



Ysgol David Hughes – Polisi Gwrth-fwlio 2025



Crëwyd y polisi hwn gan lysgenhadon Gwrth-fwlio'r ysgol ar y cyd â uwch dîm arwain yr ysgol. Mae'r ddogfen hon ar gael yn Gymraeg, Saesneg, fersiwn hawdd ei darllen, a fersiynau gyda llais / fideo.

Llofnodwyd:
(Cadeirydd y Llywodraethwyr ar ran y Corff Llywodraethu)
Dyddiad:

Dyddiad adolygu:





Bwlio yn Ysgol David Hughes

Yn 2024, cwblhawyd arolwg ysgol gyfan ar faterion bwlio, fe amlygwyd nifer o faterion gan gynnwys:

- Roedd dros 25% o'r ymatebwyr wedi profi bwlio
- Nid oedd 40% o'r rhai a oedd wedi profi bwlio wedi dweud wrth neb
 - Dywedodd 50% nad oedd y materion wedi'u datrys
- Roedd 75% o'r ymatebwyr naill ai'n anhapus gyda'r ffordd y mae'r ysgol yn delio â bwlio, neu'n ansicr

Fel ysgol, rydym wedi cymryd nifer o gamau i wella'r sefyllfa i'n dysgwyr. Mae ein hymateb yn cynnwys:

Cymryd hyn o ddifrif

Rydym wedi ymrwymo i godi ymwybyddiaeth o faterion bwlio a sicrhau amgylchedd dysgu diogel a chefnogol.

Cynyddu ein gwybodaeth

Mynychu digwyddiadau allanol ac arsylwi ar arferion da mewn ysgolion eraill.

Gwrando ar ein disgyblion

Rydym wedi ffurfio grŵp gwrth-fwlio, sydd, gyda mewnbwn gan Meddwl Ymlaen a'n staff, wedi ail-ddatblygu'r polisi hwn.

Hwb i sgiliau ein staff

Mae ein staff wedi cwblhau hyfforddiant KiVA, er mwyn sicrhau dull effeithiol a chyson o fynd i'r afael â digwyddiadau bwlio.



Ynglŷn â'n Polisi

Datganiad

Mae Ysgol David Hughes yn amgylchedd lle dylai pob unigolyn deimlo'n ddiogel ac wedi'i gefnogi.

Ni chaiff bwlio fynd heb sylw yma ac ni fydd yn cael ei oddef.

Mae ein gweithredu o raglen KiVA yn rhoi proses glir i ni ar gyfer mynd i'r afael a bwlio, ynghyd ag aelodau staff penodol sydd yno i'ch cefnogi os ydych ei angen.

Eich Hawliau

O dan Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP), mae gan bob plentyn o dan 18 oed yr hawl i:

- Cael eu diogelu rhag cael eu brifo neu eu camdrin.
- Addysg o ansawdd da sy'n eich helpu i ddatblygu eich dawn a'ch gallu.
- Ymarfer eich crefydd.
- Amgylchedd diogel.

Bydd y Polisi hwn yn Cynnwys:

- Beth yw bwlio (a beth nad yw).
- Ein dull o atal bwlio.
- Y broses o adrodd bwlio, a'r camau y byddwn yn eu cymryd i fynd i'r afael ag ymddygiad bwlio.
- Y cymorth a gynigir i'r rhai sy'n profi bwlio, a'r rhai sy'n dangos ymddygiad bwlio.
- Sut y byddwn yn sicrhau bod Ysgol David Hughes yn amgylchedd lle mae pawb yn teimlo'n ddiogel.

Amcanion ac Nodau

Atal bwlio trwy godi ymwybyddiaeth ac addysg.

Nodi'n glir rolau, cyfrifoldebau a phrosesau er mwyn darparu strategaethau ymyrraeth gyson ac effeithiol.

Ymgysylltu â myfyrwyr fel cyfranogwyr gweithredol i leihau bwlio a chreu amgylchedd lle mae pawb yn teimlo'n ddiogel ac yn cael cefnogaeth.



Nid yw Bwlio yn

Anghydfod rhwng ffrindiau	Nid yw disgyn allan dros dro gyda rhywun yn fwlio. Fodd bynnag, gall droi'n ymddygiad bwlio, yn enwedig gan fod y person hwnnw'n eich adnabod yn dda ac efallai'n gwybod gwybodaeth bersonol amdanoch a all gael ei defnyddio yn eich erbyn.
Ymladd unwaith	Er bod ymddygiad o'r fath yn annerbyniol, nid yw'n cael ei ystyried yn fwlio gan nad yw'n digwydd yn gyson nac yn cael ei dargedu'n benodol at unigolyn.
Dadlau / Anghytuno	Mae hyn yn rhan naturiol o fywyd pob dydd. Er y gall fod yn annymunol neu'n emosiynol, nid yw'n cael ei ystyried yn fwlio gan fod y ddwy ochr fel arfer â'r un grym, yn cael dweud eu dweud, ac yn dod i sylweddoli pan fydd eu hymddygiad yn brifo'r llall.
Sarhad a chwerthin hwyl	Mae'n hawdd i'r ffin rhwng 'hwyl a sbri' a bwlio ddod yn aneglur. Pan fo'r grym yn gyfartal, gall gael ei ystyried yn banter. Ond pan fydd un person yn teimlo'n wannach, yn agored i niwed, ac mae'r ymddygiad yn cael ei ailadrodd, mae'r cydbwysedd yn symud tuag at ymddygiad bwlio.



Mae unigolion sy'n bwlio fel arfer yn cael eu cymell gan y dymuniad i gael eu gweld, ennill grym ac ennill statws uchel ymhlith eu cyfoedion.

Er mwyn gweithredu, mae angen i fwlio gael gwylwyr, sydd â rôl benodol yn aml. Gallant atgyfnerthu ymddygiad y bwlio trwy arwyddion geiriol neu anferfol sy'n cael eu gweld fel rhai cadarnhaol yn gymdeithasol. Mae'r arwyddion hyn yn awgrymu bod bwlio'n dderbyniol – neu hyd yn oed yn ddoniol ac yn adloniadol.

Mae rhai o'r gwylwyr hyn yn cymryd rhan fwy gweithgar drwy gynorthwyo'r bwlio. Er enghraifft, mae rhai plant yn awyddus i ymuno yn y bwlio, hyd yn oed os nad ydynt fel arfer yn ei gychwyn eu hunain.

Mae Bwlio yn Ffenomenon Grŵp

Bydd ein gweithredu o raglen KiVA yn cefnogi addysg ac ymwybyddiaeth ar draws yr ysgol gyfan, gan ddangos i bawb sut i sylwi ar, cadw cofnod o, ac ymateb i ddigwyddiadau bwlio.

Yn nodweddiadol, ychydig iawn o ddisgyblion sy'n dyst i fwlio sydd â'r ddealltwriaeth neu'r dewrder i ymyrryd, neu i sefyll ochr yn ochr â'r plentyn sy'n cael ei fwlio.

Gall cyfoedion eraill dystio'n dawl i'r hyn sy'n digwydd, heb wneud dim. Gall y bwlio ddehongli'r distawrwydd hwn fel arwydd eu bod yn cymeradwyo'r hyn sy'n digwydd.



Geiriol

Defnyddio geiriau cas, rhegi, beirniadu'r corff, galw enwau ac bygythiadau o drais.

Anuniongyrchol

Ynysu rhywun, eu gadael allan yn fwriadol, lledaenu sibrydion, rhoi edrychiadau bygythiol.

Corfforol

Brifo rhywun yn gorfforol yn gyson, gyda'r bwriad o adael effaith negyddol arnynt.

Ffyrdd o Fwlio

Rhywiol

Bygythiadau, sylwadau, jôcs ac unrhyw gyffyrddiad digroeso. Rhannu delweddau personol heb ganiatâd. consent.

Yn Seiliedig ar Ragfarn

Targedu rhywun oherwydd eu crefydd, ffydd, hunaniaeth rhywedd, anabledd, diwylliant ac eraill.

Ar-lein

Sylwadau câs, postio cynnwys heb ganiatâd, ychwanegu at grwpiau sgwrsio heb ganiatâd, creu cyfrifon ffug.s.

Emosiynol

Sarhad neu feirniadaeth barhaus, gwneud jôcs amdanynt yn barhaus neu ddefnyddio coegni gyda'r bwriad o achosi niwed.



Arwyddion bod rhywun yn profi bwlio

Gartref

- Newidiadau mewn patrwm cysgu
- Aros yn ystafell wely'n amlach
- Dibyniaeth gormodol ar dreulio amser gyda'r teulu

Yn yr Ysgol

- Yn cael ei ynysu oddi wrth gyfoedion
- Newidiadau yn y grwpiau ffrindiau
- Newidiadau yn yr ymddygiad

Gartref

- Teimlo'n sâl yn aml
- Arwyddion o hunan-niweidio
- Siarad yn negyddol amdano'u hunain
- Meddyliau am hunanladdiad

Yn yr ysgol

- Absenoldeb neu yn hwyr yn rheolaidd
- Edrych yn flinedig
- Diffyg cymhelliant
- Anhawster canolbwytio

Gartref

- Cyrraedd adref yn llwglyd
- Ddim eisiau mynd i'r ysgol
- Arwyddion o wrthdaro corfforol

Yn yr Ysgol

- Anfiadau corfforol (yn enwedig ar ôl amser chwarae neu egwyl)
- Cyrraedd yn hwyr neu'n gynnar i ddosbarthiadau
- Presenoldeb yn dirywio

Yn yr Ysgol

- Cyflwr emosiynol afreolaidd (gor-weithgar neu wedi tynnu'n ôl)
- Newidiadau yn ymddangosiad
- Gor-wyliadwrus

Gartref

- Anafiadau corfforol
- Newidiadau mewn ymddygiad (mwy dan ei ben / hwyliau'n newid yn sydyn)
- Dweud celwyddau bach / osgoi gwirionedd



Cyflwyno KiVA

Diffiniad KiVA

Mae bwlio yn golygu achosi gofid neu niwed yn fwriadol ac yn ailadroddus i'r un unigolyn. Yn ogystal, mae'n anodd i'r plentyn sy'n cael ei fwlio amddiffyn ei hun. Mae hyn yn ymwneud â'r anghydbwysedd grym rhwng y partïon – fel arfer mae gan y plentyn sy'n cael ei fwlio lai o rym cymdeithasol neu gryfder corfforol na'r bwli neu'r bwllis.

Beth yw KiVA?

Mae KiVA yn raglen ymchwil–seiliedig gwrth–fwlio a ddatblygwyd yn y Ffindir. Mae'n canolbwyntio ar atal bwlio trwy addysg ac newid agweddau'r grŵp, nid dim ond cosbi'r bwli.

Mae'r rhaglen yn dysgu disgyblion sut i:

- Adnabod bwlio
- Cefnogi'r rhai sy'n cael eu targedu
- Cymryd safiad fel grŵp yn erbyn bwlio

Mae hefyd yn darparu offer i athrawon i reoli digwyddiadau yn effeithiol ac i feithrin amgylchedd ysgol diogel, parchus a chynhwysol.

Am fwy o wybodaeth am raglen KiVA, ewch i: <https://www.kivaprogram.net/what-is-kiva/>





Y Broses Gwrth-fwlio

Atal:

Er mwyn atal bwlio rhag digwydd Mae'r camau ataliol, fel cwricwlwm KiVA, yn cael eu hanelu at bob disgybl ac yn canolbwyntio ar atal bwlio. Enghreifftiau penodol o'r rhain yw gwersi i ddisgyblion a gemau ar-lein. Mae'r mesurau hyn yn ffurfio asgwrn cefn KiVA.

Ymyrraeth:

Offer i fynd i'r afael â bwlio Mae camau ymyrraeth KiVA yn cael eu targedu'n benodol at y plant a'r bobl ifanc sydd wedi cymryd rhan mewn digwyddiadau bwlio. Nod y camau hyn yw darparu dulliau datrys-ganolig i ysgolion a disgyblion i roi diwedd ar fwlio.

Adrodd:

Cam 1: Ewch i Porth i adrodd y digwyddiad / digwyddiadau.

Cam 2: Bydd staff Porth yn penderfynu os yw'r digwyddiad(au) a ddisgrifir yn cwrdd â diffiniad bwlio.

Cam 3: Os penderfynir bod y digwyddiad yn cwrdd â'r diffiniad o fwlio, bydd yn cael ei gyfeirio ymlaen at y tîm KiVA. Os nad yw'n bodloni'r meini prawf, caiff ei drafod gan staff y Porth yn unol â pholisi'r hyrwyddo ymddygiad da yr ysgol.

Cam 4: Bydd aelod dynodedig o dîm KiVA yn siarad â'r unigolion dan sylw y bore canlynol yn ystod amser cofrestru, ac yn dilyn proses ymyrraeth KiVA.

Monitro:

Mae KiVA yn cynnig offer i fonitro'r sefyllfa yn yr ysgolion trwy arolygon ar-lein blynyddol ar gyfer disgyblion a staff. Mae'r adborth hwn yn rhoi gwybodaeth i ysgolion am sut i wella eu gwaith gwrth-fwlio.



Atal Bwlio

Gweithgareddau yn ystod wythnos gwrth-fwlio
Cael polisi gwrth-fwlio byw a pherthnasol
Sicrhau bod plant iau yn cael mentora
Sicrhau bod clwbiau / mannau diogel ar gael yn ystod egwyl a chinio
Sicrhau bod grwpiau oedran gwahanol yn cael cyfleoedd i weithio gyda'i gilydd, er enghraifft diwrnod sgiliau
Gweithredu rhaglen KiVA sy'n cynnwys: tîm dynodedig o staff sy'n delio'n benodol â digwyddiadau bwlio, gwersi ar KiVA, gemau ar-lein KiVA, a llysgennad gwrth-fwlio

Adrodd am Fwlio

- Cam 1: Ewch i Borth a riportiwch y digwyddiad / digwyddiadau.
- Cam 2: Bydd staff ym Mhorth yn penderfynu a yw'r digwyddiad / digwyddiadau a ddisgrifir yn bodloni diffiniad bwlio.
- Cam 3: Os penderfynir bod y digwyddiad yn bodloni'r diffiniad o fwlio, bydd yn cael ei gyfeirio ymlaen at dîm KiVA. Os nad yw'n bodloni'r meini prawf ar gyfer bwlio, caiff y digwyddiad ei drafod yn unol â pholisi'r ysgol ar hyrwyddo ymddygiad da, sydd ar gael ar wefan yr ysgol.
- Cam 4: Bydd aelod dynodedig o dîm KiVA yn siarad â'r rhai a fu'n rhan o'r digwyddiad y bore canlynol yn ystod amser cofrestru, ac yn dilyn y broses ymyrraeth yn erbyn bwlio.



Ymyrraeth

Dulliau Ymyrraeth y gall ysgolion eu defnyddio:

Cyfryngu – Mae hyn yn cynnwys helpu'r targed a'r troseddwr i siarad am y broblem a dod i gytundeb. Nod cyfryngu yw datrys gwrthdaro ac annog dealltwriaeth a chytundeb.

Dulliau adferol – Wedi'u seilio ar werthoedd sy'n gwahanu'r unigolyn oddi wrth yr ymddygiad. Maent yn hyrwyddo cyfrifoldeb personol ac yn ceisio adfer unrhyw niwed a achoswyd mewn sefyllfa.

Adeiladu gwytnwch – Cryfhau gallu'r disgybl i ymlaen â bywyd, addasu neu wella ar ôl cael ei fwlio neu wynebu trawma neu straen arall. Mae'n cynnwys sicrhau bod disgyblion yn teimlo'n ddiweddar, derbyniol ac yn emosiynol gadarn.

Cefnogaeth gan gyfoedion – Mae'n ymwneud â gwneud i blant a phobl ifanc deimlo'n dderbyniol ac yn rhan o'r gymuned ysgol. Gellir ei annog mewn ffyrdd ffurfiol ac anffurfiol, megis systemau mentoriaid neu ffrindiau. Gall hyn leihau bwllo a gwrthdaro drwy feithrin perthyn a chydlyniant.

Cosbau ysgol – Mae'r ysgol yn defnyddio cosbau disgyblu, fel y nodir yn eu polisïau, i ymateb i fwlio. Mae'r canlyniadau yn adlewyrchu difrifoldeb y digwyddiad er mwyn dangos bod bwllo yn annerbyniol.

Monitro

Bydd llysgenhadon bwllo a phennaeth blwyddyn yn cyfarfod â thîm KiVA bob chwe mis i adolygu'r defnydd o'r polisi a digwyddiadau o fwlio.

Adnabod tueddiadau mewn achosion o fwlio – grwpiau blwyddyn, troseddwyr cyffredin ymddygiad bwllo, a oes rhai sy'n dargedau cyson o ymddygiad bwllo?

Trefnu cyfarfodydd rheolaidd gyda'r rhai sy'n dangos ymddygiad bwllo a'r rhai sy'n cael eu bwlio.

Arolygon blynyddol ar-lein i ddisgyblion a staff



Rolau a Chyfrifoldebau: Staff

- Monitro a Goruchwyllo – Mae staff yn gwyllo rhyngweithio disgyblion yn weithredol er mwyn nodi ac atal bwlio.
- Ateb i Riportiadau – Maent yn cymryd pob adroddiad o fwlio o ddifrif ac yn ymateb yn gyflym ac yn briodol.
- Cefnogi'r Dioddefwyr – Mae staff yn darparu cefnogaeth a chanllawiau i ddisgyblion sydd wedi cael eu bwlio.
- Gweithredu Ymyriadau – Maent yn gwneud ymyrraethau i roi terfyn ar fwlio a helpu i newid ymddygiad bwlio.
- Hyrwyddo Amgylchedd Cadarnhaol – Mae staff yn meithrin diwylliant ysgol diogel, pharchus ac cynhwysol.
- Cofnodi a Dilyn i Fyny – Mae staff yn dogfennu digwyddiadau ac yn dilyn i sicrhau bod y bwlio wedi dod i ben.



Rolau a Chyfrifoldebau: Rhieni a Gofalwyr

- Cefnogi Plant – Gwrando ar eu plant a'u cefnogi os ydynt yn profi neu'n dystion i fwlio.
- Cyfathrebu â'r Ysgol – Rhoi gwybod i'r ysgol yn brydlon am bryderon bwlio a gweithio mewn partneriaeth â staff.
- Annog Ymddygiad Cadarnhaol – Dysgu ac arddangos ymddygiad parchus a caredig yn y cartref.
- Atgyfnerthu Polisiâu'r Ysgol – Cefnogi ymdrechion a pholisiâu gwrth-fwlio'r ysgol.
- Aros Wybodus – Cadw'n gyfredol gyda mentrau gwrth-fwlio'r ysgol a chyfathrebu'n rheolaidd.
- Dysgu Mwy – Mae canllaw rhieni KiVA yn adnodd defnyddiol iawn ac fe'i ceir yma:
<https://data.kivaprogram.net/parents/>



Rolau a Chyfrifoldebau: Disgyblion

- Adrodd ar fwlio – Anogir disgyblion i adrodd unrhyw fwlio y maent yn ei brofi neu'n ei weld i oedolion y maent yn ymddiried ynddynt neu drwy system KiVA.
- Cefnogi'r Dioddefwyr – Dylai disgyblion gefnogi cyd-ddisgyblion sy'n cael eu bwlio trwy gynnig cyfeillgarwch a'u helpu i deimlo'n ddiogel.
- Osgoi Bwlio Eraill – Rhaid i ddisgyblion osgoi ymddygiad bwlio eu hunain a deall effaith niweidiol hyn.
- Cymryd Rhan yn Bositif – Disgwylir i ddisgyblion gyfrannu at amgylchedd ysgol cadarnhaol drwy fod yn barchus ac yn garedig.
- Cymryd Rhan mewn Atebion – Gall disgyblion gymryd rhan mewn rhaglenni neu weithgareddau sydd wedi'u cynllunio i atal bwlio a hyrwyddo ymwybyddiaeth.



Hyrwyddo Lles Cadarnhaol



Cysylltu â'ch cymuned



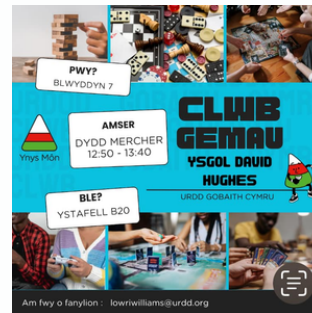
Bod yn egniol



Dathlu amrywiaeth



Treulio amser yn y natur



Cymdeithasu



Bod yn greadigol



Cefnogaeth yn yr Ysgol

Y Porth yw'r pwynt cyntaf i geisio cael cymorth yn yr ysgol. Mae'r cymorth canlynol ar gael:

- Sesiynau drwodd gyda'r nyrs ysgol
- Cwrsela ysgol
- Gweithdai gwytnwch (resilience)
- Y Gorad (cefnogaeth ar gyfer anghenion dysgu ychwanegol)
- Unrhyw aelod o staff
- Ffrind
- Tîm KiVA

Gwybodaeth Ddefnyddiol

- Bwlio a'r gyfraith - https://anti-bullyingalliance.org.uk/sites/default/files/uploads/attachments/ABA_BullyingandTheLaw%20-%20V2_1.pdf
- Yr effaith o fwlio <https://anti-bullyingalliance.org.uk/tools-information/all-about-bullying/prevalence-and-impact-bullying/impact-bullying>
- KiVA - Y dull rydym wedi'i fabwysiadu <https://www.kivaprogram.net/>
- <https://www.kidscape.org.uk/>
- <https://anti-bullyingalliance.org.uk/>



Cefnogaeth Allanol

Papyrus: Charity which prevents suicide in the UK Call: 0800 068 4141 Text: 88247

Childline: Helpline for under 19's in UK 0800 1111 / www.childline.org.uk

NSPCC: 0808 800 5000 / www.nspcc.org.uk

Bullies out!: Online or virtual support www.bulliesout.com

EACH: For children experiencing homophobic or transphobic bullying 0808 1000 143 / www.each.education

Internet matters: www.internetmatters.org.uk

Show racism the red card: www.theredcard.org

National Bullying Helpline: Helpline: 0300 323 0169
Telephone: 0845 225 5787

Kidscape: www.kidscape.org.uk

Samaritans: 116 123 / www.samartians.org

Action for children: parents.actionforchildren.org.uk/



Gweithdrefn Cwynion

Dylai unrhyw unigolyn sy'n dymuno gwneud cwyn gysylltu â'r Pennaeth yn y lle cyntaf. Os na chaiff y mater ei ddatrys, gellir cyfeirio'r cwyn at Gadeirydd y Bwrdd Llywodraethwyr, y gellir ei gysylltu ag ef drwy'r ysgol.

Mae gan y Corff Llywodraethu'r cyfrifoldeb statudol ac eithafol i glywed cwynion, barnu arnynt a phenderfynu ar y camau i'w cymryd. Gellir gweld copi llawn o'r Polisi Cwynion trwy gysylltu ag ysgol.