Cadw'n garedig

Beth yw bwlio?

Bwlio yw "brifo rhywun ar bwrpas fwy nag unwaith."

Beth nad yw bwlio?

Nid yw bwlio'n golygu "cwympo allan gyda'ch ffrindiau neu frifo rhywun ar ddamwain."

Mathau o fwlio:

Bwlio corfforol

- Taro neu bwrw
- Cicio
- Gwthio
- Cnoi

Bwlio emosiynol

- Dweud geiriau cas
- Gadael rhywun allan ar bwrpas
- Galw enwau
- Dweud celwydd am rhywun
- Dweud bod rhywun ddim yn gallu bod yn ffrindiau gyda person arall.

Bwlio seibr

- Negeseuon neu ebyst cas.
- Negeseuon cas ar y we neu trolio.
- Rhannu gwybodaeth personol rhywun arall heb caniatâd (e.e. llun).

Mathau arall o fwlio:

- Dweud pethau cas am liw croen rhywun (hiliaeth).

  Dweud pethau cas am crefydd rhywun.

- Dweud pethau cas am rhywedd rhywun.

Datblygwyd y polisi hwn gan gyngor yr ysgol a chyngor Lleisiau Lles

BYDDWCH YN GAREDIG A PHARCHUS

Defnyddiwch geiriau caredig.

Defnyddiwch dwylo a choesau caredig.

Gwenwch!

Defnyddiwch 'plis' a 'diolch'

Helpwch eraill.

Daliwch y drws.

Dywedwch helo i bobl.

Dywedwch pethau neis am eraill.

S	everal
T	imes
O	n
P	urpose

Os ydych yn cael eich bwlio:

- Gwnewch gyswllt llygaid a dywedwch wrth y bwli i'ch gadael chi i fod.
- Cerddwch i ffwrdd ac anwybyddwch y bwli.
- Dywedwch wrth oedolyn rydych yn ymddiried yn. E.e. athro neu rhiant.
- Os nad ydych yn gallu siarad ag oedolyn ysgrifennwch eich pryder yn y 'bocs becso'.

Beth ni ddylech wneud:

- Peidiwch a bwlio nôl.
- Peidiwch gwneud beth mae'r bwli eisiau.
- Peidiwch a gadael y bwli i wneud chi deimlo'n wael.
- Peidiwch mynd yn grac a'i brifo.
- Peidiwch a rhoi bai ar eich hun.

Mae pawb yn Ysgol Parcyrhun yn gyfrifol am gwrth fwlio. Dyma rhai o'r oedolion gallwch siarad â:

1. Eich athrawes
2. Eich cynorthwyydd dosbarth
3. Mrs Hallam neu Miss Williams
4. Unrhyw athro yn yr ysgol
5. Unrhyw gynorthwyydd yn yr ysgol
6. Miss Jenkins yn y swyddfa
7. Staff clwb brecwast neu amser cinio.

Yr hyn a wnawn yn Ysgol Parcyrhun i ymateb i fwlio:

- Nid ydym yn hoffi ymddygiad bwlio.
- Rydyn ni'n gwrando ar ein plant - gallwch siarad â ni am unrhyw beth.
- Rydyn ni'n rhoi'r wybodaeth sydd eich angen i wybod am beth yw bwlio.
- Rydyn ni'n eich helpu i wybod beth i'w wneud os rydych yn cael eu bwlio neu os ydych yn gweld rhywun yn cael ei bwlio.
- Rydyn ni'n garedig, yn gyfeillgar ac yn barchus tuag at eraill.
- Rydyn ni'n meddwl am deimladau pobl cyn i ni ddweud neu wneud rhywbeth.
- Rydym yn cysylltu â rhieni neu ofalwyr i ddatrys y broblem.
- Rydym yn cymryd rhan mewn amser cylch, gwasanaethau, wythnos gwrth fwlio a diwrnod diogelwch y we i gadw ein plant yn hapus ac yn ddiogel.