Addysg Rhyw a Pherthynas

Gweithredu'r arweiniad yng Nghylchlythyr 11/02 mewn ysgolion yng Nghymru 2004 - 2005

Estyn
Arolygiaeth Ei Mawrhydi Dros Addysg
A Hyfforddiant yng Nghymru
Her Majesty's Inspectorate
For Education and Training in Wales

BUDDSODDWR MEWN POBL
INVESTOR IN PEOPLE

...Rhagoriaeth i bawb... …Excellence for all…

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

Adran Cyhoeddiadau
Estyn
Llys Angor
Heol Keen
Caerdydd
CF24 5JW neu drwy e-bost at publications@estyn.gsi.gov.uk

Mae'r cyhoeddiad hwn a chyhoeddiadau eraill gan Estyn ar gael ar ein gwefan: www.estyn.gov.uk

Cyfieithwyd y ddogfen hon gan Trosol (Saesneg i'r Gymraeg)

© Hawlfraint y Goron 2005: Gellir ailddefnyddio'r ddogfen/cyhoeddiad (ac eithrio'r logos adrannol) am ddim mewn unrhyw fformat neu gyfrwng ar yr amod y caiff ei ailddefnyddio'n gywir ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol. Rhaid cydnabod y deunydd fel hawlfraint y Goron a rhai nodi teitl y ddogfen/cyhoeddiad

Cynnwys	Tudalen

1. Cyflwyniad 4

2. Prif ganfyddiadau 4

3. Argymhellion 5

4. Cefndir 6

5. Yr Arweiniad a'i weithrediad mewn ysgolion 7

Ysgolion Cynradd 7

Ysgolion Uwchradd 8

Cysylltiadau â gweithwyr iechyd proffesiynol ac asiantaethau gwirfoddol 10

6. Enghreifftiau o arfer dda 11

1. Cyflwyniad

1 Diben yr adroddiad hwn yw ymateb i'r cais gan Lywodraeth Cynulliad Cymru am wybodaeth ar weithredu'r arweiniad ar addysg rhyw a pherthynas (Cylchlythyr 11/02) a ddosbarthwyd i ysgolion yn 2002. Mae'r adroddiad yn crynhoi prif ganfyddiadau ymweliadau â 14 o ysgolion cynradd ac uwchradd yn ystod 2004 a dechrau 2005, ynghyd â chyfweliadau â phenaethiaid, athrawon a disgyblion. Mae hefyd yn tynnu ar drafodaethau gydag ymgynghorwyr AALlau ar gyfer addysg bersonol a chymdeithasol (ABCh), a rhai cydlynwyr Ysgolion Iach. Mae'r cyflwyniad yn gwneud nifer o argymhellion i'w gweithredu.

2 Roedd Cylchlythyr 11/02 Cynulliad Cenedlaethol Cymru yn disodli Cylchlythyr 45/94 y Swyddfa Gymreig. Mae'r cylchlythyr newydd yn ystyried y canlynol:

- rhaglenni astudio diwygiedig y Cwricwlwm Cenedlaethol (Ionawr 2000);
- yr angen am arweiniad ar y fframwaith addysg bersonol a chymdeithasol (ABCh): cyfnodau allweddol 1 i 4 yng Nghymru;
- adroddiad yr Uned Dieithro Cymdeithasol ar feichiogrwydd ymhlith merched yn eu harddegau;
- dogfen Cynulliad Cenedlaethol Cymru, Fframwaith strategol ar gyfer hybu iechyd rhyw yng Nghymru; ac
- y gofyniad newydd o dan Ddeddf Addysg 1996 (fel y diwygiwyd gan Adran 148 Deddf Dysgu a Sgiliau 2000), i Gynulliad Cenedlaethol Cymru gyhoeddi arweiniad a fydd yn sicrhau bod ysgolion, wrth ddarparu addysg rhyw, yn dysgu am natur priodas a phwysigrwydd hynny i fywyd teuluol a magu plant.

2. Prif ganfyddiadau

3 Mae'r ysgolion hynny sydd ag addysg rhyw a pherthynas yn rhan sefydledig o raglen ABCh wedi croesawu'r arweiniad fel sail ddefnyddiol ar gyfer archwilio, adolygu a diwygio'u polisïau a'u harferion. Mae ysgolion sydd heb raglenni sefydledig yn defnyddio'r arweiniad i'w helpu i gynllunio darpariaeth effeithiol a chynhwysfawr. Nid yw'n bosibl arfarnu effeithiolrwydd yr arweiniad wrth hyrwyddo arfer orau yn yr ysgolion hyn gan ei bod yn rhy fuan wedi cyhoeddi'r Cylchlythyr.

4 Yn y 15 AALl sy'n cyflogi ymgynghorydd ABCh, mae gweithgorau o athrawon a gweithwyr proffesiynol wedi defnyddio'r arweiniad i ddiweddaru polisïau ac i adolygu a diwygio cyngor, cefnogaeth ac adnoddau. Yn yr AALlau hynny sydd heb ymgynghorwyr ABCh, mae rhai ysgolion wedi penderfynu defnyddio'r arweiniad, hyd yn oed pan nad yw'r awdurdod yn arwain llawer os o gwbl.

5 Roedd gan fwyafrif yr ysgolion cynradd a phob un o'r ysgolion uwchradd yr ymwelwyd â hwy bolisi ar wahân ar gyfer addysg rhyw a pherthynas. Mae'r polisïau hyn yn ystyried yn briodol Cylchlythyr Cynulliad Cenedlaethol Cymru Rhif 11/02, Addysg Rhyw a Pherthynas mewn Ysgolion. Yn yr arfer orau, mae ysgolion wedi llunio polisïau yn dilyn ymgynghori â rhieni ac arbenigwyr yr awdurdod iechyd. Mae'r holl bolisïau addysg rhyw a pherthynas yn cyfeirio at bolisïau ysgol perthnasol eraill, gan gynnwys y rheiny sy'n ymwneud â bwlio, amddiffyn plant ac ysgolion iach. Fodd

bynnag, nid yw rhai ysgolion cynradd yn monitro nac yn arfarnu'u rhaglenni addysg rhyw a pherthynas yn ddigon trylwyr i wella neu ddiweddaru eu polisïau a'u harferion.

6 Mewn nifer o ysgolion uwchradd, mae disgyblion yn cymryd rhan yng nghynllunio addysg rhyw a pherthynas. Mae mwy a mwy o ysgolion yn ymgynghori â Chyngor yr Ysgol. Mae athrawon ABCh yn holi disgyblion ynghylch:

- cynnwys sy'n berthnasol i'w anghenion;
- eu barn am yr amser mwyaf priodol i ymdrin â materion penodol; ac
- y dulliau gorau o ymdrin â'r maes gwaith hwn.

Yn dilyn pob modiwl addysg rhyw a pherthynas, caiff disgyblion eu holi ynghylch effeithiolrwydd y rhaglen, a sut y gellid ei gwella.

7 Yn yr ysgolion yr ymwelodd AEM â hwy, mae addysg rhyw a pherthynas yn bodloni'r gofynion statudol. Mae'r addysgu yn briodol ac yn effeithiol, ac yn unol â Fframwaith Addysg Bersonol a Chymdeithasol ACCAC. Darperir addysg rhyw a pherthynas fel rhan o'r rhaglen ABCh, neu lle bo'n berthnasol, drwy bynciau eraill. Gan amlaf, mae'r rhain yn cynnwys gwyddoniaeth, addysg grefyddol a drama.

8 Addysgu o ansawdd da yw'r ffactor unigol pwysicaf i sicrhau rhaglen addysg rhyw a pherthynas effeithiol mewn ysgolion. Mae AALlau ynghyd ag ymgynghorwyr ABCh yn darparu HMS[1] cychwynnol ar gyfer y maes hwn o'r cwricwlwm. Maent yn cynnig arweiniad o ansawdd da ar gynllunio a gweithredu polisi ac ar gynnwys a threfniadaeth y cwricwlwm. Prin yw'r AALlau sy'n darparu sesiwn HMS flynyddol i fireinio medrau athrawon ac i ddiweddaru eu hymwybyddiaeth am adnoddau addysgu newydd yn y maes cwricwlwm sensitif hwn. Mae ysgolion yn adrodd bod hyn yn bennaf o ganlyniad i'r toriadau yn eu Cronfa Ysgolion Gwell ar gyfer HMS. Nid oedd modd i un o'r athrawon a gafodd eu cyfweld fynychu HMS a ddarparwyd gan sefydliad arall, gan nad oedd yn bosibl i gyllideb yr ysgol ariannu eu presenoldeb.

9 Mae mwyafrif yr ysgolion y gwnaethom ymweld â hwy yn cynnal cyfarfodydd rhieni i esbonio'r polisi rhyw a pherthynas ac i ateb unrhyw bryderon. Fodd bynnag, ychydig rieni sy'n mynychu'r cyfarfodydd hyn. Mewn gormod o ysgolion, nid oedd digon o gyswllt rhwng ysgolion cynradd ac uwchradd i sicrhau ymagwedd gyffredin a dilyniant priodol yn y maes gwaith hwn.

10 Ar wahân i nyrs yr ysgol, yn anaml iawn y mae ysgolion cynradd yn defnyddio asiantaethau allanol, fel gweithwyr iechyd proffesiynol lleol, i gyflwyno'r rhaglen addysg rhyw a pherthynas. Mae ysgolion uwchradd, fodd bynnag, wedi datblygu partneriaethau arwyddocaol sydd heb os yn effeithiol.

3. Argymhellion

A1 Dylai **Ysgolion**:

- gael polisi ar wahân ar gyfer addysg rhyw a pherthynas sy'n ystyried yr argymhellion a nodir yng Nghylchlythyr Cynulliad Cenedlaethol Cymru 11/02;

[1] HMS – Hyfforddiant Mewn Swydd

- gweithio'n fwy effeithiol gyda'u byrddau iechyd lleol i gyflwyno'u rhaglen addysg rhyw a pherthynas;
- defnyddio cysylltiadau sydd eisoes yn bodoli rhwng ysgolion cynradd ac uwchradd i gytuno ar ddull cyffredin ac i sicrhau dilyniant priodol mewn addysg rhyw a pherthynas;
- parhau i gynnwys rhieni yn natblygiad eu rhaglenni addysg rhyw a pherthynas; a
- monitro a gwerthuso effeithiolrwydd eu rhaglenni addysg rhyw a pherthynas.

A2 Dylai **AALlau** sicrhau eu bod yn dyrannu arian Ysgolion Gwell gan LICC i roi cymorth a hyfforddiant arbenigol i athrawon ar addysg rhyw a pherthynas, i'w galluogi i:

- ymdrin yn hyderus â chwestiynau a sylwadau anodd, a materion sensitif yn y dosbarth;
- wybod am ystod a phriodoldeb yr adnoddau diweddaraf sydd ar gael; ac
- ymdrin â materion yn ymwneud â chyfrinachedd o ran addysg rhyw a pherthynas yn unol â pholisi amddiffyn plant yr ysgol;

A3 Dylai **ACCAC**:

- ystyried cynhyrchu deunyddiau priodol i gefnogi addysgu addysg rhyw a pherthynas yn effeithiol mewn ysgolion.

4. Cefndir

11 Mae iechyd rhywiol pobl ifanc yng Nghymru yn parhau i fod yn achos pryder. Er bu gostyngiad yn y blynyddoedd diwethaf, mae cyfraddau beichiogrwydd ymhlith merched yn eu harddegau yn parhau i fod yr uchaf yn Ewrop. Bu cynnydd hefyd yng nghyfraddau'r heintiau a drosglwyddir yn rhywiol ymhlith pobl ifanc 16 i 19 oed. Awgrymodd 'Gwell Iechyd – Gwell Cymru (1999) bod angen cyfathrebu gwell a dealltwriaeth ehangach ynghylch iechyd rhywiol er mwyn mynd i'r afael â'r materion hyn.

12 Cynigiodd 'Fframwaith strategol ar gyfer hybu iechyd rhywiol yng Nghymru' (2000) y Cynulliad Cenedlaethol nifer o fentrau iechyd ac addysg i fynd i'r afael â'r problemau hyn. Amcan canolog i'r strategaeth yw sicrhau bod pob person ifanc yng Nghymru yn derbyn addysg effeithiol ynghylch rhyw a pherthynas, i gefnogi eu datblygiad personol a chymdeithasol ac er mwyn hybu iechyd rhywiol.

13 Mae tystiolaeth arolygiadau yn dangos bod y mwyafrif o ysgolion yn cynnig addysgu ABCh da neu dda iawn. Tra bod addysg rhyw yn cael ei thrin yn ystod amser cylch mewn ysgolion cynradd, mae bron bob amser yn rhan o'r rhaglen ABCh mewn ysgolion uwchradd. Mae llawer o athrawon o'r farn bod angen hyfforddiant pellach arnynt yn y meysydd hyn, i sicrhau y gallant nodi'n gywir broblemau a phryderon plant. Caiff nifer o agweddau corfforol a rhywiol gwybodaeth a dealltwriaeth ABCh eu haddysgu hefyd drwy bynciau'r cwricwlwm fel gwyddoniaeth ac addysg gorfforol.

14 Y rhaglenni addysg rhyw mwyaf effeithiol yw'r rheiny lle mae'r ysgol:

- yn ystyried amseru'r addysg rhyw yn ofalus oherwydd unwaith y mae pobl ifanc yn rhywiol weithredol maent yn annhebyg iawn o newid eu hymddygiad;

- yn datblygu medrau drwy ddulliau addysgu, fel chwarae rôl, sy'n caniatáu i bobl ifanc ymarfer eu medrau cyfathrebu, trafod, negodi a gwneud penderfyniadau;
- yn cynnig gweithgareddau sy'n mynd i'r afael â dylanwadau cymdeithasol, cyfoedion a'r cyfryngau; ac
- yn dyfeisio rhaglenni integredig wedi'u hanelu at atal beichiogrwydd, cynyddu'r defnydd o ddulliau atal cenhedlu ac atal HIV/AIDS a heintiau eraill a drosglwyddir yn rhywiol.

15 Y rhaglenni addysg rhyw mwyaf effeithiol mewn ysgolion yw'r rheiny sy'n cysylltu addysg a mynediad at wasanaethau iechyd rhywiol ac asiantaethau eraill. Mae'r rhaglenni hyn yn golygu gweithio gyda'r ysgolion mewn modd cydweithredol. Mae gan nyrs yr ysgol a gweithwyr proffesiynol eraill rôl bwysig i'w chwarae wrth bontio'r bwlch rhwng addysg ac, er enghraifft, gwasanaethau atal cenhedlu.

5. Yr Arweiniad a'i weithredu mewn ysgolion

16 Mae Cylchlythyr 11/02 yn cynghori 'ni ddylid darparu addysg rhyw a pherthynas mewn ffordd ynysig. Mae'r Cwricwlwm Cenedlaethol diwygiedig yng Nghymru a'r Fframwaith ABCh yn rhoi i ysgolion gyfleoedd penodol i ddisgyblion ddysgu am ryw a pherthynas. Yn arbennig, mae'r Fframwaith ABCh yn nodi agweddau, gwerthoedd a medrau ynghyd â sylfaen gadarn o wybodaeth, yn glir sy'n berthnasol i addysg rhyw a pherthynas.'

17 Mae ymgynghorwyr ac ysgolion yn ystyried bod y canllawiau wedi cael eu strwythuro'n dda. Mae'r wybodaeth glir a chynhwysfawr a'r crynodeb o argymhellion ar ddiwedd bob adran yn helpu ysgolion i gynllunio a chyflwyno addysg rhyw a pherthynas yn effeithiol. Mae'r atodiadau hefyd yn cynnig astudiaethau achos defnyddiol iawn, sy'n egluro'r cyd-destun cyfreithiol, yn nodi cysylltiadau â'r Fframwaith ABCh ac yn rhoi manylion am orchmynion gwyddoniaeth perthnasol y Cwricwlwm Cenedlaethol ar gyfer pob cyfnod allweddol.

Ysgolion Cynradd

18 Roedd pob ysgol yr ymwelodd AEM â hi yn treulio o leiaf hanner awr yr wythnos ar wersi ABCh ar yr amserlen ynghyd ag 'amser cylch' ychwanegol. Mae hon yn nodwedd newydd mewn nifer o ysgolion cynradd. Mae'n caniatáu i athrawon strwythuro trafodaethau ar faterion ABCh ynghyd â'u galluogi i drin â chwestiynau yn ddigymell, fel y maent yn codi yn yr ystafell ddosbarth. I sicrhau bod ABCh yn cael ei haddysgu yn y ffordd fwyaf effeithiol, fodd bynnag, bydd yn rhaid i ysgolion cynradd sicrhau eu bod yn addysgu ABCh ar draws yr ysgol, yn hytrach nag fel pwnc ar wahân.

19 Yn ystod y blynyddoedd cynnar ac yn CA1, mae pwyslais priodol ar helpu plant i ddeall sut maent yn datblygu yn ystod eu plentyndod cynnar. Canolbwyntir ar annog disgyblion i ddeall eu gwerth eu hunain ac i ddatblygu agweddau cadarnhaol. Mae disgyblion hefyd yn dysgu am fwyta'n iach a pherthynas gyda'u cyfoedion, eu ffrindiau a'u teuluoedd. Yn CA2, yn ystod blynyddoedd 3,4 a 5, mae ysgolion yn addysgu addysg rhyw a pherthynas drwy bynciau fel 'fi fy hun', 'y teulu' neu 'byw'n iach'. Mae'r pynciau hyn yn cynnig cyd-destunau priodol i ddisgyblion ddatblygu eu

hunan-barch ac ennill gwerthoedd ac agweddau cadarnhaol tuag at eraill. Bydd disgyblion hefyd yn cynyddu'n raddol eu gwybodaeth am gylchoedd bywyd ac atgenhedlu dynol, a'u dealltwriaeth ohonynt.

20 Ym mlwyddyn 6, mae llawer o ysgolion Cymru yn cynnig rhaglen fer mewn addysg rhyw a pherthynas, fel arfer i ddosbarthiadau cymysg o fechgyn a merched. Yn yr enghreifftiau gorau, mae athrawon yn defnyddio cyfuniad o fideos a gynhyrchir yn fasnachol a sgyrsiau ynghylch glaslencyndod a dechrau'r mislif gan weithwyr proffesiynol arbenigol fel nyrs yr ysgol. Mae profiad wedi dangos bod disgyblion yn llawer mwy tebygol o holi cwestiynau pan fyddant mewn grwpiau un rhyw na phan fyddant mewn grwpiau cymysg. Felly, yn union ar ôl y sesiynau cymysg, mae ysgolion yn trefnu grwpiau trafod ar wahân i fechgyn a merched. Mae disgyblion ag AAA yn derbyn yr un gwersi a'u cyfoedion ond yn derbyn arweiniad ychwanegol gan gynorthwywyr cymorth dysgu.

21 Wrth gyflawni eu dyletswyddau statudol, mae ysgolion bob amser yn rhoi gwybod i rieni am gynnwys y rhaglen addysg rhyw a pherthynas, gan wahodd eu sylwadau neu eu cwestiynau. Yn ymarferol, ychydig iawn o rieni sy'n ymateb, gan eu bod yn fodlon i adael y mater yn nwylo'r ysgolion.

22 Mae athrawon yn defnyddio gweithdrefnau "ymbellhau" yn effeithiol, fel blwch cwestiynau sy'n sicrhau anhysbysedd, i ymdrin â phryderon disgyblion sy'n teimlo nad oes modd iddynt drafod materion sensitif, fel eu rhywioldeb, yn agored. Gall disgyblion drafod materion sy'n codi yn ystod amser cylch neu o dan amgylchiadau "diogel" priodol eraill, fel chwarae rôl. Weithiau, bydd ysgolion yn defnyddio ymweliadau gan grwpiau theatr neu grwpiau addysg iechyd i drefnu'r gweithgareddau hyn.

23 Mae ysgolion yn gwneud defnydd da drwy gydol y blynyddoedd cynnar o adnoddau sydd wedi'u cyhoeddi. Mae'r adnoddau hyn yn hybu medrau disgyblion, fel strategaethau meddwl amgen ac arweiniad ar berthnasoedd. Mae athrawon yn gofalu gwneud cysylltiadau â chynllun gwaith ABCh yr ysgol a, lle bo'n addas, â chynlluniau gwaith pynciau, yn enwedig gwyddoniaeth.

24 Newydd ddechrau datblygu partneriaethau â gweithwyr iechyd proffesiynol ac asiantaethau eraill y mae'r mwyafrif o ysgolion. Yn yr arfer orau, mae aelodau o'r tîm gofal iechyd lleol yn ymweld â'r ysgol i sefydlu'r bartneriaeth ac i weithio ochr yn ochr ag athrawon a disgyblion, gan ddechrau gyda phlant yn y blynyddoedd cynnar yn aml. Mae'n bosibl y byddant yn siarad â phlant iau am gyfeillgarwch ac am deuluoedd, neu beth yw diben meddyginiaethau, ac oddi wrth bwy y dylent eu derbyn. Gyda'r plant hyn, mae'n bosibl y bydd aelodau o'r tîm gofal iechyd yn ymgymryd â sesiwn chwarae rôl, gan drafod materion fel bwlio a cham-drin corfforol neu emosiynol yn ystod y sesiwn.

Ysgolion Uwchradd

25 Mae gan fwyafrif yr ysgolion uwchradd wersi wedi'u amserlennu ar wahân o fewn ABCh, ar gyfer disgyblion cyfnod allweddol 3 neu gyfnod allweddol 4, neu weithiau ar gyfer y ddau. Mae mwyafrif yr ysgolion yn cydnabod cyfraniad pynciau, a darpariaeth arall y tu hwnt i wersi, i ddatblygiad personol a chymdeithasol disgyblion.

Mewn llawer o ysgolion, mae athrawon dosbarth, athrawon blwyddyn a phenaethiaid ysgolion iau ac uwch yn cyfrannu'n sylweddol i ABCh.

26 Mae ysgolion uwchradd yn ymdrin ag ABCh mewn amrywiol ffyrdd. Mae'r rhain yn cynnwys defnyddio un neu fwy o'r canlynol:

- gwersi ABCh wedi'u cynnwys yn yr amserlen;
- amser tiwtorial (y dosbarth);
- trefniadau carwsél yn ystod CA4, gan gynnwys addysg gyrfaoedd neu addysg yn gysylltiedig â gwaith, er enghraifft; a
- dileu'r amserlen i fynd i'r afael a materion penodol, yn aml o natur sensitif.

Lle bo gwersi penodol neu drefniant carwsél, gall tîm arbenigol o athrawon addysgu'r pwnc neu gall yr ysgol ddefnyddio athrawon nad ydynt yn arbenigol sy'n digwydd bod ar gael yr adeg hynny.

27. Defnyddir cymysgedd o ddulliau'n effeithiol gan fwy a mwy o ysgolion. Yn aml, athrawon dosbarth sy'n addysgu rhannau llai sensitif y rhaglen, er enghraifft agweddau amgylcheddol, cymdeithasol, galwedigaethol neu addysgiadol yn ystod sesiynau tiwtorial (y dosbarth). Athrawon arbenigol neu weithwyr iechyd proffesiynol sy'n addysgu'r materion mwy personol fel camddefnyddio sylweddau neu addysg rhyw a pherthynas mewn gwersi ABCh neu ar ddiwrnodau canolbwynt penodol. Mae hyn yn sicrhau bod y bobl sy'n ymdrin â'r pynciau hyn wedi derbyn hyfforddiant, eu bod yn ymrwymedig i gefnogi pobl ifanc o'r safbwynt hwn a'u bod yn gallu ymdrin â materion neu gwestiynau sensitif.

28 Mae mwyafrif yr ysgolion yn hybu cyngor ar iechyd rhywiol drwy arddangos deunyddiau priodol sy'n amlygu ffynonellau cyngor a chefnogaeth, yn yr ysgol ac yn y gymuned ehangach, fel y gall disgyblion eu cyrchu yn ôl eu hangen. Mae tystiolaeth yn dangos bod disgyblion yn gwerthfawrogi gallu cael y wybodaeth hon, ac mae llawer ohonynt yn defnyddio'r gefnogaeth sydd ar gael.

29 Mae llawer o ysgolion uwchradd yn addysgu cwricwlwm ABCh troellog. Mae hyn yn golygu bod ysgolion yn dychwelyd at rai agweddau ar addysg rhyw a pherthynas fel y bo'n briodol ac yn berthnasol i aeddfedrwydd disgyblion yn ystod mwyafrif blynyddoedd cyfnodau allweddol 3 a 4. Mewn nifer o enghreifftiau, mae'r rhain yn cynnwys:

- datblygiad corfforol (B7);
- materion cymdeithasol (o B7);
- datblygiad emosiynol (B8);
- hunaniaeth rywiol (o B8);
- dulliau atal cenhedlu (o B9);
- body n rhywiol weithredol a'i ganlyniadau (B9, B10 a B11);
- gwrthsefyll pwysau digroeso gan gyfoedion (B9, B10 a B11);
- magu plant (B10 a B11); a'r
- gyfraith mewn cyswllt ag ymddygiad rhywiol (B10 a B11);

30 Mae cydlynwyr ABCh mewn ysgolion uwchradd, a'r rheiny yn yr ysgolion cynradd sy'n eu bwydo, yn ymweld ag ysgolion ei gilydd. O ganlyniad, daw athrawon yn fwy ymwybodol o'r ffordd y mae pob ysgol yn ymdrin ag ABCh. Mae'n eu helpu i gynllunio ar gyfer dilyniant mewn addysg rhyw a pherthynas disgyblion, wrth iddynt

symud ymlaen i ysgol uwchradd, ac i nodi a chasglu gwybodaeth berthnasol ynghylch disgyblion unigol cyn iddynt drosglwyddo i flwyddyn 7.

31 Yn aml, bydd ysgolion cyfun yn cynnal rhaglenni pontio blynyddol yn ystod tymor yr haf ar gyfer disgyblion blwyddyn 6. Yn yr enghreifftiau gorau, nid ydynt yn canolbwyntio ar bynciau yn unig, ond hefyd yn cynnwys ffocws ar agweddau ar ABCh, gan gynnwys addysg rhyw a pherthynas. Mae athrawon uwchradd yn cyflwyno'r agwedd hon ar y rhaglen bontio drwy ddefnyddio'r fethodoleg 'amser cylch' a'r un adnoddau a ddefnyddir gan yr ysgol gynradd. Mae disgyblion blwyddyn 7 hefyd yn ymweld â disgyblion blwyddyn 6 yn eu hysgolion i ateb unrhyw gwestiynau a chynnig sicrwydd iddynt ynghylch eu hysgol newydd.

32 Mae'r AALlau sydd ag ymgynghorwyr ABCh arbenigol yn cynnal digwyddiadau hyfforddi rheolaidd i athrawon. Sefydlodd yr ymgynghorwyr hyn weithgor o athrawon a gweithwyr iechyd proffesiynol yn eu hawdurdodau i adolygu a diwygio'u polisïau a'u harweiniad i ysgolion mewn ymateb i Gylchlythyr 11/02. Mewn AALlau sydd heb ymgynghorwyr ABCh penodol fodd bynnag, mae'n bosibl nad yw ysgolion yn derbyn digon o gyngor a chefnogaeth ar gyfer ABCh yn gyffredinol ac ar gyfer addysg rhyw a pherthynas yn arbennig. Mae ysgolion yn derbyn rhybudd am gyrsiau sydd ar gael drwy ddarparwyr eraill, ond nifer fach o athrawon sy'n gallu mynychu'r cyrsiau hyn. Y prif reswm a roddir gan ysgolion am hyn yw pwysau cyllid.

Cysylltiadau â gweithwyr iechyd proffesiynol ac asiantaethau gwirfoddol

33 Cyflwynir agweddau ar y rhaglen addysg rhyw a pherthynas gan dimau gofal iechyd lleol mewn mwy a mwy o ysgolion cynradd. Ymysg y personél arbenigol mae:

- gweithwyr cymdeithasol;
- nyrsys;
- meddygon; a
- gweithwyr iechyd meddwl fel seicolegwyr addysg a seiciatryddion.

34 Mae gweithwyr proffesiynol o'r fath yn defnyddio gweithgareddau fel chwarae rôl i nodi pa ddisgyblion blwyddyn 6 all ddylanwadu ar eraill, pa rai sydd â lefelau isel o hunan-barch neu pwy sydd angen cymorth ac arweiniad o ran eu perthynas. Gall ysgolion ddilyn a monitro'r disgyblion hyn wrth iddynt symud i ysgolion uwchradd a chynnig cefnogaeth barhaus a pherthnasol fel y bo'r angen. Mae ysgolion sy'n mabwysiadu'r ymagwedd hon yn adrodd ei fod yn arwain at ostyngiad yn nifer y disgyblion ysgol uwchradd sydd â phroblemau o ran ymddygiad neu broblemau emosiynol.

35 Mae asiantaethau o'r tu allan yn helpu pob un o'r ysgolion y bu AEM yn ymweld â hwy i gefnogi a chyflwyno eu rhaglenni addysg rhyw a pherthnasedd. Mae ysgolion wedi cynnwys gweithwyr proffesiynol o wasanaeth nyrsio'r ysgol a chynrychiolwyr o gwmnïau hylendid benywaidd yn eu darpariaeth addysg rhyw a pherthynas am nifer o flynyddoedd. Mae mwy a mwy o ysgolion bellach yn gweithio'n effeithiol iawn gydag addysgwyr iechyd rhywiol, gweithwyr iechyd rhywiol ymestynnol, gweithwyr mynediad ieuenctid a chwmnïau theatr mewn addysg. Mae disgyblion yn gwerthfawrogi mewnbwn gweithwyr proffesiynol heblaw am athrawon ac yn ystyried bod eu cyngor a'u cefnogaeth yn effeithiol iawn.

6. Enghreifftiau o arfer dda

Mae'r canlynol oll yn enghreifftiau da o weithio gyda'r gymuned ehangach yn effeithiol, fel y mae Adran 5 y Cylchlythyr yn ei argymell.

Cyfranogiad disgyblion a rhieni

36 Mewn un ysgol gynradd, roedd disgyblion a rhieni helpodd i lunio polisi'r ysgol. Cynhaliwyd cyfarfod ar ôl ysgol i'r rhieni gael trafod sut y byddai'r polisi'n gweithio'n ymarferol ac i weld yr adnoddau addysgu. Roedd y cyfarfod hwn yn cynnwys trafodaeth am addysgu materion sensitif fel tueddfryd rhywiol, ac am hawl rhieni i dynnu eu plant allan o wersi addysg rhyw a pherthynas. Roedd y rhieni hefyd derbynodd arweiniad ynghylch sut i drafod rhyw a pherthynas gyda'u plant ac i wneud cysylltiadau â'r hyn y mae'r disgyblion yn dysgu yn yr ysgol.

37 Cynhaliodd un ysgol gyfun seminar ar addysg rhyw a pherthynas, lle y trafododd a chytunodd y chweched dosbarth ar y pynciau canlynol hyn:

- iaith briodol a derbyniol a'r hyn sy'n amhriodol neu'n annerbyniol;
- cynnwys y rhaglen a'r amser gorau i'w haddysgu;
- agweddau cyfreithiol; a'r
- dulliau cyflwyno mwyaf priodol.

Mae disgyblion y chweched dosbarth eisoes yn cymryd rhan mewn mentora cyfoedion fel rhan o'r rhaglen camddefnyddio sylweddau. Mae hwn yn effeithiol iawn, a hoffai'r myfyrwyr ymestyn hwn i addysg rhyw a pherthynas. Fodd bynnag, nid yw gofynion Blwyddyn 12 yn caniatáu digon o amser i wneud hyn. Mae disgyblion Blwyddyn 10, sy'n gallu canfod amser yn haws nag y gall Blwyddyn 12, ar hyn o bryd yn derbyn hyfforddiant drwy 'Childline' i weithio fel gwasanaeth gwrando.

38 Mewn un AALl, mae'r holl ysgolion cyfun yn defnyddio rhaglen Added Power And Understanding in Sex Education (APAUSE) i gyflwyno addysg rhyw a pherthynas. Mae APAUSE yn seiliedig ar addysg cyfoedion, lle mae disgyblion hŷn sydd wedi derbyn hyfforddiant nid yn unig yn cyflwyno'r elfen o wybodaeth, ond hefyd yn arwain trafodaethau ynglŷn ag agweddau a gwerthoedd. Mae'r rhaglen hon yn hybu agweddau cadarnhaol perthynas, yn emosiynol ac yn gorfforol. Ei nod yw cynyddu goddefgarwch, parch a chyd-ddealltwriaeth, gwella gwybodaeth am risgiau a gwrthsefyll mythau, gwella defnydd effeithiol o ddulliau atal cenhedlu gan bobl ifanc yn eu harddegau sydd eisoes yn cael rhyw a chynnig sgiliau effeithiol i'r rheiny sy'n dymuno gwrthsefyll pwysau digroeso.

Partneriaethau

39 Mae ffigurau beichiogrwydd ymysg merched yn eu harddegau mewn un ysgol mewn awdurdod lleol yn Ne Ddwyrain Cymru yn uchel. Mae llawer o ferched yn dioddef o ddiffyg hunan-barch. Mae'n rhan o ddiwylliant yr ardal bod merched yn cael eu babanod yn ifanc, a bod eu mamau hwy yn chwarae rôl flaenllaw wrth ofalu am y plentyn. Mae holiaduron rhieni yn dangos bod rhieni'n awyddus i'r ysgol roi gwybodaeth iddynt am addysg rhyw a pherthynas, gan eu bod yn teimlo bod eu gwybodaeth eu hunain yn hen.

40 Crêd yr ysgol fod ABCh yn ganolog i'r ysgol, a bod yn rhaid ei haddysgu ar draws y cwricwlwm. Er hynny, penderfynasant y byddai tiwtoriaid dosbarth yn ategu hyn drwy gynnal awr o diwtorial ABCh ffurfiol bob pythefnos. Caiff materion sensitif eu haddysgu gan dîm pwrpasol, sy'n deillio o'r 10 athro ar banel ABCh yr ysgol. Mae gan bob grŵp blwyddyn lyfryn tiwtorial da ar gyfer athrawon a disgyblion. Mae gan bob llyfryn blwyddyn ganolbwynt ar berthnasoedd, sy'n cael ei addysgu gan athrawon o'r panel ABCh.

41 Mae gan yr ysgol bartneriaethau hir sefydledig ag asiantaethau eraill. Mae cydlynydd Iechyd a Lles y GIG yn gweithio'n effeithiol ar ffyrdd o fyw iach ac egnïol, ac mae'r heddlu'n gwneud cyfraniad gwerthfawr iawn at addysg am gamddefnyddio sylweddau ac ar ddiogelwch personol. Cyfrannodd yr heddlu at raglen diwrnod o weithdai ABCh ar gyfer Blwyddyn 10 ar nifer o faterion.

Cyngor ar atal cenhedlu (1)

42 Mae gweithiwr mynediad ieuenctid wedi ei leoli yn yr un ysgol yn Ne Ddwyrain Cymru. Mae wedi derbyn hyfforddiant llawn gan yr AALl ar addysg rhyw a pherthynas, ac mae hefyd yn aelod o banel ABCh yr ysgol. Mae ganddo rôl fel cynghorydd ar nifer o faterion, ac mae'n cael ei barchu gan staff a chan ddisgyblion. Cynhelir sesiynau 'galw heibio' gan weithiwr ymestynnol rhyw ar ddydd Llun.

43 Cynhelir cynllun gan yr AALl, ac a ariennir gan LlCC, sy'n caniatáu i unrhyw berson ifanc yn eu harddegau fynd i'r clwb ieuenctid gyda'r nos, i dderbyn sesiwn gynghori fer ynghylch perthynas a dulliau atal cenhedlu ac i gael cyfarpar atal cenhedlu am ddim. Cedwir rhestr o'u henwau, a gwneir cofnod bob tro y maent yn derbyn cyfarpar offer cenhedlu. Mae nifer o ddisgyblion yn teimlo'n anghysurus ynghylch mynd i'r Clwb Ieuenctid pan fydd ar agor ar gyfer gweithgareddau eraill oherwydd eu bod o'r farn nad yw'n ddigon preifat. Wrth ymateb i'r pryderon hyn, mae'r gweithiwr mynediad ieuenctid a'r gweithiwr ymestynnol rhyw bellach yn agor y clwb ieuenctid yn syth ar ôl ysgol un diwrnod yr wythnos i gynnig yr un gwasanaeth.

44 Un diwrnod y flwyddyn, mae'r ysgol yn cynnal 'Diwrnod DNA' (Diwrnod 'Drugs 'N Alcohol') ar gyfer disgyblion Blwyddyn 10. Mae hyn yn ymdrin â nifer o faterion personol a sensitif. Mae ystod o arbenigwyr allanol, y mae'r disgyblion yn eu hadnabod, yn cynnal sesiynau gweithdy ar bynciau fel rhoi'r gorau i smygu, cyffuriau ac alcohol, iechyd rhywiol a byw'n iach.

45 Mae'r ysgol hefyd yn cynnal rhaglen ddeuddydd 'Go Girls' ar gyfer grŵp o ddisgyblion Blwyddyn 10 sydd wedi'u dadrithio. Disgyblion sydd wedi'u dadrithio neu sy'n agored i niwed sy'n mynychu'r cwrs, sy'n canolbwyntio ar ddatblygu hunan-barch. Bu ymateb y merched cystal, fel bod yr ysgol bellach yn cynllunio cwrs 'Go Boys' cyfochrog.

Cyngor ar atal cenhedlu (2)

46 Mewn awdurdod lleol arall yn Ne Ddwyrain Cymru, mae'r bwrdd iechyd lleol wedi rhoi hyfforddiant ar ddulliau atal cenhedlu sylfaenol i bob ysgol uwchradd. Mae'r hyfforddiant hwn yn dilyn arweiniad newydd LlCC. Mae pob athro yn derbyn adnodd addysgu ar gynllunio teulu, am ddim, pan fyddant wedi cwblhau'r

hyfforddiant. Mae'r AALl hefyd yn cyflogi Gweithiwr Allgymorth Iechyd Rhywiol ac Addysgwr Iechyd Rhywiol, fel yn yr enghraifft gyntaf. Mae'r ddau awdurdod hyn yn rhan o Awdurdod Iechyd Gwent gynt.

47 Gall disgyblion gael cyfarpar atal cenhedlu am ddim drwy'r Clinig Cynllunio Teulu lleol. Ni sefydlwyd hwn fel clinig i bobl ifanc, ond mae'r trigolion yn gyffredinol bellach yn tueddu i fynychu ar ddechrau'r prynhawn, â disgyblion yn mynychu rhwng 3 a 5pm.

48 Cynhaliodd yr ysgol ddau arolwg ymddygiad sy'n gysylltiedig ag iechyd ar gyfer yr ysgol gyfun a'r ysgolion cynradd sy'n ei bwydo, ac y mae Prifysgol Caerwysg yn eu dadansoddi. Anfonir y canlyniadau at bob ysgol. Bu hyn yn amhrisiadwy wrth nodi anghenion disgyblion ar gyfer ystod o faterion.

49 Mae'r ysgol yn rhoi 'Llyfr Bach Melyn' i bob disgybl ar ddiwedd Blwyddyn 9. Mae hwn yn cynnwys yr holl wybodaeth a chysylltiadau a all fod eu hangen gan ddisgyblion. Mae'r llyfryn yn llai na maint cerdyn credyd, a gellir ei gadw'n hawdd mewn pwrs. Mae'r rhain wedi cael eu croesawu. Dim ond un ohonynt wedi'i daflu i ffwrdd y mae'r pennaeth ABCh erioed wedi ei ddarganfod.

Cefnogaeth drwy anfon negeseuon tecst ar ffonau symudol

50 Yn un o ysgolion Gorllewin Cymru, mae gan bob disgybl gerdyn sy'n cynnwys manylion ffôn symudol lle gallant gael cyngor a chefnogaeth. Dwy nyrs sy'n rhedeg y llinell gymorth. Mae'r disgyblion yn anfon tecst â'u rhif ffôn symudol eu hunain a bydd y nyrsys yn eu galw nhw i drafod problem y disgybl. Rhoddodd Llywodraeth Cynulliad Cymru grant o £500 i brynu'r ffonau ac i dalu'r biliau. Defnyddiodd hanner cant o ddisgyblion y gwasanaeth yn ystod tri mis un tymor. Mae'r gwasanaeth yn cynnig amrywiaeth o gyngor, rhywfaint ohono'n ymwneud â rhyw a pherthynas.

51 Hefyd, mae dau weithiwr allgymorth wedi eu lleoli yn yr ysgol (ac un yn yr ysgolion cynradd sy'n ei bwydo) sy'n ymdrin â phroblemau'r disgyblion. Gall y rhain fod yn gysylltiedig ag ymddygiad, presenoldeb, unrhyw wrthdaro yn yr ysgol neu adref, profedigaeth, neu ryw a pherthynas.