

# Hyfforddiant Datblygiad Rhywiol/Niwed Rhywiol mewn Leoliadau

## Addysg gan y gwasanaeth Dyfodol Gwell



Rydym wedi gweithio'n agos gyda darparwyr addysg i lunio nifer o ddigwyddiadau hyfforddi y gellir eu darparu i dimau staff, o fewn ac ar draws amrywiaeth o leoliadau addysg. Mae'r rhain yn seiliedig ar bolisi ac ymarfer cyfredol mewn perthynas â diogelu a cham-drin/yddygiad rhywiol. Maen nhw'n adlewyrchu themâu cyfoes sy'n berthnasol i blant a phobl ifanc ar lefelau addysg gynradd, addysg uwchradd ac addysg bellach, ar-lein ac all-lein. Mae'r meysydd sy'n cael eu trafod yn cynnwys datblygiad rhywiol iach, aflonyddu rhywiol, ymddygiad rhywiol niweidiol, niwed rhywiol ar-lein, addysg sy'n ystyriol o drama a mwy.

Rydym wedi rhestru detholiad o ddigwyddiadau hyfforddi a baratowyd gennym o'r blaen, mewn ymateb i geisiadau penodol. Mae rhai o'r rhain i gyd-fynd â chynlluniau gwersi rydym wedi'u creu i gefnogi plant a phobl ifanc mewn gwahanol feysydd sy'n berthnasol i'r cwricwlwm Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb ac yn dilyn adroddiadau gan Lywodraeth Cymru sy'n ymwneud ag aflonyddu rhywiol. Rydym hefyd yn cynnig hyfforddiant pwrpasol, y gellir ei gynllunio i ddiwallu eich anghenion penodol chi.

**Gellir cyflwyno'r dysgu ar-lein (ar gyfer digwyddiadau byrrach) ac wyneb yn wyneb (ar gyfer sesiynau hyfforddi hirach).**

## Enw'r Cwrs: Sesiwn Hyfforddi'r Hyfforddwr: 'Fi yw Fi'

**Crynodeb:** Bydd sesiynau Hyfforddi'r Hyfforddwr 'Fi yw Fi' yn helpu staff i ystyried datblygiad rhywiol plant oed cynradd, i ddysgu am ymddygiad rhywiol iach/sydd ddim yn iach, ac i gefnogi staff i ystyried ymatebion cymesur i ymddygiadau rhywiol. Bydd hefyd yn caniatáu i staff ystyried sut y byddent yn defnyddio'r cynlluniau gwersi yn ymarferol.

Bydd y sesiwn yn cyfeirio at Lyfryn a Chynllun Gwers 'Fi yw Fi'. Nod y cynllun gwers hwn a'r llyfryn sy'n dod gydag ef yw helpu plant oed cynradd (ym mlynnyddoedd 4 – 6) i ddysgu am eu cyrff, eu datblygiad a pherthnasoedd. Bwriad y cynlluniau yw mynd â'r plant ar daith, i ddysgu amdanynt eu hunain, yn gorfforol ac yn emosiynol, ac i'w helpu i ddeall sut maen nhw'n rhyngweithio ag eraill a'u bydoedd.

**Hyd y Cwrs:** Hanner diwrnod (fel arfer 3.5 awr)

**Addas ar gyfer:** Staff Addysgu a Chefnogi mewn Ysgolion Cynradd (D.S. sesiwn hyfforddi'r hyfforddwr yw hon)

**Cost:**

## Enw'r Cwrs: Sesiwn Hyfforddi'r Hyfforddwr: Bwlio ac Aflonyddu Rhywiol

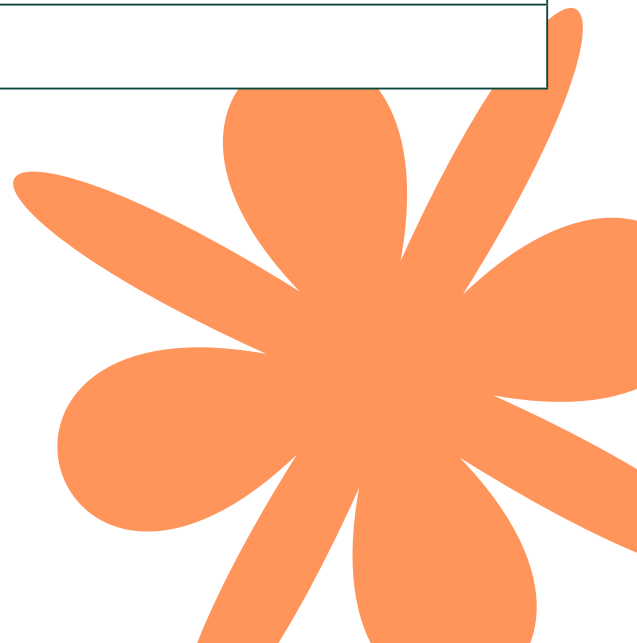
**Crynodeb:** Bydd sesiynau Hyfforddi'r Hyfforddwr yn helpu staff i ystyried datblygiad rhywiol ar gyfer pobl ifanc, i ddysgu am ymddygiad rhywiol iach/sydd ddim yn iach, ac i gefnogi staff i ystyried ymatebion cymesur i ymddygiadau a niwed rhywiol.

Bydd y sesiwn yn cyfeirio at y Cynllun Gwers 'Bwlio ac Aflonyddu Rhywiol'. Nod y cynllun gwers hwn yw helpu plant oed uwchradd (o flwyddyn 9 ymlaen) i drin a thrafod materion sy'n ymwneud â bwlio ac aflonyddu rhywiol. Pwrpas y cynlluniau yw helpu'r bobl ifanc i archwilio eu dealltwriaeth o fwlio rhywiol a'u hagweddau tuag ato. Mae'n faes eithaf cymhleth a dylai brocio'r meddwl.

**Hyd y Cwrs:** Hanner diwrnod (fel arfer 3.5 awr)

**Addas ar gyfer:** Staff Addysgu a Chefnogi mewn Ysgolion Uwchradd/Addysg Bellach (D.S. sesiwn hyfforddi'r hyfforddwr yw hon)

**Cost:**



## Enw'r Cwrs: Sesiwn Hyfforddi'r Hyfforddwr. 'Fy Nghorff Anhygoel'

**Crynodeb:** Mae'r sesiwn hon wedi'i chynllunio i helpu'r rheini sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc cyn glasoed ac yn y glasoed sydd ag anabledd corfforol a/neu ddysgu, i feddwl am faterion sy'n ymwneud â'u cyrff, preifatrwydd, cydsyniad a niwed.

Bydd y sesiwn yn cyfeirio at y Cynllun Gwers 'Fy Nghorff Anhygoel', sydd wedi'i gynllunio ar gyfer plant sydd ag anghenion gofal corfforol. Mae'r cynllun gwers hwn yn rhoi syniadau ac yn cynnig ffordd o strwythuro cymorth pwrpasol i blant a phobl ifanc unigol, a allai fod angen cymorth 1:1 gyda'u dysgu o ran eu cyrff a'r newidiadau sy'n digwydd yn ystod y glasoed.

**Hyd y Cwrs:** Hanner diwrnod (fel arfer 3.5 awr)

**Addas ar gyfer:** Staff Ysgolion Cynradd ac Uwchradd sy'n gweithio gyda Phlant (D.S. sesiwn hyfforddi'r hyfforddwr yw hon)

**Cost:**

## Enw'r Cwrs: Cefnogi a Thrafod Addysg Rywiol â Phlant sydd wedi cael Trawma

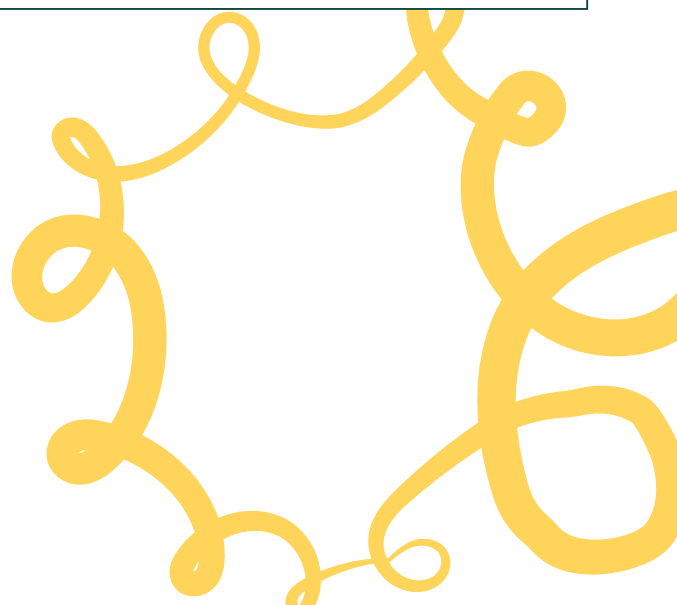
**Crynodeb:** Mae'r cwrs hwn wedi'i gynllunio i helpu'r rheini sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc y gallai fod trawma wedi effeithio arnynt. Er y bydd ffocws ar ddsbarthiadau perthnasodd a rhywioldeb, bydd yr hyfforddiant yn darparu dysgu a fydd yn berthnasol i bob maes addysg yng nghyswllt plant a phobl ifanc y mae trawma wedi effeithio arnynt.

Bydd y cwrs yn rhoi trosolwg o effaith trawma ar ddatblygiad ac yn ystyried canlyniadau hyn ar ddatblygiad a gwybodaeth rywiol. Bydd y rhai sy'n bresennol yn cael eu cefnogi i ddatblygu sgiliau therapiwtig ar gyfer gweithio gyda phlant sydd wedi dioddef trawma, yn enwedig ym maes addysg ac ymateb rhywiol. Bydd y cwrs hefyd yn cyflwyno adnoddau a allai fod yn ddefnyddiol wrth ddysgu'r grŵp hwn o blant.

**Hyd y Cwrs:** Diwrnod llawn (rhwng 9am a 3pm fel arfer)

**Addas ar gyfer:** Staff Addysgu a Chefnogi mewn Ysgolion

**Cost:**



## Enw'r Cwrs: Anableddau Dysgu a Pharatoi ar gyfer y Glasoed (Rhan 1):

**Crynodeb: Cyflwynir y cwrs hwn mewn tair sesiwn.** Mae'r sesiwn gyntaf, undydd hon wedi'i chynllunio i roi trosolwg cyffredinol o rai o'r prif faterion sy'n effeithio ar blant a phobl ifanc sydd ag anableddau dysgu ac sy'n mynd drwy'r glasoed.

Mae'r cwrs wedi'i gynllunio i wella dealltwriaeth o ddatblygiad rhywiol plant, i gynyddu hyder wrth baratoi plant (a'u rhieni/gofalwyr) ar gyfer y newidiadau sy'n gysylltiedig â'r glasoed. Mae wedi'i gynllunio i alluogi dysgwyr i deimlo'n fwy cyfforddus wrth drafod y glasoed a datblygiad rhywiol, gan gynnwys iechyd rhywiol. Bydd y cwrs hefyd yn darparu offer a gweithgareddau i gefnogi cyfathrebu priodol gyda phlant yn y maes hwn.

**Hyd y Cwrs:** Hyd y Cwrs: Diwrnod llawn (rhwng 9am a 3pm fel arfer)

**Addas ar gyfer:** Staff Addysgu a Chefnogi mewn Ysgolion

**Cost:**

## Enw'r Cwrs: Anableddau Dysgu a Pharatoi ar gyfer y Glasoed (Rhan 2):

**Crynodeb: Cyflwynir y cwrs hwn mewn tair sesiwn** Mae'r ail sesiwn, undydd hon wedi'i chynllunio i ganolbwyntio ar y glasoed o safbwynt bechgyn a sut mae cefnogi dysgu a datblygiad dynion ifanc, sydd ag anableddau dysgu, sy'n mynd drwy'r glasoed.

Mae'r cwrs wedi'i gynllunio i wella dealltwriaeth o ddatblygiad rhywiol plant, i gynyddu hyder wrth baratoi plant (a'u rhieni/gofalwyr) ar gyfer y newidiadau sy'n gysylltiedig â'r glasoed. Mae wedi'i gynllunio i alluogi dysgwyr i deimlo'n fwy cyfforddus wrth drafod y glasoed a datblygiad rhywiol, gan gynnwys iechyd rhywiol. Bydd y cwrs hefyd yn darparu offer a gweithgareddau i gefnogi cyfathrebu priodol gyda phlant yn y maes hwn.

**Hyd y Cwrs:** Diwrnod llawn (rhwng 9am a 3pm fel arfer)

**Addas ar gyfer:** Staff Addysgu a Chefnogi mewn Ysgolion

**Cost:**



## Enw'r Cwrs: Anabledau Dysgu a Pharatoi ar gyfer y Glasoed (Rhan 3):

**Crynodeb: Cyflwynir y cwrs hwn mewn tair sesiwn.** Mae'r drydedd sesiwn, undydd hon wedi'i chynllunio i ganolbwyntio ar y glasoed o safbwynt merched a sut mae cefnogi dysgu a datblygiad menywod ifanc, sydd ag anabledau dysgu, sy'n mynd drwy'r glasoed.

Mae'r cwrs wedi'i gynllunio i wella dealltwriaeth o ddatblygiad rhywiol plant, i gynyddu hyder wrth baratoi plant (a'u rhieni/gofalwyr) ar gyfer y newidiadau sy'n gysylltiedig â'r glasoed. Mae wedi'i gynllunio i alluogi dysgwyr i deimlo'n fwy cyfforddus wrth drafod y glasoed a datblygiad rhywiol, gan gynnwys iechyd rhywiol. Bydd y cwrs hefyd yn darparu offer a gweithgareddau i gefnogi cyfathrebu priodol gyda phlant yn y maes hwn.

**Hyd y Cwrs:** Diwrnod llawn (rhwng 9am a 3pm fel arfer)

**Addas ar gyfer:** Staff Addysgu a Chefnogi mewn Ysgolion

**Cost:**

### Adborth gan bobl sydd eisoes wedi dilyn y cwrs:

Roedd y cyfranogwyr yn teimlo bod yr hyfforddiant yn ddefnyddiol, ar ôl cael 'llawer o syniadau ymarferol a chynghor ar sut i fynd i'r afael â phwnc emosiynol a chymhleth iawn'. Roedd y cyfranogwyr hefyd yn nodi cynnydd mewn gwybodaeth a hyder, gan ddweud eu bod yn 'teimlo'n hyderus iawn ynghylch sut i ddatblygu hyn ar ôl dychwelyd i'r ysgol'. Dywedodd un cyfranogwr 'mor bwysig oedd hi bod ysgolion yn gallu mynd i'r afael yn hyderus ac yn effeithiol ag ymddygiad amhriodol a phroblemus er mwyn atal y sefyllfa rhag gwaethygu'. Roedd un arall yn teimlo bod 'siarad drwy wahanol senarios yn ddefnyddiol iawn'.

O ran yr adnoddau roedd y cyfranogwyr yn teimlo bod y rhain yn 'adnoddau o ansawdd da i'w defnyddio' ac yn 'adnodd gwych sy'n caniatáu i ysgolion ystyried sut i ddefnyddio'r hyn sydd wedi cael ei gynhyrchu orau'; roedd y 'llyfr gwaith i ysgolion cynradd yn ddefnyddiol, rydw i'n gallu gweld y llyfr yn cael ei ddefnyddio gyda disgyblion CA2 uwch'; roedd 'y cynlluniau gwersi yn ddefnyddiol iawn ac yn hawdd i athrawon eu defnyddio', a bod 'y llyfr gwaith yn ardderchog'.

Wrth ystyried y materion, nododd y cyfranogwyr eu bod yn teimlo eu bod mewn gwell sefyllfa i ddelio â'r materion hynny yn yr ysgol a'u bod wedi dysgu 'beth i'w wneud a sut i helpu pobl ifanc oedd yn dioddef camfanteisio rhywiol'. Dywedodd un arall ei fod wedi mwynhau'r cwrs a'i fod wedi ei helpu i 'adnabod a mynd i'r afael â bwlio rhywiol'. Dywedodd un arall ei fod yn rhoi 'mwy o eglurder' iddo o ran 'cam-drin gan gyfoedion'.

I gael rhagor o wybodaeth am y cyrsiau hyn, cysylltwch â'r gwasanaeth

**Dyfodol Gwell ar 01656 749235,**

**neu e-bostiwch [taith.service@barnardos.org.uk](mailto:taith.service@barnardos.org.uk)**

