyr amser cinio
- Gwella gweithgareddau yn y maes chwarae ac ar safle'r ysgol
- Llywodraethwyr
- Teuluoedd
- Holiaduron a rhestrau cyfeirio
- Sefydliadau defnyddiol (i bawb, i deuluoedd, i blant ac i athrawon)
- Disgiau CD-ROM am fwlio
- Cyngor, gwybodaeth ac adnoddau i ddisgyblion, rhieni a theuluoedd
- Sefydliadau sy'n gallu helpu