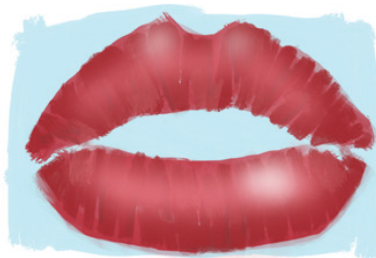
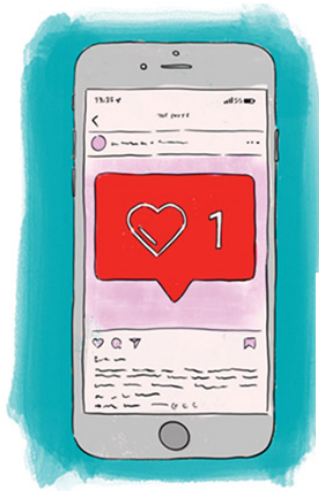
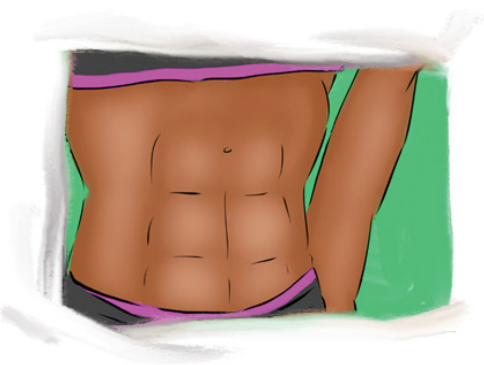


## “Dydyn ni ddim yn dweud wrth ein hathrawon”

Profiadau o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ymhlith disgyblion ysgolion uwchradd yng Nghymru

Rhagfyr 2021



**Diben Estyn yw arolygu ansawdd a safonau mewn addysg a hyfforddiant yng Nghymru. Mae Estyn yn gyfrifol am arolygu:**

- ▲ ysgolion a safleoedd meithrin a gynhelir gan, neu sy'n cael arian gan awdurdodau lleol
- ▲ ysgolion cynradd
- ▲ ysgolion uwchradd
- ▲ ysgolion arbennig
- ▲ unedau cyfeirio disgyblion
- ▲ ysgolion pob oed
- ▲ ysgolion annibynnol
- ▲ addysg bellach
- ▲ colegau arbenigol annibynnol
- ▲ partneriaethau dysgu oedolion yn y gymuned
- ▲ gwasanaethau addysg llywodraeth leol
- ▲ addysg a hyfforddiant athrawon
- ▲ Cymraeg i oedolion
- ▲ dysgu yn y gwaith
- ▲ dysgu yn y sector cyfiawnder

Mae Estyn hefyd:

- ▲ yn adrodd i Senedd Cymru ac yn rhoi cyngor ar ansawdd a safonau mewn addysg a hyfforddiant yng Nghymru i Lywodraeth Cymru ac eraill
- ▲ yn cyhoeddi achosion o arfer dda yn seiliedig ar dystiolaeth arolygu

Cymerwyd pob rhagofal posibl i sicrhau bod y wybodaeth yn y ddogfen hon yn gywir adeg ei chyhoeddi. Dylid cyfeirio unrhyw ymholiadau neu sylwadau ynglŷn â'r ddogfen hon/cyhoeddiad hwn at:

Yr Adran Gyhoeddiadau

Estyn

Llys Angor

Heol Keen

Caerdydd

CF24 5JW neu drwy anfon e-bost at [cyhoeddiadau@estyn.llyw.cymru](mailto:cyhoeddiadau@estyn.llyw.cymru)

**Mae'r cyhoeddiad hwn a chyhoeddiadau eraill gan Estyn ar gael ar ein gwefan: [www.estyn.llyw.cymru](http://www.estyn.llyw.cymru).**

© Hawlfraint y Goron 2021: Gellir aildefnyddio'r adroddiad hwn yn ddi-dâl mewn unrhyw fformat neu gyfrwng ar yr amod y caiff ei aildefnyddio'n gywir ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol. Rhaid cydnabod y deunydd fel hawlfraint y Goron a rhaid nodi teitl yr adroddiad/y cyhoeddiad penodol.

<b>Cyflwyniad</b>	<b>1</b>
<b>Cefndir</b>	<b>3</b>
<b>Prif ganfyddiadau</b>	<b>6</b>
Disgyblion	6
Ysgolion	7
Awdurdodau lleol	9
<b>Argymhellion</b>	<b>11</b>
<b>Yr hyn a ddywedodd disgyblion wrthym ni – canfyddiadau o weithgareddau grwpiau ffocws disgyblion a holiadur ar-lein</b>	<b>13</b>
Dealltwriaeth disgyblion o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion	13
Aflonyddu rhywiol yn yr ysgol	15
Dillad a rhywioli merched	17
Aflonyddu rhywiol ar-lein	18
Pam nad yw disgyblion yn dweud wrth eu hathrawon am aflonyddu rhywiol a ble maen nhw'n mynd am gymorth	21
Barn pobl ifanc am addysg bersonol a chymdeithasol, a'u profiad ohoni	24
Beth mae disgyblion eisiau i'w hysgolion ei wybod	26
Beth mae disgyblion eisiau i'w hysgolion ei wneud	28
<b>Darpariaeth ac arweinyddiaeth mewn ysgolion uwchradd</b>	<b>30</b>
Diwylliant diogelu	30
Gofal, cymorth ac arweiniad	33
Y cwricwlwm	38
Arweinyddiaeth	44
Y cymorth sydd ei angen ar ysgolion	47
<b>Pam nad yw disgyblion yn dweud wrth eu hathrawon am aflonyddu rhywiol, a pham nad yw ysgolion yn gwybod am raddau'r broblem</b>	<b>49</b>
<b>Atodiad 1: Methodoleg</b>	<b>51</b>
<b>Atodiad 6: Diffiniadau a Geirfa</b>	<b>53</b>
<b>Atodiad 7: Cyfeiriadau</b>	<b>55</b>

---

## Cyflwyniad

---

Mae'r adroddiad hwn yn ystyried achosion o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ym mywydau pobl ifanc oedran uwchradd, ac yn adolygu'r diwylliant a'r prosesau sy'n helpu gwarchod a chynorthwyo pobl ifanc mewn ysgolion yng Nghymru. Mae aflonyddu rhywiol yn digwydd pan fydd person yn ymgymryd ag ymddygiad digroeso o natur rhywiol sydd gyda'r bwriad neu'r effaith o:

- amharu ar urddas rhywun; neu
- Greu amgylchedd bygythiol, cas, diraddiol, ymosodol neu sy'n cywilyddio iddynt

Mae aflonyddu rhywiol yn anghyfreithlon o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010. Yn ein gwaith gyda disgyblion, dyma sut y diffinir aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion:

- gwneud sylwadau neu jôcs rhywiol naill ai wyneb yn wyneb neu ar-lein
- codi sgertiau neu dynnu llun o dan ddillad rhywun heb yn wybod iddi/iddo
- gwneud sylwadau cas am gorff, rhywedd, rhywioldeb neu olwg rhywun i achosi cywilydd, gofid neu fraw iddo/iddi
- camdriniaeth yn seiliedig ar ddelwedd, fel rhannu llun neu fideo o rywun yn noeth / hanner noeth heb gydsyniad y sawl sydd yn y llun
- anfon ffotograffau / fideos rhywiol, cignoeth neu bornograffig digroeso at rywun

Ysgrifennwyd yr adroddiad i ymateb i gais gan y Gweinidog Addysg ym mis Mehefin 2021. Mae'r adolygiad hwn yn berthnasol i ddysgwyr, rhieni ac ysgolion yn ogystal â Llywodraeth Cymru, gwasanaethau statudol a sefydliadau'r trydydd sector sy'n ymwneud yn uniongyrchol â phlant a phobl ifanc.

Mae'r adroddiad yn cynnwys adolygiad o arweiniad a chymorth presennol ar gyfer ysgolion ac asiantaethau perthnasol eraill sy'n gweithio'n uniongyrchol gyda phlant a phobl ifanc. Mae'n amlygu'r modd y mae ysgolion effeithiol yn datblygu a chynnal diwylliant diogelu cryf sy'n hyrwyddo parch a phwysigrwydd perthnasoedd iach a chadarnhaol. Mae'r adroddiad yn rhannu'r modd y mae arweinyddiaeth gref a dulliau rhagweithiol yn annog ac yn grymuso disgyblion i ymddiried yn eu hathrawon, herio eu cyfoedion, a rhoi gwybod am bob math o aflonyddu rhywiol. Hefyd, mae'r adroddiad hwn yn esbonio'r diffygion sy'n cael effaith negyddol ar les disgyblion.

Mae'r adroddiad yn amlygu arfer effeithiol a diffygion a welwyd gan arolygwyr yn ystod ymweliadau ag ysgolion. Bydd yr adroddiad o bwysigrwydd penodol i ysgolion wrth iddynt baratoi ar gyfer cyflwyno Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles yn rhan o'r Cwricwlwm i Gymru. Mae hyn oherwydd y bydd addysg cydberthynas a rhywioldeb yn dod yn rhan orfodol o'r cwricwlwm ar gyfer yr holl ddisgyblion o 3 blwydd oed mewn ysgolion cynradd o fis Medi 2022 ac i Flynyddoedd 7 ac 8 mewn ysgolion uwchradd, naill ai o fis Medi 2022 neu fis Medi 2023 os yw ysgolion yn dymuno gohirio'i gyflwyno.

Mae'r adolygiad yn canolbwyntio ar ddisgyblion oedran uwchradd yn unig. Ymwelom ni â 35 o ysgolion i gyd, yr oedd 27 ohonynt yn ysgolion uwchradd a gynhelir, dwy yn

ysgolion pob oed a gynhelir, a 6 yn ysgolion annibynnol. Daeth arolygwyr o Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC) gyda ni i dair ysgol annibynnol gyda darpariaeth breswyl.

Ymwelom ag o leiaf un ysgol uwchradd ym mhob awdurdod lleol yng Nghymru. Pan oedd gan awdurdod lleol fwy na 9 ysgol uwchradd, ymwelom ni ag ail ysgol. Yn ychwanegol, dewisom ni nifer gymesur o ysgolion a enwir ar wefan [Everyone's Invited](#) ble mae disgyblion neu gyn-ddisgyblion wedi rhannu tystiolaethau o brofiad personol o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion. Roedd ein sampl yn cynnwys ysgolion cyfrwng Cymraeg ac ysgolion ffydd.

Mae'r adroddiad yn crynhoi canfyddiadau o weithgareddau grwpiau ffocws disgyblion. Cafodd arolygwyr drafodaethau uniongyrchol â dysgwyr oedran uwchradd mewn gweithdai rhyngweithiol. Yn y gweithdai, cymerodd disgyblion ran mewn trafodaethau agored a chwblhau llyfryn gwaith wedi'i gynllunio'n ofalus am eu profiadau a'u dealltwriaeth o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion. Trwy gydol yr adroddiad hwn, rydym wedi defnyddio dyfyniadau uniongyrchol gan ddisgyblion, ac o ganlyniad, mae'r adroddiad yn cynnwys geiriau ac ymadroddion a allai beri gofid i ddarllenwyr.

Hefyd, mae'r adroddiad yn roi crynodeb a dadansoddiad o holiadur y gofynnwyd i ddisgyblion ei lenwi yn rhan o'r gweithgareddau grwpiau ffocws. Siaradodd arolygwyr â staff ysgol am y ddarpariaeth ar gyfer addysg bersonol a chymdeithasol (ABCCh), yn cynnwys addysg cydberthynas a rhywioldeb. Hefyd, gofynnwyd ni i staff am natur a mynychter aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion a sut mae ysgolion yn rheoli hyn.

Ymwelom ag ysgolion rhwng 27 Medi ac 8 Hydref 2021. Roedd hyn yn ystod cyfnod pan oedd niferoedd uchel iawn o achosion COVID-19 ymhlith plant ysgol a staff ysgol ledled Cymru. Roeddem wedi trefnu ymgysylltu â 1,600 o ddisgyblion trwy ein hymweliadau, ond oherwydd nifer uchel yr absenoldebau, gweithiom gyda thua 1,300 o ddisgyblion. Rydym yn hynod ddiolchgar i staff a disgyblion ysgol am eu cefnogaeth a'u cydweithrediad yn ystod cyfnod heriol iawn. Ymatebodd pob pennaeth yn gadarnhaol i'n cais i'w hysgol gymryd rhan yn y gwaith hwn gan eu bod i gyd yn cytuno bod delio ag aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn fater pwysig.

Ymgysylltom ni â sawl rhanddeiliad allanol perthnasol (gweler Atodiad 1). Cynhaliom ni hefyd gyfweiliadau gyda swyddogion o leiarif o awdurdodau lleol ar draws Cymru. Hoffem gydnabod y gefnogaeth a gafwyd gan yr Athro EJ Renold, Prifysgol Caerdydd cyn ac wrth gyd-greu y llyfryn grwpiau ffocws. Rydym yn ddiolchgar i'r Athro am eu caniatâd i gyhoeddi'r llyfrynnau grwpiau ffocws tiwtoriaid a disgyblion at ddefnydd ysgolion. Rydym hefyd yn ddiolchgar i'r Athro Renold a chydweithwyr o Swyddfa'r Comisiynydd Plant a NSPCC Cymru am yr hyfforddiant wedi'i deilwra a ddarparwyd ganddynt i arolygwyr yn cynnal ymweliadau ag ysgolion.

Rydym wedi cyhoeddi dogfen [Adnoddau Ategol](#) ochr yn ochr â'r adroddiad hwn sy'n cynnwys manylion canllawiau Llywodraeth Cymru, canfyddiadau ymchwil ac adnoddau defnyddiol i ysgolion. Yn ogystal, mae'r ddogfen Adnoddau Ategol yn cynnwys canfyddiadau llawn y gweithgareddau grwpiau ffocws disgyblion, y dadansoddiad llawn o'r holiadur disgyblion a'r llyfrynnau grwpiau ffocws disgyblion a thiwtoriaid.

---

## Cefndir

---

Mae pobl ifanc, Llywodraeth Cymru a llawer o sefydliadau wedi rhannu eu pryderon yn gyhoeddus am fynychter honedig aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ymhlith plant a phobl ifanc yng Nghymru. Dywed disgyblion wrthym ni fod hyn yn digwydd wyneb yn wyneb yn ystod oriau ysgol, ond dywedant hefyd fod hyn yn digwydd mwy ar-lein ac ar ôl yr ysgol.

Mae aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion, yn cynnwys aflonyddu rhywiol ar-lein, yn broblem gymdeithasol sy'n gyffredin ym mywyd oedolion hefyd. Mae nifer yr oedolion, yn enwedig menywod sydd wedi profi rhyw fath o aflonyddu rhywiol mewn gofod cyhoeddus neu ar-lein yn eithriadol o uchel, yn enwedig ymhlith pobl 18-24 mlwydd oed. Canfu adroddiad diweddar yn dwyn y teitl 'Prevalence and reporting of sexual harassment in public places' gan Grŵp Seneddol Trawsbleidiol ar gyfer UN Women UK fod 71% o fenywod o bob oedran yn y Deyrnas Unedig wedi profi rhyw fath o aflonyddu rhywiol mewn gofod cyhoeddus. Dywedodd cynifer ag 86% o fenywod 18-24 mlwydd oed eu bod wedi profi aflonyddu rhywiol. Fodd bynnag, mae nifer y menywod a roddodd wybod i'r heddlu am y digwyddiad yn frawychus o isel. Dyma'r ddau brif reswm a ddyfynnwyd gan fenywod o bob oedran am beidio â rhoi gwybod i'r heddlu am ddigwyddiadau:

**Doeddwn i ddim yn meddwl bod y digwyddiad yn ddigon difrifol i roi gwybod i'r heddlu (55%) a**

**Doeddwn i ddim yn meddwl y byddai rhoi gwybod am y digwyddiad yn helpu (45%).** (APPG for UN Women UK, 2021, t.6)

Fodd bynnag, cytunodd 44% o fenywod y byddent yn cael eu hannog i roi gwybod i'r heddlu am y digwyddiad pe bai hyn yn ei atal rhag digwydd eto.

Ers Mehefin 2021, mae'r mudiad gwrth-dreisio cymunedol '[Everyone's Invited](#)' (dim dyddiad) wedi gwahodd pobl sydd wedi goroesi treisio ac aflonyddu rhywiol i rannu eu storïau ar y wefan gyda'r nod o ddadorchuddio diwylliant treisiol drwy sgwrsio, addysg a chefnogaeth. Mae dros 15,000 o dystiolaethau dienw wedi cael eu cyflwyno a'u rhannu ar y wefan. Ar adeg y cynllunio ar gyfer y gwaith hwn, roedd y wefan yn cynnwys tystiolaethau gan ddisgyblion neu gyn-ddisgyblion am aflonyddu rhywiol honedig rhwng cyfoedion mewn 84 o ddarparwyr addysg yng Nghymru. Mae'r ysgolion a enwyd yn cynnwys ysgolion uwchradd ac annibynnol prif ffrwd ac ychydig iawn o ysgolion cynradd. Mae'r wefan yn cynnwys tystiolaethau gan ddisgyblion mewn ychydig iawn o golegau addysg bellach yng Nghymru hefyd.

Mae cefnogaeth ar gyfer diwygio a newid agweddau tuag at aflonyddu a cham-drin rhywiol, yn enwedig tuag at fenywod, wedi cynyddu'n sylweddol dros y tair blynedd ddiwethaf trwy weithgareddau gan sefydliadau fel 'mudiad [Me Too](#)' (2021) (mudiad cymdeithasol yn erbyn cam-drin rhywiol ac aflonyddu rhywiol lle mae unigolion yn rhoi cyhoeddusrwydd i honiadau o droseddau rhywiol. Nod y mudiad yw grymuso dioddefwyr i siarad, a chael empathi a chydgefnogaeth gan bobl eraill). Fodd bynnag,

mae ymchwil yn dangos nad yw menywod a dynion sy'n profi aflonyddu rhywiol yn bwrw ymlaen â'u cwynion trwy'r llysoedd mewn llawer o achosion.

Trwy ein gwaith gyda disgyblion yn ystod ymweliadau ag ysgolion, gwelwn fod problem debyg yn bodoli mewn ysgolion uwchradd<sup>1</sup>. Nid yw disgyblion yn dweud wrth eu hathrawon yn systematig am aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion. Mae hyn yn digwydd am nifer o resymau, sef:

- mae pobl ifanc yn teimlo bod aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion wedi cael ei normaleiddio a bron i'w ddisgwyl
- caiff eu hymddygiadau a'u hagweddau eu dylanwadu'n sylweddol gan yr hyn maent yn ei weld yn digwydd ar gyfryngau cymdeithasol
- mae plant a phobl ifanc yn troi yn fwy at y rhyngwyd am gymorth ac arweiniad yn hytrach nag ymgynghori â rhieni neu oedolion eraill
- dywed disgyblion nad yw athrawon yn cymryd aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn ddigon difrifol

## Polisi a chanllawiau Llywodraeth Cymru

O fewn [Deddf Cwricwlwm ac Asesu \(Cymru\) 2021](#) (Senedd Cymru, 2021), bydd gan y Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles (MDaPh) yr un statws yn ôl y gyfraith ag sydd gan y 5 MDPH arall (Ieithoedd, Llythrennedd a Chyfathrebu, Mathemateg a Rhifedd, Gwyddoniaeth a Thechnoleg, y Dyniaethau, y Celfyddydau Mynegiannol). Mae'r Cwricwlwm i Gymru yn canolbwyntio ar 'Bedwar Diben' neu nodau'r cwricwlwm newydd. Un o'r pedwar diben hyn o dan adran 2(1) o'r Ddeddf yw 'galluogi disgyblion a phlant i ddatblygu i fod yn unigolion iach, hyderus sy'n barod i fyw bywyd cyflawn fel aelodau gwerthfawr o gymdeithas'. (Llywodraeth Cymru, 2020a). Bydd addysg cydberthynas a rhywioldeb yn elfen orfodol o'r Cwricwlwm i Gymru ar gyfer disgyblion o 3 oed ymlaen mewn ysgolion cynradd, yn ogystal ag ysgolion meithrin a lleoliadau meithrin sy'n cael eu cynnal o fis Medi 2022. Gall ysgolion uwchradd sydd yn barod i ddechrau Cwricwlwm i Gymru i ddisgyblion Blwyddyn 7 wneud hynny o fis Medi 2022, fodd bynnag, nid fydd addysg cydberthynas a rhywioldeb yn orfodol hyd nes 2023 pan fydd yn berthnasol i Flwyddyn 7 a Blwyddyn 8 yn y lle cyntaf. Mae'r Cod Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb arfaethedig yn datgan:

Mae gan ysgolion a lleoliadau rôl bwysig i'w chwarae wrth greu amgylcheddau diogel ac grymusol sydd yn cefnogi hawliau dysgwyr i fwynhau perthnasoedd cyflawn, iach a diogel trwy gydol eu bywydau. Mae hyn yn greiddiol er mwyn adeiladu cymdeithas sydd yn trin eraill gyda dealltwriaeth ac empathi, beth bynnag eu hethnigrwydd; eu cefndir cymdeithasol economaidd; eu hanabledd; neu eu rhyw, eu rhywedd neu eu rhywioldeb.

Yn ychwanegol, mae Adran 64 y Ddeddf Cwricwlwm ac Asesu (Senedd Cymru, 2021) yn cynnwys dyletswyddau i bob aelod o staff ddatblygu gwybodaeth a dealltwriaeth o hawliau plant o dan Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP) ac UNCRPD (pobl ag anableddau).

<sup>1</sup> Pan gyfeirir at ysgolion uwchradd, rydym yn cynnwys disgyblion oedran ysgolion uwchradd mewn ysgolion pob oed.

Mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi sawl dogfen berthnasol â chanllawiau i gynorthwyo ysgolion i sefydlu diwylliant o ddiogelu, a hyrwyddo pwysigrwydd perthynas iach ac agweddau cadarnhaol tuag at amrywiaeth, yn cynnwys:

[Canllawiau i leoliadau addysg am gam-drin rhywiol, camfanteisio ac ymddygiad rhywiol niweidiol gan gyfoedion](#) (Llywodraeth Cymru 2020b)

[Rhannu delweddau noeth a hanner noeth: Ymateb i ddigwyddiadau a diogelu plant a phobl ifanc – Cadw'n ddiogel ar-lein – Hwb \(llyw.cymru\)](#) (Llywodraeth Cymru 2020c)

[Trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol: canllawiau i lywodraethwyr | LLYW.CYMRU \(2016\)](#) (Llywodraeth Cymru, 2016)

[Hawliau, parch, cydraddoldeb: Canllawiau statudol ar gyfer cyrff llywodraethu ysgolion a gynhelir 2019](#) (Llywodraeth Cymru 2019a)

Rydym wedi cyhoeddi nifer o adroddiadau perthnasol ar y themâu hyn hefyd. Mae adrannau penodol Llywodraeth Cymru a sefydliadau cymorth arbenigol wedi creu adnoddau buddiol ar gyfer ysgolion hefyd. Mae rhestr gynhwysfawr o adroddiadau, dogfennau canllawiau ac adnoddau perthnasol wedi eu cynnwys yn y ddogfen [Adnoddau Ategol](#), ynghyd â manylion bras am eu cynnwys. Mae'r rhain i gyd wedi eu cynnwys i helpu ysgolion i gynllunio a chyflenwi cymorth a darpariaeth ar gyfer hyrwyddo parch, perthnasoedd cadarnhaol ac amrywiaeth.



## Prif ganfyddiadau

### Disgyblion

- 1 Dywed tua hanner yr holl ddisgyblion fod ganddynt brofiad personol o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion, a dywed tri chwarter o'r holl ddisgyblion eu bod wedi gweld disgyblion eraill yn profi hyn. Mae bron pob un o'r disgyblion yn deall sut gall aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion gael effaith negyddol ar iechyd emosiynol ac iechyd meddwl pobl ifanc.
- 2 Dywed mwyafrif o ddisgyblion benywaidd (61%) eu bod wedi cael profiad personol o aflonyddu rhwng cyfoedion ac mae llawer (82%) yn adrodd eu bod wedi gweld pobl eraill yn ei brofi. Mae hyn yn cymharu â chyfran is o ddisgyblion gwrywaidd (29% a 71% yn y drefn honno).
- 3 Mae aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn fwy cyffredin ar-lein a'r tu allan i'r ysgol nag ydyw yn yr ysgol. Mae gan bobl ifanc brofiad sylweddol o gael eu haflynyddu gan eu cyfoedion trwy ffôn symudol, y cyfryngau cymdeithasol a safleoedd gemau. Mae hyn yn cynnwys:
  - bwlio ar-lein
  - postio sylwadau creulon, yn enwedig am ymddangosiad
  - anfon, rhannu a gofyn am ffotograffau noeth neu hanner noeth
  - [swyno trwy dwyll](#)
  - ceisiadau digymell i fod yn ffrind neu ofyn am ffotograffau noeth gan ddieithriad neu bobl sydd â phroffil ffug ar y cyfryngau cymdeithasol
  - agweddau negyddol tuag at ferched mewn gemau digidol
- 4 Y mathau mwyaf cyffredin o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn ystod y diwrnod ysgol yw disgyblion yn heclo a gwneud sylwadau cas, gwneud sylwadau homoffobig (tuag at fechgyn yn bennaf), a sylwadau am ymddangosiad.
- 5 Yn gyffredinol, nid yw disgyblion yn dweud wrth athrawon pan maent yn profi aflonyddu rhywiol. Mae hyn oherwydd ei fod yn digwydd mor rheolaidd, ac maent aml yn aml naill ai ond yn dweud wrth ffrind neu'n ei gadw iddyn nhw eu hunain. Maent yn teimlo bod hyn wedi dod yn ymddygiad wedi'i normaleiddio ac yn dweud nad yw athrawon yn ymwybodol o raddau'r broblem. Yn ychwanegol, dywed disgyblion fod athrawon yn aml yn wfftio digwyddiadau fel rhai pitw, neu'n annog disgyblion i'w hanwybyddu. Yn ôl bron i hanner y disgyblion a ddywedodd eu bod wedi profi aflonyddu rhywiol gan eu cyfoedion, cadwon nhw'r achos o aflonyddu rhywiol iddyn nhw eu hunain.
- 6 Mae gan ddisgyblion LHDTTC+ brofiadau personol sylweddol o aflonyddu homoffobig geiriol, a dywed llawer ohonynt fod bwlio homoffobig yn digwydd trwy'r amser ac mai dyma'r math mwyaf cyffredin o aflonyddu yn eu hysgol.

- 7 Mae llawer o ddisgyblion yn profi effaith negyddol pwysau gan gyfoedion ynghylch disgwyliadau o'r ffordd y dylent edrych a chywilyddio a bwlio rhywun oherwydd ei gorff, os nad yw ei gorff yn cydymffurfio â delwedd benodol o harddwch neu ffitrwydd. Dywed disgyblion fod problemau penodol ynghylch hyd a ffit y sgert ysgol lle caiff merched eu bwlio gan ferched eraill os yw eu sgertiau'n rhy hir, ac fe gânt eu haflonyddu'n rhywiol gan fechgyn os yw'r sgertiau'n rhy fyr.
- 8 Mae lleiafrif y bechgyn yn siarad am ymwneud yn bersonol ag aflonyddu'n rhywiol ar eu cyfoedion, yn cynnwys rhoi pwysau ar ferched i anfon ffotograffau noeth. Er eu bod yn cydnabod ei fod yn anghywir, mae llawer o fechgyn yn dweud bod rhannu ffotograffau noeth o ferched ymhlith eu ffrindiau a brolio am nifer y ffotograffau noeth sydd ganddyn nhw yn rhywbeth cyffredin.
- 9 Dywed llawer o ddisgyblion ar draws yr ystod oedran gyfan nad ydynt wedi cael digon o addysg rhyw a chydberthynas. Dywed disgyblion hŷn mewn llawer o ysgolion nad ydynt wedi cael unrhyw addysg rhyw o gwbl, a'u bod yn awyddus iawn i gael mwy o gyngor ac arweiniad ynghyd â chyfluoedd i drafod rhyw a pherthnasoedd mewn awyrgylch diogel a chyfforddus. Mae llawer o ddisgyblion yn gwerthfawrogi gwersi addysg bersonol a chymdeithasol wedi eu cyflwyno'n dda, ond dywedant nad ydynt yn cael digon o gyfluoedd i drafod materion pwysig fel parch, perthnasoedd iach, ymddygiadau rhywiol niweidiol a hawliau LHDTC+. Dywed llawer ohonynt eu bod eisiau gweld mwy o amser yn cael ei roi i drafod 'materion bywyd go iawn' yn yr ysgol.
- 10 Mae disgyblion yn ganmoliaethus iawn am gyflwyniadau gan siaradwyr ac arbenigwyr allanol am addysg rhyw a pherthnasoedd iach. Maent yn gwerthfawrogi cael gwersi gan 'bobl go iawn sy'n siarad am broblemau bywyd go iawn' ac eisiau gweld mwy o'r math hwn o ddysgu.

## Ysgolion

- 11 Yn yr ysgolion mwyaf effeithiol, mae arweinwyr yn hyrwyddo ethos cryf o barch ym mhob agwedd ar eu gwaith. Maent yn blaenoriaethu lles ac yn mabwysiadu ymagwedd ysgol gyfan ragweithiol tuag at hyrwyddo a dathlu amrywiaeth. Yn yr ysgolion hyn, mae arweinwyr yn cyflogi staff bugeiliol o safon uchel ac yn gosod disgwyliadau uchel. Mae polisïau, gweithdrefnau ac arweiniad ar gyfer staff a disgyblion yn cysylltu'n glir â nodau ac amcanion sy'n sicrhau bod lles wrth wraidd gwaith yr ysgol.
- 12 Mewn llawer o ysgolion, mae ymagwedd gref o fynd i'r afael â diogelu fel tîm. Caiff staff hyfforddiant rheolaidd a phriodol, maent yn deall eu cyfrifoldeb o ran diogelu plant ac yn cyflawni eu dyletswyddau diogelu yn dda. Fel arfer, mae arweinwyr yn ymateb yn briodol i gŵynion ffurfiol gan rieni neu ddisgyblion am aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion, ac yn cynnwys asiantaethau allanol priodol. Mae mwyafrif yr ysgolion yn gweithredu ymagwedd adferol at ymddygiad gwael, bwlio ac achosion hysbys o aflonyddu, ac yn defnyddio asiantaethau allanol yn dda i gefnogi eu gwaith. Mae hyn fel arfer yn cynnwys darparu cefnogaeth addas megis cwnsela i ddioddefwyr.

- 13 Ceir anghysondeb cyffredinol ymhlith staff ysgolion am eu dealltwriaeth o beth mae aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn ei olygu, yn cynnwys materion ehangach yn ymwneud â chydardoldeb ac amrywiaeth a sut maen nhw'n effeithio ar ddisgyblion.
- 14 Hyd yn oed o fewn ysgolion, mae anghysondeb yn y ffordd y mae athrawon yn ymateb i achosion o aflonyddu rhywiol. Yn yr achosion gwaethaf, mae athrawon yn wffftio neu'n anwybyddu achosion o aflonyddu rhywiol geiriol gan ddisgyblion tuag at eu cyfoedion.
- 15 Yn y rhan fwyaf o ysgolion, nid yw arweinwyr, athrawon a staff cymorth yn ymwybodol o fynychter uchel aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ymhlith pobl ifanc gan nad yw disgyblion yn dweud wrthynt amdano yn systematig. Ceir polareiddio llym rhwng yr hyn mae disgyblion yn ei ddweud sy'n digwydd a'r hyn mae staff yn ei wybod. Mae aflonyddu rhywiol yn broblem gymdeithasol nad yw'n unigryw i leoliadau addysg ac mae ysgolion yn aml yn delio gyda phroblemau sydd yn deillio o'r tu allan i'r ysgol. Yn gyffredinol, mae ysgolion yn ymateb yn briodol i aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion y cânt wybod amdano, ond nid ydynt yn ddigon rhagweithiol yn eu hymagwedd i'w atal rhag digwydd. Drwyddi draw, nid yw ysgolion yn rhoi digon o gyfleoedd i ddisgyblion siarad am aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn agored.
- 16 Yn y rhan fwyaf o ysgolion, mae systemau a phrosesau addas i staff gofnodi pryderon a gweithredoedd. Yn gyffredinol, mae staff yn defnyddio systemau o'r fath yn rheolaidd, ac mae arweinwyr yn ymateb yn gyflym i wybodaeth newydd. At ei gilydd, mae ysgolion yn defnyddio systemau digidol a systemau ar-lein yn dda i gofnodi achosion o fwlio ac aflonyddu. Yn gyffredinol, mae cofnodion yn amlinellu natur y digwyddiad a naratif o'r modd y mae'r problemau hyn wedi datblygu ac yn cael eu datrys.
- 17 Er gwaethaf y ffaith fod ysgolion yn cofnodi digwyddiadau'n ymwneud ag ymddygiad a bwlio at ei gilydd, nid ydynt yn gwneud defnydd cynhyrchiol o'r data a'r wybodaeth sydd ar gael iddynt gategoreiddio a dadansoddi achosion o fwlio ac aflonyddu rhwng cyfoedion yn ddigon da. Mae hyn yn atal ysgolion rhag cael darlun cywir o raddau gwahanol fathau o fwlio ac aflonyddu, fel aflonyddu rhywiol. Mewn llawer o achosion, nid yw ysgolion yn cofnodi achosion o aflonyddu rhywiol yn systematig, ac yn aml, mae eu dosbarthiad o 'fwlio' yn rhy eang ac nid yw'n galluogi'r ysgol i gofnodi a gwerthuso achosion o fwlio homoffobig, rhywiaethol neu fwlio â chymhelliant hiliol.
- 18 Oherwydd y materion y manylir arnynt uchod, nid yw llawer o arweinwyr yn defnyddio gwybodaeth am dueddiadau yn ymddygiad disgyblion ac effaith camau dilynol i ddelio â nhw i werthuso effeithiolrwydd eu gwaith. Yn ychwanegol, mewn llawer o ysgolion, nid yw arweinwyr yn gwneud digon o ddefnydd o ganfyddiadau'r 'Adroddiad ar Iechyd a Lles Myfyrwyr' (Page *et al.*, 2021) bob dwy flynedd a lunnir gan y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) i gynllunio darpariaeth.
- 19 Mewn tua hanner yr ysgolion, mae arweinwyr wedi cychwyn datblygu darpariaeth addas ar gyfer Maes Dysgu a Phrofiad (MDPh) 'Iechyd a Lles' (Llywodraeth Cymru 2020a) y Cwricwlwm i Gymru ar gyfer un grŵp blwyddyn, gan amlaf Blwyddyn 7 neu Flwyddyn 8. At ei gilydd, caiff testunau sy'n cwmpasu perthnasoedd iach ar gyfer y grwpiau blwyddyn hyn eu cynnwys yn ddigonol. Mewn ychydig o ysgolion, mae arweinwyr yn sicrhau bod darpariaeth briodol ar gyfer addysg bersonol a

chymdeithasol (ABCh) ar draws yr ystod oedran gyfan, yn cynnwys ar gyfer disgyblion yn y chweched dosbarth. Mae'r ddarpariaeth hon yn gyfuniad o wersi ABCh dynodedig, gwasanaethau, gweithdai a rhywfaint o ymdriniaeth mewn gwersi pynciau eraill.

- 20 Mae gormod o amrywiad yn yr amser a neilltuir ar gyfer ABCh ar draws ysgolion yng Nghymru ac ni roddir digon o ystyriaeth i ba mor eang a manwl y dylid ymdrin â thestunau ABCh wrth i ddisgyblion symud ymlaen trwy'r ysgol. Yn y rhan fwyaf o ysgolion, yn bennaf o ganlyniad i bwysau'r cwricwlwm presennol, nid oes gwersi ABCh rheolaidd ar gyfer disgyblion yng nghyfnod allweddol 4 na disgyblion yn y chweched dosbarth. Mae'r pandemig a dysgu o bell wedi cael effaith anghymesur ar y ddarpariaeth ar gyfer ABCh a chafodd darpariaeth gan bartneriaid allanol ei hatal dros dro yn ystod y cyfnodau clo.
- 21 Mewn lleiafrif bach o ysgolion, mae arweinwyr yn mynd ati i gael barn disgyblion am faterion personol a chymdeithasol, yn cynnwys aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion, ac yn ymateb yn dda i broblemau wrth iddynt godi, neu pan fyddant yn cael eu rhannu gan ddisgyblion a staff. Mae enghreifftiau o arferion cryf yn cynnwys gosod blychau 'pryderon' mewn ardaloedd addas, 'Blwch Awgrymiadau am ABCh' mewn ystafelloedd dosbarth, mentoriaid sy'n ddisgyblion hŷn ar ddyletswydd yn ystod amser egwyl, a grŵp cyfeirio LHDTTC+ sy'n darparu cyngor a chymorth i arweinwyr ysgol ar faterion amrywiaeth.
- 22 Mae pob ysgol yn gwerthfawrogi cefnogaeth a chydweithrediad asiantaethau allanol, megis swyddog heddlu'r ysgol a gweithwyr ieuencid, i ychwanegu at eu darpariaeth ABCh. Fodd bynnag, dywed ysgolion fod y cymorth arbenigol allanol ar gyfer addysg rhyw yn gyfyngedig erbyn hyn. Caiff y diffyg darpariaeth hwn effaith negyddol ar les llawer o ddisgyblion.
- 23 Dywed pob ysgol fod angen mwy o hyfforddiant a chymorth arnynt i gyflwyno addysg cydberthynas a rhywioldeb. Mae hyn yn cynnwys dysgu proffesiynol ysgol gyfan ar sut i ymgysylltu'n rhagweithiol mewn sgysiau gyda disgyblion am faterion rhywedd ac aflonyddu rhywiol. Hefyd, mae angen iddynt gael hyfforddiant ar gyfer eu staff ysgol gyfan ar faterion LHDTTC+, er enghraifft sut i gefnogi disgyblion sy'n trawsnewid neu ddisgyblion trawsryweddol, gan gynnwys drwy ddefnydd addas o iaith neu ragenwau personol y byddai'n well ganddynt i bobl eu defnyddio.
- 24 Mae staff ysgol yn mynegi'n gryf fod angen cydweithio â rhieni, a bod angen eu cydweithrediad wrth ddelio ag achosion o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion. Yn aml, mae'r achosion hyn yn digwydd ar-lein gyda'r nos ac yn ystod penwythnosau, ond yn effeithio ar les ac ymddygiad disgyblion yn ystod y diwrnod ysgol. Mae'r cydweithio hwn yn cynnwys rhieni'n monitro defnydd plant o gyfryngau cymdeithasol a chyfleusterau sgwrsio yn rheolaidd.

### Awdurdodau lleol

- 25 O dan Ganllawiau Gwrthfwlio Statudol Llywodraeth Cymru (2019b), mae cyfrifoldeb ar awdurdodau lleol i fonitro'r data tymhorol ar fwlio a chydaddoldeb y mae ysgolion yn ei rannu â nhw, a rhoi cyngor i ysgolion ar dueddiadau lleol. Prin yw'r achosion o fwlio y mae ysgolion yn rhoi gwybod i awdurdodau lleol amdanynt, ac anaml y

byddant yn adrodd ar aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion. Mae diffyg cysondeb yn y modd y mae awdurdodau lleol yn casglu, dadansoddi a defnyddio data ar fwlio ac aflonyddu, er enghraifft i gynllunio ymyrraeth neu hyfforddiant i staff.

---

## Argymhellion

---

### Dylai ysgolion uwchradd:

- A1 **Gydnabod bod aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn fynych iawn ym mywydau disgyblion ifanc a mabwysiadu ymagwedd ysgol gyfan ataliol a rhagweithiol i ddelio â'r mater.** Rhan bwysig o hyn yw ei bod yn cynnwys darparu sicrwydd i ddisgyblion y bydd staff ysgol yn cymryd pob achos o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion o ddifrif ac yn gweithio mewn partneriaeth â rhieni ac asiantaethau allanol.
- A2 **Darparu cyfleoedd dysgu digonol, cronol a buddiol ar gyfer disgyblion ar draws yr ystod oedran gyfan am berthnasoedd iach, addysg rhyw a rhywioldeb.** Mae hyn yn cynnwys darparu amgylchedd diogel, cefnogol a galluogol ar gyfer trafodaethau agored a gonest.
- A3 **Gwella'r ffordd maen nhw'n cofnodi, categorioedd a dadansoddi achosion o aflonyddu a bwlio.** Dylai cofnodion gynnwys manylion am y math o achosion, a'u natur, yr effaith ar y dioddefwr a chymau gweithredu priodol i ymateb i gyflawnwyr a dioddefwyr, fel ei gilydd. Dylai arweinwyr sicrhau eu bod yn adolygu cofnodion yn rheolaidd, ac yn gwerthuso effaith eu gweithredoedd ar les disgyblion.
- A4 **Sicrhau bod holl staff ysgolion yn cael cyfleoedd dysgu proffesiynol rheolaidd a phwrpasol ar faterion addysg bersonol a chymdeithasol, yn cynnwys perthnasoedd, rhywedd, amrywiaeth a thrawsnewid.** Mae hyn yn cynnwys darparu awyrgylch diogel, anogol a chefnogol ar gyfer trafodaethau agored ac onest.

### Dylai awdurdodau lleol:

- A5 **Weithio gydag ysgolion i gasglu, categorioedd a dadansoddi'r holl ddata ar fwlio ac aflonyddu yn gywir ac yn gynhwysfawr.** Yn ychwanegol, cynorthwyo ysgolion i ddadansoddi'r wybodaeth hon yn rheolaidd i nodi tueddiadau a rhoi trefniadau adferol ar waith.
- A6 **Cynllunio ymyrraeth a chymorth addas ar faterion rhyw ar lefel ysgol ac awdurdod lleol a gwerthuso effaith hyn ar les disgyblion yn rheolaidd.**
- A7 **Darparu dysgu proffesiynol angenrheidiol ar gyfer staff ysgol i'w galluogi i fabwysiadu ymagwedd ragweithiol tuag at aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion, yn cynnwys bwlio ac aflonyddu homoffobig, deuffobig a thrawsffobig.** Dylai hyn ddigwydd mewn cydweithrediad â'r consortia rhanbarthol lle y bo'n briodol.

### **Dylai Llywodraeth Cymru:**

- A8 Weithio gydag awdurdodau addysg lleol er mwyn gwella'r ffordd y maent yn casglu gwybodaeth am fwlio ac aflonyddu gan ysgolion a sicrhau bod awdurdodau lleol yn adnabod ac yn ymateb i batrymau a thueddiadau mewn ymddygiad.** Mae hyn er mwyn cynllunio arweiniad, hyfforddiant a chefnogaeth addas i ysgolion.
- A9 Sicrhau bod ysgolion yn cael diweddariadau rheolaidd a llawn gwybodaeth ar arferion gorau ac adnoddau addas sydd ar gael i'w cynorthwyo i gyflwyno addysg cydberthynas a rhywioldeb**

---

## Beth ddywedodd disgyblion wrthym ni – crynodeb o ganfyddiadau o weithgareddau grwpiau ffocws disgyblion a holiadur ar-lein disgyblion

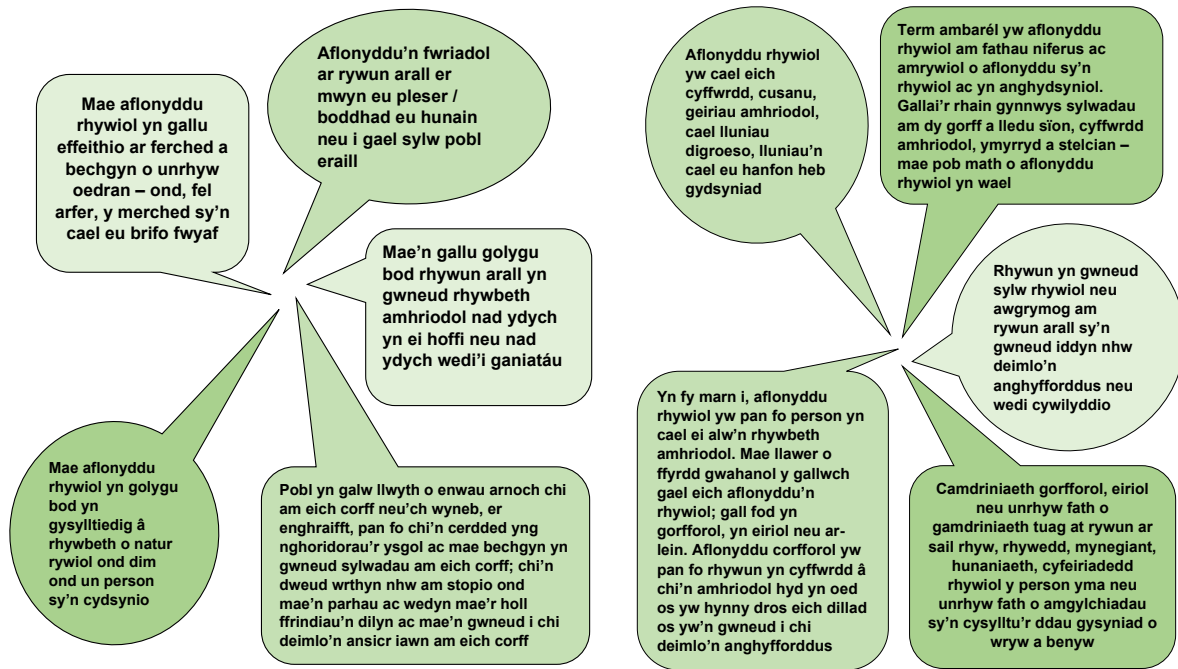
---

### Dealltwriaeth a profiad disgyblion o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion

Mae gan y rhan fwyaf o fechgyn a merched ddealltwriaeth glir o beth yw aflonyddu rhywiol. Mae'r mwyafrif ohonynt yn cyfeirio at gydsyniad wrth bennu p'un a yw ymddygiadau yn briodol ai peidio. Mae'r rhan fwyaf o ddisgyblion, yn enwedig merched, yn deall bod aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion fel arfer yn achosi i bobl ifanc deimlo'n anghyfforddus, yn orbryderus neu'n anhapus. Yn gyffredinol, mae gan ferched wybodaeth gynhwysfawr am y gwahanol fathau o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion a'r effaith negyddol uniongyrchol ar ddiodefwr. Mae bechgyn yn deall beth yw aflonyddu rhywiol hefyd, ond mae ganddynt ddealltwriaeth fwy cyfyng o'i effaith. Mae diffiniadau merched yn eang ac yn cynnwys teimlo eu bod yn cael eu gwrthrycholi, eu barnu a'u cyfyngu, yn ogystal â pheidio â chael eu parchu. Mae safbwyntiau bechgyn yn llai arlliwiedig na safbwyntiau'r merched, ac yn tueddu i ganolbwyntio ar yr agweddau amlycaf fel defnydd o iaith ac ymddygiadau sydd gyfwerth ag aflonyddu rhywiol.

Yn gyffredinol, mae gwahaniaeth rhwng yr hyn mae disgyblion hŷn a disgyblion iau yn ei ddweud. Yn gyffredinol, mae disgyblion hŷn yn seilio eu hymatebion ar yr hyn y maent yn ei wybod ac wedi'i brofi dros gyfnod, tra bod disgyblion iau (y rhai ym Mlwyddyn 8) yn ysgrifennu ac yn siarad yn fwy cyffredinol am beth allai'r achos fod, yn eu barn nhw. Hefyd, yr hynaf yw'r disgyblion, y mwyafrif eglur maen nhw'n mynegi pethau o ran aflonyddu rhywiol, ond i lawer o'r disgyblion iau (Blwyddyn 8 a mwyafrif Blwyddyn 9), mae'n ymwneud yn fwy â bwlio yn gyffredinol. Mae hyn i'w ddisgwyl oherwydd oedran, profiad a graddau aeddfedrwydd. Fodd bynnag, mae'n pwysleisio pa mor gyflym y mae profiad pobl ifanc o aflonyddu rhywiol yn newid yn sgil y glasoed.

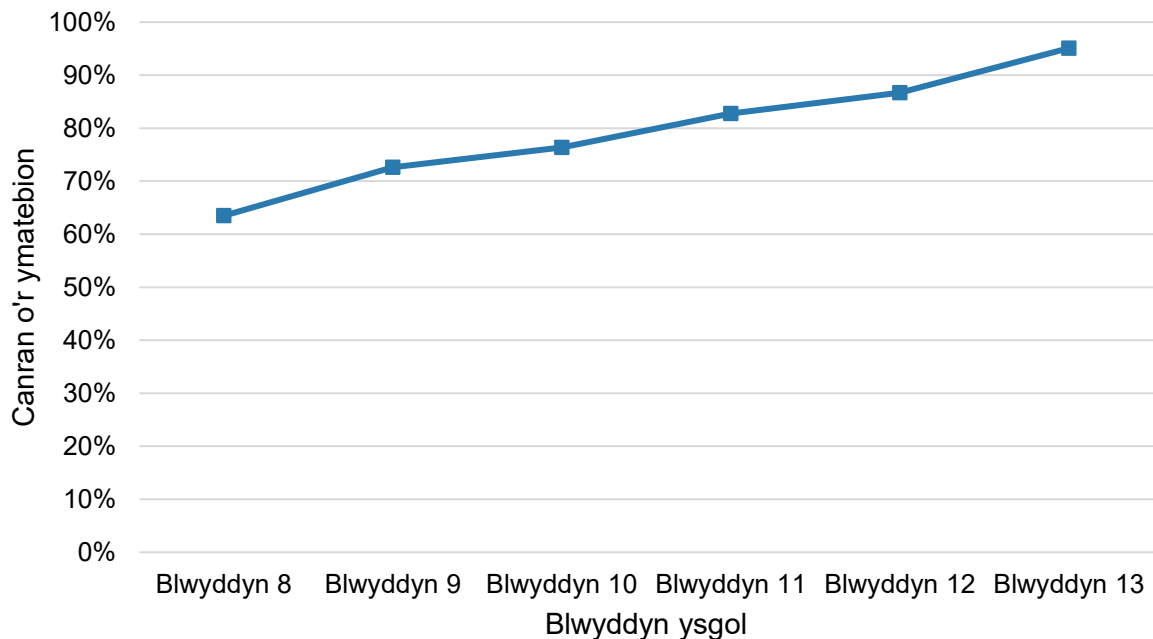




Wrth ymateb i'r holiadur i ddisgyblion, dywed 46% o'r holl ddisgyblion fod ganddynt brofiad personol o ryw fath o aflonyddu rhywiol, tra bod 76% yn dweud eu bod wedi gweld disgyblion eraill yn profi hyn. Mae disgyblion na ddewison nhw ryw neu nad ydynt yn nodi mai gwrywaidd neu fenywaidd yw eu hunaniaeth yn adrodd am gyfradd uwch o aflonyddu rhwng cyfoedion, ac roedd 64% wedi cael profiad personol ohono. Dywed llawer o ddisgyblion benywaidd (86%) eu bod wedi cael profiad personol o aflonyddu rhwng cyfoedion neu wedi gweld disgyblion eraill yn profi hyn. Mae hyn yn cymharu â chyfran is o ddisgyblion gwrywaidd (74%). Mae dwywaith gymaint o ferched (61%) yn adrodd eu bod wedi cael profiad personol o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion na bechgyn (29%).

Mae profiad disgyblion o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn cynyddu wrth iddynt fynd yn hŷn. Dywed cyfran fwy o ddisgyblion hŷn eu bod wedi gweld disgyblion eraill yn profi aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion (gweler Ffigur 1). Dywed bron pob un o ddisgyblion Blwyddyn 13 (95%) eu bod wedi gweld yr aflonyddu hwn, a dywed 72% eu bod wedi'i weld yn yr ysgol, 75% y tu allan i'r ysgol a 75% ar-lein. Dim ond 20% o ddisgyblion Blwyddyn 13 sy'n dweud nad ydynt wedi gweld na phrofi aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ar-lein.

**Ffigur 1: Disgyblion sydd yn dweud eu bod wedi gweld eraill yn profi aflonyddu rhywiol, fesul blwyddyn ysgol**



### Aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion mewn ysgolion

Ar draws pob ysgol, yr achosion mwyaf cyffredin o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion mewn ysgolion yw heclo, gwneud sylwadau homoffobig tuag at fechgyn yn bennaf, a sylwadau am y corff. Dywed y rhan fwyaf o ddisgyblion ar draws yr ystod oedran mai gan gyfoedion am ymddangosiad yw un o'r mathau mwyaf cyffredin o aflonyddu rhywiol maen nhw'n ei brofi. Mae'r math hwn o aflonyddu rhywiol yn digwydd ar-lein ac wyneb yn wyneb. Mae rhywioli neu wrthrycholi'r corff – i fechgyn a merched – a materion ynghylch ffitrwydd yn sbarduno [heclo](#), [galw enwau](#) a chywilyddio rhywun yn gyhoeddus oherwydd ei gorff, yn cynnwys '[cywilyddio rhywun oherwydd rhagfarnau bod rhywun yn dew. am fod yn dew](#)'.

Bron ym mhob achos, mae ymatebion merched yn canolbwyntio ar yr hyn maen nhw'n ei brofi eu hunain gyda sylwadau neu ddisgrifiadau cyfyngedig ar beth allai aflonyddu rhywiol ei olygu i'r bechgyn. Mae llawer o fechgyn yn credu bod galw enwau ar bobl neu anfon negeseuon anwedus o gwmpas dim ond er mwyn cael hwyl, ac yn digwydd oherwydd pwysau gan gyfoedion – **“mae pawb yn hoffi hwyl ac yn mwynhau gweld pobl eraill yn teimlo'n anghyforddus”**.

Mae bron pob un o'r disgyblion yn rhoi sylwadau i ryw raddau ar alw enwau homoffobig mewn coridorau yn eu hysgolion, y mae disgyblion ac ychydig o athrawon yn nodi mai **“cellwair yn unig”** yw hyn. Mae bechgyn, yn arbennig, yn dweud mai bechgyn yw prif gyflawnwyr camdriniaeth homoffobig, ddeuffobig a thrawsffobig. Mae llawer o ddisgyblion LHDTTC+ yn nodi bod bwlio homoffobig yn digwydd drwy'r amser ac mai dyma'r math mwyaf cyffredin o aflonyddu yn yr ysgol. **“Bob tro rydyn ni'n cerdded i lawr y coridor, bydd rhywun yn galw enwau arnon ni”**.

Mae llawer o ddisgyblion yn siarad am bwysau gan gyfoedion a disgwyliadau am y ffordd y dylent edrych, a'r ffaith eu bod yn cael eu cywilyddio am eu corff a'u bwlio os nad yw eu cyrff yn cydymffurfio â delwedd benodol o harddwch neu ffitrwydd. Yn gyffredinol, dywed bechgyn a merched y gall unrhyw un gael ei gywilyddio am ei gorff a bod hyn yn cael effaith negyddol ar hunan-barch ac ymdeimlad o werth.

Mae merched yn nodi gorbryderon sylweddol ynglŷn â bod yn rhy denau neu'n rhy dew, a sut mae pwysau gan gyfoedion a sylwadau gan ferched eraill am ddelwedd y corff yn gwneud iddyn nhw deimlo'n annigonol ac yn anneniadol. Mae galw enwau fel **"hwch"** neu **"ffati"** a sylwadau cas fel **"starfia dy hun"** neu **"cuddia dy olion stretshio"** yn gallu achosi i rai merched fynd ar ddietydd i golli pwysau er mwyn iddynt edrych fel eu cyfoedion teneuach. Mae ychydig ohonynt yn disgrifio hyn fel ceisio edrych yn **"ddelach ac yn fwy rhywiol"**. Hefyd, mae merched yn siarad am bwysau oddi ar y teledu, gan enwogion a chyfryngau cymdeithasol, a sut gallai gweld **"y corff benywaidd perffaith"** achosi i ferched ddatblygu anhwylderau bwyta.

Mae disgyblion yn deall bod gweld eraill yn ddeniadol yn iach ac yn naturiol. Fodd bynnag, mae llawer o fechgyn yn teimlo bod merched dan bwysau i edrych yn dda iddyn nhw. Maen nhw'n aml yn beio merched eraill am hyn ac yn disgrifio'r diwylliant **'heclo'** ymhlith merched sy'n bodoli yn yr ysgol ac ar-lein. Mae mwyafrif o'r bechgyn o'r farn fod eisiau cariad ar bob un o'r merched, ac felly maent yn barod i newid y ffordd maen nhw'n edrych i gyflawni hyn. Mae llawer o fechgyn o'r farn pan fydd merched yn dangos unrhyw rannau o'u corff, trwy wisgo dillad byr neu ddillad sy'n dangos popeth, eu bod yn chwilio am sylw rhywiol. Hefyd, maent yn credu bod hyn oherwydd bod merched eisiau sylw. Dywed lleiafrif ohonynt fod merched eisiau i'r bechgyn eu heclo neu eisiau cael eu cyffwrdd gan fechgyn. Wrth iddynt fynd yn hŷn, mae mynychter cynyddol o ran bechgyn yn beirniadu a graddio cyrff merched a gwneud cymariaethau rhyngddyn nhw ar sail siâp a maint y corff neu lefel ganfyddedig rhywioldeb. Hefyd, mae bechgyn yn cyfaddef iddynt syllu ar ferched ond nad ydynt yn dirnad bod hyn yn aflonyddu rhywiol ond yn hytrach yn **"ymddygiad normal gan fechgyn"**.

Mae disgyblion LHDTTC+ wedi cael profiadau personol sylweddol o aflonyddu homoffobig geiriol oherwydd siâp eu corff neu'u hymddangosiad. Er enghraifft, mae merched lesbiaidd yn siarad am gael eu galw'n **"lesi dew"**, er nad ydyn nhw'n or-dew. Yn aml, caiff gweithredoedd neu ymddangosiad bechgyn eu galw allan gan gyfoedion â sylwadau fel **"mae hynny mor 'gay'"** neu **"mae dy wallt di mor gay"**. Yn aml, bydd bechgyn heterorywiol yn tynnu coes cyfoedion cyfunrhywiol gan ddweud eu bod yn eu **"ffansio"** nhw ac eisiau **"bangio nhw"**.

Dywed ychydig o ferched fod hunan-barch isel am eu golwg, neu broblemau ag acne neu smotiau yn ystod yr arddegau yn gallu achosi iddyn nhw ddefnyddio colur o oedran ifanc. Maent yn siarad am y modd maen nhw'n **"casáu'r ffordd maen nhw'n edrych"** a pha mor siomedig ydyn nhw fod eu hysgolion ddim yn caniatáu colur. Gallai hyn arwain at broblemau emosiynol sylweddol iddyn nhw, yn ogystal â'u gwneud yn agored i aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion. Er enghraifft, dywed lleiafrif o fechgyn fod disgyblion yn **"pigo ar"** ferched sy'n gwisgo colur ac yn galw enwau fel **"slag"** arnyh nhw.

## Gwisg ysgol a rhywioli merched

Mae bechgyn a merched yn llafar iawn am faterion ynghylch dewisiadau dillad, yn enwedig y sgert ysgol a rhywioli merched yn gyffredinol. Mae'r rhan fwyaf o ferched a mwyafrif y bechgyn yn trafod materion ynghylch hyd a ffit y sgert ysgol. Dywedant fod merched yn cael eu bwlio gan ferched eraill os yw eu sgertiau'n rhy hir, a'u haflonyddu'n rhywiol gan fechgyn os yw eu sgertiau'n rhy fyr.

**“Os yw dy sgert yn rhy fyr, rwyt ti'n slebog neu'n slwten. Os yw dy sgert yn rhy hir, rwyt ti'n ddiflas neu'n oeraidd. Os wyt ti'n gwisgo sgert, bydd bechgyn yn defnyddio hynny fel ffordd o gydsynio - rwyt ti'n gofyn amdani.”**

Mae mwyafrif y merched wedi cael rhyw brofiad o rywun yn codi eu sgert yn ystod eu cyfnod yn yr ysgol, gan feio bechgyn am **“dynnu sgertiau merched i fyny bob amser neu edrych i fyny eu sgertiau pan fyddan nhw'n eistedd i lawr”**. Dywed ychydig o ferched y bydd bechgyn yn **“cyffwrdd â'u penolau”** os ydyn nhw'n gwisgo sgertiau tynn i weld a ydyn nhw'n gwisgo unrhyw dhillad isaf, a bod merched yn tueddu i wisgo siorts o dan eu sgertiau **“i atal bechgyn rhag edrych”**. Dywed merched eraill eu bod yn gwisgo sgertiau tynn i'w gwneud yn anoddach i'r bechgyn eu codi i fyny. Yn gyffredinol, mae llawer o ferched yn mynegi dicter fod athrawon yn rhoi pryd o dafod iddynt am wisgo sgertiau tynn, ond dydyn nhw ddim yn dweud wrth y bechgyn i beidio â chorff-gyffwrdd (grope) a heclo. Dywed disgyblion iau ym Mlwyddyn 8 ac ychydig o ddisgyblion ym Mlwyddyn 9 fod bechgyn iau bob amser yn ceisio codi sgertiau merched i fyny wrth iddynt redeg, ond maent yn diystyru hyn fel bechgyn yn bod **“yn ddim ond niwsans”** a **“does dim byd rhywiol yn gysylltiedig â hyn”**. Dywed bechgyn iau eu bod yn meddwl bod codi sgertiau merched i fyny yn digwydd **“o ran hwyl”** yn bennaf. Mae bechgyn yn sôn am adegau pan maen nhw wedi codi sgertiau merched am fod eu cyfoedion wedi eu herio i wneud hynny, ac yn cael cymeradwyaeth gymdeithasol am wneud hynny.

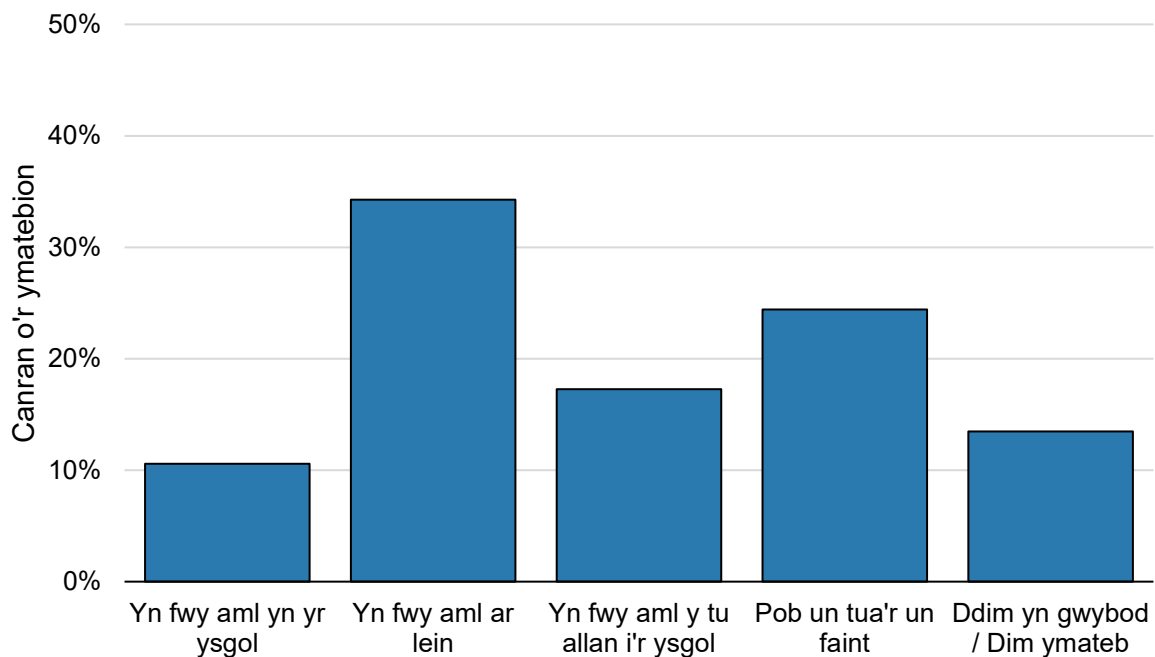
Mae llawer o ferched yn dweud bod cyfoedion yn rhoi pwysau sylweddol arnynt i rollo eu sgert ysgol i fyny i'w gwneud yn fyrrach, ac wedyn bydd hyn yn cael ei rywioli gan fechgyn a merched. Maent yn disgrifio sut maent yn teimlo'n bryderus os byddant yn dilyn y duedd, ond hefyd am orbryderon y byddant yn eu profi os na fyddant yn ei dilyn. Dywed merched fod pa mor fyr yw'r sgert yn denu sylwadau, 'cellwair' a sylw gan fechgyn, ond mae ychydig o fechgyn yn teimlo mai'r byrraf yw sgert y ferch, y mwyafrif y cânt roi sylwadau neu weithredu gan eu bod nhw'n meddwl mai dyma mae merched ei eisiau. Ychydig iawn o fechgyn sy'n dangos empathi tuag at ferched. Fodd bynnag, yn y chweched dosbarth, mae bechgyn yn trafod mater gwrthrycholi merched a'r modd y mae cymdeithas yn beio merched am eu dewis o dhillad. Maent yn cytuno bod hyn yn anghywir a bod angen mynd i'r afael ag ef. Dywedodd un disgybl:

**“Mae dynion yn credu bod merched yn haeddu beth sy'n digwydd iddyn nhw, os ydyn nhw'n gwisgo dillad sy'n dangos popeth. Dylen ni ddysgu dynion i reoli eu hunain.”**

## Aflonyddu rhywiol ar-lein

Dywed disgyblion fod aflonyddu rhwng cyfoedion yn digwydd mwy ar-lein nag yn yr ysgol. Maent yn siarad yn gynhwysfawr am ffonau symudol, cyfryngau cymdeithasol a safleoedd gemau a'r problemau sy'n gysylltiedig â nhw.

**Ffigur 2: Ymatebion i'r cwestiwn "Ble mae aflonyddu rhywiol rhwng disgyblion yn digwydd amlaf?"**



Dyma'r prif themâu sy'n gysylltiedig â gweithgarwch ar-lein fel y nodwyd gan y disgyblion:

- pwysau gan gyfoedion i gael nifer fawr o 'ffrindiau' ar-lein, arwyddion 'hoffi' a sylwadau ar broffiliau
- bwlio ar-lein, postio sylwadau cas am gyfoedion, yn enwedig sylwadau am ymddangosiad
- gwrthrycholi ffotograffau rhywiol o ferched gan fechgyn
- gofyn am, anfon a rhannu ffotograffau noeth neu hanner noeth
- swyno trwy dwyll, ceisiadau digymell i fod yn ffrind neu ofyn am ffotograffau noeth gan ddiethriaid neu bobl sydd â phroffil ffug ar y cyfryngau cymdeithasol
- agweddau negyddol tuag at gymeriadau benywaidd a/neu pan mae merched yn chwarae gemau digidol

Er bod pobl ifanc yn gweld gwerth bod yn berchen ar ffôn symudol, maent yn deall sut gall y problemau yn gysylltiedig â nhw gael effaith negyddol ar iechyd meddwl. Ar sail eu sylwadau, mae'n glir fod pobl ifanc yn teimlo bod pwysau i bostio sylwadau poblogaidd yn rheolaidd ac i gael eu 'hoffi' ar gyfryngau cymdeithasol.

## **“Rydych chi’n cael eich gwneud i deimlo fel bod rhaid i chi bostio i blesio pobl a chael arwyddion ‘hoffi’. Mae pwysau i bostio ddydd a nos.”**

Mae bechgyn a merched fel ei gilydd yn siarad yn helaeth am bwysau gan gyfoedion ar-lein i fod yn boblogaidd ar gyfryngau cymdeithasol, a bod angen cael arwyddion ‘hoffi’ a ‘dilynwyr’.

Caiff sylwadau cas gan gyfoedion eu gwneud yn amlach ar-lein nag yn yr ysgol. Mae merched, yn enwedig, yn cael sylwadau negyddol gan ferched eraill oherwydd eu bod wedi rhannu llun ohonyn nhw eu hunain ar eu tudalen proffil ar gyfryngau cymdeithasol. Maent yn teimlo dan bwysau i gydymffurfio â disgwyliadau penodol am siâp a golwg gan eu bod yn dirnad bod merched ifanc deniadol yn postio lluniau ohonyn nhw eu hunain yn rheolaidd, gan ddisgwyl i bobl eraill wneud sylwadau canmoliaethus amdanyh nhw a’r ffordd maen nhw’n edrych. Mae bechgyn yn cyfaddef eu bod wedi anfon a derbyn sylwadau a negeseuon testun di-chwaeth gan fechgyn eraill, yn aml yn gysylltiedig â chywilyddio rhywun am fod yn dew neu wneud hwyl o bostiadau bechgyn eraill. Maent yn dirnad bod hyn yn **“normal”**.

Mewn ychydig o achosion, mae bwlio mwy targedig rhwng merched lle maent yn rhoi straeon ar led am weithgarwch rhywiol merched eraill, yn herio merched eraill i gael rhyw neu anfon ffotograffau ohonyn nhw eu hunain yn eu dillad isaf. Wedyn, mae merched yn rhannu’r ffotograffau hyn o gwmpas ac yn galw enwau arnyh nhw fel **“slag”** a **“slwten”**.

## **“Mae llawer o fwlio ar gyfryngau cymdeithasol. Mae pobl yn pigo ar bobl eraill oherwydd eu golwg. Gallai hyn gael effaith ar bobl yn feddyliol, yn enwedig os yw rhywun yn galw chi’n ‘hwren’ neu’n ‘slag’.”**

Mae lleiafrif y merched yn pryderu am effeithiau bwlio ar-lein, yn dweud y gall hyn arwain at orbyrder, iselder a [dysmorffia](#)’r corff, a allai hefyd arwain at anhwylderau bwyta a hunangasineb.

O ran secstio, rhywioli cyfoedion ac anfon ffotograffau noeth, mae bron pob disgybl o Flwyddyn 10 ymlaen yn nodi materion cyffredin. Fodd bynnag, nid oedd llawer yn sylweddoli bod hyn yn weithred droseddol. Trwy anfon neu dderbyn llun noeth, gall blentyn gyflawni troseddau sy’n perthyn i greu a rhannu lluniau anwedus o blât o dan adran 1 o Ddeddf Amddiffyn Plant 1978 (sydd yn cynnwys delweddau o’r rhai o 16 a 17 oed trwy adran 45 o’r Ddeddf Troseddau Rhywiol 2003), adran 160 o Ddeddf Cyfiawnder Troseddol 1988 ac adran 62 o Ddeddf Crwneriaid a Chyfiawnder 2009. Gall secstio gan blant hefyd arwain at wneud neu annog plentyn i gymryd rhan mewn gweithgaredd rhywiol o dan adran 8 (plentyn dan 13) neu adran 10 (plentyn) o Ddeddf Troseddau Rhywiol 2003.

Mae’n amlwg fod pwysau i rannu ffotograffau noeth, colli rheolaeth dros ddelweddau wedi iddynt gael eu rhannu, a phobl ifanc yn cael eu gwneud i deimlo’n euog pan na fyddant yn anfon ffotograffau, yn gyffredin ymhlith disgyblion hŷn. Dywed y rhan fwyaf o ferched fod bechgyn yn gofyn am ffotograffau ohonynt yn noeth yn digwydd

yn rheolaidd, ac maent yn sôn am y pwysau parhaus gan fechgyn i anfon ffotograffau. Er enghraifft, nododd un ferch, **“Mae’n digwydd bob dydd – mae’n gyffredin iawn. Mae bechgyn yn gofyn am luniau noeth neu barhau i sbamio’ch ffôn.”**

Mae’r rhan fwyaf o ferched yn ymwybodol o beryglon anfon ffotograffau trwy neges destun a’r bygythiad y bydd unrhyw un yn eu rhannu ymhellach. Dywed pob merch sy’n siarad am ei phrofiad o secstio mai bechgyn yn unig sy’n gofyn am ffotograffau noeth, ond mae ambell un yn beio merched hefyd am gydymffurfio **“dim ond i blesio bechgyn a chael eu hoffi neu’u caru’n fwy”**.

Mae dros hanner y bechgyn yn siarad am fod ynghlwm yn bersonol ag aflonyddu’n rhywiol ar gyfoedion, er enghraifft aflonyddu ar ferched gyda delweddau noeth o ddieithriaid neu ffotograffau neu fideos amhriodol eraill. Hefyd, mae bechgyn yn siarad am y pwysau gan fechgyn eraill i anfon ffotograffau noeth neu gynnwys rhywiol. Dywed llawer o fechgyn fod rhannu ffotograffau noeth o ferched ymhlith eu ffrindiau a brolio am nifer y ffotograffau noeth sydd ganddynt yn eu meddiant yn gyffredin. Er eu bod yn cyfaddef iddynt wneud hyn, mae mwyafrif y bechgyn yn cydnabod bod hyn yn anghywir ac yn amharchus.

Dywed lleiafrif o fechgyn hŷn fod pornograffi yn cael ei rannu o gwmpas am fod **“bechgyn eisiau gwneud argraff ar eu ffrindiau”**. Gan amlaf, nid yw’r cynnwys yn lluniau o rywun maent yn ei (h)adnabod. Pan ofynnwyd iddynt a ydyn nhw’n meddwl bod hyn yn dderbyniol – dywed lleiafrif ohonynt ei fod yn **“iawn ar yr amod nad ydych chi’n adnabod y merched yn y lluniau”**. At ei gilydd, ychydig o ddisgyblion LHDTC+ yn unig sy’n dweud bod ganddynt brofiad personol o secstio, gan ddatgan bod gan aelodau o’r gymuned LHDTC+ fwy o barch at ei gilydd na phobl ifanc eraill. Rhannodd un....

**“Rydyn ni’n fwy preifat, ac yn gofalu am ein gilydd gan nad ydy neb arall. Rydyn ni’n siarad amdano yn y clwb LHDTC+. Does dim byd yn digwydd mewn gwirionedd ar ôl hynny, ond rydyn ni’n cael cyfle i siarad amdano.”**

Mae llawer o fechgyn yn nodi bod rhagbaratoi (grooming) gan bobl hŷn yn risg sylweddol ar-lein. Mae hyn yn cynnwys pobl nad ydynt yn eu hadnabod yn cysylltu â bechgyn ac yn anfon ‘ceisiadau i fod yn ffrind’, a dywedant fod hyn yn digwydd yn rheolaidd. Mae lleiafrif y bechgyn yn nodi bod pobl ar hap yn aml yn ymddangos ar-lein a’i bod **“yn rhy hawdd cyfathrebu â phobl ydydych chi ddim yn eu hadnabod trwy gemau ar-lein.”** Mae bron pob un ohonynt yn ymwybodol na ddylent siarad â phobl nad ydyn nhw’n eu hadnabod ar-lein na derbyn ceisiadau i fod yn ffrind gan ddieithriaid.

Mae disgyblion yn siarad yn wybodus am ‘swyno trwy dwyll’ lle mae disgyblion yn creu cyfrifon ffug i anfon delweddau digymell a phoenydio disgyblion eraill. Maent yn datgan bod swyno trwy dwyll yn broblem gyffredin ac fel arfer yn cynnwys dynion hŷn yn targedu merched ifanc. Dywed nifer sylweddol o ferched eu bod wedi cael eu targedu, fel arfer trwy dderbyn lluniau a negeseuon testun amhriodol gan ddieithriaid ac nid gan gyfoedion ar ap poblogaidd ar y cyfryngau cymdeithasol.

Mae mwyafrif y bobl ifanc yn gwybod sut i adnabod cyfrifon ffug ac yn teimlo eu bod yn gallu eu rhwystro. Mae'r rhan fwyaf o bobl ifanc yn deall y term 'rhagbaratoi' ac yn dweud y byddent yn rhoi gwybod i rywun pe bai'n digwydd iddyn nhw. Mae merched hŷn yn siarad am dderbyn negeseuon gan ddynion a bechgyn nad ydynt yn eu hadnabod ar safle cyfryngau cymdeithasol sy'n boblogaidd er mwyn rhannu lluniau yn gofyn iddynt anfon delweddau ohonynt nhw eu hunain, **"yn begian am luniau noeth"**.

Dywed y rhan fwyaf o fechgyn eu bod wedi chwarae gemau maen nhw'n rhy ifanc i'w chwarae yn gyfreithlon. Dywed bechgyn hŷn eu bod yn chwarae'r gemau hyn yn rheolaidd ac yn eu mwynhau tra bod y bechgyn iau yn dweud eu bod yn cael eu rhoi dan bwysau i regi a **"siarad yn fudr"** wrth chwarae'r gemau hyn. Mae gan fechgyn yn y chweched dosbarth ymwybyddiaeth resymol o lefel natur wenwynig yr iaith a ddefnyddir mewn fforymau gemau, yn cynnwys y defnydd wedi'i normaleiddio o dermau fel **"slwten"** a **"hwren"** wrth gyfeirio at fenywod. Mae merched sy'n siarad am hyn yn nodi problem yn ymwneud â gemau amhriodol yn bennaf sy'n aml yn cywilyddio menywod. Mae merched yn siarad am bortreadu menywod yn rhywiaethol mewn gemau sy'n boblogaidd gyda bechgyn, ble caiff merched eu trin mewn modd bychanol a rhywiol. Mae ychydig o fechgyn yn efelychu'r dôn hon yn y ffordd y maent yn siarad â merched yn ystod gemau ar-lein,

**"Mae bechgyn yn trin menywod yn wahanol gan fod gemau'n portreadu menywod fel pe baen nhw'n israddol i ddynion."**

### **Pam nad yw disgyblion yn dweud wrth eu hathrawon am aflonyddu rhywiol a ble maen nhw'n mynd am gymorth**

Mewn trafodaethau gyda phobl ifanc yn y grwpiau ffocws a thrwy'r holiadur ar-lein, mae'n amlwg nad yw disgyblion yn dweud popeth wrth eu hathrawon am eu profiadau o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion. Mewn llawer o achosion, mae hyn oherwydd eu bod yn meddwl bod yr ymddygiad hwn yn normal ac nad yw'n werth cwyno amdano. Hefyd, nid ydynt yn dymuno tynnu sylw atyn nhw eu hunain. Yn ychwanegol, mae disgyblion yn meddwl bod cwynion am aflonyddu rhywiol yn aml yn cael eu hanwybyddu neu nid yw ysgolion yn delio â nhw'n ddigon da. Maent yn teimlo bod aflonyddu rhywiol geiriol yn cael ei ystyried yn **"gellwair"** yn rhy aml gan gyfoedion ac oedolion, fel ei gilydd. Dywed llawer o ferched eu bod wedi cael profiadau negyddol wrth gwyno i athrawon ar lafar am agweddau neu ymddygiad bechgyn. Maent yn rhoi enghreifftiau o ymatebion diystyriol athrawon i'w cwynion, fel **"peidiwch â chymryd sylw ohono"**, neu **"maen nhw jest yn bod yn wirion"** a'r ymateb amlaf yw **"dyna natur bechgyn"**.

Mae lleiafrif y disgyblion yn nodi y trafodir aflonyddu rhywiol weithiau mewn gwasanaethau neu wersi, a'u bod yn cael rhywfaint o arweiniad amdano. Fodd bynnag, mae disgyblion hefyd yn nodi bod cwynion yn aml yn cael eu 'hanwybyddu' gan staff ysgol neu nid ymdrinnir â nhw'n briodol. Dywedant fod diffyg dealltwriaeth ynglŷn â beth yw aflonyddu rhywiol a sut y dylai disgyblion wneud cwynion. Mae'n glir o ymatebion disgyblion fod llawer ohonynt yn teimlo bod ysgolion yn tanamcangyfrif mynychter aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ym mywydau pobl ifanc. Dywed disgyblion nad yw athrawon yn deall graddau'r broblem, yn enwedig beth sy'n digwydd ar-lein. **"Mae'n digwydd yn fwy nag yr ydych yn meddwl"**.



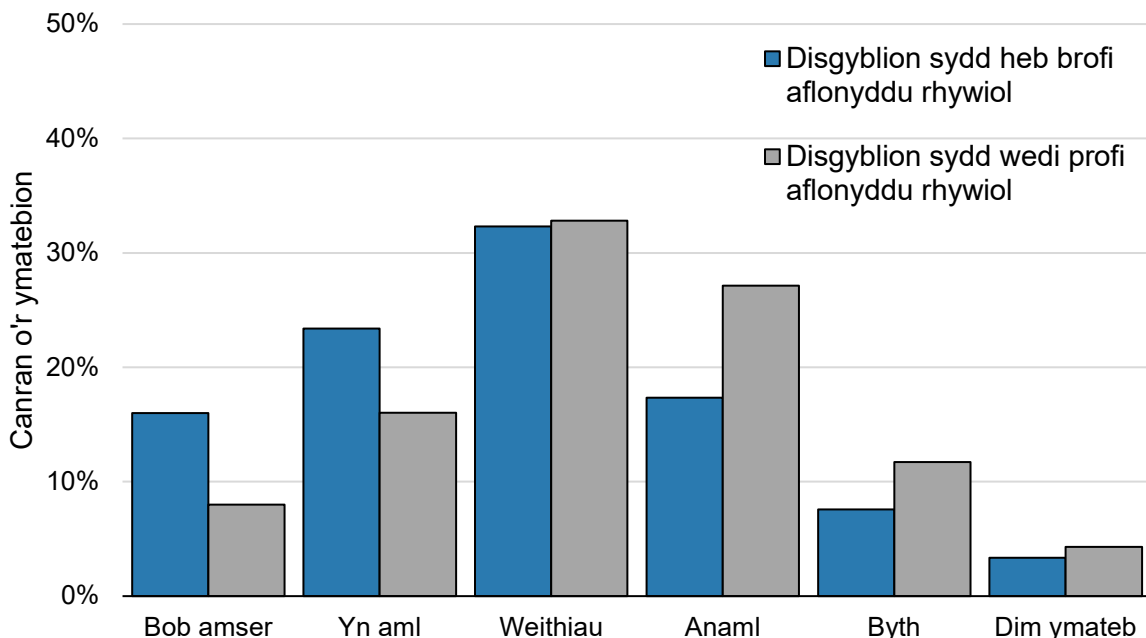
Mae'r rhan fwyaf o ddisgyblion LHDTC+ yn teimlo mai ychydig o athrawon yn unig fyddai'n gwneud unrhyw beth pe baent yn clywed disgyblion yn defnyddio iaith sarhaus homoffobig yn eu herbyn. Mae canran uchel o ddisgyblion anneauaid yn teimlo bod cwynion yn cael eu hanwybyddu neu nid ymdrinnir â nhw. Mae'r rhai nad oeddent yn dymuno datgelu eu rhywedd yn teimlo'n gyffredinol fod problemau aflonyddu rhywiol yn cael eu hanwybyddu neu nid ymdrinnir â nhw'n dda, ond maent hefyd yn cydnabod bod rhywfaint o arweiniad iddynt ar beth i'w wneud amdano.

At ei gilydd, mae llawer o ddisgyblion LHDTC+ yn datgan mewn trafodaethau grŵp ac yn yr holiadur eu bod yn flin neu'n siomedig nad yw eu hathrawon yn ymateb pan fyddant yn clywed enwau homoffobig yn cael eu defnyddio. Mae llawer o ddisgyblion LHDTC+ yn teimlo nad yw eu hysgolion yn deall graddau'r bwlio homoffobig, deuffobig neu drawsffobig ac eisiau i athrawon gael eu haddysgu ar sut i'w adnabod a delio ag ef.

Yn ôl disgyblion, dim ond ychydig o ysgolion uwchradd sy'n delio'n dda ag achosion o agweddau negyddol neu rywiaethol pan fyddant yn dod yn ymwybodol ohonynt.

Mae disgyblion sydd wedi profi aflonyddu yn llai tebygol o gredu bod cwynion yn cael eu cymryd o ddifrif. (Ffigur 3) Y rhai na ddewison nhw ryw neu nad oeddent yn nodi mai gwryw neu fenyw oedd eu hunaniaeth sydd fwyaf tebygol o gredu bod cwynion byth yn cael eu cymryd o ddifrif, neu'n anaml. At ei gilydd, mae merched yn llai tebygol o gredu bod cwynion yn cael eu cymryd o ddifrif na bechgyn. Gall hyn fod oherwydd eu bod yn profi aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn amlach.

**Ffigur 3: Ymatebion i'r cwestiwn "Yn eich barn chi, a yw pobl yn eich ysgol yn cymryd cwynion am aflonyddu rhywiol o ddifrif, ac yn ymateb yn briodol?"**

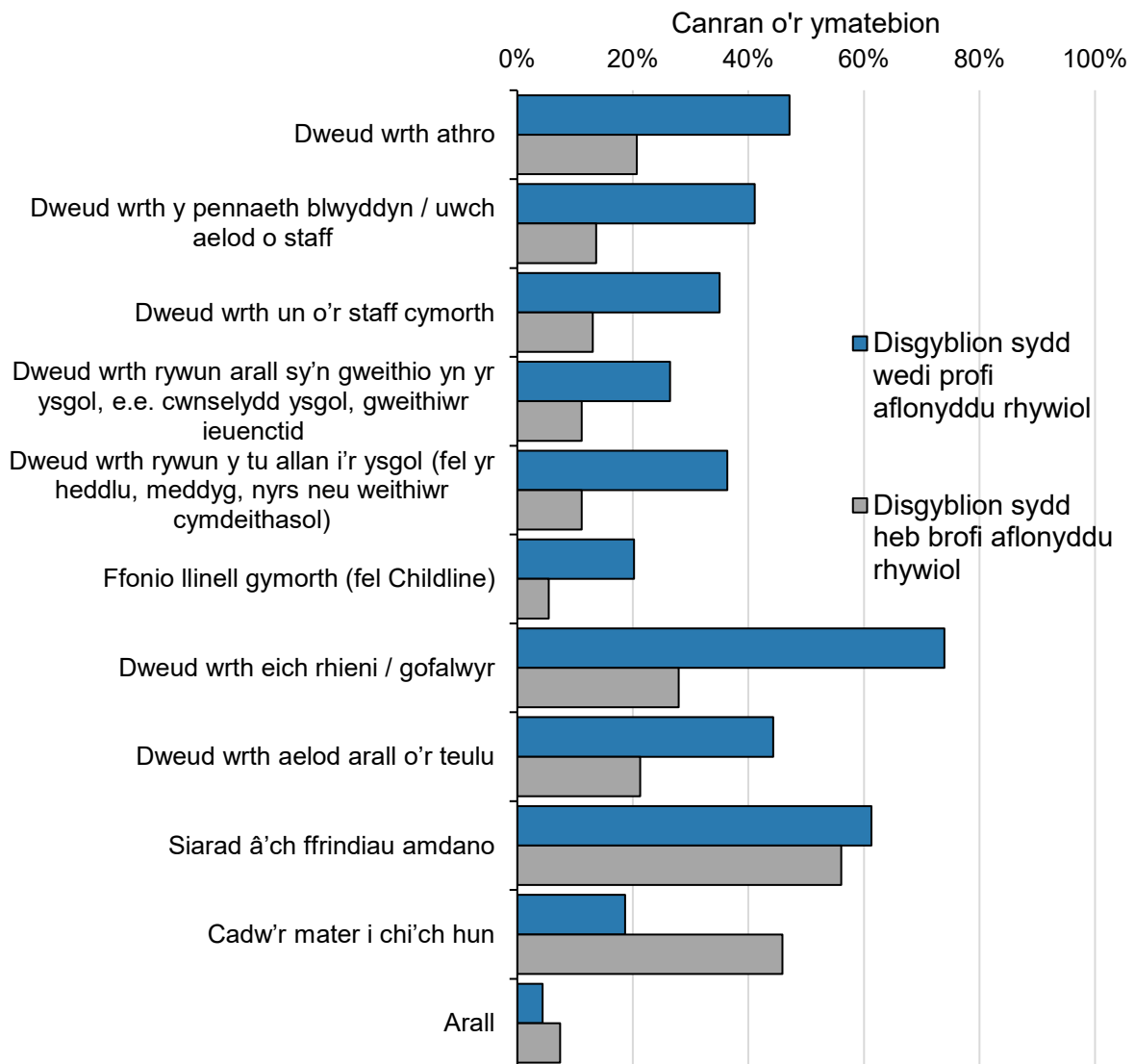


Yn yr holiadur, dywed 46% o ddisgyblion a ddywedodd eu bod wedi profi aflonyddu rhywiol gan eu cyfoedion eu bod wedi cadw'r profiad iddyn nhw eu hunain. Mae merched yn fwy tebygol o gadw achos o aflonyddu rhywiol iddyn nhw eu hunain na

bechgyn, a hefyd yn llai tebygol o ddweud wrth rywun ag awdurdod. Fodd bynnag, mae merched yn llawer mwy tebygol o ddweud wrth eu ffrindiau na bechgyn (68% o gymharu â 36%). Dim ond 22% o'r holl ddisgyblion a ddywedodd eu bod wedi dweud wrth athro, a dywedodd 30% wrth eu rhieni neu ofalwyr. At ei gilydd, roedd mwyafrif y disgyblion a oedd wedi cael eu haflynyddu'n rhywiol wedi siarad â'u ffrindiau amdano.

Wrth lenwi'r holiadur, cafodd disgyblion nad ydynt wedi profi aflonyddu yn bersonol eu cyfeirio fel mater o drefn at gwestiwn yn gofyn iddyn nhw beth fyddent yn ei wneud pe baent yn ei brofi. Mae disgyblion nad ydynt wedi profi aflonyddu rhywiol yn credu y byddent yn ei wrthwynebu pe baent yn wynebu'r broblem neu'n dweud wrth oedolyn cyfrifol. Mae'r canlyniadau hyn yn wahanol iawn i'r rhai sydd wedi profi aflonyddu fel a nodir isod.

**Ffigur 4: Ymatebion i'r cwestiwn "Sut y gwnaethoch / y byddech chi yn delio â hyn?"**



Mewn trafodaethau grwpiau ffocws am ffynonellau cymorth ar gyfer aflonyddu rhywiol ar-lein, secstio ac anfon neu dderbyn ffotograffau noeth, mae disgyblion yn nodweddiadol yn dweud eu bod yn estyn allan i'w ffrindiau gan eu bod yn gyffredinol yn teimlo'n fwy cyfforddus yn dweud wrth ffrind amdano na dweud wrth oedolyn cyfrifol neu aelod o'r teulu. Mae ychydig ohonynt yn nodi eu bod yn rhy ofnus i ddweud wrth unrhyw un o gwbl.

Mae ychydig ohonynt yn nodi eu bod wedi cael gweithgareddau dan arweiniad athro i amlygu peryglon secstio ac wedi cael eu hannog i roi gwybod am unrhyw achosion i'w pennaeth blwyddyn. Er bod llawer o ddisgyblion yn deall bod angen adrodd am unrhyw weithgarwch aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ar gyfryngau cymdeithasol, nid ydynt yn nodweddiadol yn datgan y byddent yn dweud wrth eu hathrawon.

O ran cymorth mwy cyffredinol ar gyfer unrhyw brofiad o aflonyddu, dywed mwy o fechgyn y byddent yn dweud wrth athro na merched. Ychydig iawn o ddisgyblion yn unig – llai na 10 y cant – sy'n sôn am wasanaethau cymorth allanol fel Childline, NSPCC a'r heddlu. Dim ond ychydig iawn o ddisgyblion sy'n mynychu ysgolion ffydd sy'n dweud y byddent yn troi at eu heglwys neu ffigur crefyddol am gymorth. Dywed lleiafrif o ddisgyblion mewn ysgolion preswyl annibynnol y byddent yn siarad â'u rhiant yn y llety.

Mae ychydig o ddisgyblion, merched yn bennaf, yn dweud eu bod yn cadw gofidiau a theimladau iddyn nhw eu hunain; mae ychydig o'r rhain yn dweud y byddent yn 'siarad â nhw eu hunain' gan ddefnyddio plattform sy'n cael ei ddefnyddio'n aml ar y cyfryngau cymdeithasol. Mae llawer o ddisgyblion LHDTTC+ hefyd yn nodi y byddent yn siarad â nhw eu hunain os ydynt yn pryderu ynghylch siarad am eu teimladau am ryw, rhywedd a rhywioldeb gyda phobl eraill.

### Barn pobl ifanc am addysg bersonol a chymdeithasol, a'u profiad ohoni

Mae llawer o ddisgyblion yn gwerthfawrogi gwersi addysg bersonol a chymdeithasol ond yn dweud nad ydynt yn cael digon o gyfleoedd i drafod materion y maent yn eu hystyried yn bwysig yn y gwersi hyn. Maent yn teimlo bod rhywfaint o'r cynnwys, fel gwersi ar gamddefnyddio sylweddau, yn ddefnyddiol a phwysig. Fodd bynnag, mae'r rhan fwyaf ohonynt yn credu bod angen i ysgolion dreulio mwy o amser yn addysgu disgyblion ynglŷn â pharch, perthnasoedd iach, ymddygiadau rhywiol niweidiol a hawliau LHDTTC+. Dywed llawer ohonynt eu bod eisiau gweld mwy o amser yn cael ei roi i drafod **"materion bywyd go iawn"** yn yr ysgol a bod gwasanaeth achlysurol am aflonyddu rhywiol neu destun arall **"ddim yn ddigon fel arfer"**. Hefyd, dywedant eu bod eisiau i **"athrawon sydd â diddordeb yn y pwnc ei addysgu"**.

Dywed llawer o ddisgyblion ar draws yr ystod oedran gyfan nad ydynt wedi cael digon o addysg rhyw yn ystod eu cyfnod yn yr ysgol. Mae disgyblion chweched dosbarth, yn arbennig, yn awyddus iawn i gael mwy o addysg rhyw, gyda llawer yn dweud nad ydynt wedi cael unrhyw addysg rhyw o gwbl. Mewn mwyafrif mawr o ysgolion, dywed disgyblion hŷn eu bod yn mwynhau gweithgareddau ABCh pan maent yn digwydd ond yr hoffent gael mwy o gyfleoedd i drafod perthnasoedd iach, positifrwydd y corff sut i gadw perthynas rhamantus.

**“Mae angen i ABCh fod yn orfodol trwy gydol bywyd ysgol. Mae angen i chi gael ABCh trwy gydol eich oes, ac felly mae angen i ni gael mwy o fanylion am bopeth. LHDT, addysg rhyw, aflonyddu rhywiol, materion rhywedd – mae angen i ni gael mwy o FANYLION am y pynciau hyn, yn ogystal ag iechyd meddwl. Mae aflonyddu’n digwydd o ganlyniad i ddiffyg addysg.”**

Mae pobl ifanc yn benodol yn mwynhau sesiynau a gynhelir gan siaradwyr allanol sy’n rhoi cyflwyniadau ac yn cynnal gweithdai. Mae bron pob disgybl yn gweld pwysigrwydd clywed **“storïau bywyd go iawn gan bobl go iawn”** ac yn cytuno bod y gwersi a’r gwasanaethau gan swyddog heddlu’r ysgol yn hynod fuddiol. Mae mwyafrif y disgyblion yn galw i gof wasanaethau hynod fuddiol a gyflwynwyd gan swyddog heddlu’r ysgol ar secstio ac anfon neu rannu delweddau noeth neu amhriodol. Mae ychydig o ddisgyblion hŷn yn siarad am fideo maen nhw wedi’i weld ar ryw cydsyniol, o’r enw ‘the tea video’, ond yn teimlo bod **“un gwasanaeth yn unig ar hyn ddim yn ddigon”**. Dywed disgyblion eraill eu bod wedi cael **“gwasanaethau da”** ar fudiad Pride a hawliau LHDT+ ond nad oes cyfle fel arfer i gael trafodaeth bellach am y materion hyn mewn gwersi yn ddiweddarach.

Mewn ysgolion lle mae’r ddarpariaeth ar gyfer ABCh yn gryf, mae disgyblion yn canmol cyfleoedd gwerthfawr i drafod perthnasoedd iach, yn cynnwys sut i gyfathrebu’n briodol ac yn barchus â chyfoedion, a siarad am gydsynio. Hefyd, mae disgyblion yn dweud eu bod weithiau’n cael trafodaethau defnyddiol am berthnasoedd mewn gwersi addysg grefyddol, yn enwedig agweddau tuag at fenywod a merched mewn gwahanol ddiwylliannau a ffydd.

## Beth mae disgyblion eisiau i'w hysgolion ei wybod



Gofynnwn ni i ddisgyblion beth yn fwy maen nhw'n meddwl y gall ysgolion ei wneud i ddelio ag aflonyddu rhywiol. Mae llawer ohonynt yn credu y dylai ysgolion addysgu disgyblion am aflonyddu rhywiol yn fwy rheolaidd, yn enwedig mewn gwarsi fel Bagloriaeth Cymru ac ABCh. Hefyd, maent yn dweud y byddai trefnu mwy o wasanaethau a chael ymwelwyr allanol yn yr ysgol yn helpu addysgu disgyblion amdano. Dywed mwy o fechgyn na merched eu bod yn credu bod ysgolion yn gwneud digon yn barod. Mae mwy o fechgyn yn datgan y byddai gosod gwybodaeth fel posteri o gwmpas yr ysgol yn ddigon i ddelio â'r mater.

Mae llawer o ddisgyblion, yn enwedig merched, yn cyfeirio at y ffaith fod angen i ysgolion greu amgylchedd mwy diogel a mwy cyfforddus ble gall disgyblion siarad ag athrawon neu aelodau staff eraill am eu profiadau. Mae ychydig ohonynt yn awgrymu y dylid gwahanu bechgyn a merched yn ystod y sgwrsiau fel eu bod yn teimlo'n fwy

cyfforddus yn trafod y materion. Hefyd, mae llawer o ddisgyblion anneauidd yn credu y dylid creu amgylchedd mwy diogel ar gyfer trafodaethau.

Mae mwyafrif y disgyblion yn cyfeirio at yr angen i newid agweddau staff, gyda llawer o ddisgyblion yn credu y dylai staff gymryd materion yn fwy difrifol ac y dylid rhoi cosbau llymach ar waith ar gyfer achosion o aflonyddu. Hefyd, mae ychydig o ddisgyblion yn credu bod angen ymwybyddiaeth a dealltwriaeth gynyddol, naill ai trwy staff yn talu mwy o sylw pan fydd aflonyddu rhywiol yn digwydd, neu drwy godi ymwybyddiaeth a dealltwriaeth staff am aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion.

Mae disgyblion anneauidd a disgyblion yr oedd yn well ganddynt beidio â diffinio eu rhyw neu eu rhywedd yn cyfeirio'n benodol at gynyddu ymwybyddiaeth staff am faterion trawsryweddol. Mae llawer ohonynt eisiau i ysgolion fynd i'r afael ag effaith niweidiol galw enwau homoffobig gan ei fod yn effeithio ar iechyd meddwl ac emosiynol disgyblion.

## Beth mae disgyblion eisiau i'w hysgolion ei wneud

Yn y gweithgaredd grŵp ffocws terfynol, gofynnwyd i ddisgyblion ystyried tri pheth, sef:

1. beth hoffen nhw i'w hysgol **roi'r gorau** i'w wneud
2. beth hoffen nhw i'w hysgol **ddechrau** ei wneud, a
3. beth hoffen nhw i'w hysgol **barhau** i'w wneud.

		
<p>“ysgubo achosiondan y mat!”</p> <p>“portreadu bechgyn fel yr unig dramgwyddwyr”</p> <p>“osgoi'r broblem”</p> <p>“rhoi pryd o dafod I ferched am eu sgertiau ond ddim yn addysgu bechgyn”</p> <p>“gadael i bobl beidio â chael eu cosbi am wneud drwg”</p> <p>“ailadrodd gwersi ar gyffuriau”</p>	<p>“rhoi sylw i faterion LHDT”</p> <p>“cael grŵp o ddisgyblion I siarad am y materion hyn”</p> <p>“rhoi mwy o ABCCh”</p> <p>“addysg rhiw”</p> <p>“addysgu dynion ynghylch gwrywdod gwenwynig a hyrwyddo diwylliant ble caiff ei ddileu”</p> <p>“cael dathliadau Pride”</p> <p>“cynnal llawer mwy o wasanaethau a chael amser i siarad amdano ar ôl hynny”</p>	<p>“siarad am barcht”</p> <p>“siarad amdano mewn gwasanaethau”</p> <p>“cael pobl i siarad â nhw yn gyfrinachol”</p> <p>“cael pobl go iawn sydd wedi bod trwy broblemau go iawn i siarad â ni”</p> <p>“gwneud beth rydych chi'n ei wneud i'n cefnogi”</p> <p>“annog dadleuon a thrafodaethau am aflonyddu rhywiol mewn gwersi”</p>

Mae negeseuon allweddol gan ddisgyblion am yr arferion yr hoffen nhw i ysgolion **roi'r gorau** iddynt yn cynnwys ysgolion yn osgoi neu'n anwybyddu materion yn ymwneud ag aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion. Mae hyn yn cynnwys sylwadau am atal ysgolion rhag derbyn traddodiadau cynhenid o fechgyn yn gwneud hwyl ar ei gilydd, cael agweddau rhywiaethol a gwneud cyfeiriadau rhywiol am ferched. Dywed lleiafrif y bechgyn eu bod eisiau i ysgolion roi'r gorau i feddwl mai merched yn unig

sy'n dioddef aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion. Mae thema gyffredin hefyd ynghylch awydd disgyblion i atal y gwersi ABCh niferus tebyg neu ailadroddus maen nhw wedi eu cael ar yr un thema, fel ailadrodd gwersi ar gamddefnyddio cyffuriau ac alcohol.

Mae apêl gyffredin a chlir gan ddisgyblion i ysgolion **ddechrau** darparu gwersi addysg rhyw. Mae llawer ohonynt yn mynegi eu hawydd i gael mwy o wersi ABCh yn gyffredinol, a chael gwersi ar ymddygiadau rhywiol niweidiol a'u heffaith ar iechyd meddwl disgyblion. Mae lleiafrif ohonynt yn sôn y dylid cael grwpiau ffocws disgyblion rheolaidd ble gellid "**annog disgyblion i fynegi eu hunain yn agored**". Mae'r rhan fwyaf o ddisgyblion o Flwyddyn 10 ymlaen yn mynegi bod angen i ysgolion ddarparu ymdriniaeth well â materion LHDTTC+ ac am fwy o gymorth ar gyfer y grŵp penodol hwn o bobl.

Mae disgyblion yn unfrydol yn eu barn y dylai ysgolion **barhau** â gwersi a gwasanaethau gan swyddog heddlu'r ysgol. Mae'n amlwg fod pob disgybl ar draws pob ardal o Gymru yn gwerthfawrogi'r ddarpariaeth hon yn fawr. Mae disgyblion yn cytuno'n gryf y dylai ysgolion barhau i gael siaradwyr allanol a "**phobl go iawn sy'n siarad am broblemau bywyd go iawn**". Mae llawer o ddisgyblion yn rhoi sylwadau ar yr angen i ysgolion barhau i ddarparu'r cymorth sydd ei angen arnynt a chael y staff cywir i siarad am broblemau â nhw. Dywed lleiafrif y disgyblion eu bod eisiau i'w hysgolion barhau i siarad am barch, a'i hyrwyddo. Y disgyblion hyn yw'r rhai sy'n mynychu ysgolion ag iddynt ethos cryf o barch ac amrywiaeth.



---

## Darpariaeth ac arweinyddiaeth, yn cynnwys enghreifftiau o arfer gref ac effeithiol

---

### Diwylliant diogelu mewn ysgolion uwchradd

Mewn llawer o ysgolion, mae arweinwyr a staff bugeiliol yn hyrwyddo a chynnal diwylliant cryf o ddiogelu a lles. Yn yr ysgolion hyn, mae staff yn teimlo eu bod yn cael cymorth da ac yn hyderus bod y systemau sydd ar waith yn helpu diogelu pob aelod o gymuned yr ysgol. Yn y mwyafrif o achosion, mae datganiad cenhadaeth yr ysgol yn pwysleisio'n gryf bwysigrwydd canolog gwerthoedd fel parch a charedigrwydd. Mae polisïau, gweithdrefnau a chanllawiau ar gyfer staff a disgyblion yn cysylltu'n glir â nodau ac amcanion sy'n sicrhau bod lles wrth wraidd gwaith yr ysgol. Bron ym mhob ysgol, caiff staff hyfforddiant diogelu rheolaidd, ac mae gweithdrefnau recriwtio diogel yn gadarn.

At ei gilydd, mae diwylliant o barch yn nodwedd gyffredin mewn ysgolion ag iddynt gymeriad crefyddol hefyd. Mewn un ysgol ffydd, mae ffocws cryf iawn ar urddas a pharch personol disgyblion at ei gilydd, sydd bob amser yn cael ei ategu gan gatecismau Catholig. Mewn cyfarfodydd gydag arolygwyr mewn un ysgol ffydd annibynnol, dangosodd bron pob un o'r staff eu bod yn rhannu gwerthoedd yr ysgol i fod yn gymuned Gristnogol ofalgar a pharchus sy'n disgrifio'i hun fel teulu. Mewn ychydig iawn o achosion, nid yw ysgolion ffydd yn rhoi ymateb cytbwys pan fydd disgyblion yn trafod eu rhywioldeb. Er enghraifft, nid ydynt yn rhoi cymorth a dealltwriaeth briodol i ddisgyblion LHDTTC+ pan fyddant yn cwestiynu neu'n datgan eu rhywioldeb.

Mae gan bob ysgol bolisi diogelu ar waith, a bron ym mhob achos, mae ysgolion yn cyflawni'r gofyniad statudol i gwblhau adolygiad a diweddariad blynyddol o'r polisi. At ei gilydd, mae polisïau'n briodol ac mae canllawiau clir a chynhwysfawr i staff ysgolion ar sut i adnabod achosion o gam-drin, bwlio ac aflonyddu, ac ymateb iddynt. Yn y polisïau diogelu gorau, cyfeirir at ystod eang o fathau o fwlio ac aflonyddu, yn cynnwys manylion sylweddol am aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion. Cyfeirir at y [naw nodwedd warchodedig](#) (gweler yr Eirfa) ac ymrwymiad clir i gefnogi cydraddoldeb ac amrywiaeth. Yn y polisïau diogelu hyn, ceir adran werthfawr hefyd ar y modd y dylai'r ysgol a'i staff weithio mewn modd rhagweithiol i sicrhau bod eu holl ddisgyblion yn ddiogel rhag niwed. Mewn ychydig iawn o ysgolion, mae'r polisi diogelu yn annigonol ac yn anaddas at ei ddiben.

Mewn llawer o ysgolion, ceir ymagwedd gref tîm at ddiogelu. Mae arweinwyr yn blaenoriaethu lles ac yn sicrhau bod digon o staff bugeiliol a staff cymorth yn cael eu cyflogi i gyflawni eu dyletswyddau diogelu. Maent yn darparu arweiniad a hyfforddiant addas i sicrhau bod staff ar bob lefel yn deall eu cyfrifoldebau i ddiogelu plant.

Ym mhob achos a rannwyd ag arolygwyr, roedd ysgolion wedi delio'n dda gyda mater diogelu, sy'n cynnwys gwneud cyfeiriadau priodol at asiantaethau allanol perthnasol fel gwasanaethau plant neu'r heddlu. Roedd tystiolaeth gref hefyd o

ysgolion yn darparu ymyriadau addas i helpu cyflawnwyr i sylweddoli difrifoldeb eu gweithredoedd a rhoi cymorth buddiol i ddiodefwyr.

### Ymagwedd strategol tîm at ddiogelu

Yn nhymor yr haf, 2021, gwnaeth un uwch dîm arweinyddiaeth benderfyniad strategol i ymateb i'r materion a godwyd trwy wefan Everyone's Invited. Arweiniodd hyn at benodi 'Arweinydd Lles Corfforaethol' nad yw'n addysgu, a phum 'Hyrwyddwr ABC'h'. Gyda'i gilydd, maent wedi creu polisi newydd ar gydbertynas a rhywioldeb ac wedi cynllunio cyfres o ddigwyddiadau hyfforddiant ysgol gyfan trwy gydol y flwyddyn academaidd 2021-2022.

Bron ym mhob un o'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw, mae staff yn gwybod beth i'w wneud os oes ganddynt unrhyw bryder am ddisgybl, ac yn siarad yn hyderus am eu gallu i adnabod arwyddion o gam-drin. Mae ganddynt ddealltwriaeth glir a chywir o beth mae niwed sylweddol yn ei olygu o ran diogelu plant. Mae staff yn dweud wrthym eu bod yn deall sut mae ymddygiad rhywiol niweidiol hefyd yn cael ei ystyried yn fater diogelu ac y byddent yn rhoi gwybod am bryderon am hyn yn yr un ffordd. Fodd bynnag, mewn llawer o ysgolion, nid yw athrawon, ac uwch arweinwyr a staff cymorth i raddau llai, yn gwbl ymwybodol o fynychter llawn aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn eu hysgol, fel y dywedodd eu disgyblion wrthym ni, ac nid ydynt yn ymwybodol ei bod yn broblem sylweddol. Mae hyn oherwydd, er ei fod yn gyffredin mewn bywyd ysgol a'r tu allan i'r ysgol, nid yw disgyblion yn rhoi gwybod yn systematig i staff ysgol am aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion.

Mae gofyniad statudol ar ysgolion i gael unigolyn diogelu dynodedig wedi'i enwi i oruchwylio diogelu ac amddiffyn plant. Ar draws y rhan fwyaf o ysgolion yr ymwelwyd â nhw, mae ansawdd gwaith yr unigolyn diogelu dynodedig o ran ymateb i bryderon ynghylch diogelu yn gryfder. Yn aml, maent yn arweinwyr profiadol sy'n cyflawni eu cyfrifoldebau'n dda. Fel arfer, maent wedi eu hyfforddi'n dda, yn aml gan asiantaethau statudol allanol perthnasol, ac yn wybodus iawn am [Weithdrefnau Diogelu Cymru](#) (2020). Fel arfer, cânt gymorth buddiol gan ddirprwy unigolyn diogelu dynodedig sydd wedi'i hyfforddi'n addas a thîm hyfforddedig o arweinwyr bugeiliol neu arweinwyr lles a staff cymorth. Mewn llawer o ysgolion, ceir ymagwedd gref tîm at ddelio â materion diogelu ac mae hyn yn golygu bod disgyblion a staff yn meddu ar ddealltwriaeth gadarn o'r sawl y gallant droi atynt am gymorth.

Er ei bod yn amlwg bod unigolion diogelu dynodedig ar draws y rhan fwyaf o ysgolion yn darparu cymorth cryf ac ymatebol o ran pryderon ynghylch diogelu, anaml y maent yn cyflawni rôl ragweithiol. Yn y mwyafrif o ysgolion, mae gan yr unigolyn diogelu dynodedig rolau eraill yn cynnwys ymrwymadau addysgu sy'n ei gwneud yn amhosibl iddynt wneud mwy nag ymateb i bryderon pan fyddant yn codi. Mae'r dyraniad amser i gyflawni rôl unigolyn diogelu dynodedig yn dibynnu ar adnoddau ariannol ac adnoddau dynol yr ysgol.

Mewn ychydig o ysgolion, mae gan arweinwyr brosesau tra ystyriol i adnabod yn gyflym i unrhyw dueddiadau sy'n dod i'r amlwg, ac ymddygiad ac agweddau negyddol gan ddisgyblion a staff. Er enghraifft, mewn un ysgol, mae blychau cynnil i ddisgyblion rannu unrhyw bryderon ynghylch lles wedi eu gosod ger ffynhonnau dŵr.

Mewn ysgol arall, mae 'Blwch Awgrymiadau ABCh' wedi ei osod ym mhob ystafell ddosbarth i ddisgyblion gynnig syniadau ar themâu i'w trafod neu ar gyfer gwasanaethau. Mewn ychydig o ysgolion, mae disgyblion hŷn wedi eu hyfforddi'n fentoriaid i gynorthwyo disgyblion a bod yn 'negesydd' os oes ganddynt ofidiau penodol ac nad ydynt yn teimlo'n barod i siarad â staff. Mae mentoriaid disgyblion ar gael i ddisgyblion mewn ardaloedd dynodedig fel llyfrgell neu ffretur yr ysgol yn ystod amseroedd egwyl.

Mae un ysgol yn trefnu 'Diwrnodau Enfys' rheolaidd lle mae staff a disgyblion LHDTTC+ yn trefnu cyflwyniadau mewn gwasanaethau rhithwir yn ystod amser dosbarth. Dilynir y rhain gan drafodaethau dosbarth ar faterion amrywiaeth. Mae gan ysgol arall 'Grŵp Enfys', sef is-bwyllgor y Cyngor Ysgol sy'n canolbwyntio ar faterion cynhwysiant ac amrywiaeth. Mae clwb LHDTTC+ mewn un ysgol yn gweithredu fel grŵp cyfeirio, yn cynghori staff ar faterion amrywiaeth ac yn rhoi arweiniad ar ddefnyddio termau'n gywir.

Mae un ysgol Yr Eglwys yng Nghymru yn gweithio i sicrhau bod cymuned yr ysgol gyfan, yn cynnwys ysgolion cynradd dalgyllchol, yn deall eu gwerthoedd a'u hethos fod amrywiaeth yn normal, ac yn rhywbeth i'w groesawu a'i ddatlu.

### **Diwylliant o barch**

Mae'r ysgol yn mynd ati i hyrwyddo ei diwylliant cryf o barch trwy ei gwaith pontio gyda disgyblion Blwyddyn 5 a Blwyddyn 6 yn ei hysgolion bwydo. Mae'r ysgol yn cysylltu gwerthoedd y Beibl a'r Efengyl, yn enwedig pwysigrwydd sut rydych chi'n trin pobl eraill yn ei gweithgareddau pontio. Yn ychwanegol, mae'r ysgol yn hyrwyddo parch trwy weddïau dosbarth bob dydd, addoli ar y cyd a chyflwyniadau arbennig. Mae ethos Cristnogol yn treiddio trwy holl waith ABCh yr ysgol, a cheir synnwyr cryf o werth mewn amrywiaeth. Mae disgyblion LHDTTC+ yn y chweched dosbarth wedi cael hyfforddiant buddiol gan Dîm Sbectrwm Hafan Cymru, ac yn trefnu gwasanaethau addysgiadol a chefnogol ar gyfer pob grŵp blwyddyn. (Caiff prosiect Sbectrwm ei ariannu'n llawn gan Lywodraeth Cymru i gyflwyno sesiynau ar berthnasoedd iach a thrais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol (VAWDASV) i ysgolion cynradd ac uwchradd).

Ers cyhoeddi'r tystiolaethau ar wefan Everyone's Invited, mae ychydig o ysgolion wedi adolygu eu polisiau a'u gweithdrefnau ar gyfer diogelu. Newidiodd un ysgol enw ei 'Pholisi Ymddygiad' i 'Polisi Perthnasoedd' ac mae wedi gwneud addasiadau addas i amlygu ymddygiad ac agweddau derbyniol ac annerbyniol. Cynhaliodd un ysgol archwiliad diogelu gyda chymorth swyddog awdurdod lleol i chwilio am dystiolaeth o waith rhagweithiol ynghylch aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion. Helpodd y broses hon yr ysgol i nodi cryfderau a meysydd allweddol i'w datblygu ymhellach. Mae ychydig o'r ysgolion a enwir yn Everyone's Invited wedi dechrau eu holiadur eu hunain i ddisgyblion, ac erbyn hyn, maent yn gweithio gyda phartneriaid ac arbenigwyr allanol i gynllunio newidiadau i'w darpariaeth.

### **Ymateb cyflym i faterion sy'n dod i'r amlwg**

Wrth ymateb i Everyone's Invited a llofruddiaeth Sarah Everard, gweithiodd un ysgol yn gyflym i gynllunio gweithgareddau ymgynghori gyda disgyblion ar draws yr ystod oedran gyfan. Gweithion nhw gyda phartneriaid allanol i greu holiaduron i ddisgyblion a threfnu grwpiau trafod â ffocws. Erbyn hyn, mae arweinwyr yn cynllunio darpariaeth briodol i ymateb i faterion sy'n dod i'r amlwg a materion gwaelodol sydd wedi dod i'r amlwg yn dilyn ymgynghori â'u disgyblion.

Yn y rhan fwyaf o ysgolion, mae systemau a phrosesau effeithiol i staff gofnodi pryderon a champau gweithredu. Mae llawer o ysgolion yn defnyddio system gwybodaeth reoli fasnachol ar-lein i gofnodi achosion, pryderon neu atgyfeiriadau i asiantaethau statudol allanol. At ei gilydd, mae staff yn defnyddio systemau o'r fath yn rheolaidd ac yn dda, ac mae arweinwyr yn ymateb yn gyflym ac yn briodol i wybodaeth newydd am ddigwyddiadau unigol. Ceir amrywiad yn natur y pryderon sy'n cael eu cofnodi gan staff ar y systemau hyn. Mae ychydig o ysgolion yn defnyddio'r system ddigidol i gofnodi pob achos ymddygiad neu pan fydd disgyblion yn arddangos agweddau negyddol tuag at eu gwaith. Mae hyn fel arfer oherwydd bod staff cymorth a lles yn gallu mynd at y system, a disgwylir iddynt ymateb i bryderon athrawon. Mewn ysgolion eraill, defnyddir y system gwybodaeth reoli yn gyfan gwbl ar gyfer pryderon ynghylch diogelu a lles.

At ei gilydd, mae ysgolion yn defnyddio systemau digidol ac ar-lein yn dda hefyd i gofnodi achosion o fwlio ac aflonyddu, ond nid ydynt yn gwneud hynny'n gyson yn erbyn y [nodweddion gwarchoddedig](#) perthnasol. Mae cofnodion am achosion bwlio a gofnodir gan ysgolion yn amlinellu natur y digwyddiad a'r sgysiau rhwng y dioddefwyr, y cyflawnwyr, staff yr ysgol a rhieni. Fel arfer, maent yn darparu naratif am sut mae'r materion hyn wedi datblygu, a sut cawsant eu datrys. Fodd bynnag, yn rhy aml, nid yw cofnodion yn cynnwys canlyniadau na llwyddiant y camau a gymerwyd. Mae'r ffactorau hyn yn atal ysgolion rhag cael darlun cywir o effaith eu gwaith neu raddau'r bwlio a'r aflonyddu sy'n cysylltu â gwahanol gategoriâu, fel aflonyddu rhywiol.

Pan fydd modd defnyddio systemau gwybodaeth reoli digidol ac ar-lein at ddibenion dadansoddi, er enghraifft i nodi tueddiadau mewn ymddygiad, ychydig o ysgolion yn unig sy'n gwneud hyn. Yn yr ysgolion hyn, mae arweinwyr yn nodi patrymau yn ymddygiad ac agweddau unigolion neu grwpiau o ddisgyblion ac yn defnyddio'r wybodaeth hon yn effeithiol i gynllunio ymyriadau neu hyfforddiant staff.

### **Gofal, cymorth ac arweiniad**

Un o'r prif heriau yn gysylltiedig ag aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yw bod pobl ifanc ddim yn dweud wrth athrawon nac arweinwyr ysgol amdano pan fydd yn digwydd. Ceir polareiddio sylweddol rhwng yr hyn mae disgyblion yn ei ddweud am fynychter aflonyddu rhywiol a'r hyn mae athrawon yn credu sy'n digwydd.

Mewn llawer o ysgolion, mae gan athrawon lai o ymwybyddiaeth o fynychter achosion o aflonyddu rhwng cyfoedion na staff cymorth. Mewn cyfweiliadau ag athrawon yn yr ysgolion hyn, ni allai'r un ohonynt alw achos penodol i gof, gan ddatgan eu bod yn meddwl nad oedd aflonyddu rhwng cyfoedion yn broblem fawr yn

eu hysgol. Wrth siarad â chynorthwyr cymorth a staff lles nad ydynt yn addysgu o'r un ysgolion hyn, yn aml, roedd eu cyfrif ychydig yn wahanol. Mewn llawer o achosion, roeddent yn gallu disgrifio o leiaf un achos o aflonyddu rhywiol yr oeddent wedi delio ag ef eu hunain neu wedi bod yn cynorthwyo disgyblion.

Disgrifiodd bron pob uwch arweinydd un neu ddau achos yr oeddent wedi eu profi yn ddiweddar. Roedd y rhain yn tueddu i fod yn gysylltiedig â disgyblion yn rhannu lluniau noeth a ble roedd rhieni disgyblion o'r tu allan i'r ysgol wedi rhoi gwybod iddynt am y digwyddiad.

### **Ymyrraeth ar gyfer cyflawnwyr aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion**

Mae un ysgol yn gweithio gydag asiantaethau allanol i gynorthwyo disgyblion sydd wedi bod yn gysylltiedig ag achosion o aflonyddu rhywiol tuag at gyfoedion. Mae'r ysgol wedi meithrin perthynas â'r Ganolfan Gymorth ar gyfer Trais ac Ymosodiadau Rhywiol (RASASC). Mewn un achos, daeth gweithwyr cymorth RASASC i'r ysgol i weithio gyda grwpiau o ddisgyblion cyfnod allweddol 4 a oedd wedi bod yn gysylltiedig ag ymddygiad rhywiol amhriodol. Yn ogystal â'r gwaith hwn, parhaodd cwnselwyr RASASC i weithio gydag ychydig o unigolion oedd angen arweiniad a chefnogaeth dwysach.

Mae ysgol arall wedi cynnwys tîm o asiantaethau allanol i gynorthwyo dioddefwyr a chyflawnwyr aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion. Gwelodd arweinwyr yn yr ysgol hon fod canllawiau Llywodraeth Cymru ar rannu lluniau noeth yn hynod fuddiol wrth sefydlu ymateb tîm arfaethedig. Bu cydweithwyr o wasanaethau plant yr awdurdod lleol, gwasanaeth ymddygiad rhywiol niweidiol 'Taith' Barnados a'r heddlu yn gweithio gyda disgyblion.

Mae llawer o ysgolion wedi gweithredu ymagwedd adferol at broblemau ymddygiadol, bwlio ac aflonyddu a ddangosir gan ddisgyblion. Yn aml, mae partneriaid allanol fel gweithwyr ieuencid, swyddogion heddlu'r ysgol a swyddog cymorth cymunedol yr heddlu lleol (PCSO) yn cynorthwyo ysgolion trwy sesiynau cyfiawnder adferol ac maent yn ymwneud â chynlluniau ymddygiad unigol ar gyfer cyflawnwyr. Mae ysgolion yn gwerthfawrogi'r cymorth a gânt gan y gweithwyr proffesiynol hyn ac yn dweud y byddent yn elwa ar gael mwy o adnoddau o'r fath pe bai hyn yn bosibl. Mewn ychydig o ysgolion, caiff cyn-swyddogion yr heddlu sydd â phrofiad helaeth o weithio gyda phlant a phobl ifanc eu cyflogi i gefnogi'r tîm lles.

### **Gwaith cynhwysfawr gyda phartneriaid allanol**

Mewn un ysgol, mae gan staff ymagwedd gyfannol at gynorthwyo anghenion unigol eu disgyblion. Mae'r ysgol hon yn gweithio gydag ystod eang o asiantaethau allanol i gael gwared ar unrhyw rwystrau rhag dysgu a lles. O ganlyniad, ceir cymorth cynhwysfawr ar gyfer dysgwyr. Mae'r tîm bugeiliol estynedig yn cynnwys:

- staff bugeiliol ysgol – tîm o 'weithwyr arweiniad bugeiliol', swyddogion cymorth disgyblion, cydlynnydd pontio a swyddog presenoldeb
- canolfan arbenigol ar gyfer cymorth emosiynol, ymddygiad a lles
- tîm helaeth o asiantaethau allanol: y cwnselydd ysgol, mentoriaid gwasanaethau ieuencid, staff hyb cymunedol (a leolir yn adeilad yr ysgol), staff cymorth o dîm addysg ac ymgysylltu'r awdurdod lleol, staff cymorth gwasanaethau plant a swyddogion cymorth cymunedol yr heddlu

Er na ddisgrifiodd athrawon llawer o achosion o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion, siaradon nhw'n helaeth am effaith y pandemig a chau ysgolion ar agweddau, hyder ac iechyd meddwl cyffredinol pobl ifanc. Mae llawer ohonynt yn teimlo bod disgyblion yn dawelach, yn fwy mewnblyg ac yn llai tebygol o ddod i siarad â nhw na chyn y cyfnod clo cyntaf.

Yn gyffredinol, mae staff yn mynegi pryder am normaleiddio iaith ac ymddygiadau rhywiol ymhlith plant a phobl ifanc mewn cymdeithas, a'r effaith mae hyn yn debygol o'i chael ar iechyd meddwl a lles eu disgyblion. Mae bron pob un ohonynt yn cytuno bod aflonyddu rhywiol, agweddau homoffobig ac agweddau sy'n dangos casineb at fenywod yn broblemau cymdeithasol sy'n cael eu trosglwyddo i blant a phobl ifanc, yn aml gan rieni a dylanwadau eraill. Mae'r cwricwlwm newydd yn annog ysgolion i ymgorffori dysgu yn gysylltiedig â Chonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn. Mae llawer o ysgolion yn addysgu plant am effeithiau niweidiol rhagfarn a phwysigrwydd amrywiaeth, ond mae athrawon yn teimlo y dylid gwneud hyn gartref hefyd. Pan ofynnir iddynt am gymorth sydd ei angen i ddelio â materion ynghylch aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion, mynegodd athrawon yn gryf fod angen cydweithio a chydweithredu â rhieni. Maent yn glir mai cyfrifoldeb rhieni a gofawr yw monitro defnydd plant o gyfryngau cymdeithasol a chyfleusterau sgwrsio. Yn y rhan fwyaf o achosion, mae staff ysgolion yn delio ag achosion sydd wedi digwydd ar-lein gyda'r nos ac yn ystod penwythnosau ond sy'n dod yn rhan o'r diwrnod ysgol.

Mae arweinwyr ysgol yn priodoli mynychter cynyddol aflonyddu rhywiol yn seiliedig ar ddelweddau i ddefnyddio platfformau cymdeithasol, lle daw'n anoddach olrhain ffynhonnell yr anfonwr. Er bod ysgolion yn deall pwysigrwydd cyfeirio pryderon difrifol ac achosion unigol at asiantaethau statudol, yn aml cânt eu gadael i ddatrys materion cyfryngau cymdeithasol bob dydd rhwng y cyfoedion eu hunain, a hynny'n ddyddiol. Mae bron holl staff ysgolion yn cytuno ei bod yn bwysig i rieni fod yn ymwybodol, cymryd cyfrifoldeb a deall graddfa'r problemau. Serch hynny, maent i gyd yn dangos llawer o ymrwymiad i fynd i'r afael ag aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion hefyd pan fyddant yn dod yn ymwybodol ohono.

Ar ôl cyhoeddi tystiolaethau ar wefan Everyone's Invited, mae ychydig o ysgolion wedi gwneud gwelliannau tra ystyriol i'w darpariaeth ar gyfer cymorth i ddisgyblion.

Maent wedi gweithredu ffyrdd creadigol o gasglu barn disgyblion, ac wedi cyflwyno mwy o gyfleoedd i ddisgyblion gael sgysiau cyffredinol am les gyda staff.

### **Yr oedolyn y gellir ymddiried ynddo**

Mae un ysgol wedi gweithredu 'Cynllun Oedolyn y Gellir Ymddiried Ynddo'. Mae'r holl ddisgyblion yn yr ysgol yn dewis aelod o staff yr ysgol fel eu hoedolyn y gellir ymddiried ynddo. Gall yr oedolyn fod yn athro neu'n gynorthwydd cymorth dysgu. Mae gan yr oedolyn y gellir ymddiried ynddo rôl i gefnogi lles y dysgwyr ac ymateb i unrhyw geisiadau i drafod neu siarad am unrhyw ofidiau a allai fod ganddynt. Mae dysgwyr yn cydnabod gwerth a phwysigrwydd y cynllun hwn.

Mae newid sy'n dod i'r amlwg yn y ddarpariaeth ar gyfer cymorth lles ar draws ysgolion uwchradd. Erbyn hyn, mae nifer gynyddol o ysgolion yn cyflogi staff nad ydynt yn addysgu yn benaethiaid blwyddyn neu'n arweinwyr bugeiliol. Mewn ychydig o achosion, mae'r rhain yn weithwyr cymorth teuluoedd hyfforddedig a phrofiadol, neu rai sydd â chefnidir mewn gwaith cymdeithasol neu waith ieuenctid. Gan nad oes ganddynt ymrwymiad addysgu, gallant ymateb i anghenion disgyblion, cyfathrebu â theuluoedd a mynychu cyfarfodydd amlasiantaethol allanol yn ystod y diwrnod ysgol heb darfu ar ddysgu. Mewn cyfarfodydd â phenaethiaid, disgrifiodd llawer ohonynt y modd y byddent yn elwa ar allu cyflogi mwy o staff sydd â phrofiad o weithio gydag asiantaethau arbenigol i ymateb i nifer gynyddol y problemau cymdeithasol a lles y mae pobl ifanc yn dod gyda nhw i'r ysgol.

Yn aml, mae staff cymorth lles ac arweinwyr bugeiliol wedi cael hyfforddiant pwrpasol ar faterion cyfoedion, fel aflonyddu rhywiol, ond mae cyfleoedd dysgu proffesiynol yn y maes hwn ar gyfer athrawon eraill yn llai cyffredin. Mae pob athro yn cwblhau hyfforddiant diogelu a Prevent statudol, ac mae lleiafrif o athrawon wedi cwblhau hyfforddiant statudol VAWDASV erbyn hyn. Fodd bynnag, mewn llawer o ysgolion, dim ond staff cymorth a'r arweinwyr diogelu dynodedig sy'n gallu manteisio'n uniongyrchol ar hyfforddiant arbenigol fel arfer. Er bod ychydig o ysgolion yn neilltuo amser i staff hyfforddedig rannu eu dysgu ag athrawon, nid yw hyn yn wir bob amser. Mae ysgolion sy'n rhoi lles staff a disgyblion wrth wraidd eu gwaith yn sicrhau bod pob un o'u staff wedi eu hyfforddi mewn materion pwysig sy'n effeithio ar les disgyblion.

### **Hyfforddiant helaeth i gynorthwyo staff wrth ddelio ag aflonyddu rhywiol**

Mewn un ysgol, mae pob un o'r staff yn teimlo eu bod yn cael cymorth da i ddelio ag achosion o aflonyddu rhywiol. Mae arweinwyr wedi darparu hyfforddiant i'r holl staff ar faterion LHDTTC+, ac ar anfon a rhannu lluniau noeth. Maent wedi defnyddio darpariaeth allanol i gynorthwyo staff i gynnal trafodaethau anffurfiol â disgyblion am berthnasoedd iach. Mae'r hyfforddiant diogelu blynyddol ar gyfer pob un o'r staff yn cynnwys sesiynau ar gam-drin domestig a chamfanteisio'n rhywiol ar blant. Yn ychwanegol, mae'r ysgol wedi trefnu dysgu proffesiynol i bob aelod o staff ar gydsynio. Mae athrawon wedi defnyddio'r dysgu hwn i ddarparu sesiynau ar gyfer disgyblion hŷn ar sut i aros yn ddiogel pan fyddant yn mynychu gwyliau.

Dywed staff fod ganddynt ddealltwriaeth gref o ystod yr ymddygiadau rhywiol niweidiol o ganlyniad i hyfforddiant ysgol gyfan gan asiantaeth allanol. Maent yn teimlo'n hyderus yn defnyddio protocol yr ysgol ar gyfer delio ag ystod o fwlio ac aflonyddu, ac yn dweud bod arweinwyr yn ymateb yn dda i unrhyw bryderon y maent yn eu rhannu.

Dywed llawer o staff cymorth ac athrawon fod dysgu proffesiynol ar brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod wedi bod yn hynod ddefnyddiol iddynt wrth ddelio â materion yn gysylltiedig ag ymddygiadau rhywiol niweidiol. Mae llawer o awdurdodau lleol wedi darparu dysgu proffesiynol buddiol ar gyfer staff addysg yn y maes hwn ac wedi sicrhau bod ysgolion yn 'ystyriol o drawma'. Yn ystod y cyfnodau clo, cafodd llawer o staff ysgolion hyfforddiant ysgolion sy'n ystyriol o drawma trwy eu gwasanaeth seicoleg addysg lleol neu drwy'r consortiwm rhanbarthol. Disgrifiodd mwyafrif staff bugeiliol ysgolion y modd y maent yn defnyddio'r medrau maen nhw wedi eu caffael trwy'r profiad dysgu proffesiynol penodol hwn i ddelio ag achosion o ymddygiad rhywiol amhriodol gan ddisgyblion ag anghenion dysgu ychwanegol.

### **Ymyriadau ar gyfer disgyblion ag anghenion dysgu ychwanegol**

Mewn un ysgol, roedd angen i staff anghenion dysgu ychwanegol (ADY) ymateb i sefyllfa lle dechreuodd disgybl ag ADY arddangos ymddygiad rhywiol amhriodol tuag at gyfoedion. Roedd y sefyllfa'n cynnwys cwynion gan ddisgyblion ag ADY am sylwadau a gweithredoedd rhywiol amhriodol disgybl arall ag ADY.

Cyfeiriodd y tîm ADY at hyfforddiant a gafwyd gan asiantaeth allanol ac addasu asesiadau risg disgyblion. Hefyd, cynhaliodd staff sesiynau gyda'r disgyblion yn unigol ac mewn grwpiau bach i ymateb i'r sefyllfa. Roedd y sesiynau hyn yn cynnwys ystod o ymyriadau, yn dibynnu ar anghenion disgyblion a'u gallu gwybyddol a geiriol:

- defnyddio therapi hambwrdd tywod – dull therapi dieiriau sy'n galluogi plant i greu senarios ac atebion gan ddefnyddio teganau bach a thywod
- sesiynau unigol gyda disgyblion gan ddefnyddio strategaethau sy'n ystyriol o drawma i gydnabod meddyliau, emosiynau a gweithredoedd disgyblion, a rhannu eu gorbryderon:
- defnyddio cardiau 'emosiwn' lluniau i helpu disgyblion nodi sut maen nhw'n teimlo a galluogi disgyblion ag anawsterau cyfathrebu i rannu eu gorbryderon
- sesiynau [ELSA](#) ynghylch gofod diogel a medrau cymdeithasol eraill
- hyfforddiant sy'n addas i ddisgyblion ar anhwylder y sbectrwm awtistig ar gyfer gweddill y dosbarth

Mae'n glir o'n gwaith gyda disgyblion eu bod yn croesawu unrhyw gyfle i siarad yn gyffredinol am faterion cymdeithasol, sef aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn yr achos hwn. Roedd disgyblion mor awyddus i ymgysylltu ag arolygwyr ac roeddent yn gwerthfawrogi'r profiad. Dywed disgyblion (yn enwedig disgyblion hŷn) eu bod eisiau i ysgolion greu cyfleoedd i siarad am berthnasoedd a rhywioldeb mewn amgylchedd diogel, galluogol. Dywed disgyblion nad ydynt yn siarad llawer â'u hathrawon am aflonyddu rhywiol ar hyn o bryd ond maent yn teimlo bod angen i ysgolion wybod sut mae'n effeithio ar eu lles er mwyn iddynt allu eu helpu.



### **Mannau diogel i siarad**

Mewn un ysgol annibynnol, caiff darpariaeth y cwricwlwm ar gyfer addysg cydberthynas a rhywioldeb ei hategu gan gyfleoedd 'Amser i Sgwrsio' yn y tai preswyl. Mae'r tîm bugeiliol yn sicrhau bod yr holl ddisgyblion preswyl yn cael cyfleoedd strwythuredig ac unigol i drafod yr hyn y maent wedi'i gwmpasu mewn gwersi ABCh gyda staff preswyl bob wythnos. Hefyd, maent yn sicrhau bod digonedd o drafodaethau ad hoc ynghylch addysg bersonol neu gymdeithasol gyffredinol a materion pryder gyda staff preswyl. Mae staff addysgu ac uwch staff yn yr ysgol hon yn teimlo bod hyn yn gryfder yn y model preswyl, gan ei fod yn darparu mwy o gyfleoedd i ddisgyblion siarad ar ôl yr ysgol.

## **Y cwricwlwm**

### **Amser a neilltuir ar gyfer ABCh**

Ceir amrywiad yn yr amser a neilltuir ar gyfer ABCh ar draws ysgolion. Fodd bynnag, at ei gilydd, yr amser cyfartalog ar gyfer disgyblion yng nghyfnod allweddol 3 yw un wers yr wythnos. Mewn lleiafrif bach o ysgolion, caiff disgyblion un wers bob pythefnos. Mewn ychydig o ysgolion, nid oes unrhyw wers ABCh amserlenedig o gwbl. Yn yr ysgolion hyn, mae testunau naill ai'n rhan o 'ddiwrnodau ABCh' neu 'ddiwrnodau gollwng yr amserlen' ble caiff yr amserlen arferol ei hatal a'i disodli â chyflwyniadau neu weithdai, neu cânt eu 'cwmpasu' yn ystod cyfnodau cofrestru'r bore. Yn y rhan fwyaf o ysgolion, nid oes amser dynodedig ar gyfer gwersi ABCh ar wahân i ddisgyblion yng nghyfnodau allweddol 4 a 5. Mae hyn oherwydd y pwysau amser o fewn y cwricwlwm presennol. Mae ychydig o ysgolion yn darparu ychydig o sesiynau ar gyfer y disgyblion hyn yn ystod gwersi Bagloriaeth Cymru, ac mae llawer ohonynt yn defnyddio gwasanaethau neu ddiwrnodau 'medrau' neu 'les' cynlluniedig i roi cyflwyniadau penodol ar themâu allweddol.

Erbyn hyn, mae nifer gynyddol o ysgolion yn cyflwyno rhaglenni penodol sy'n arwain at gymwysterau allanol yn gysylltiedig â themâu ABCh. Er enghraifft, mae ychydig o ysgolion yn cyflwyno rhaglen BTEC lefel 1 a 2 ynghylch 'Twf a Lles Personol'. Mae'r rhaglen hon yn cynnwys ychydig o agweddau ar addysg cydberthynas a rhywioldeb, fel iechyd a lles rhywiol. Er ei fod yn gwrs sydd wedi'i gynllunio'n bennaf ar gyfer disgyblion is eu gallu a'r rhai sy'n arddangos arwyddion o ymddieithrio â dysgu, mae ychydig o ysgolion yn ei gyflwyno ar draws yr ystod gallu ym Mlwyddyn 11. Nid yw'r cwrs wedi'i gynllunio ar gyfer cyflwyno felly.

Mewn tua hanner yr ysgolion, mae arweinwyr wedi datblygu Maes Dysgu a Phrofiad (MDPh) 'Iechyd a Lles' y Cwricwlwm i Gymru, ac wedi addasu darpariaeth ar gyfer naill ai Blwyddyn 7 neu Flwyddyn 8 o fis Medi 2021. Eto, mae amrywiad yn yr amser a neilltuir ar gyfer iechyd a lles, sy'n amrywio o ddwy wers yr wythnos i wyth. Y dyraniad cyfartalog yw pedair gwrs yr wythnos. Fel arfer, mae gwersi iechyd a lles yn ymgorffori addysg gorfforol, bwyd a maeth a gwersi ABCh.

### **Amser cwricwlwm cynyddol ar gyfer iechyd a lles**

Mae un ysgol wedi cyflwyno gwersi iechyd a lles yn yr ystafell ddosbarth ar gyfer disgyblion ym Mlwyddyn 7 a Blwyddyn 8. Mae'r sesiynau hyn yn cynnwys ymdriniaeth sy'n briodol i oedran o ran perthnasoedd iach ac ymddygiadau rhywiol, yn ogystal â sesiynau ar fyw yn iach ac iechyd meddwl cadarnhaol. Mae disgyblion Blwyddyn 8 yn gweld y sesiynau hyn yn ddefnyddiol iawn, ac yn gwerthfawrogi'r cyfle i ddysgu mwy a thrafod y materion pwysig hyn.

### **Profiad athrawon**

Mae ysgolion sydd bellach yn cyflwyno sesiynau iechyd a lles yn hytrach nag ABCh ar wahân yn dechrau defnyddio athrawon penodol i gyflwyno gwersi. Athrawon addysg gorfforol, technoleg bwyd a drama yw'r rhain ar y cyfan, er bod ychydig iawn o ysgolion wedi cyflogi athro dynodedig iechyd a lles.

### **Arweinwyr canol yn cyflwyno gwersi ABCh**

Mewn un ysgol, caiff sesiynau iechyd a lles eu cyflwyno'n bennaf gan dîm dynodedig a thra hyfforddedig. Mae bron pob un ohonynt yn bennaethiaid blwyddyn sydd yn eu galluogi i berthnasu cynnwys hefo materion bugeiliol. Mewn sesiynau grwpiau ffocws yn yr ysgol hon, gwnaeth pob disgybl sylw ar ba mor dda y caiff y gwersi hyn eu cyflwyno.

Mewn llawer o ysgolion dros gyfnod, caiff athrawon sydd wedi bod yn cyflwyno ABCh eu dewis yn ôl y gofod ar eu hamserlen. Mae problemau yn gysylltiedig â hyn gan fod amrywiad yn niddordeb, medrau a brwdfrydedd athrawon o ran cyflwyno gwersi ar destunau sydd weithiau'n rhai sensitif, anodd neu anghyfarwydd. Mae arweinwyr ysgolion yn cydnabod bod ychydig o athrawon yn llai cyfforddus nag eraill yn siarad am faterion penodol, ac nad yw'r rhan fwyaf ohonynt yn arbenigwyr mewn delio â thestunau anodd. Mae disgyblion mewn lleiafrif o ysgolion yn siarad yn negyddol am lefel arbenigedd a diddordeb athrawon sy'n cyflwyno gwersi ABCh. Yn gyffredinol, mae awdurdodau lleol a chonsortia rhanbarthol yn cynnig llai o gyfleoedd dysgu a hyfforddiant penodol ar gyfer addysgu ABCh yn ystod y blynyddoedd diwethaf o gymharu â thua phum mlynedd yn ôl.

### **Testunau, themâu a dysgu cronol**

Mae'r pandemig a chyfnodau dysgu o bell wedi cael effaith anghymesur ar argaeledd ac ansawdd darpariaeth ABCh. Mae ysgolion yn cyfaddef mai ychydig iawn o addysgu testunau yn gysylltiedig ag ABCh yn uniongyrchol a gafwyd yn ystod y cyfnodau clo. Er bod y cwricwlwm ABCh mewn llawer o ysgolion yn berthnasol a thra ystyriol, mae'r ddarpariaeth ar gyfer addysg cydberthynas a rhywioldeb yn amrywio'n fawr.

Mewn lleiafrif o achosion, o fewn y ddarpariaeth ABCh, mae arweinwyr wedi dewis testunau addysg cydberthynas a rhywioldeb yn ofalus i gynnwys gweithgareddau sy'n briodol i oedran sy'n adeiladu ar ddysgu blaenorol ar draws cyfnod allweddol 3, ac mewn ychydig o enghreifftiau, ar draws cyfnodau allweddol pellach. Mae'r ysgolion hyn yn sicrhau bod addysg cydberthynas a rhywioldeb yn cael ei

chyflwyno'n gronnol neu fel 'cwricwlwm troellog' lle ailedrychir ar destunau neu bynciau droeon trwy gydol cyfnod addysg plentyn. Nid yw hyn dim ond yn golygu ailadrodd testun, ond yn hytrach dyfnhau'r testun neu Gronni gwybodaeth amdani o'r dysgu blaenorol. Fodd bynnag, mewn gormod o ysgolion, ni roddir digon o ystyriaeth i ba mor eang a manwl yr ymdrinnir â thestunau wrth i ddisgyblion symud ymlaen trwy'r ysgol. Mewn ychydig o'r ysgolion hyn, dywed disgyblion fod testunau yn aml yn cael eu hailadrodd ar yr un lefel manylder. Maent yn dyfynnu gwersi ar gyffuriau ac alcohol fel enghraifft nodweddiadol o hyn. Gall y mater hwn achosi i ddisgyblion ymddieithrio â'r sesiynau.

### **Cwricwlwm troellog cynlluniedig**

Mae un ysgol yn darparu cwricwlwm ABCh cynlluniedig sy'n adeiladu ar ddysgu blaenorol disgyblion ar draws cyfnod allweddol 3, ac yn ychwanegu at y dysgu hwn gyda chalendr o weithgareddau ar gyfer disgyblion yng nghyfnod allweddol 4 ac yn y chweched dosbarth. Mae'r ysgol yn credu bod hyn yn sicrhau bod gwybodaeth a dealltwriaeth disgyblion o faterion pwysig yn cynyddu a dyfnhau wrth iddynt symud i fyny'r ysgol.

Mae'r rhaglen addysg bersonol a chymdeithasol gynlluniedig hon yn cynnwys ystod o destunau perthnasoedd sy'n iach o ran oedran ym mhob cyfnod, y bwriedir iddynt gefnogi lles disgyblion a datblygu medrau personol a chymdeithasol pwysig.

Mewn ychydig o ysgolion, mae arweinwyr yn ymgynghori â disgyblion i nodi'r testunau neu'r themâu yr hoffent ymdrin â nhw mewn sesiynau ABCh neu mewn gwasanaethau. Mae un ysgol yn addasu ei darpariaeth ABCh ar gyfer y chweched dosbarth bob blwyddyn ar sail yr hyn mae disgyblion eisiau ei ddysgu. Siaradodd disgyblion yn yr ysgol hon yn estynedig am berthnasedd eu gwersi a'r modd y maent yn gwerthfawrogi cyfleoedd i ddadansoddi materion a oedd yn bwysig iddyn nhw. Yn gyffredinol, mae disgyblion cyfnod allweddol 4 y siaradom â nhw yn wael wrth alw i gof brofiadau dysgu mewn ABCh, ond siaradodd bron pob un ohonynt am gyflwyniadau neu wersi defnyddiol gan swyddog heddlu'r ysgol. Maent yn benodol yn cofio gwersi ar ddiogelwch ar-lein a gwersi 'Lluniau Peryglus' ynghylch secstio.

### **Ymagwedd ysgol gyfan at gynllunio'r cwricwlwm ABCh**

Mae arweinwyr canol ac uwch arweinwyr wedi gweithio gyda'r cyngor myfyrwyr a grwpiau eraill llais y disgybl i adolygu a gwella cynlluniau dysgu ABCh i gynnwys testunau y mae angen ymdrin â nhw'n well, ym marn disgyblion. Hefyd, mae arweinwyr yn defnyddio data'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion i nodi unrhyw bryderon penodol y mae angen mynd i'r afael â nhw trwy'r rhaglen ABCh.

Mae arweinwyr wedi gwrandao ar ddisgyblion, ac erbyn hyn yn defnyddio'r un grŵp staff i gyflwyno gwersi. Mae pob un o'r athrawon sy'n cyflwyno ABCh yn cymryd rhan mewn cynllunio a dod o hyd i'r ddarpariaeth ac yn cyfarfod fel tîm i adolygu a datblygu eu gwersi'n rheolaidd. Mae'r cynllun dysgu ABCh yn cwmpasu perthnasoedd iach a materion ynghylch ymddygiadau rhywiol niweidiol mewn modd sy'n briodol i oedran.

### **Ysgolion ffydd**

Ceir hefyd rhywfaint o anghysondeb wrth ymdrin ag addysg cydberthynas a rhywioldeb ar draws ysgolion ffydd yng Nghymru. Mae mwyafrif yr ysgolion ffydd yn darparu ymdriniaeth gynhwysfawr o ran addysg ar rywioldeb, iechyd a pherthnasoedd, gyda chynhwysiant cytbwys o addysg rhyw heterorywiol a chyfunrhywiol, a gwybodaeth am atal cenhedlu.

### **Ysgol ffydd yn gweithio mewn partneriaeth**

Mae un ysgol ffydd yn gweithio gydag asiantaethau allanol fel yr NSPCC i gyflwyno gwersi'n ymwneud ag ymddygiad rhywiol niweidiol a chydysnio. Yn ddiweddar, estynnodd yr ysgol wahoddiad i fenywod drawsryweddol rannu eu profiadau â disgyblion. Cyflwynir addysg cydberthynas a rhywioldeb ym mhob grŵp blwyddyn. Ceir ymagwedd raddedig, thematig at wersi. Mae hyn yn cynnwys perthnasoedd iach cyffredinol ym Mlwyddyn 7 a Blwyddyn 8, meddwl am ryw ym Mlwyddyn 9 a thrafod cydsynio yng nghyfnod allweddol 4, a cham-drin rhywiol yn y chweched dosbarth. At ei gilydd, mae'r rhaglen ABCh yn canolbwyntio ar addysg cydberthynas a rhywioldeb, ac ym mhob cam dysgu, yn sicrhau bod perthnasoedd o'r un rhyw yn cael cymaint o sylw â pherthnasoedd heterorywiol.

Mae'r cwricwlwm arfaethedig ar gyfer addysg cydberthynas a rhywioldeb a'r cod statudol addysg cydberthynas a rhywioldeb yn achosi gwrthdaro i ychydig o ysgolion ffydd, yn enwedig ysgolion Catholig. Mae ychydig iawn o ysgolion Catholig wedi gweithio'n dda i addasu eu rhaglenni dysgu dynodedig i gynnwys gwersi ar ryw, rhywioldeb a pherthnasoedd iach mewn modd sy'n arddel amrywiaeth.

### **Ymagwedd gyfunol wrth gyflwyno addysg cydberthynas a rhywioldeb mewn ysgol Gatholig**

Mae un ysgol yn gweithio ar greu ymagwedd gyfunol ond gyfannol at addysg cydberthynas a rhywioldeb i ymgorffori gwerthoedd Catholig yn y MDPH iechyd a lles. Er bod yr ysgol yn defnyddio rhaglen ABCh Gatholig benodol, maent yn ychwanegu ati gyda gwersi a chyflwyniadau ynglŷn â phwysigrwydd unigoliaeth a pherthnasoedd iach. Mae hyn yn helpu'r ysgol i ddatblygu diwylliant agored ble gall disgyblion drafod materion yn ddiogel gyda staff.

Mae ychydig o ysgolion Catholig yn defnyddio rhaglenni dysgu sefydledig ar gyfer ABCh lle mae gwerthoedd a chredoau'r ffydd yn ganolog i'r cwricwlwm. Er bod y rhaglenni hyn yn cynnwys testunau perthnasol a phwysig, mae'r ffydd a chredoau Catholig yn rhan amlwg o addysgu ychydig o destunau, fel rhyw diogel ac atal cenhedlu. Gallai hyn wrthdaro ag awydd yr ysgol i fod yn gynhwysol bob amser, a gallai achosi her sylweddol i lywodraethwyr a'r esgobaeth pan fydd arweinwyr yn cynnig unrhyw newidiadau polisi. O'r herwydd, nid yw ychydig o ysgolion yn ymdrin â'r un materion rhyw yn eu cwricwla, nac yn rhoi cefnogaeth mor gryf i ddisgyblion LHDTTC+ â'r hyn a welir mewn ysgolion eraill.

### **Gwasanaethau a chyflwyniadau**

Mewn ychydig o ysgolion, nid oes gan ABCh le digon blaenllaw yn y cwricwlwm, a'r unig ddarpariaeth ar gyfer ABCh yw trwy wasanaethau neu amser dosbarth. Fodd bynnag, mae bron pob ysgol yn sicrhau bod gwasanaethau wedi eu harwain gan werthoedd yn cael eu cynnal yn rheolaidd, gan roi sylw i ystod o themâu priodol. Bu'n rhaid i lawer o ysgolion roi'r gorau i gynnal gwasanaethau corfforol ysgol gyfan neu flwyddyn gyfan ers dechrau'r pandemig, oherwydd cyfyngiadau o ran cadw pellter cymdeithasol. Er gwaethaf hyn, maent wedi llwyddo i gynhyrchu a darlledu gwasanaethau o ansawdd da yn ddigidol o hyd yn ystod y cyfnod hwn.

O dan amgylchiadau arferol, mae gan lawer o ysgolion raglen gynhwysfawr o weithgareddau cynlluniedig sy'n cwmpasu dathliadau cenedlaethol ac ystod eang o destunau ABCh, fel parch, ymddygiad da ac agweddau cadarnhaol. Ym mwyafrif yr ysgolion, mae gwasanaethau'n aml yn ymdrin â chydarddoldeb ac amrywiaeth, cydsynio, materion LHDTTC+ ac ymwybyddiaeth o iechyd meddwl. Weithiau, cyflwynir y gwasanaethau hyn gan siaradwyr ac arbenigwyr allanol. Yn gyffredinol, mae disgyblion yn rhoi gwerth uchel ar gyflwyniadau gan siaradwyr allanol ac maent yn eu galw i gof yn dda fel profiadau cadarnhaol. Fodd bynnag, yn gyffredinol, nid yw ysgolion yn gwneud digon o ddefnydd o'r cyflwyniadau hyn i gael disgyblion i ymgysylltu â dysgu pellach. Bron ym mhob sefyllfa, yn dilyn cyflwyniadau a gwasanaethau celfydd, mae'r amserlen arferol yn ailddechrau, gan adael cyfle cyfyngedig i ddisgyblion ac athrawon drafod testunau ymhellach. Mae disgyblion hyn yn cwyno eu bod yn cael negeseuon cryf am faterion sensitif ac anodd ar ddechrau'r diwrnod ysgol, ac wedyn, disgwylir iddynt fynd i wersi arferol heb unrhyw gyfle i drafod y themâu hyn, na myfyrio arnynt.

## Diwrnodau 'gollwng yr amserlen'

Mae ysgolion nad ydynt yn darparu gwersi ABCh amserlenedig rheolaidd yn trefnu diwrnodau ABCh bob tymor, fel arfer ar gyfer un cyfnod allweddol ar y tro. Mae hyn yn bennaf o ganlyniad i'r pwysau ar amser y cwricwlwm yng nghyfnod allweddol 4. Maent yn darparu rhaglen gyfunol o ddigwyddiadau, a chaiff rhai gwersi eu cyflwyno gan staff ysgol, a gwersi eraill gan arbenigwyr allanol. Mae'r cynllunio ar gyfer diwrnodau o'r fath yn llafurus a heriol gan fod rhaid i arweinwyr ddibynnu ar argaeledd cyflwynwyr, osgoi gwrthdaro ag asesiadau allanol a sicrhau bod athrawon ar gael i gyflwyno gwersi. O ganlyniad i gyfyngu i ychydig iawn o ddyddiau i gwmpasu'r cwricwlwm ABCh cyfan, mae'n anochel y gall yr ymdriniaeth â thema benodol fod yn ysgafn yn unig. Mae hyn yn atal y profiad dysgu cronol ar gyfer disgyblion. Hefyd, mae'n achosi anawsterau pellach i ddisgyblion y mae'n ofynnol iddynt newid ac addasu i ffocws penodol o un awr i'r nesaf, eto gydag amser a chyfle cyfyngedig i fyfrio ar ddysgu. Er enghraifft, bydd disgybl nodweddiadol yn cael sesiwn ar gamddefnyddio sylweddau, iechyd meddwl cadarnhaol, bwyta'n iach, dewisiadau gyrfa ac amrywiaeth i gyd mewn un diwrnod. Gallai'r math hwn o brofiad dysgu fod yn heriol i ddisgyblion oherwydd bod cynnwys y diwrnod mor amrywiol, a natur y diwrnodau hyn yn golygu ei bod yn anodd datblygu dealltwriaeth fanwl dros gyfnod.

## Defnyddio asiantaethau allanol

Mae pob ysgol yn gwerthfawrogi cymorth a chydweithrediad asiantaethau allanol i ychwanegu at eu darpariaeth ABCh. Mae hyn yn arbennig o wir am waith Swyddog Heddlu'r Ysgol a gweithiwr ieuencid yr awdurdod lleol, pan fydd ar gael.

Ym mhob ysgol, mae cymuned yr ysgol gyfan yn canmol gwaith Swyddog Heddlu'r Ysgol yn fawr, nid yn unig o ran cyflwyno Rhaglen Graidd Cymru Gyfan, ond ynglŷn â'u menter gefnogol plismona ysgolion fel swyddogion School Beat. Yn ogystal â chyflwyno gwersi a gwneud cyflwyniadau i ddisgyblion, maent yn aml yn gweithio'n uniongyrchol ar sail un i un gyda chyflawnwyr a'u teuluoedd mewn achosion lle mae disgyblion yn torri'r gyfraith. Mae arweinwyr ysgolion yn siarad am bwysigrwydd sicrhau nad yw disgyblion sy'n croesi'r llinell yn cael eu pardduo gan eu camgymeriadau, a'r angen i gydnabod eiddilwch dynol a chynnig maddeuant. Maent yn cydnabod anhawster sicrhau cydbwysedd rhwng eu darpariaeth pan fydd achosion o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion, a chefnogi hawliau'r dioddefwr, ond darparu arweiniad ar gyfer y cyflawnwr hefyd. Caiff cefnogaeth swyddogion School Beat mewn sesiynau cyfiawnder adferol ei chroesawu gan ysgolion.

Ledled Cymru, dywed ysgolion fod cymorth cyfyngedig bellach ar gyfer addysg rhyw gan wasanaeth nyrsio'r ysgol. Yn ddealladwy, nid yw asiantaethau allanol wedi gallu ymweld ag ysgolion yn ystod y pandemig oherwydd cyfyngiadau COVID-19, er bod rhai darparwyr allanol wedi parhau i gynorthwyo ysgolion trwy gyflwyno gwersi ar-lein. Mewn rhai ardaloedd, bu'n rhaid i nyrsys ysgol fynd yn ôl i weithio mewn wardiau ysbyty. Mae bron pob ysgol yn teimlo bod colli nyrs yr ysgol i gefnogi cyflwyno addysg rhyw ar gyfer gwahanol grwpiau oedran yn arwyddocaol. Er bod ychydig o ysgolion wedi trefnu eu darpariaeth eu hunain, nid yw'r rhan fwyaf ohonynt wedi llwyddo i gyflwyno gwersi addysg rhyw i'w disgyblion am y ddwy flynedd ddiwethaf. Mae hyn fel arfer oherwydd nad oes gan arweinwyr ac athrawon ddigon o

hyder yn cyflwyno gwersi sydd fel arfer yn cael eu cyflwyno gan staff hyfforddedig arbenigol. Mae'n glir o'n trafodaethau fod disgyblion hŷn yn awyddus i gael addysg rhyw, a dywed mwyafrif ohonynt nad ydynt wedi cael unrhyw addysg rhyw o gwbl yn ystod eu cyfnod yn yr ysgol uwchradd. Mae hyn yn cynnwys disgyblion un deg saith ac un deg wyth oed yn y chweched dosbarth.

### **Addysg cydberthynas a rhywioldeb yn y cwricwlwm ehangach**

Mewn ychydig o ysgolion, ceisir atgyfnerthu dysgu disgyblion am berthnasoedd a rhywioldeb trwy'r cwricwlwm ehangach. Er enghraifft, mae llawer o athrawon iaith ac ychydig o athrawon pwnc eraill yn siarad â balchder am y modd y maent yn defnyddio testunau, symbyliadau a digwyddiadau bywyd i archwilio themâu fel rhywiaeth a materion rhywedd. Mewn un ysgol, mae dosbarthiadau celf y chweched dosbarth yn cynnwys sesiynau sy'n procio'r meddwl ar hawliau menywod, ffeministiaeth a chydaddoldeb. Wedyn, mae ychydig o ddisgyblion yn dewis thema trais yn erbyn menywod fel man cychwyn ar gyfer eu creadigaethau, gan ganolbwyntio'n benodol ar amgylchiadau trasig llofruddiaeth Sarah Everard. Mewn enghraifft arall, mae'n ofynnol i ddisgyblion TGAU drama ymateb i symbyliadau wedi eu cynhyrchu gan y bwrdd arholi er mwyn creu darn dyfeisiedig o theatr. Eleni, mae hyn yn cynnwys llun yn dwyn y teitl 'Merch yn Rhedeg'. Mewn un ysgol, mae hyn wedi arwain at drafodaethau trylwyr am rywioli menywod mewn cymdeithas. Mae disgyblion yn gwerthfawrogi'r cyfle i fod yn rhan o drafodaethau agored ac sy'n aml yn rymusol, ar ystod o faterion pwysig mewn amgylchedd diogel. O ganlyniad i wneud hyn, mae disgyblion drama wedi perfformio darn dyfeisiedig ar gam-drin domestig.

Mae llawer o athrawon Saesneg yn dewis llenyddiaeth yn fwiadol o'r testunau gosod a ddarparwyd gan y bwrdd arholi sydd â themâu cryf sy'n adlewyrchu problemau cymdeithasol, fel casineb at fenywod, homoffobia, dial a cham-drin. Mae rhestr y testunau gosod ar gyfer Saesneg Safon Uwch yn cynnwys dramâu fel 'A Streetcar Named Desire' gan Tennessee Williams, a nofelau fel 'The Radicalisation of Bradley Manning' gan Tim Price, a 'The Handmaid's Tale' gan Margaret Atwood. Dywedodd athrawon Saesneg wrthym ni fod y rhain yn boblogaidd ymhlith disgyblion chweched dosbarth.

Mae cydraddoldeb a rhywioldeb yn themâu cyffredin mewn barddoniaeth ddethol, yn enwedig gwaith gan Sylvia Plath a Ted Hughes. Ar lefel TGAU, mae llawer o ddisgyblion ledled Cymru yn astudio themâu cwmnïaeth ac unigrwydd yn nofel John Steinbeck, 'Of Mice and Men'. Mae'r nofel hon yn sôn am wrthrycholi menywod yn ei phortread o'r cymeriad 'Curley's Wife', sy'n aros yn ddiennw trwy gydol y nofel.

Caiff disgyblion sy'n astudio Cymraeg ar lefel TGAU gyfleoedd i drafod themâu fel hyder corfforol ac ymgais merched i fodloni bechgyn yn esthetaidd pan fyddant yn astudio'r ddrama 'Walïau' gan Bedwyr Rees. Mae'r ddrama hon yn portreadu dwy ferch a dau fachgen mewn dwy ystafell newid wedi eu gwahanu gan wal lythrennol a throsiadol.

### **Arweinyddiaeth**

Croesawodd arweinwyr ysgolion gyfranogiad eu hysgol yn yr adolygiad thematig hwn er gwaethaf y sensitifrwydd ynglŷn â'r mater. Cytunon nhw i gyd fod angen archwilio

thema aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ar lefel genedlaethol, gan fod hon yn broblem gymdeithasol sy'n dylanwadu ar bobl ifanc, ac yn symud yn naturiol i ysgolion.

Yn gyffredinol, yn ystod y pandemig, mae'r rhan fwyaf o ysgolion wedi cynyddu'r ffocws ar les emosiynol ac wedi diwygio darpariaeth ar ôl gofyn am farn rhanddeiliaid er mwyn gwneud gwelliannau. Er enghraifft, mae ychydig o ysgolion bellach yn neilltuo mwy o amser ar gyfer y gwiriad lles yn ystod amser dosbarth yn y bore er mwyn i ddisgyblion ac athrawon gael sgrysiâu gwerth chweil. Mae ysgolion eraill wedi ymgorffori sesiynau ymlacio ac ymwybyddiaeth ofalgar yn y diwrnod ysgol i alluogi disgyblion a staff i ymlacio a gofalu am eu hiechyd meddwl eu hunain.

### **Datblygu'r cwricwlwm ar gyfer addysg cydberthynas a rhywioldeb ar ôl y cyfnod clo**

Mae un ysgol wedi gweithio i ddatblygu'r rhaglen addysg cydberthynas a rhywioldeb yn sgil y pandemig ac effaith cyfleoedd cyfyngedig disgyblion i weld cyfoedion a staff ysgol wyneb yn wyneb am gyfnod estynedig. Hefyd, mae arweinwyr wedi ystyried negeseuon allweddol o'r tystiolaethau a gyhoeddwyd ar wefan 'Everyone's Invited', ac o archwiliad mewnol o ddarpariaeth ar gyfer addysg cydberthynas a rhywioldeb.

O ganlyniad i'r uchod, mae'r ysgol wedi paratoi gwersi ar destunau a themâu newydd ar gyfer disgyblion ar draws yr ysgol. Mae'r gwersi hyn yn cynnwys:

- nodweddion 'perthynas dda' ac amrywiaeth ym Mlwyddyn 7
- cynhwysiant, beth mae bwlio yn ei olygu, a beth yw cellwair ym Mlwyddyn 8
- cam-drin domestig, secstio, materion LHDTTC+ ac atal cenhedlu ym Mlwyddyn 9
- datblygu materion rhywedd, aflonyddu a stelcio ym Mlwyddyn 10
- perthnasoedd rhywiol iach, pornograffi a thrais rhywiol ym Mlwyddyn 11 ac yn y chweched dosbarth

Mae nodweddion cyffredin ynghylch arweinyddiaeth gref o ran lles wedi dod i'r amlwg yn ystod y gwaith hwn:

- mae arweinwyr effeithiol yn rhoi pwyslais cryf ar recriwtio staff amcanus, medrus ac o safon dda
- maent hefyd yn cefnogi a herio eu staff i ddatblygu ffyrdd creadigol o gryfhau darpariaeth
- gwnânt ddefnydd effeithiol o systemau monitro a barn rhanddeiliaid i werthuso ansawdd eu gwaith a chynllunio ar gyfer gwella

Gwelwyd tystiolaeth o'r cryfderau hyn mewn arweinyddiaeth o ran lles mewn lleiafrif o ysgolion.



### **Defnydd cynhyrchiol o adborth rhanddeiliaid**

Creodd arweinwyr mewn un ysgol eu holiadur eu hunain i ddisgyblion am aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn dilyn digwyddiadau diweddar. Rhoddwyd gwersi i bob un o'r disgyblion ar beth mae aflonyddu rhywiol yn ei olygu cyn trefnu bod yr holiadur ar gael. Gadawyd yr holiadur yn agored am gyfnod hwy na'r arfer i annog disgyblion i ymateb. Wedyn, cafwyd cyflwyniad ar y canfyddiadau i bob aelod o staff, ynghyd â chynllun gweithredu'r ysgol ar gyfer mynd i'r afael â'r materion a godwyd.

Yn gyffredinol, mae arweinwyr effeithiol yn cyflogi tîm o staff o safon dda sy'n ychwanegu gwerth sylweddol at y ddarpariaeth ar gyfer gofal, cymorth ac arweiniad. Mae'r arweinwyr hyn yn fodlon mentro, yn aml yn cyflogi staff nad ydynt yn addysgu sydd ag arbenigeddau a phrofiadau y tu allan i fyd addysg, ond yn gweithio gyda phlant a phobl ifanc. Mae un ysgol o'r fath yn cyflogi cyn-swyddog heddlu a gweithiwr cymdeithasol i ychwanegu at y tîm bugeiliol. Mewn ysgol arall, mae pob un o'r penaethiaid blwyddyn yn swyddogion cymorth nad ydynt yn addysgu, sydd â chefnid sylweddol mewn gwaith cymdeithasol neu waith ieuenctid. Maent yn hynod fedrus yn gweithio gyda theuluoedd sy'n anodd eu cyrraedd ac asiantaethau allanol, ac yn gwneud defnydd buddiol o hyn i gefnogi disgyblion bregus neu sydd wedi dadrithio.

Yn yr ysgolion mwyaf effeithiol, mae uwch arweinwyr yn annog datblygiad a chreadigrwydd ac mae ganddynt yr un disgwyliadau uchel o arweinwyr canol sydd â chyfrifoldeb am ABCh ag sydd ganddynt o'r rhai sydd â chyfrifoldeb am bynciau academaidd. Maent yn neilltuo digon o amser i gydlynwyr ABCh gaffael dysgu proffesiynol a datblygiad personol. O ganlyniad i gyfyngiadau'r cwricwlwm yng nghyfnodau allweddol 4 a 5, ychydig iawn o amser sydd ar gael ar gyfer ABCh ar hyn o bryd. Yn yr ysgolion sydd â'r ddarpariaeth orau, mae arweinwyr yn cynnal archwiliadau rheolaidd o'r cwricwlwm i sicrhau bod ganddynt drosolwg clir o ble mae testunau ABCh yn ymddangos ar draws y cwricwlwm. Yn ychwanegol, maent yn annog gwaith partneriaeth a chyfranogiad gan asiantaethau allanol, fel cwmnïau theatr mewn addysg a grwpiau arbenigol er mwyn rhoi profiadau dysgu gwerthfawr a phwysig i ddysgwyr. Fodd bynnag, nid ydynt yn dibynnu'n ormodol ar y partneriaid allanol hyn i gyflwyno ABCh.

### **Map cynhwysfawr o'r ddarpariaeth**

Mewn un ysgol, mae arweinwyr wedi creu map cynhwysfawr o'r ddarpariaeth ar gyfer addysg personol a chymdeithasol. Mae'r map yn cynnwys manylion am ran addysg cydberthynas a rhywioldeb mewn gwersi pwnc perthnasol, gwasanaethau, gweithdai a diwrnodau ABCh dynodedig. Mae hyn yn galluogi arweinwyr i gael gwybodaeth uniongyrchol sylweddol am yr hyn sy'n cael ei gwmpasu i sicrhau bod darpariaeth yn parhau'n gyfoes, a nodi unrhyw fylchau yn y ddarpariaeth hefyd.

Yn yr achosion gorau, mae arweinwyr yn gwneud defnydd cynhyrchiol o ddata meintiol ac ansoddol, ac adborth rhanddeiliaid, i werthuso eu gwaith a chynllunio ar gyfer gwella. Maent yn adolygu eu systemau yn rheolaidd i sicrhau eu bod yn addas at eu diben, ac yn gwneud defnydd cynhyrchiol o'r wybodaeth ynddynt i nodi

cryfderau a diffygion. O ran gwerthuso'r ddarpariaeth ar gyfer lles, mae'r arweinwyr mwyaf effeithiol yn sicrhau bod ganddynt systemau cynhwysfawr a dibynadwy i gofnodi achosion o ymddygiad gwael ac aflonyddu sy'n cael eu deall a'u defnyddio gan bob aelod o staff. Fodd bynnag, mewn ychydig iawn o ysgolion yn unig y mae staff yn cofnodi achosion o fwlio ac aflonyddu mewn modd cyson, yn eu categorio'n gywir neu'n gwneud hynny'n ddigon manwl. O ganlyniad, nid yw ysgolion ac awdurdodau lleol yn cael cyfrif cywir o'u mynychter bob amser.

O ran diffygion mewn arweinyddiaeth, nododd arolygwyr themâu cyffredin mewn ysgolion hefyd. Y prif wendid yw'r lefel isel o ymwybyddiaeth sydd gan arweinwyr a staff yn gyffredinol am achosion o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ar draws eu hysgol. Ceir polareiddio llwyr rhwng yr hyn mae disgyblion yn dweud sy'n digwydd, a'r hyn mae staff yn ei wybod. Lleiafrif yn unig o uwch arweinwyr a ddywedodd wrthym ni eu bod nhw bron yn sicr fod cyfradd uwch o achosion yn digwydd ar draws yr ysgol na'r nifer y cawsant wybod amdanynt. Yn y rhan fwyaf o ysgolion, soniodd arweinwyr am nifer fach o achosion dethol yr oeddent wedi delio â nhw, ac roedd ansawdd a phriodoldeb eu hymateb fel arfer yn dda iawn. Fodd bynnag, yn gyffredinol, er bod y rhan fwyaf o staff a gafodd eu cyfweld o'r farn nad oedd aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn broblem yn eu hysgol, rhoddodd eu disgyblion ddarlun gwahanol iawn.

## Y cymorth sydd ei angen ar ysgolion

Mae neges glir a chyson gan bob un o'r ysgolion am yr angen am hyfforddiant a chymorth. Hefyd, maent yn croesawu cael mwy o amser cwricwlwm i ddarparu cyfleoedd ar gyfer sgysiau ystyrlon gyda disgyblion am y mater hwn, ac addysg cydberthynas a rhywioldeb yn gyffredinol.

Gofynnodd staff am arweiniad ac eglurder ar beth mae aflonyddu rhywiol yn ei olygu er mwyn galluogi dealltwriaeth ar y cyd a chydlynus ar draws ysgolion. Maent eisiau hyfforddiant staff ysgol gyfan ar gyfer materion LHDTTC+, yn arbennig sut i siarad gyda ac annerch disgyblion sydd wrthi'n newid eu rhyw neu ddisgyblion trawsryweddol, a sut i siarad â nhw. Mae staff yn teimlo bod asiantaethau allanol yn cynnig arbenigedd ar sut i gyflwyno pynciau anodd o fewn addysg cydberthynas a rhywioldeb, a hoffent weld staff ysgolion yn datblygu'r maes hwn o'u gwaith. Mae llawer ohonynt yn teimlo y byddai rhoi mwy o amlygrwydd i ABCh ac addysg cydberthynas a rhywioldeb yn hynod fuddiol.

Er nad yw lleiafrif o arweinwyr ysgolion yn ymwybodol o ystod helaeth yr adnoddau sydd ar gael, mae eraill yn teimlo bod gormod o becynnau cymorth a rhaglenni dysgu. Gall chwilio am adnoddau i gefnogi dysgu fod yn llethol pan mae cymaint ohonynt. Mae cael amser i ymchwilio, dewis a rhoi cynnig ar adnoddau yn llafurus iawn. Mae arweinwyr yn awyddus i gael 'rhestr chwarae' gydnabyddedig o adnoddau sydd wedi bodloni meini prawf, y cymeradwyodd panel o arbenigwyr eu bod yn addas, yn ddiogel ac yn briodol i oedran i'w defnyddio gyda disgyblion. Mynegodd arweinwyr mewn ysgolion annibynnol bwysigrwydd rhoi gwybod iddynt am ddatblygiadau, a chael eu cynnwys mewn datblygiadau ar draws yr All a Chymru.

Mae ysgolion yn gweld datblygiad cyflym technoleg ddigidol, ynghyd â rhaniad rhwng y cenedlaethau ynghylch deall defnydd negyddol neu niweidiol disgyblion o

gyfryngau cymdeithasol, yn rhwystr mawr. Mae torri diwylliant cymdeithasol lle mae ymddygiad rhywiaethol, homoffobig/trawsffobig a niweidiol penodol wedi dod yn rhywbeth arferol yn her enfawr i ysgolion. Ni ddylid tanamcangyfrif yr her hon. Mae ysgolion yn glir fod rôl y rhiant mewn rheoli defnydd eu plant o'r rhyngwyd yn rhan annatod o unrhyw gynllun gweithredu. Hoffai ysgolion gael ymgyrch ar y cyfryngau cymdeithasol i amlygu effaith ymddygiadau ac agweddau rhywiol niweidiol fel bod rhieni'n deall yn well beth mae ysgolion yn ceisio'i wneud. Mae ysgolion yn gobeithio, trwy wneud hyn, y byddant yn cael cefnogaeth rhieni i addysgu pobl ifanc am amrywiaeth a phwysigrwydd perthnasoedd iach.

Mae arweinwyr bugeiliol yn gweld y Cod Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb arfaethedig yn ddogfennau pwysig a fydd yn galluogi a chefnogi ymagwedd ysgol gyfan at ddarpariaeth. Maent yn gwerthfawrogi rhan ymarferwyr profiadol wrth gyd-greu hwn, ac yn hyderus y bydd y cynnwys sy'n briodol i oedran yn sicrhau ymdriniaeth gynhwysfawr â materion pwysig. Gwelant y bydd cynyddu llais y disgybl a datblygu ymgysylltiad gwell â rhieni yn galluogi ysgolion i ddarparu'r hyn sydd ei eisiau ar bobl ifanc o ran trafod a dysgu. Nododd ysgolion fod angen hyfforddiant pwrpasol gan awdurdodau lleol a, lle'n berthnasol, y consortia rhanbarthol i wella ymgysylltu â rhanddeiliaid am y testun hwn, yn arbennig defnyddio iaith briodol a sut i siarad am faterion sensitif â hyder ac argyhoeddiad.

---

## **Pam nad yw pobl ifanc yn dweud wrth eu hathrawon am aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion, a pham nad yw ysgolion yn gwybod beth yw'r graddau'r broblem**

---

Mae'n gymorth i archwilio mewn mwy o fanlyder rhai o'r rhesymau pam nad yw ysgolion yn ymwybodol o gyffredinolrwydd aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion, gan gynnwys ystyried pam fod pobl ifanc ddim yn dweud wrth staff am eu profiadau.

**Mae gormod o ysgolion yn gweithio'n ymatebol o amgylch y broblem hon, ac nid ydynt yn ddigon rhagweithiol o ran eu hymagwedd.** Yn ei hanfod, maent yn dibynnu gormod ar aros i ddisgyblion droi at staff yr ysgol i ddweud beth yw eu cwynion neu bryderon. Ym mwyafrif yr ysgolion, pan fydd staff yn ymwybodol o broblem, mae prosesau ar waith i fynd i'r afael â hi, ac ymdrinnir ag achosion yn briodol. Fodd bynnag, nid yw ysgolion yn siarad am aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn ddigon agored a rheolaidd i alluogi disgyblion i ddweud eu dweud yn ddiogel. Yn y rhan fwyaf o ysgolion, ni all staff ddisgrifio unrhyw gamau y mae eu hysgol wedi eu cymryd i hyrwyddo diwylliant yn rhagweithiol ble mae staff a disgyblion yn gwrthbrofi aflonyddu ac yn gwrthwynebu unrhyw agweddau negyddol tuag at rywioldeb neu rywedd. Dywedodd disgyblion yn yr un ysgol wrthym ni gymaint maen nhw eisiau sgwrs agored ac uniongyrchol am hyn er mwyn amlygu problemau a thynnu sylw atynt.

**Yn aml, ceir diffyg dealltwriaeth o beth mae aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn ei olygu, a sut mae'n effeithio ar ddisgyblion.** Nid yw staff ysgolion bob amser yn meddu ar ddealltwriaeth gyflawn o beth mae'r term aflonyddu rhywiol yn ei olygu, ac nid oes ganddynt amgyffrediad cyson o faterion cysylltiedig ehangach yn ymwneud â chydardoldeb ac amrywiaeth. Hefyd, ceir lefel amrywiol o oddefgarwch am sylwadau sy'n homoffobig neu'n rhywiaethol. Mewn gormod o achosion, mae staff yn anwybyddu achosion neu'n eu diystyru fel rhywbeth llai. Er bod prosesau diogelu ymatebol yn gadarn mewn ysgolion, nid yw'r diwylliant diogelu ehangach i gefnogi disgyblion yn y maes hwn wedi'i ddatblygu'n ddigonol, ar y cyfan. Mae hyn yn atal disgyblion rhag deall sut gall gwerthoedd haniaethol fel 'caredigrwydd a pharch' y mae ysgolion yn ymfalchïo ar eu hyrwyddo, gael eu rhoi ar waith ac felly dod yn rhan o strategaethau effeithiol i dynnu sylw at aflonyddu rhywiol a homoffobia.

**Nid yw ysgolion yn gwneud defnydd cynhyrchiol ac effeithiol o'r data a'r wybodaeth sydd ar gael iddynt gategoreiddio a dadansoddi achosion o fwlio ac aflonyddu.** Mewn llawer o achosion, nid yw ysgolion yn cofnodi achosion o aflonyddu rhywiol yn systematig. O dan [ganllawiau gwrthfwlio statudol 2019](#) (Llywodraeth Cymru, 2019a), mae gofynion adrodd clir i ysgolion o ran bwlio ac aflonyddu. Mae hyn yn cynnwys adrodd ar nifer yr achosion o fwlio sy'n gysylltiedig â rhagfarn ac achosion o fwlio yn seiliedig ar ryw, rhywedd a rhywioldeb. Mae disgwyliadau i awdurdodau lleol gasglu adroddiadau data tymhorol gan ysgolion. Mae'n ofynnol iddynt fonitro data ar gydraddoldeb, a rhoi gwybod i ysgolion am dueddiadau lleol. Fodd bynnag, yn y dogfennau a welwyd yn ystod ymweliadau, mae'n glir mai prin y mae ysgolion yn adrodd am achosion o fwlio, ac anaml y maent yn rhoi gwybod am aflonyddu i'r awdurdod lleol. Dywedodd arweinwyr wrthym ni nad

dynt yn cael adborth gan swyddogion awdurdodau lleol ynghylch adroddiadau bwlio tymhorol. Ymgysylltom ni â thros draean o'r holl awdurdodau lleol yng Nghymru i ymholi am sut defnyddion nhw'r data i lywio cynllunio. Ar hyn o bryd, nid oes gofyniad statudol i awdurdodau lleol ymateb i'r wybodaeth hon na'i throsglwyddo i Lywodraeth Cymru.

**Nid yw'r rhan fwyaf o ysgolion sy'n defnyddio system rheoli gwybodaeth ddigidol neu ar-lein i gofnodi achosion a phryderon yn ei defnyddio'n ddigon da i nodi diffygion na phatrymau ymddygiad.** Er bod staff ar bob lefel yn gallu defnyddio'r system, ac mewn llawer o achosion, yn ei defnyddio'n dda i rannu gwybodaeth ag arweinwyr perthnasol, nid ydynt yn gwneud defnydd ehangach a mwy cynhwysfawr o'r systemau hyn. Mewn ychydig o achosion, mae dosbarthiad 'bwlio' yn rhy eang ac nid yw'n galluogi'r ysgol i gofnodi a gwerthuso achosion o fwlio homoffobig, rhywiaethol neu hyd yn oed fwlio ag iddo gymhelliant rhywiol. Mewn enghreifftiau eraill, er y gallai ysgol fod â chofnod o sawl achos o aflonyddu geiriol, ni all ddatgan faint o'r rhain sy'n gysylltiedig ag aflonyddu rhywiol. Byddai egluro'r diffiniadau o aflonyddu a bwlio yn galluogi arweinwyr i gasglu gwybodaeth werthfawr am dueddiadau a phatrymau ymddygiad, a chynllunio darpariaeth addas i ymateb i ddiffygion. Yn ychwanegol, y camau a gymerir gan ysgolion yn nodweddiadol yw bod disgyblion yn gorfod aros ar ôl yr ysgol neu'n cael eu gwahardd dros dro yn fewnol. Prin yw'r dystiolaeth o ysgolion yn cofnodi eu hymatebion adferol, er y gwyddom fod ysgolion yn darparu hyn, yn aml ar y cyd â phartneriaid allanol. Byddai cynnwys manylion am gymorth ac ymyrraeth ar gyfer y dioddefwr a'r cyflawnwr, fel ei gilydd, yn ddefnyddiol a buddiol. Ymhen amser, byddai dadansoddi llwyddiant darpariaeth o'r fath ymhellach o ran ymddygiad ac agweddau yn galluogi uwch arweinwyr i lunio casgliadau cadarn am ansawdd yr arweinyddiaeth a darpariaeth trwy ei heffaith ar les disgyblion.

**Nid yw defnydd ysgolion o adroddiad y Rhwydwaith Ymchwil lechyd mewn Ysgolion i gynllunio ar gyfer darpariaeth a gwelliant wedi'i ddatblygu'n ddigonol.** Mae bron pob ysgol uwchradd a gynhelir yng Nghymru yn cymryd rhan yn arolwg y Rhwydwaith Ymchwil lechyd mewn Ysgolion (SHRN) a gynhelir bob dwy flynedd. Mae arweinwyr bugeiliol yn cydnabod pwysigrwydd yr arolwg ac yn cefnogi ei weinyddu yn dda. Yn ychwanegol at dderbyn adroddiadau cenedlaethol cyhoeddedig, caiff ysgolion 'Adroddiad ar lechyd a Lles Myfyrwyr' unigol sy'n gynhwysfawr, ac yn amlygu cryfderau a meysydd i'w gwella o ran safonau lles disgyblion, yn cynnwys materion yn ymwneud ag ymddygiad rhywiol. Mae'r adroddiadau hyn yn cynnwys dadansoddiadau lefel uchel ac maent yn gyfrwng pwerus i ysgolion ei ddefnyddio ar gyfer cynllunio'r cwricwlwm ac ymgysylltu â disgyblion a rhieni ar faterion sy'n dod i'r amlwg. Fodd bynnag, at ei gilydd, nid yw'r ysgol yn gwneud defnydd digon effeithiol o'u hadroddiad SHRN i gynllunio ar gyfer darpariaeth a gwelliant. Mewn ychydig o achosion, mae arweinwyr yn cydnabod diffygion a phatrymau ymddygiad ynghylch materion rhywiol yn eu hadroddiad SHRN, ond prin yw'r newidiadau a wnânt i ddarpariaeth.

## Atodiad 1: Methodoleg

Ymwelom ag o leiaf un ysgol uwchradd ym mhob awdurdod lleol yng Nghymru. Pan oedd gan awdurdod lleol fwy na 9 ysgol uwchradd, ymwelom ni ag ail ysgol. Yn ychwanegol, dewisom ni nifer gymesur o ysgolion a enwir ar wefan Everyone's Invited ble mae disgyblion neu gyn-ddisgyblion wedi rhannu tystiolaethau o brofiad personol o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion. Roedd ein sampl yn cynnwys ysgolion cyfrwng Cymraeg ac ysgolion ffydd.

Ni rannodd arolygwyr gydag ysgolion pam roeddent wedi cael eu dewis, ond rhoesant sicrwydd clir nad oedd ein rôl yn un ymchwiliol. Hefyd, rhoesom sicrwydd i benaethiaid na fyddem yn enwi ysgolion yn yr adroddiad ac y byddai'r holl ganfyddiadau o gyfweiliadau, craffu ar ddogfennau, grwpiau ffocws a holiaduron yn ddienw. Mae hyn oherwydd natur sensitif y pwnc, ac er mwyn gwarchod ysgolion, staff a disgyblion.

Roedd ymweliadau ag ysgolion yn cynnwys y gweithgareddau canlynol:

- Cyfarfodydd cychwynnol a therfynol gyda'r pennaeth
- Cyfarfodydd â'r uwch arweinydd sy'n gyfrifol am les, a gyda'r arweinydd diogelu dynodedig
- Cyfarfodydd â'r arweinydd ysgol sy'n gyfrifol am Addysg Personol a Chymdeithasol, Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb a/neu Faes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles
- Cyfarfod â grŵp o athrawon
- Cyfarfod â grŵp o staff cymorth addysgu
- Grwpiau ffocws disgyblion un rhyw yn bennaf ar gyfer dau grŵp blwyddyn ar wahân ym mhob ysgol (blynyddoedd 8-13)
- Holiadur i ddisgyblion
- Craffu ar ddogfennau ysgol perthnasol i gynnwys adroddiadau am fwlio, sampl o gynlluniau gwaith ABCh, sampl o gyflwyniadau gwasanaeth ysgol gyfan / blwyddyn

Hefyd, cynigiwyd posibilrwydd i ni gynnal sesiynau neu gyfarfodydd grwpiau ffocws penodol gyda grwpiau LHDTTC+ gweithgar a sefydledig ysgolion pe bai ysgolion yn dymuno.

Yn ystod ein hymweliadau ag ysgolion, cynhaliom weithgareddau grwpiau ffocws, a buom yn gweithio gyda disgyblion o Flwyddyn 8 i Flwyddyn 13 ar draws 35 ysgol. Enwebom ddau grŵp blwyddyn gwahanol ym mhob ysgol, a dewis 6 merch a 6 bachgen ar hap ym mhob grŵp blwyddyn. Rhannom yr enwau hyn ag arweinwyr ysgol rhyw wythnos cyn yr ymweliadau ag ysgolion, a gofyn iddynt wirio eu haddasrwydd o ran gwydnwch emosiynol a bregusrwydd. Dewisom ddisgyblion ychwanegol yn lle unrhyw blentyn yr oedd yr ysgol yn ystyried ei fod yn rhy fregus i gymryd rhan. Gofynnem i ysgolion gyfarfod â'r disgyblion a ddewiswyd a gofyn i bob un ohonynt wahodd ffrind. Gallai'r ffrind fod o unrhyw ryw. Dewisodd llawer o ddisgyblion ddod â ffrind o'r un rhyw, a oedd yn golygu bod gennym grwpiau o

fechgyn yn bennaf, a merched yn bennaf. Gweithiodd y grwpiau cymysg prin lawn cystal â'r grwpiau un rhyw. Hefyd, estynnem wahoddiad i ysgolion oedd â grŵp disgyblion neu ddisgyblion / staff LHDTC++ gweithgar a sefydledig i ofyn a oedden nhw eisiau cymryd rhan mewn grŵp ffocws penodol. Gwelsom 6 grŵp LHDTC++ i gyd.

Rhodddwyd dalen wybodaeth cyn yr ymweliad i bob disgybl a'i ffrind, a bu ysgolion yn gohebu â rhieni ar ein rhan. Rhodddwyd cyfle i rieni eithrio eu plentyn o'r gweithgaredd grŵp ffocws. Ychydig iawn o rieni yn unig a ddewisodd eithrio eu plentyn o hyn.

Gweithiodd arolygwyr a disgyblion o lyfrynnau papur. Roedd y gweithgareddau grŵp ffocws yn gyfuniad o drafodaethau llafar a gweithgareddau ysgrifennu. Penderfynwyd gwneud hyn i alluogi disgyblion a oedd eisiau siarad i wneud hynny, gan alluogi disgyblion llai hyderus neu fwy mewnbylg i ysgrifennu eu meddyliau ar yr un pryd. Roedd yr holl gyfraniadau gan ddisgyblion yn ddiennw. Ni ofynnodd arolygwyr oedd yn ymweld eu henwau nac enw eu hysgol ar y llyfryn. Ar ddiwedd y sesiynau, gofynnwyd i ddisgyblion lenwi holiadur diennw ar-lein.

Ym mhob un o'r gweithgareddau, sicrhodd arolygwyr nad oeddent yn gofyn cwestiynau arweiniol, ac ni chynigion nhw atebion model mewn gweithgareddau / tasgau chwaith. Rhoesant anogaeth i'r disgyblion feddwl drostynt eu hunain, a doedd dim pwysau ar ddisgyblion i gwblhau pob un, neu hyd yn oed unrhyw un, o'r gweithgareddau, os nad oeddent yn dymuno gwneud hynny. Ar ddechrau'r sesiynau, gwnaeth arolygwyr hi'n glir i ddisgyblion fod ganddynt hawl i adael ar unrhyw adeg ac wedyn fe wnaethant fodelu cydsyniad trwy gydol y sesiynau.

Yn ychwanegol, cawsom drafodaethau gydag ystod o sefydliadau eraill sydd gyda diddordeb yn y maes hwn, gan gynnwys gofyn am adborth cychwynnol gan y rhan fwyaf ohonynt ar ganfyddiadau cychwynnol. Ymgysylltom gyda:

Yr Athro EJ Renold, Prifysgol Caerdydd

Swyddfa'r Comisiynydd Plant

Cymorth i Ferched Cymru

Yr NSPCC

Rheolwraig Rhaglen heddlu ysgolion Cymru

Tîm Trais yn Erbyn Merched Llywodraeth Cymru

Ofsted

## Atodiad 2: Diffiniadau a Geirfa

<b>Aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion</b>	Ymddygiad parhaus a dieisiau o natur rywiol gan blentyn tuag at blentyn arall sy'n gallu digwydd ar-lein, ac oddi ar-lein. Mae aflonyddu rhywiol yn debygol o: amharu ar urddas plentyn, a/neu wneud iddo deimlo dan fygythiad, yn israddol neu wedi'i fychanu a/neu greu amgylchedd gelyniaethus, tramgwyddus neu rywioledig. (Yr Adran Addysg, 2021)
<b>Cywilyddio am fod yn dew</b>	Mynegi gwawd neu feirniadaeth am rywun y bernir ei fod yn dew neu dros ei bwysau
<b>Cywilyddio corff</b>	Beirniadu rhywun ar sail siâp, maint neu ymddangosiad ei gorff
<b>Dysmorffia Corfforol</b>	Mae dysmorffia corfforol yn gyflwr iechyd meddwl lle mae person yn treulio llawer o amser yn poeni am ddiffygion y neu hymddangosiad. Mae'r diffygion hyn yn aml yn ddisylw i eraill.
<b>ELSA</b>	Cynorthwywyr cymorth llythrennedd emosiynol sydd wedi cael eu hyfforddi i ddarparu cymorth emosiynol ar gyfer plant a phobl ifanc
<b>Heclo</b>	Gweiddi neu alw allan sylwadau rhywiol aflonyddol neu sylwadau dirmygus awgrymiadol ar rywun yn gyhoeddus
<b>Rhagbaratoi</b>	Pan fydd rhywun yn meithrin perthynas, ymddiriedaeth a chysylltiad emosiynol gyda phlentyn neu berson ifanc er mwyn gallu ei gamddefnyddio, camfanteisio arno a/neu'i gam-drin
<b>Secstio (rhannu delweddau noeth)</b>	Ysgrifennu a rhannu negeseuon neu ddelweddau cignoeth gyda phobl (Llywodraeth Cymru, 2020c)
<b>Swyno trwy dwyll</b>	Pan fydd rhywun yn creu persona ffug neu broffil ffug ar blatfform cyfryngau cymdeithasol, fel arfer gyda bwriad i hudo pobl eraill i berthynas
<b>Y nodweddion gwarchodedig</b>	Y naw nodwedd warchodedig fel y'u diffinnir gan Ddeddf Cydraddoldeb 2010 yw: oedran, anabledd, ailbennu rhywedd, priodas a phartneriaeth sifil, beichiogrwydd a mamolaeth, hil, crefydd a chred, rhyw a chyfeiriadedd rhywiol (Prydain Fawr, 2010)



## Ymddygiadau rhywiol niweidiol

Gellir diffinio Ymddygiadau Rhywiol Niweidiol fel a ganlyn: ymddygiadau rhywiol a fynegir gan blant a phobl ifanc o dan 18 oed sy'n ddatblygiadol amhriodol, y gallent fod yn niweidiol tuag atyn nhw eu hunain neu blant a phobl ifanc eraill neu fod yn cam-drin plentyn neu berson ifanc arall neu oedolyn. Mae'r diffiniad hwn o Ymddygiadau Rhywiol Niweidiol yn cynnwys ymddygiadau trwy gyffwrdd neu heb gyffwrdd fel rhagbaratoi, arddangosiaeth, sbecian a secstio neu recordio delweddau o weithredoedd rhywiol trwy ffonau clyfar neu gymwysiadau cyfryngau cymdeithasol. (Gweithdrefnau Diogelu Cymru, 2020)

## Niferoedd – meintiau a chyfrannau

bron pob un =	gydag ychydig iawn o eithriadau
y rhan fwyaf =	90% neu fwy
llawer =	70% neu fwy
mwyafrif =	dros 60%
hanner =	50%
tua hanner =	yn agos at 50%
lleiafrif =	islaw 40%
ychydig =	islaw 20%
ychydig iawn =	llai na 10%

---

## Atodiad 3: Cyfeiriadau

---

Everyone's Invited (n.d.) *A Place for Survivors to Share their Stories*. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://www.everonesinvited.uk/> [Darllenwyd 29 Medi 2021].

Grŵp Seneddol Trawsbleidiol ar gyfer UN Women UK (2021) *Prevalence and Reporting of Sexual Harassment in UK Public Spaces*. Llundain: APPG for UN Women UK. [Ar-lein]. Ar gael o: [https://www.unwomenuk.org/site/wp-content/uploads/2021/03/APPG-UN-Women-Sexual-Harassment-Report\\_Updated.pdf](https://www.unwomenuk.org/site/wp-content/uploads/2021/03/APPG-UN-Women-Sexual-Harassment-Report_Updated.pdf) [Darllenwyd 30 Medi 2021].

Gwasaneth Eryl y Goron (2017) *Child Sexual Abuse: Guidelines on Prosecuting Cases of Child Sexual Abuse*. Llundain: Gwasaneth Eryl y Goron. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://www.cps.gov.uk/legal-guidance/child-sexual-abuse-guidelines-prosecuting-cases-child-sexual-abuse> [Darllenwyd 1 Hydref 2021].

Llywodraeth Cymru (2016) *Trais yn Erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol: Canllawiau i Lywodraethwyr*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://llyw.cymru/trais-yn-erbyn-menywod-cam-drin-domestig-thrais-rhywiol-canllawiau-i-lywodraethwyr> [Darllenwyd 1 Hydref 2021].

Llywodraeth Cymru (2019a) *Hawliau, Parch, Cydraddoldeb: Canllawiau Statudol ar gyfer Cyrff Llywodraethu Ysgolion a Gynhelir*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: [https://llyw.cymru/hawliau-parch-cydraddoldeb-canllawiau-ar-gyfer-ysgolion?\\_ga=2.165495231.1484887661.1638460150-1577864817.1637856686](https://llyw.cymru/hawliau-parch-cydraddoldeb-canllawiau-ar-gyfer-ysgolion?_ga=2.165495231.1484887661.1638460150-1577864817.1637856686) [Darllenwyd 29 Medi 2021].

Llywodraeth Cymru (2019b) *Hawliau, Parch, Cydraddoldeb: Canllawiau Statudol ar gyfer Awdurdodau Lleol*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: [https://llyw.cymru/hawliau-parch-cydraddoldeb-canllawiau-ar-gyfer-awdurdodau-lleol?\\_ga=2.129255052.1484887661.1638460150-1577864817.1637856686](https://llyw.cymru/hawliau-parch-cydraddoldeb-canllawiau-ar-gyfer-awdurdodau-lleol?_ga=2.129255052.1484887661.1638460150-1577864817.1637856686) [Darllenwyd 29 Medi 2021].

Llywodraeth Cymru (2020a) *Canllawiau Cwricwlwm i Gymru*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: <http://cefnogaeth.gwegogledd.cymru/wp-content/uploads/2021/01/canllawiau-cwricwlwm-i-gymru.pdf> [Darllenwyd 30 Medi 2021].

Llywodraeth Cymru (2020b) *Canllawiau i Leoliadau Addysg am Gam-drin Rhywiol, Camfanteisio ac Ymddygiad Rhywiol Niweidiol gan Gyfoedion*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: [https://llyw.cymru/cam-drin-rhywiol-gan-gyfoedion-camfanteisio-ac-ymddygiad-rhywiol-niweidiol?\\_ga=2.224716314.1484887661.1638460150-1577864817.1637856686](https://llyw.cymru/cam-drin-rhywiol-gan-gyfoedion-camfanteisio-ac-ymddygiad-rhywiol-niweidiol?_ga=2.224716314.1484887661.1638460150-1577864817.1637856686) [Darllenwyd 30 Medi 2021].

Llywodraeth Cymru (2020c) *Rhannu Delweddau Noeth a Hanner Noeth: Ymateb i Ddigwyddiadau a Diogelu Plant a Phobl Ifanc*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://hwb.gov.wales/api/storage/aea1c84f-ff05-4980-baf4-65491735b5bc/sharing-nudes-and-semi-nudes-guidance-for-education-settings-in-wales-final-merged-web-w-151220.pdf> [Darllenwyd 30 Medi 2021].

Me Too Movement (2021) *Me too*. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://metoomvmt.org/> [Darllenwyd 29 Medi 2021].

Ofsted (2021) *Review of Sexual Abuse in Schools and Colleges*. Llundain: Ofsted. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://www.gov.uk/government/publications/review-of-sexual-abuse-in-schools-and-colleges> [Darllenwyd 30 Medi 2021].

Page, N., et al. (2021) *Iechyd a Lles Myfyrwyr yng Nghymru: Adroddiad Arolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion*. Caerdydd: Prifysgol Caerdydd. [Ar-lein]. Ar gael o: [https://www.shrn.org.uk/wp-content/uploads/2021/08/SHRN-NR-FINAL-23\\_03\\_21-cy-AMENDED06.08.21.pdf](https://www.shrn.org.uk/wp-content/uploads/2021/08/SHRN-NR-FINAL-23_03_21-cy-AMENDED06.08.21.pdf) [Darllenwyd 29 Medi 2021].

Prydain Fawr (2010) *Ddeddf Cydraddoldeb 2010*. Pennod 1. Llundain: The Stationary Office. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://www.legislation.gov.uk/ukpga/2010/15/contents> [Darllenwyd 1 Hydref 2021].

Senedd Cymru (2021) *Deddf Cwricwlwm ac Asesu (Cymru) 2021*. Caerdydd: Senedd Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://www.legislation.gov.uk/cy/asc/2021/4/contents> [Darllenwyd 30 Medi 2021].

Weithdrefnau Diogelu Cymru (2020) *Diogelu Plant Lle Mae Pryderon Ynghylch Ymddygiad Rhywiol Niweidiol*. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://www.diogelu.cymru/chi/c6/c6.p7.html> [Darllenwyd 29 Medi 2021].

Yr Adran Addysg (2021) *Sexual Violence and Sexual Harassment Between Children in Schools and Colleges: Advice for Governing Bodies, Proprietors, Headteachers, Principals, Senior Leadership Teams and Designated Safeguarding Leads*. Llundain: Yr Adran Addysg. [Ar-lein]. Ar gael o: [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/1014224/Sexual\\_violence\\_and\\_sexual\\_harassment\\_between\\_children\\_in\\_schools\\_and\\_colleges.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/1014224/Sexual_violence_and_sexual_harassment_between_children_in_schools_and_colleges.pdf) [Darllenwyd 30 Medi 2021].