

Canllaw arfer da: Mynd i'r afael ag aflonyddu a cham-drin rhywiol rhwng cyfoedion

Tachwedd 2023

Wedi ei gefnogi gan



Cyflwyniad

Mae aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion mewn lleoliadau addysg wedi bod yn destun trafodaethau, ymchwil ac adroddiadau ers degawdau. Fodd bynnag, dros y blynyddoedd diwethaf, gwelwyd twf sylweddol yn y wybodaeth a'r ymwybyddiaeth ynghylch y mater. Yng Nghymru, amlygwyd y mater mewn dau adroddiad gan Estyn, yn mynd i'r afael â phroblem aflonyddu rhwng cyfoedion mewn ysgolion (2021), ac ymhlith dysgwyr 16 i 18 oed mewn addysg bellach (2023).

Mae Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg y Senedd wedi cyhoeddi adroddiad ar aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion sy'n disgrifio'i fod 'yn frawychus o gyffredin' o fewn ysgolion uwchradd, yn 'beth cyffredin' mewn colegau a'i fod yn digwydd mewn ysgolion cynradd, hefyd (Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 2022). Mae'r adroddiad yn nodi bod merched, dysgwyr LHDTC+ a dysgwyr sydd â nodweddion annormadol eraill mewn perygl arbennig.

Roedd normaleiddio a pheidio ag adrodd yn ddigonol am aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion hefyd yn ganfyddiadau allweddol mewn ymchwil ddiweddar gan yr NSPCC, a ddarganfu:

"Mae pobl ifanc yn disgrifio bod trais ar sail rhywedd a thrais rhywiol, ar-lein ac all-lein, yn gyffredin, a bod pob math o drais ar sail rhywedd a thrais rhywiol, o sarhad ar sail rhywedd i ymosodiadau rhywiol, ddim yn cael eu hadrodd yn ddigonol neu ddim yn cael eu hadrodd o gwbl.

Mae pobl ifanc yn nodi sut mae'r profiadau hyn wedi cael eu 'normaleiddio', ond maent yn disgrifio hefyd deimlo dan orfodaeth, dan bwysau, trawma, cywilydd a thrallod amdanynt"

(Renold et al. 2023)

Yn anffodus, mae cyffredinrwydd aflonyddu rhywiol yn ein mannau dysgu yn adlewyrchu materion cymdeithasol ehangach, gyda phroblemau aflonyddu a cham-drin hefyd yn cael eu hamlygu fwyfwy mewn mannau gwaith a rhyngweithio cymdeithasol eraill. Mae gan gofrestreion CGA rôl unigryw a hollbwysig i'w chwarae o ran nodi a mynd i'r afael ag aflonyddu a cham-drin rhwng cyfoedion, trwy greu amgylcheddau diogel, cynhwysol, a thrin plant a phobl ifanc gyda pharch ac empathi.

Dylai pob plentyn a pherson ifanc yng Nghymru deimlo'n hyderus eu bod yn ddiogel rhag aflonyddu a cham-drin rhywiol pan fyddant yn mynd i'r ysgol, i'r coleg neu i glwb ieuenctid. Mae Erthygl 19 Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn yn sail i'w hawl i hyn, gan ddatgan bod gan blant yr hawl i fod yn ddiogel rhag pob math o drais, anaf neu gamdriniaeth gorfforol neu feddyliol...gan gynnwys cam-drin rhywiol (y Cenhedloedd Unedig, 1989).

Bwriad y canllaw arfer da hwn, sydd wedi'i gymeradwyo gan Barnardo's, Brook a'r NSPCC, yw eich helpu fel un o gofrestreion Cyngor y Gweithlu Addysg (CGA) i:

- gyflawni'r cyfrifoldebau yng Nghod Ymddygiad ac Ymarfer Proffesiynol CGA
- nodi aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ac ymddygiad rhywiol niweidiol arall
- atal, nodi, ymateb i a rhoi gwybod am aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion pan fydd yn digwydd

Mae'r ddogfen yn darparu dolenni i adnoddau a sefydliadau defnyddiol a all ddarparu cyngor manylach ar ddelio gydag amgylchiadau penodol y gallech ddod ar eu traws.

Nid oes bwriad i'r canllaw hwn ddisodli arweiniad statudol, hyfforddiant a datblygiad proffesiynol ar y materion sy'n cael eu cwmpasu. Felly, mae'n hanfodol eich bod yn gyfarwydd â pholisïau eich cyflogwr ar aflonyddu rhwng cyfoedion, ynghyd â pholisïau perthnasol eraill, fel y rhai sy'n ymwneud ag ymddygiad rhywiol niweidiol, camfanteisio ar blant yn rhywiol, cydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiant, a bwlio.

Y Cod Ymddygiad ac Ymarfer Proffesiynol

Mae holl gofrestreion CGA yn destun y [Cod Ymddygiad ac Ymarfer Proffesiynol](#) (y Cod), sy'n amlinellu egwyddorion allweddol ymddygiad ac ymarfer da i gofrestreion. Felly, dylid darllen y canllaw hwn ar y cyd â'r Cod.

Mae'r egwyddorion a'r disgwyliadau o fewn y Cod sy'n berthnasol i atal ac ymateb i ddigwyddiadau aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion fel a ganlyn:

1. Cyfrifoldeb Personol a Phroffesiynol

Mae cofrestreion:

- 1.1 yn cydnabod eu cyfrifoldeb personol fel model rôl a ffigur cyhoeddus, i gynnal ymddiriedaeth a hyder y cyhoedd yn y proffesiynau addysg, a hynny yn y gweithle a thu allan iddo
- 1.2 yn cynnal perthnasau gyda dysgwyr a phobl ifanc mewn modd proffesiynol, drwy:
 - cyfrannu at greu amgylchedd dysgu teg a chynhwysol drwy fynd i'r afael â gwahaniaethu, ystrydebu, a bwlio
- 1.3 yn ymgysylltu â dysgwyr a phobl ifanc i annog hyder, grymuso, datblygiad addysgol a datblygiad personol
- 1.4 yn meddu ar ddyletswydd gofal dros ddiogelwch dysgwyr a phobl ifanc a'u llesiant corfforol, cymdeithasol, moesol, ac addysgol:
 - gweithredu ar unrhyw beth a allai beryglu diogelwch neu lesiant dysgwr neu berson ifanc
 - adrodd... unrhyw fater diogelu, neu unrhyw fater arall a allai o bosibl niweidio diogelwch neu lesiant dysgwr neu berson ifanc
- 1.5 yn ymwybodol o'u cyfrifoldeb personol dros iechyd, diogelwch a llesiant cydweithwyr, a throstyn nhw eu hunain

Nodi aflonyddu rhwng cyfoedion

Beth yw aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion?

O fewn canllaw Llywodraeth Cymru i leoliadau addysg ar gam-drin rhywiol, camfanteisio ac ymddygiad rhywiol niweidiol gan gyfoedion, diffinnir aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion fel a ganlyn:

Ymddygiad digroeso parhaus o natur rywiol gan blentyn tuag at blentyn arall. Gall hyn ddigwydd ar-lein a phan nad yw pobl ar-lein. Mae aflonyddu rhywiol yn debygol o: amharu ar urddas plentyn, a/neu wneud iddo deimlo dan fygythiad, wedi'i iselhau neu gywilyddio, a/neu greu amgylchedd cas, ymosodol a rhywiol.

(Llywodraeth Cymru 2020)

O fewn eu hadroddiad ar aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ymhlith disgyblion ysgol uwchradd yng Nghymru, mae Estyn yn cynnig nifer o enghreifftiau penodol o ymddygiad o'r fath:

- 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 rywun¹ (Estyn, 2021)

Cam-drin ac aflonyddu rhywiol ar-lein

Fwyfwy, mae aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn digwydd y tu hwnt i leoliadau addysg ac yn digwydd ar-lein, trwy blatfformau digidol. Weithiau, mae hyn yn digwydd fel rhan o batrwm ehangach o aflonyddu rhywiol sy'n cynnwys cam-drin 'wyneb yn wyneb' o fewn lleoliadau addysg. Mae hyn yn creu trafferth ychwanegol o ran gweld a nodi ymddygiad rhywiol niweidiol.

Gall enghreifftiau a ddyfynnir gan Lywodraeth Cymru (2020) o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion sy'n digwydd ar-lein gynnwys:

- rhannu delweddau a fideos rhywiol heb gydsyniad
- bwlio rhywiol ar-lein
- sylwadau a negeseuon rhywiol digroeso (gan gynnwys ar y cyfryngau cymdeithasol), dwyn pwysau a bygwth

Sut i nodi ymddygiad rhywiol amhriodol

Mae'n hanfodol sicrhau nad yw'r cyfrifoldeb am herio cam-drin ac aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion yn disgyn ar y dioddefwyr. Felly, mae'n bwysig datblygu dulliau effeithiol o nodi a mynd i'r afael ag ymddygiad rhywiol niweidiol.

Mae'r diagram canlynol, sydd wedi'i seilio ar waith yr Athro Simon Hackett (2010), yn dangos model continwrm sy'n amlinellu'r ystod o ymddygiadau rhywiol a gyflwynir gan blant a phobl ifanc. Trwy gategoreiddio ymddygiadau ar raddfa yn amrywio o 'normal' i 'dreisgar', dylai hyn eich helpu i nodi pa ymddygiadau a allai fod yn niweidiol i'r plentyn neu'r person ifanc sy'n cyflawni'r ymddygiad, ac eraill, a gwahaniaethu rhwng y rheiny ac ymddygiadau sy'n ddatblygiad rhywiol iach.

¹ Er mai 16 yw'r oedran cydsynio yn y DU, dylid nodi bod creu, dosbarthu, meddu ar neu ddangos unrhyw ddelweddau anweddus o unrhyw un dan 18 oed yn drosedd, hyd yn oed os cafodd y cynnwys ei greu gyda chydsyniad y person ifanc.

Continwmm ymddygiadau rhywiol a gyflwynir gan blant a phobl ifanc

Normal:

- disgwylledig yn ddatblygiadol
- derbyniol yn gymdeithasol
- cydsyniol, cilyddol, ar y naill ochr
- gwneud penderfyniadau ar y cyd

Amhriodol:

- enghreifftiau unigol o ymddygiad rhywiol amhriodol
- ymddygiad derbyniol yn gymdeithasol o fewn grŵp cyfoedion
- gall y cyd-destun i'r ymddygiad fod yn amhriodol
- cydsyniol ac o'r naill ochr, yn gyffredinol

Problematig:

- ymddygiadau problematig a phryderus
- anarferol yn ddatblygiadol ac annisgwyl yn gymdeithasol
- dim elfennau amlwg o erledigaeth
- gall materion cydsyniad fod yn aneglur
- gall fod diffyg dwyochredd neu bŵer cyfartal
- gall gynnwys lefelau o orfodaeth

Camdriniol:

- erledigaeth yw'r bwriad neu'r canlyniad
- mae'n cynnwys camddefnyddio grym
- gorfodaeth a grym i sicrhau bod y dioddefwr yn cydymffurfio
- ymwthiol
- diffyg cydsyniad gwybodus, neu nid oedd y dioddefwr yn gallu'i roi yn rhydd
- gall gynnwys elfennau o drais mynegol

Treisgar:

- cam-drin rhywiol treisgar yn gorfforol
- trais cyfrannog sy'n cyffroi'r cyflawnwr yn ffisiolegol a/neu yn rhywiol
- sadistiaeth

(Wedi ei addasu o Hackett, 2010)

Ni fydd angen atgyfeirio ymddygiadau sy'n dod o dan y categorïau amhriodol a phroblematig i wasanaethau cymdeithasol o reidrwydd, gyda strategaethau ymyrryd cynnar o fewn lleoliad addysg yn aml yn fuddiol i'r plentyn neu'r person ifanc ar yr adeg hon (Llywodraeth Cymru 2020)². Fodd bynnag, bydd angen i'r person diogelu dynodedig atgyfeirio ymddygiad treisgar a chamdriniol i'r gwasanaethau cymdeithasol (Llywodraeth Cymru, 2020).

Adnabod ymddygiadau priodol i oedran

Mae elusen Brook, sy'n gweithredu amrywiaeth o wasanaethau iechyd a lles rhywiol ar draws y DU, yn cynnig hyfforddiant ac [Adnodd Goleuadau Traffig Ymddygiadau Rhywiol](#) cysylltiedig, sy'n darparu rhagor o wybodaeth am ddatblygiad rhywiol iach. Gall hyn eich helpu i ddeall cyfreithiau allweddol yn gysylltiedig ag ymddygiad rhywiol, nodi ymddygiadau priodol i oedran mwy penodol, ac ennill gwybodaeth am sut i gael sgysiau trylwyr ac ystyrlon am ymddygiadau rhywiol niweidiol sy'n peri pryder.

Atal ac ymateb i ddigwyddiadau aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion

Byddwch yn ymwybodol o bolisïau, gweithdrefnau a deddfwriaeth

Polisïau statudol

Fel un o gofrestreion CGA, mae'n hanfodol sicrhau eich bod yn ymwybodol o'r dyletswyddau statudol perthnasol yn gysylltiedig â lles plant a phobl ifanc o fewn eich lleoliad.

Mae Adran 130 Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn gosod dyletswydd ar 'bartneriaid perthnasol' i roi gwybod i'r awdurdod lleol os oes ganddynt achos rhesymol i amau bod plentyn mewn perygl, sef pan fydd plentyn mewn perygl o gamdriniaeth, esgeulustod neu fathau eraill o niwed, neu'n cael profiad o'r rhain, ac mae gan y plentyn anghenion gofal a chymorth.

Hefyd, mae angen i ysgolion ddilyn cyfreithiau gwrthwahaniaethu a rhaid i staff weithredu er mwyn atal gwahaniaethu, aflonyddu ac erledigaeth o fewn yr ysgol o dan Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (UNCRC).

Dylech fod yn ymwybodol o'ch rhwymedigaethau o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010, sy'n datgan bod yn rhaid i chi roi ystyriaeth briodol i'r angen am ddileu gwahaniaethu, aflonyddu ac erledigaeth anghyfreithlon, ac ymddygiad arall sy'n cael ei wahardd gan y Ddeddf.

Mae'n ofynnol bod pob ysgol a gynhelir yng Nghymru yn cynnwys darpariaeth ar gyfer Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb (ACRh). Mae Cod Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb Llywodraeth Cymru (2022) yn amlinellu arweiniad ar hyn, gan amlinellu'r themâu a'r materion y mae angen eu cynnwys mewn ACRh (i blant 3-16 oed).

2 Dylid cydbwysu penderfyniadau ynghylch atgyfeirio i wasanaethau statudol ag unrhyw anghenion neu bryderon eraill hefyd, a'r cyd-destunau ehangach i'r plant neu'r bobl ifanc.

Polisïau o fewn eich lleoliad

Dylech hefyd sicrhau eich bod yn gyfarwydd ag unrhyw bolisïau perthnasol yn eich lleoliad a chadw atynt. Gall y rhain gynnwys y canlynol, ond nid ydynt yn gyfyngedig iddynt:

- polisïau gwrthfwlio
- polisïau ymddygiad
- polisïau amddiffyn/diogelu plant
- polisïau diogelwch ar-lein
- polisïau aflonyddu rhywiol
- polisïau ACRh

Helpwch i greu diwylliant diogel a chefnogol o fewn eich sefydliad

Mae'n bwysig sicrhau bod plant a phobl ifanc yn teimlo'n ddiogel a'u bod yn cael eu parchu ym mhob lleoliad addysg. Gallwch gefnogi hwn trwy weithio i greu amgylchedd lle y mae ymddygiad rhywiol amhriodol, problematig, camdriniol neu dreisgar yn cael ei gydnabod a'i drin yn briodol.

Dylech osod disgwyliadau clir o'r dechrau, a bod yn glir na fyddwch yn goddef iaith nac ymddygiad sarhaus. Mae hyn yn cynnwys 'tynnu coes' a 'jôcs' a allai ddod o dan y categori amhriodol yng nghontinwrm Hackett.

Hefyd, mae'n bwysig sicrhau plant a phobl ifanc sydd wedi cael eu niweidio'n rhywiol y bydd pobl yn gwrando arnynt ac yn eu cymryd o ddifri, ac y byddwch yn gweithredu ar eu pryderon os byddant yn agor eu calon. Felly, dylech geisio bod yn agos-atoch tuag at blant a phobl ifanc a'u hannog i siarad â chi, neu gydweithiwr neu oedolyn dibynadwy arall, os oes ganddynt bryderon.

Fel un o gofrestreion CGA, dylech fod yn fodel cadarnhaol o ymddygiad i blant a phobl ifanc a cheisio ymddwyn yn barchus ac yn briodol. Dylech siarad â'ch cydweithwyr am faterion y maen nhw'n dod ar eu traws a sut maen nhw wedi mynd i'r afael â nhw. Lle y bo'n briodol, dylech annog cydweithwyr i sicrhau eu bod yn delio ag ymddygiad rhywiol amhriodol neu broblematig, gan gynnwys cam-drin rhywiol rhwng cyfoedion, yn effeithiol ac yn briodol. Efallai byddwch yn dymuno ystyried gosod posteri er mwyn helpu plant a phobl ifanc i nodi gyda phwy y gallant siarad ac i ble y dylent droi os oes ganddynt gwyn, os ydynt yn teimlo eu bod wedi dioddef aflonyddu neu gam-drin rhywiol, neu os gwelon nhw ddigwyddiad. Gallai posteri o'r fath gael eu creu ar y cyd â phlant a phobl ifanc.

Mae addysgu ACRh yn ofyniad gorfodol yn y Cwricwlwm i Gymru i bob dysgwr rhwng 3 ac 16 oed, ac mae'n chwarae rhan hanfodol wrth greu diwylliant diogel a chefnogol i blant a phobl ifanc. Mae Estyn yn cynghori y dylai darpariaeth ACRh gynnig cyfleoedd dysgu digonol, cronus a buddiol i blant a phobl ifanc dros yr ystod oedran cyfan am berthnasoedd iach, rhyw a rhywioldeb (Estyn 2021). Mae llinyn 'Grymuso, Diogelwch a Pharch' o fewn y cod ACRh yn canolbwyntio'n benodol ar sut "Mae angen i ddysgwyr ddatblygu dealltwriaeth o natur ac effaith gymdeithasol, emosiynol, corfforol a chyfreithiol ymddygiadau niweidiol, gan gynnwys pob bwlio a bwlio pobl LHDT+, trais rhywiol a thrais ar sail rhywedd mewn ystod o gyd-destunau, gan gynnwys ar-lein". Mae'r cod hefyd yn datgan y dylai ACRh gynorthwyo dysgwyr (o 11 oed) ddeall "sut i eirioli dros amgylcheddau diogel a hawliau a dealltwriaeth pawb ynghylch

ystod o faterion addysg cydberthynas a rhywioldeb” ac mae’n mynd i’r afael â “p[h] wysigrwydd lleisio barn yn ddiogel yn erbyn trais ar sail rhyw a rhywedd a thrais rhywiol”.

Fel rhan o ‘ddull sefydliad cyfan’, mae’n bwysig hefyd ymgysylltu â rhieni a gwarcheidwaid, gan gyfathrebu â nhw yn gynnar pan fydd pryderon am les plant a phobl ifanc, a pharhau i’w cynnwys a rhoi gwybodaeth iddynt wrth fynd i’r afael â materion.

Ymateb yn briodol i ddigwyddiadau o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion

Gall plant ddatgelu aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion mewn nifer o ffyrdd gwahanol, naill ai’n uniongyrchol neu’n anuniongyrchol. Hefyd, gall fod arwyddion trwy eu hymddygiad, neu gyfathrebu dieiriau eraill (fel ysgrifennu llythyron neu dynnu lluniau) bod digwyddiad wedi bod.

Os bydd plentyn neu berson ifanc yn gwneud datgeliad i chi, rhaid i chi weithredu yn unol â pholisïau eich sefydliad.

Mae’r NSPCC yn cyngori y gall fod yn ddefnyddiol cofio’r dulliau canlynol os bydd plentyn neu berson ifanc yn datgelu digwyddiad i chi:

- cydnabod bod y person wedi dangos dewrder wrth siarad â chi. Rhowch sicrwydd iddynt eu bod wedi gwneud y peth cywir trwy roi gwybod am y digwyddiad ac y byddant yn cael eu cymryd o ddifri a’u cadw’n ddiogel.
- gwrandewch yn ofalus a rhowch eich sylw llawn iddynt. Byddwn yn ddigynnwrf, yn gefnogol a pheidiwch â barnu.
- dangoswch empathi a dealltwriaeth, ond peidiwch â cheisio ymchwilio na gofyn cwestiynau arweiniol.
- disgrifiwch y camau byddwch yn eu cymryd yn glir. Peidiwch â gwneud addewidion na fyddwch yn gallu’u cadw am gynnal cyfrinachedd. Byddwch yn glir am bwy y mae’n rhaid i chi ddweud wrthynt (er enghraifft, y person diogelu dynodedig).

Pan fydd datgeliad wedi’i wneud, rhaid i chi roi gwybod i’ch person diogelu dynodedig amdano ar unwaith, yn unol â pholisïau eich sefydliad.

Os byddwch chi’n dyst yn bersonol i aflonyddu a/neu gam-drin rhywiol rhwng cyfoedion, mae’n bwysig eich bod chi’n gweithredu ar unwaith er mwyn atal yr ymddygiad rhag gwaethygu ac i gadw’r unigolion cysylltiedig yn ddiogel. Dilynwch bolisïau perthnasol eich sefydliad a sicrhewch eich bod yn hysbysu eich person diogelu dynodedig cyn gynted â phosibl.

Adrodd a chofnodi digwyddiadau aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion

Gwnewch yn siŵr eich bod yn ymwybodol o’r prosesau perthnasol ar gyfer rhoi gwybod am ddigwyddiadau a’u deall, a’u dilyn yn ofalus.

Dylech gadw cofnodion manwl am unrhyw ddigwyddiadau aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion rydych chi’n dyst iddynt, neu sy’n cael eu datgelu i chi. O fewn eich cofnod,

dylech anelu at gynnwys:

- dyddiad ac amser y digwyddiad
- beth oedd yn digwydd cyn y digwyddiad
- manylion penodol am y digwyddiad
- p'un a oedd yr ymddygiad yn ymddangos fel petai'n ddigymell neu wedi'i fwriadu ymlaen llaw
- sut y gwnaeth y plentyn neu'r bobl ifanc a oedd yn gysylltiedig â'r digwyddiad ymateb

O fewn eich cofnod, mae'n bwysig datgan dim ond beth weloch chi, ac osgoi barnu ar sail gwerthoedd, neu dermau fel 'ymddygiad amhriodol'.

Dylech roi gwybod i'ch person diogelu dynodedig am yr adroddiad hwn a'i rannu â nhw, yn unol â pholisïau eich sefydliad.

Hefyd, dylai eich person diogelu dynodedig gofnodi sut mae eich sefydliad wedi ymateb i unrhyw ddigwyddiadau aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion. Bydd hyn yn ei gwneud hi'n haws adnabod unrhyw batrymau mewn ymddygiad a allai fod yn destun pryder ac unrhyw gamau/newidiadau y gall fod eu hangen.

Diffiniadau

Nid yw'r diffiniadau sydd wedi'u cynnwys wedi'u cyfyngu i'r rhai sy'n cael eu defnyddio yn y canllaw hwn ac maent yn cynnwys termau y gallech ddod ar eu traws yn eich ymchwil a'ch dysgu eich hun.

Aflonyddu ar sail rhywedd

Mae'n cyfeirio at weithredoedd ymosodol, brawychu, stelcio, neu elyniaeth ar sail rhywedd, hunaniaeth rhywedd neu stereoteipio ar sail rhywedd.

Aflonyddu rhywiol

Mae'n cynnwys unrhyw gysylltiadau rhywiol digroeso, ceisiadau am ffafrau rhywiol, neu ymddygiad ysgrifenedig, llafar neu gorfforol digroeso arall o natur rywiol.

Bwriad

Pwrpas neu fwriad gweithred, o safbwynt y cyflawnydd. Nid yw bwriad da unigolyn yn berthnasol wrth bennu p'un ai a all ymddygiad fod yn aflonyddu rhywiol.

Cydsyniad

Penderfyniad cadarnhaol i gymryd rhan mewn gweithgarwch rhywiol y mae'r naill a'r llall wedi cytuno iddo, trwy eiriau neu weithredoedd clir. Ni ellir cymryd cydsyniad o ddistawrwydd, goddefolrwydd, neu ddiffyg gwrthsefyll yn unig. At hynny, nid yw cydsynio i un math o weithgarwch rhywiol yn awgrymu cydsyniad i fathau eraill o gydsyniad rhywiol, ac nid yw bodolaeth perthynas briodasol, rywiol neu ddetio bresennol neu flaenorol yn ddigon i ffurfio cydsyniad i weithgarwch rhywiol ychwanegol.

Gorfodaeth

Defnyddio awdurdod neu rym i orfodi cysylltiad digroeso. Y weithred o gymell trwy rym neu awdurdod.

Gwahaniaethu

Triniaeth anghyfartal aelodau o grwpiau amrywiol, ar sail nodweddion gwarchodedig (oedran, anabledd, ailbennu rhywedd, priodas a phartneriaeth sifil, beichiogrwydd a mamolaeth, hil, crefydd neu gred (neu ddiffyg cred), rhyw a chyfeiriadedd rhywiol).

Gwreig-gasineb

Rhagfarn gynhenid yn erbyn menywod, neu atgasedd neu ddirmyg tuag atynt.

Gwyliedydd

Person sy'n gweld ymddygiad sy'n groes i reolau neu bolisiâu sefydliad. Bydd Gwyliedydd yn ymyrryd pan fydd gweithredoedd diogel a chadarnhaol gwyliedydd yn atal niwed neu'n ymyrryd pan fydd risg i berson arall.

Incel

Person (bron wastad yn ddyn, fel arfer yn ifanc) sy'n ystyried eu hunain yn anweddog yn anwifoddol ('involuntary celibate') gan eu bod yn teimlo nad ydynt yn gallu denu menywod yn rhywiol. Mae incels yn aml yn gysylltiedig â chymunedau ar-lein y mae eu safbwyntiau, a'u rhagolwg yn aml yn cynnwys dicter eithafol a theimladau gelyniaethus tuag at rheiny sy'n rhywiol weithgar.

MeToo

Mudiad cymdeithasol ac ymgyrch ymwybyddiaeth sy'n tynnu sylw at ba mor aml y mae menywod a merched yn bennaf yn cael profiad o ymosodiadau ac aflonyddu rhywiol.

Pornograffi dialgar

Rhannu deunyddiau rhywiol preifat, naill ai ffotograffau neu fideos, o berson arall, heb eu cydsyniad, gyda'r nod o achosi embaras neu drallod.

Pornograffi ffugio dwfn ('deepfake')

Fideo o berson â'u wyneb neu eu corff wedi'u addasu'n ddigidol fel eu bod yn ymddangos fel rhywun arall, sy'n cael ei ddefnyddio yn nodweddiadol yn faleisus neu i ledaenu gwybodaeth ffug.

Secstio/Tecstio rhywiol

Mae secstio yn aml yn cyfeirio at rannu delweddau cignoeth rhwng dau neu fwy o bobl. Gall secstio gynnwys nifer o weithgareddau, o rannu delweddau yn gydsyniol i achlysuron o gam-fanteisio ar blant, eu rhagbaratoi a'u bwlio i rannu delweddau a allai, yn eu tro, gael eu rhannu â chyfoedion neu oedolion heb eu cydsyniad (Gwasanaeth Erlyn y Goron, 2017).

Mae'n bwysig cofio, er mai 16 yw'r oedran cydsynio yn y DU, dylid nodi bod creu, dosbarthu, meddu ar neu ddangos unrhyw ddelweddau anweddus o unrhyw un dan 18 oed yn drosedd, hyd yn oed os cafodd y cynnwys ei greu gyda chydsyniad y person ifanc.

Stelcio

Cymryd rhan mewn ymddygiad wedi'i gyfeirio at berson/bobl benodol a fyddai'n achosi person rhesymol i ofni am ei ddiogelwch, am ddiogelwch pobl eraill, neu i ddioddef trallod emosiynol sylweddol.

Tynnu lluniau i fyny sgertiau

Tynnu ffotograffau neu fideos o dan ddillad person heb eu cydsyniad.

Ymddygiad Rhywiol Niweidiol (YRhN)

Gellir diffinio YRN fel a ganlyn: ymddygiad rhywiol a fynegir gan blant a phobl ifanc dan 18 oed sy'n amhriodol yn ddatblygiadol, a allai fod yn niweidiol tuag at eu hunain neu i eraill, neu fod yn sarhaus tuag at blentyn, person ifanc neu oedolyn. Mae'r diffiniad hwn o YRhN yn cynnwys ymddygiadau â chyswllt ac ymddygiadau digyswllt fel rhagbaratoi, arddangosiaeth, llygadu a thecstio rhywiol neu recordio delweddau o weithredoedd rhywiol drwy ffonau clyfar neu apiau cyfryngau cymdeithasol (Gweithdrefnau Diogelu Cymru, 2020).

Dolenni ac adnoddau defnyddiol

Polisiâu Diogelu Llywodraeth Cymru

[Gweithdrefnau Diogelu Cymru \(2021\) Diogelu plant rhag camfanteisio rhywiol](#)

[Gweithdrefnau Diogelu Cymru \(2021\) Diogelu plant lle mae pryderon ynghylch ymddygiad rhywiol niweidiol](#)

[Llywodraeth Cymru \(2016\) Trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol: Canllaw Ymarferol i Lywodraethwyr Ysgolion](#)

[Llywodraeth Cymru \(2019\) Hawliau, parch, cydraddoldeb: canllawiau statudol ar gyfer ysgolion a gynhelir](#)

[Llywodraeth y DU \(2020\) Sharing nudes and semi-nudes: advice for education settings working with children and young people](#)

Ffynonellau cyngor ac adnoddau defnyddiol eraill

Barnardo's

Mae Barnardo's yn [darparu amrywiaeth o gymorth i blant, pobl ifanc, rhieni a gofalwyr](#), gan gynnwys gwasanaethau penodol ynghylch cam-drin a cham-fanteisio ar blant.

Brook Cymru

Mae [Brook](#) yn elusen genedlaethol sy'n cefnogi pobl ifanc â'u hiechyd a'u lles rhywiol. Hefyd, maen nhw'n darparu hyfforddiant ac adnoddau dysgu i gynorthwyo gweithwyr proffesiynol i ddarparu addysg rhyw a chydberthynas, a chymorth lles i bobl ifanc.

[Beth yw aflonyddu rhywiol.](#)

Canolfan Gefnogi Trais a Cham-drin Rhywiol Gogledd Cymru

Mae [RASASC Gogledd Cymru](#) yn darparu gwybodaeth, cymorth arbenigol a therapi i unrhyw un tair oed a throsodd sydd wedi cael profiad o unrhyw fath o drais neu gam-drin rhywiol.

Cyngor y Gweithlu Addysg (CGA)

Yn 2023, cynhaliodd CGA [Ddosbarth Meistr ar ddeall a mynd i'r afael ag aflonyddu rhywiol mewn lleoliadau addysg](#).

Yn dilyn hyn, cafwyd [rhifyn o'r podllediad gydag arbenigwyr yn ateb cwestiynau](#) na fu cyfle i'w hateb yn y Digwyddiad Meistr.

Cymorth i Fenywod Cymru

Mae [Cymorth i Fenywod Cymru](#) yn darparu gwasanaethau i oroeswyr trais a chamdriniaeth, yn ogystal â chyflwyno amrywiaeth o wasanaethau ataliol mewn cymunedau lleol.

National Education Union (NEU)

Mae'r NEU wedi cynhyrchu [adroddiadau ac adnoddau ar rywiaeth ac aflonyddu rhywiol mewn ysgolion](#), ac mae ganddynt becyn ymgyrch sy'n anelu at helpu aelodau'r NEU i gymryd y camau sydd eu hangen arnynt i atal rhywiaeth ac aflonyddu rhywiol. Hefyd, fe wnaethant gefnogi [adnodd AGENDA](#) – pecyn cymorth i ymarferwyr sy'n manteisio ar ddulliau cadarnhaol, creadigol a chynhwysol i fynd i'r afael â pherthnasoedd iach, gan gynnwys cydraddoldeb/anghydraddoldeb rhywedd, bwllo ac aflonyddu rhywiol

NSPCC

Mae'r [NSPCC](#) wedi cynhyrchu amrywiaeth o adroddiadau ac adnoddau ymchwil sy'n cynorthwyo gweithwyr proffesiynol i fynd i'r afael â cham-drin ac aflonyddu rhywiol. Darllenwch mwy am [ddeall sut mae pobl ifanc yn dysgu am berthnasoedd, rhyw a rhywioldeb, gan gynnwys aflonyddu rhywiol](#).

Hefyd, mae ganddynt linell gymorth addysg i'r rhai sy'n dymuno siarad â rhywun am unrhyw bryderon sydd ganddynt.

Rape Crisis Cymru a Lloegr

Mae [Rape Crisis yn cynnig gwasanaeth ffôn a sgwrsio ar-lein 24/7](#), yn rhad ac am ddim, i bawb dros 16 oed yng Nghymru a Lloegr sydd wedi cael eu heffeithio gan drais, cam-drin plant yn rhywiol, ymosodiad rhywiol, aflonyddu rhywiol, neu unrhyw fath arall o drais rhywiol.

Stonewall

Mae Stonewall yn [darparu cymorth i ysgolion a cholegau](#) er mwyn herio bwllo a dathlu amrywiaeth, ac mae'n cynnig amrywiaeth o hyfforddiant ac adnoddau ar-lein.

Umbrella Cymru

Mae [Umbrella Cymru](#) yn elusen sy'n rhoi cyngor a chymorth yn gysylltiedig â rhywedd ac amrywiaeth rhywiol, a'u nod yw ymestyn amrywiaeth, cydraddoldeb a chynhwysiant ar draws Cymru.

Y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol

Mae'r [Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol](#) yn hyrwyddo ac yn cynnal delfrydau a chyfreithiau cydraddoldeb a hawliau dynol ar draws Cymru, Lloegr a'r Alban.

Y Ganolfan Arbenigedd ar Gam-drin Plant yn Rhywiol

Mae'r Ganolfan Arbenigedd ar Gam-drin Plant yn Rhywiol yn dîm amlddisgyblaethol, wedi'i ariannu gan y Swyddfa Gartref a'i gynnal gan Barnardo's, sy'n cynnig [nifer o adnoddau wedi'u teilwra i helpu gweithwyr addysg proffesiynol](#) pan fydd ganddynt bryderon am gam-drin plant yn rhywiol neu ymddygiad rhywiol plant.

Cyfeirnodau

Brook (dyddiad cyhoeddi anhysbys): [Adnodd goleuadau traffig ymddygiadau rhywiol](#)

Brook (dyddiad cyhoeddi anhysbys): [Sut i reoli datgeliad o aflonyddu neu ymosodiad rhywiol](#)

Childnet.com (2023): [Step up and speak up against online sexual harassment – resources](#)

Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg (2022): [Mae'n effeithio ar bawb: Aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ymhlith dysgwyr](#)

Pwyllgor y Cadeiryddion Prifysgol (2022): [Tackling harassment and sexual misconduct. Guidance for Chairs and Governing Bodies](#)

Estyn (2021): [“Dydyn ni ddim yn dweud wrth ein hathrawon” Profiadau o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ymhlith disgyblion ysgolion uwchradd yng Nghymru](#)

Estyn (2023): [Aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ymhlith dysgwyr 16-18 oed mewn colegau addysg bellach](#)

NAHT (2021): [Prosiect deSHAME: adnoddau i athrawon a rhieni i fynd i'r afael ag aflonyddu rhywiol ar-lein gan gyfoedion](#)

NSPCC (2021): [Adnoddau ar ymddygiad rhywiol niweidiol mewn ysgolion gan gynnwys cam-drin rhywiol rhwng cyfoedion a pherthnasoedd iach](#)

Renold, E.J., Bragg, S., Gill, C., Hollis, V., Margolis, R., McGeeney, E., Milne, B., Ringrose, J., Timperley, V. and Young, H. (2023): [“We have to educate ourselves”: prioritising young people’s voices and their recommendations for change](#)

[Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant \(Cymru\) 2014](#)

[Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn \(1989\)](#)

Llywodraeth Cymru (2019): [Atal ac ymateb i gam-drin plant yn rhywiol: cynllun gweithredu cenedlaethol](#)

Llywodraeth Cymru (2020): [Canllawiau i leoliadau addysg am gam-drin rhywiol, camfanteisio ac ymddygiad rhywiol niweidiol gan gyfoedion. I'w ddarllen ar y cyd â Gweithdrefnau Diogelu Cymru a Chanllaw Ymarfer Cymru Gyfan ar Ddiogelu Plant pan fydd pryderon am Ymddygiad Rhywiol Niweidiol](#)

Llywodraeth Cymru (2021): [Y Cwricwlwm i Gymru – Y Cod Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb](#)

Llywodraeth Cymru (2022): [Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant \(Cymru\) 2014. Gweithio gyda'n Gilydd i Ddiogelu Pobl: Cod Ymarfer Diogelu Ar gyfer unigolion, grwpiau a sefydliadau sy'n cynnig gweithgareddau neu wasanaethau i blant ac oedolion yng Nghymru](#)

