

## Beth i'w wneud?

Os ydych chi'n gweld fod rhywun arall yn cael ei fwlio:

- ◆ Peidiwch ag aros yn dawel neu fe fydd y bwlio yn parhau.
- ◆ Dweud wrth athro, cymhorthydd neu oedolyn arall yn syth.
- ◆ Peidiwch ag ymyrryd — rhag ofn i chi cael eich brifo neu mynd i drwbl.

### Beth fydd yn digwydd?

- ◆ Fe fydd yr athrawon ac oedolion eraill yn helpu i ddatrys y broblem.
- ◆ Bydd trafodaethau gyda rhieni.
- ◆ Fe fydd y bwli yn gorfod deall beth mae wedi ei wneud yn anghywir.
- ◆ Fe fydd y bwli yn cael ei gosbi ac yn cael cymorth i newid ei ffordd.
- ◆ Bydd yr ysgol yn monitro'r sefyllfa.

### Gweithio gyda'n gilydd

Bydd y Pennaeth, Llywodraethwyr, y staff a'r disgyblion yn cydweithio er mwyn gwneud Ysgol Bontnewydd yn le diogel a hapus. Byddwn yn helpu ac annog pawb i barchu eu gilydd a dysgu sut i fod yn bobl gyfeillgar.

## Cofiwch

Mae bwlio'n digwydd:

- ◆ Sawl gwaith
- ◆ Yn rheolaidd
- ◆ Ar bwrpas

Mae bwlio yn wahanol i dynnu coes a ffræo oherwydd mae'n cael ei wneud ar bwrpas ac yn aml iawn i frifo person arall.

**Several**

**Times**

**On**

**Purpose**



Mae gan pob plentyn yr hawl i dderbyn addysg mewn lle hapus, cyfeillgar a chlen.

Fel ysgol byddwn yn cymryd unrhyw honiad o fwlio o ddifri.



## Ysgol Bontnewydd



## Polisi Gwrth-fwlio Plant Gyfeillgar

## Beth yw Bwlio?

Bwli yw rhywun sy'n pigo ar rywun arall yn fwriadol a heb reswm gan ddefnyddio ymddygiad sydd yn brifo rhywun yn gorfforol, eu dychryn neu wneud rhywun i deimlo'n drist ar bwrpas. Mae bwlio yn digwydd yn rheolaidd dros amser. Gall unigolyn neu grŵp fod yn gyfrifol amdano.

### Math



### o fwlio

**Corfforol:** Cicio, taro, gwthio, pwnio, poeri.

**Emosiynol:** Brifo teimladau pobl, gadael person allan.

**Geiriol:** Galw enwau, lledaenu straeon, pryfocio, graffiti, nodiadau.

**Hiliol:** Galw enwau oherwydd lliw croen.

**Ceibr:** Defnyddio technoleg i ddweud neu wneud pethau angharedig drwy tecst, e-bost, ar y We.

## Beth i wneud?

### Os ydych chi yn cael ei bwlio:

- ◆ Gofynnwch i'r bwli stopio - os ydych yn gallu.
- ◆ Anwybyddwch nhw.
- ◆ Cerddwch i ffwrdd.
- ◆ Dywedwch wrth rhywun.
- ◆ Siaradwch gyda ffrind.
- ◆ Rhwch neges yn y bocs pryderon os ydych ofn siarad gyda rhywun.



### Peidiwch:

- ◆ Meddwl mai eich bai chi yw.
- ◆ Dangos eich bod wedi cynhyrfu.
- ◆ Mynd yn flin.
- ◆ Taro n'ôl.
- ◆ Aros yn dawel.



## Wrth bwy allai ddweud?

Os ydych yn cael eich bwlio, mae'n bwysig iawn eich bod yn dweud wrth rywun.



### Gallwch ddweud wrth:

- ◆ Ffrind
- ◆ Mam, Dad neu Ofalwr
- ◆ Athrawon
- ◆ Cymorthyddion
- ◆ Gofalwyr Amser Chwarae
- ◆ Aelod o'r teulu
- ◆ Unrhyw oedolyn arall
- ◆ Rhoi neges yn y bocs pryderon

**Er mwyn i bwlio stopio, cofiwch ddweud.**

Start

Telling

Other

People

