



<b>Enw'r Polisi:</b>	Gwrth-Fwlio
<b>Dyddiad Derbyn:</b>	Mai 2016
<b>Adolygwyd:</b>	Tachwedd 2019
<b>Dyddiad Adolygu:</b>	Tachwedd 2022
<b>Polisi Clwstwr neu Ysgol:</b>	Polisi Ysgol Glan Clwyd

## 1.0 Cyflwyniad

Mae gan bob disgybl yr hawl i deimlo'n hapus, yn ddiogel ac yn gynwysedig, a'r hawl i weithio mewn awyrgylch heb deimlo bygythiad nac ofn. Yr ydym, yn Ysgol Glan Clwyd, yn cydnabod effaith andwyol bwlio ar hunan werth a hunan hyder person ac, o ganlyniad, ar ei allu i ddysgu'n effeithiol. Y mae perthynas rhwng cyrhaeddiad addysgol, presenoldeb a bodlondeb emosiynol plant a phobl ifanc yn gynyddol gael ei chydnabod. Rhoddir cryn bwyslais ar sicrhau bod disgyblion yn teimlo'n ddiogel yn yr ysgol am resymau addysgol yn ogystal â moesol.

Bydd cymuned yr ysgol yn hybu awyrgylch gwrth-fwlio. Mae bwlio, o unrhyw fath, yn annerbyniol a bydd unrhyw un sydd yn dioddef bwlio yn derbyn cefnogaeth lawn.

## 2.0 Nod

- (i) Sicrhau nad oes yr un plentyn yn amharu mewn unrhyw ffordd ar hapusrwydd a datblygiad addysgiadol unrhyw blentyn arall o fewn yr ysgol, drwy greu awyrgylch ddiogel a hapus i'r holl ddisgyblion, ym mhob sefyllfa yn ystod eu gweithgareddau ysgol.
- (ii) Creu awyrgylch lle mae bwlio o unrhyw fath yn annerbyniol. Petai achos o fwlio'n digwydd dylai'r plant fedru dweud, a bod yn hyderus yr ymdrinnir â'r mater yn ddiymdroi ac yn effeithiol. Cymell unrhyw un sydd yn ymwybodol bod bwlio yn digwydd, i ddweud wrth y staff.
- (iii) Argyhoeddi rhieni bod lles y plant yn flaenoriaeth a'u bod yn cael eu haddysgu mewn awyrgylch ddiogel a chydweithio gyda hwy i atal bwlio.

## 3.0 Amcanion

Bydd yr ysgol yn:

- (i) gweithredu'n rhagweithiol yn yr ymgyrch i atal bwlio,
- (ii) gweithredu polisi gwrth-fwlio ysgol gyfan, sydd yn gyfarwydd i holl staff yr ysgol, i'r disgyblion, rhieni a Llywodraethwyr
- (ii) creu awyrgylch ac ethos lle mae bwlio'n annerbyniol a chymell disgyblion i adrodd ar unrhyw achos o fwlio, gan argyhoeddi dioddefwyr y bydd yr ysgol yn gweithredu i'w cadw'n ddiogel

- (iv) codi ymwybyddiaeth staff, disgyblion a rhieni o beth yw bwlio, o arwyddion a symptomau bwlio ac o'r camau priodol i'w dilyn mewn achos o fwlio neu gyhuddiad o fwlio, gw. Atodiad
- (v) hybu hunan-barch pob plentyn a pharch at gyfoedion ac oedolion
- (vi) gweithio mewn partneriaeth â rhieni er mwyn sicrhau gweithredu effeithiol pe cyfyd achos o fwlio neu gyhuddiad o fwlio.
- (vii) codi hyder a ffydd y plant a'r rhieni yn nulliau'r ysgol o ymdrin â bwlio

## 4.0 Canllawiau

### 4.1 Diffinio Bwlio

Ymddygiad ymosodol neu sarhaus gan unigolyn neu grŵp, sy'n aml yn cael ei ailadrodd dros gyfnod, sy'n creu dolur neu niwed yn fwiadol. Mae ymchwil yn dangos y gall bwlio gael effaith ddinistriol ar fywydau pobl ifanc. I rai, gall greu effeithiau tymor hir sy'n achosi gofid a niwed i ddatblygiad cymdeithasol ac emosiynol.

### 4.2 Mathau o fwlio

Mae sawl math o fwlio. Er mwyn monitro lefelau a natur y bwlio ar draws yr Awdurdod fe fydd Adran Cynhwysiad yr Adran Addysg yn categoreiddio'r bwlio. Fe all bwlio fod yn un neu yn gymysgedd o'r categorïau isod:

- **Corfforol** – taro, cicio, dwyn, cuddio eiddo, trais rhywiol ac aflonyddwch.
- **Geiriol** (Llafar) – galw enwau, sarhau, bychanu
- **Emosiynol** – Cychwyn sibrydion di-sail, peidio siarad â rhywun, eithrio o grwpiau.

Yn ogystal â'r categorïau cyffredinol uchod y mae'r ysgol yn monitro lefelau o fwlio yn y categorïau penodol isod:

- **Technolegol**- anfon negeseuon maleisus drwy e-bost, sefydlu blog maleisus ei natur neu ddanfon testun neu neges faleisus ar ffôn
- **Hiliol** - gall fod yn fwlio corfforol, geiriol neu emosiynol ar sail hil.
- **Arall** – bwlio ar sail anableded corfforol neu feddyliol, nodweddion iechyd neu unrhyw nodwedd y gellir ei diffinio yn eglur.
- **Homoffobaidd** - gall fod yn fwlio corfforol, geiriol neu emosiynol ar sail rhywioldeb honedig neu beidio, (mwy addas i'r Uwchradd).

Gall achosion difrifol o fwlio, e.e. aflonyddu neu drais rhywiol arwain at gyfeiriad at Dîm Amddiffyn Plant y Gwasanaethau Cymdeithasol.

### 4.3 Atal Bwlio

Bydd yr ysgol yn ceisio gweithredu'n rhagweithiol yn yr ymgyrch i atal bwlio, drwy ddilyn y canllawiau a ganlyn:

- (i) Trafodir bwlio ar sawl lefel drwy'r ysgol:
  - Ysgol gyfan, (e.e. gwasanaethau, Cyngor Ysgol, cyflwyniadau dramatig).

- Dosbarth, (e.e. ABCh, Cyngor Blwyddyn, blwch cyfrinachol, Swyddog Heddlu). Hybir cydweithredu mewn gwersi drwy weithgareddau pâr/grŵp.
  - Unigol, (e.e. cefnogaeth ychwanegol i ddisgybl sydd yn neu wedi cael ei fwlio).
- (ii) Anogir disgyblion i siarad gydag aelodau staff am achosion o fwlio y maent hwy neu eraill yn ei ddiodef. Bydd y staff yn ymateb yn bositif ac yn sicrhau'r dioddefwr fod y gwyn yn cael ei chymryd o ddifri ac y gweithredir arni.
- (iii) Bydd y staff yn sensitif i arwyddion o fwlio, gan ystyried y gall y bwli ymddwyn yn y tymor byr neu hir, yn eiriol, yn ystumiol neu'n gorfforol, yn slei neu'n amlwg.
- (iv) Sicrheir goruchwyliaeth ofalus bob amser, yn enwedig mewn ardaloedd ac ar amseroedd lle gall bwlio ddigwydd. Sicrheir presenoldeb cyfeillgar ac anffurfiol wrth oruchwyllo ar y buarthau.
- (v) Anogir rhieni i hysbysu'r ysgol yn syth os tybient fod eu plentyn yn dioddef o fwlio. Yn yr un modd, anogir rhieni i hysbysu'r ysgol os ydynt yn amau bod eu plentyn hwy yn bwlio eraill. Mae cydweithrediad rhwng yr ysgol a'r cartref yn bwysig.

#### **4.4 Ymateb i Achos o Fwlio**

- (i) Os tybir bod plentyn yn cael ei fwlio, dylid tynnu sylw'r Arweinydd Cynnydd i'r mater yn syth a chofnodi'r digwyddiad/cyhuddiad.
- (ii) Bydd achosion neu gyhuddiadau o fwlio yn cael eu hymchwilio'n syth a gwneir pob ymdrech i roi terfyn ar y bwlio rhag blaen ac i sicrhau diogelwch y dioddefwr.
- (iii) Bydd yr ysgol yn ymateb mewn modd sydd yn gyfatebol i ddifrifoldeb y digwyddiad/ cyhuddiad.
- (iv) Mewn rhai achosion, gwahoddir y rhieni i drafod y mater ac i gytuno ar y dull priodol o weithredu.
- (iv) Mewn achosion mwy difrifol, ymgynghorir â chadeirydd y Llywodraethwyr a/neu'r Corff Llywodraethu cyfan, gan weithredu ar eu hargymhellion. Mewn achosion difrifol, gwahoddir y swyddog cynhwysiant yr awdurdod lleol i drafod y sefyllfa a gweithredu arno.
- (v) Ymdrinnir yn sensitif â'r dioddefwr. Gwrandewir yn ofalus ar yr hyn y mae'n ei ddweud, cynigir cysur a chyngor a cheisir addysgu strategaethau iddo i'w defnyddio mewn sefyllfaoedd o fwlio. Fe'i sicrheir ei fod wedi gwneud y peth iawn wrth ddweud ac nad arno ef mae y bai am ymddygiad y bwli.
- (vi) Ymdrinnir â'r bwli mewn modd sensitif a chadarnhaol. Rhoddir ar ddeall iddo ei fod wedi ymddwyn mewn modd annerbyniol ac anogir ef i newid ei ymddygiad. Trafodir y rheolau y mae wedi'u torri a cheisir codi ei ymwybyddiaeth o sefyllfa'r dioddefwr. Gellir gofyn i'r bwli ymddiheuro ac ymdrechir i gymodi'r disgyblion, os yn bosibl.
- (vii) Penderfynir ar gosb i'r bwli, gan esbonio pam y'i rhoddir.
- (ix) Wedi'r digwyddiad, bydd y sefyllfa'n cael ei monitro i sicrhau nad yw'r bwlio'n ailgychwyn.
- (x) Mewn amgylchiadau difrifol, rhaid ystyried gwahardd neu ddiarddel y bwli.

#### **4.5 Cefnogaeth gan yr AALI**

##### **i) Yr adran Cynhwysiant**

Mae'r adran gynhwysiant wedi ymrwymo i sicrhau fod bob plentyn yn cael cyfle i dderbyn addysg mewn awyrgylch sydd yn ddiogel ac yn rhydd o unrhyw fath o fwlio, bygythiad neu aflonyddiad.

Pan yn briodol, bydd yr adran gynhwysiant yn ymwneud ag achosion unigol gan anelu i ddatrys y sefyllfa sy'n poeni'r person ifanc trwy: -

- sicrhau bod ysgolion yn cadw at unrhyw bolisi perthnasol.
- adnabod ffactorau sy'n gefndirol i'r bwlio
- weithredu fel cyfryngwr annibynnol
- gefnogi pobl ifanc sy'n cael eu bwlio
- ddarparu cyngor arbenigol i ysgolion, rhieni a disgybl

##### **ii) Y Gwasanaeth Cefnogi Ymddygiad**

Y mae athrawon ar gael i ymweld ag ysgolion i drafod achosion penodol efo athrawon a disgyblion.

##### **iii) Y Gwasanaeth Cwnsela**

Y mae gwasanaeth cwnsela ar gael gan yr ysgol. Gall cwnselydd gynorthwyo dioddefwr neu fwli i ystyried ffyrdd iachach o ffurfio cysylltiadau ac i edrych ar faterion yn ymwneud â dichter a goddefoldeb. Gellir hefyd ymdrin â diffyg hunan-dyb, ymddiriedaeth a hyder. Gall cwnsela fod yn ddefnyddiol i sefydlu patrymau meddwl mwy cadarnhaol ac i ymchwilio i ambell i gred afiach.

##### **iv) Y Cynllun 'Ysgolion Iach'**

Mae cynllun 'Ysgolion Iach' cenedlaethol yn cael ei reoli mewn partneriaeth gyda Gwasanaeth Iechyd Cyhoeddus Cenedlaethol Cymru a'r Bwrdd Iechyd Lleol.

Mae'r cynllun yn galluogi ysgolion i gyfrannu'n bositif tuag at iechyd a lles eu disgyblion, athrawon a'r gymuned ehangach drwy ddatblygu amgylchedd sy'n hyrwyddo iechyd.

Mae 'Ysgolion Iach' yn cyflwyno agweddau iechyd a lles drwy'r

- Cwricwlwm Cenedlaethol
- Cwricwlwm amgen ac ethos ysgol
- Datblygu ar y cysylltiadau sydd yn bodoli eisoes rhwng y cartref, y gymuned ac asiantaethau arbenigol.

#### **5.0 Casgliadau**

- (i) Mae bwlio o unrhyw fath yn annerbyniol yn Ysgol Glan Clwyd ac mae strategaethau pendant yn eu lle i ddelio ag unrhyw achlysur o fwlio a allai godi.
- (ii) Rhaid gweithredu ar unwaith i achosion neu i gyhuddiadau o fwlio.

- (iii) Er mor bwysig ydyw i ymateb yn bositif at y dioddefwr, rhaid gochel rhag bod yn or- amddiffynnol a'i addysgu i ddatblygu strategaethau i'w amddiffyn ei hun rhag cael ei fwlio.
- (iv) Ni ellir anwybyddu digwyddiadau y tu allan i'r ysgol, gan eu bod yn gallu gorlifo'r ddwy ffordd. Rhaid ymateb yn briodol wrth ystyried difrifoldeb y cyhuddiad/digwyddiad.
- (iv) Mae cydweithrediad rhwng y cartref a'r ysgol yn bwysig; rhaid argyhoeddi rhieni bod yr ysgol yn barod bob amser i drafod eu pryderon. Os cyfyd achosion pan fydd rhieni'n teimlo nad yw'r ysgol wedi delio'n effeithiol gydag achos o fwlio, gofynnir iddynt ddwyn y mater i sylw'r Pennaeth. Os na all y Pennaeth ddelio â'r mater yn anffurfiol, gall y rhieni ddilyn trefn gwyno ffurfiol yr ysgol.

## **6.0 Ymgynghoriad**

- Holiadur ysgol gyfan – Llais y dysgwyr.
- Llais y dysgwyr – Diwrnod Parch.
- Gwersi ABCh a thrafodaeth dilynol.
- Llywodraethwyr ysgol.
- Staff addysgu ac ategol.

## **ATODIAD I'R POLISI GWRTH-FWLIO – CANLLAWIAU I ATHRAWON**

### **MATHAU O FWLIO**

Mae sawl math o fwlio

- Emosiynol, e.e. bod yn gas, eithrio, poenydio
- Geiriol, e.e. galw enwau, gwatwar, dweud celwydd, profocio
- Corfforol, e.e. gwthio, cicio, taro neu unrhyw ddefnydd o drais
- Hiliol, e.e. gwawdio, graffiti
- 'Cyber', e.e. y rhyngwyd, ffôn symudol, camera a fideo
- Rhywiol, e.e. sylwadau neu cyffyrddiadau amhriodol
- Homoffobig, e.e. y defnydd o ieithwedd homoffobig

### **ARWYDDION A SYMPTOMAU O FWLIO**

Dylai oedolion fod yn effro i arwyddion o fwlio, gan ymchwilio ymhellach os yw plentyn yn:

- anhapus i ddod i'r ysgol
- teimlo'n sâl yn y boreau
- absennol yn aml
- ofni cerdded i neu o'r ysgol
- newid ei arferion
- mynd yn fewnblyg
- mynd yn bryderus
- colli hyder
- dechrau siarad ag atal
- datblygu ystumiau o nerfusrwydd ('nervous tick')
- crio ei hun i gysgu neu'n dioddef o hunllefau
- gwlychu'r gwely
- colli diddordeb yn ei waith ysgol a thangyflawni
- osgoi mynd i weithgareddau/clybiau/gwersi a.y.b. ar ôl ysgol
- mynd adref gydag offer neu ddillad wedi'u malu neu wedi mynd ar goll
- colli arian cinio a.y.b. yn aml
- sôn am redeg i ffwrdd
- cuddio cleisiau neu farciau
- ymddwyn yn ymosodol neu'n afresymol
- bwlio brodyr neu chworydd neu blant llai
- colli chwant bwyd
- ofni defnyddio'r we neu'r ffôn

### **YMATEB I ACHOS / GYHUDDIAD O FWLIO**

- Nid yw Ysgol Glan Clwyd yn caniatáu bwlio ac mae'r cyfrifoldeb o sicrhau awyrgylch ddi-fwlio yn syrthio ar bob aelod o staff ac ar bob plentyn.
- Bydd yr ysgol yn ymateb mewn modd sydd yn gyfatebol i ddifrifoldeb y digwyddiad/ cyhuddiad.
- Bydd yr athro sydd yn ymdrin ac achos o fwlio yn cofnodi pob achos
- Byddwn yn cyfweld y rhai sydd yn gysylltiedig yn unigol ac yn gwrandao ar eu fersiynau'n ofalus.

- Bydd yr ysgol yn cymryd camau pendant a chadarn os bydd tystiolaeth o fwlio.
- Byddwn yn monitro sefyllfaoedd/cyhuddiadau o fwlio yn ofalus.
- CEFNOGAETH I'R DIODDEFWR
- Cymryd camau di-oed i atal y sefyllfa ac i sicrhau diogelwch y dioddefwr.
- Ei argyhoeddi ei fod yn ddiogel ac yr ymdrinnir â'r mater yn ddi-oed.
- Ei argyhoeddi mai dweud oedd y peth cywir i'w wneud a'i annog i adrodd ar unrhyw ddigwyddiadau pellach.
- Ceisio canfod difrifoldeb y digwyddiad/cyhuddiad.
- Dangos cydymdeimlad ac empathi.
- Cyd-drafod sut i geisio datrys y broblem.
- Sicrhau'r dioddefwr nad yw'n haeddu cael ei fwlio ac nad arno ef mae'r bai.
- Os yn briodol, annog y bwli a'r dioddefwr i gyfarfod ac i drafod. Sicrhau bod oedolyn yn ganolwr.
- Trafod strategaethau i osgoi digwyddiadau pellach.
- Cyngori ar sut i ymddwyn yn bendant.
- Cefnogaeth grŵp, (ffrindiau a chyfoedion).
- Sicrhau goruchwyliaeth a monitro gofalus.
- Cydweithio gyda'r rhieni.

#### **YMDRIN Â'R BWLI**

- Rhoi neges glir nad yw bwlio o unrhyw fath yn dderbyniol yn yr ysgol a'i fod yn torri rheolau'r ysgol.
- Trafod y rhesymau y tu ôl i'w ymddygiad.
- Ei annog yn gryf i newid ei ymddygiad a chynnig modelau derbyniol.
- Os yn briodol, annog y bwli a'r dioddefwr i gyfarfod ac i drafod. Sicrhau bod oedolyn yn ganolwr.
- Os yn briodol, gofynnir i'r bwlio ymddiheuro.
- Penderfynu ar gosb, gan esbonio pam y'i rhoddir
- Cysylltu â'r rhieni.
- Ei sicrhau y byddwn yn monitro'r sefyllfa a nas oddefir unrhyw fwlio pellach.
- Mesurau pellach:
- Eithrio o grŵp
- Colli breintiau, e.e. amser cinio
- Gwaharddiad rhag cymryd rhan mewn gweithgareddau all-gwricwlaidd/cynrychioli'r ysgol mewn gweithgareddau.
- Mewn achosion eithafol, gwahardd/diarddel o'r ysgol.

#### **STRATEGAETHAU I ATAL BWLIO**

Byddwn yn dilyn y dulliau canlynol i geisio atal bwlio:

- Sicrhau bod rheolau yr ysgol yn gyfarwydd i bob disgybl.
- Arwyddo cytundeb atal bwlio.
- Dilyn uned o waith trawsgwricwlaidd ar fwlio yn y gwersi ABCh
- Darllen storïau a cherddi am fwlio.
- Actio rôl.
- Trafodaethau o'r gwybodaeth sydd yn y dyddiaduron gwaith..
- Gwasanaethau torfol.
- Blwch cyfrinachol yn yr ysgol.

## **GWASANAETHAU CYMORTH**

- NSPCC
- [www.nspcc.org.uk](http://www.nspcc.org.uk) NSPCC Bullying Online
- [www.bullying.co.uk](http://www.bullying.co.uk) NSPCC Kids Zone
- [help@nspcc.org.uk](mailto:help@nspcc.org.uk)
- 0808 800 5000 Childline
- [www.childline.org.uk/Bullyingasp](http://www.childline.org.uk/Bullyingasp)
- 8001111 Kidscape
- [www.kidscape.org.uk](http://www.kidscape.org.uk) Kidscape
- Parents Helpline 0845 1 205 204
- Children's Legal Centre 0845 345 4345
- Parentline Plus 0808 800 2222
- Youth Access 020 8772 99