

Centre of  
expertise  
on child  
sexual abuse

# Cyfathrebu gyda rhieni a gofalwyr

Canllaw i weithwyr proffesiynol ym  
maes addysg pan fo pryderon am  
gam-drin rhywiol neu ymddygiad



Tachwedd 2022



## Gair am y Ganolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol (Canolfan CPRh)

Ein nod cyffredinol yw lleihau effaith cam-drin plant yn rhywiol drwy atal ac ymateb gwell, fel bod plant yn gallu byw'n rhydd o fygythiad a niwed cam-drin rhywiol.

### Pwy ydym ni

Rydym yn dîm aml-ddisgyblaeth, wedi ein hariannu gan y Swyddfa Gartref a'n gweinyddu gan Barnardo's. Gweithiwn yn agos â phartneriaid allweddol o sefydliadau academaidd, awdurdodau lleol, iechyd, addysg, yr heddlu a'r sector gwirfoddol.

### Ein nodau

Y nodau y gweithiwn i'w cyrraedd yw:

- cynyddu'r flaenoriaeth a roddir i gam-drin plant yn rhywiol, drwy wella dealltwriaeth o'i raddfa a'i natur
- sicrhau bod mwy'n cael ei wneud i adnabod ac ymateb yn well i blant a phobl ifanc sydd wedi eu cam-drin yn rhywiol
- galluogi tarfu ac atal cam-drin plant yn rhywiol yn fwy effeithiol, drwy well dealltwriaeth o ymddygiad/parhad sy'n cam-drin yn rhywiol.

### Yr hyn a wnawn

Rydym yn ceisio cyflwyno'r newidiadau hyn drwy:

- cynhyrchu a rhannu gwybodaeth am raddfa a natur cam-drin plant yn rhywiol, a'r ymateb iddo
- mynd i'r afael â bylchau mewn gwybodaeth drwy rannu ymchwil a thystiolaeth
- darparu hyfforddiant a chymorth i weithwyr proffesiynol ac ymchwilwyr sy'n gweithio yn y maes
- ymgysylltu â pholisi a dylanwadu arno.

Am fwy o wybodaeth am ein gwaith, ewch i'n gwefan yn: [www.csacentre.org.uk](http://www.csacentre.org.uk) 

*Ysgrifennwyd y canllaw hwn gan Diana Parkinson o'r Ganolfan CPRh, a chafodd ei addasu ar gyfer gweithwyr proffesiynol ym maes addysg gan Lorraine Myles o'r Ganolfan CPRh.*

# Cynnwys

<b>Cyflwyniad.....</b>	<b>5</b>
Beth yw nod y canllaw hwn?.....	5
Diffiniadau ac iaith a ddefnyddir yn y canllaw hwn .....	6
<b>1. Pam y mae ar rieni angen cefnogaeth.....</b>	<b>8</b>
Pan fydd eu plentyn wedi cael ei gam-drin yn rhywiol.....	8
Pan fydd eu plentyn wedi niweidio rhywun arall yn rhywiol.....	9
<b>2. Cyfathrebu â rhieni y mae eu plentyn wedi cael ei gam-drin yn rhywiol.....</b>	<b>10</b>
Cam-drin rhywiol mewn ysgolion.....	11
Cam-drin rhywiol y tu allan i amgylchedd yr ysgol .....	12
Cam-drin rhywiol sy'n parhau .....	13
<b>3. Cyfathrebu â rhieni y mae eu plentyn wedi arddangos ymddygiad</b>	
<b>rhywiol niweidiol.....</b>	<b>14</b>
Ymatebion cychwynnol .....	14
Darparu cefnogaeth barhaus .....	15
<b>4. Cyfathrebu â rhieni mewn sefyllfaoedd penodol.....</b>	<b>17</b>
Materion crefyddol neu ddiwylliannol.....	17
Rhwysrau ieithyddol.....	17
Cam-drin domestig .....	18
Anabledau/anawsterau dysgu.....	18
<b>5. Helpu rhieni i gael rhagor o gefnogaeth.....</b>	<b>19</b>
Sefydliadau sy'n cefnogi rhieni .....	19
Adnodau i rieni .....	22
<b>6. Gofalu am eich anghenion eich hun .....</b>	<b>26</b>
Gofalu am eich lles.....	26
Sefydliadau sy'n darparu cymorth .....	26
Adnoddau i'ch helpu yn eich gwaith .....	27
<b>Dogfennau cyfeiriol .....</b>	<b>28</b>
<b>Atodiad 1: Canllawiau Llywodraeth .....</b>	<b>34</b>

# Cyflwyniad

## Beth yw nod y canllaw hwn?

Datblygwyd y canllaw hwn i helpu timau diogelu a staff addysg ehangach i siriad â nhw a darparu ymateb cefnogol i rieni pan fydd pryderon ynglŷn â cham-drin plant yn rhywiol wedi cael eu codi, neu pan fydd cam-drin o'r fath wedi ei nodi.

Mae'n ymdrin â sefyllfaoedd lle mae eu plentyn wedi cael ei gam-drin yn rhywiol gan oedolyn neu oedolion, neu wedi profi ymddygiad rhywiol niweidiol yn cael ei arddangos gan blentyn neu blant eraill; gallai'r gamdriniaeth neu'r ymddygiad hwn fod wedi digwydd yn yr ysgol neu y tu allan i amgylchedd yr ysgol. Mae hefyd yn cynnig cyngor ar gyfathrebu â rhieni a chefnogi y mae eu plentyn wedi arddangos ymddygiad rhywiol niweidiol.

Nod y canllaw yw eich helpu i ddeall mwy ynglŷn â sut y mae cam-drin plant yn rhywiol yn effeithio ar rieni a'u plant, er mwyn i chi allu eu cefnogi'n effeithiol. Mae'n edrych ar effaith cam-drin plant yn rhywiol sy'n digwydd mewn gwahanol gyd-destunau, a sut y gall camdriniaeth o'r fath effeithio ar deuluoedd yn wahanol. Mae'n egluro pam y mae angen i rieni gael ymateb cefnogol gan ysgol/coleg eu plentyn, a beth mae hyn yn ei olygu. Ac mae'n darparu manylion adnoddau a ffynonellau cefnogaeth a allai fod yn ddefnyddiol i chi a'r rhieni rydych yn gweithio gyda nhw.

Mae argraffiad 2022 o **[Keeping Children Safe in Education](#)**, canllawiau statudol yr Adran Addysg ar gyfer Lloegr, yn cynnwys cyngor ar 'drais rhywiol ac aflonyddu rhywiol rhwng plant mewn ysgolion a cholegau' a oedd yn arfer cael eu cyhoeddi ar wahân. Mae'r canllaw nawr yn nodi'n benodol sut y dylai ysgolion weithio gyda rhieni a gofalwyr, a chyda phlant eraill (gweler **[Atodiad 1](#)**).

Cefnogir argraffiad 2022 o ganllawiau statudol Llywodraeth Cymru, **[Cadw Dysgwyr yn Ddiogel](#)**, gan ganllawiau ymarfer pellach sy'n cynnwys **[Canllawiau Ymarfer Cymru Gyfan – Diogelu Plant lle mae Pryderon ynghylch Ymddygiad Rhywiol Niweidiol](#)**; mae'r canllawiau hyn yn cynnwys gwybodaeth ynglŷn â sut i ddeall beth yw ymddygiad rhywiol niweidiol ymhlith plant, gan gynnwys ymddygiad rhywiol niweidiol ar-lein.

Mae'r canllaw hwn yn ceisio cefnogi gweithwyr proffesiynol ym maes addysg i weithredu canllawiau statudol Adran Addysg Lloegr a Llywodraeth Cymru tra hefyd yn ystyried angen ehangach rhieni am gefnogaeth. Mae wedi'i addasu o *Cefnogi Rhieni a Gofalwyr: Canllaw i'r rhai sy'n Gweithio gyda Theuluoedd y mae Cam-drin Plant yn Rhywiol yn Effeithio arnynt*. Rydym hefyd wedi cynhyrchu dau adnodd arall i ysgolion a allai fod yn ddefnyddiol i chi.

- **[Cyfathrebu â Phlant: Canllaw i Weithwyr Proffesiynol ym Maes Addysg Pan fo Pryderon am Gam-drin Rhywiol neu Ymddygiad](#)**
- **[Cynllunio Diogelwch mewn Addysg: Canllaw i Weithwyr Proffesiynol yn Rhoi Cymorth i Blant yn dilyn Digwyddiad o Ymddygiad Rhywiol Niweidiol](#)**

Er mwyn sicrhau bod y canllaw hwn yn hawdd ei ddarllen, rhestrir ffynonellau gwybodaeth yn yr adran **[Dogfennau cyfeiriol](#)** yn hytrach na'u nodi yn y testun. Hoffem hefyd ddiolch i Joe Dove o SWIFT, Gwasanaethau Plant Dwyrain Sussex, am ganiatáu i ni ddefnyddio cynnwys a datblygwyd ganddo ef yn lleol.

Sylwer bod y canllaw hwn yn ymwneud â'ch cyswllt/perthynas â rhieni lle maen nhw wedi rhoi gwybod bod plentyn yn cael ei gam-drin yn rhywiol neu lle rydych chi wedi nodi pryderon y mae angen eu rhannu â rhieni. **Nid yw'n ymwneud â chamau diogelu pan fydd gennych chi bryderon bod plentyn yn cael ei gam-drin yn rhywiol, neu wedi cael ei gam-drin yn rhywiol.**

Os oes gennych bryderon bod plentyn yn eich ysgol yn cael ei gam-drin yn rhywiol, dylech:

- ystyried unrhyw gamau y mae angen eu cymryd yn ddi-oed i'w ddiogelu rhag yr unigolyn neu'r bobl a allai fod yn ei gam-drin neu sydd wedi ei gam-drin
- cyfeirio'r plentyn i sylw gofal cymdeithasol plant neu gysylltu â'r heddlu lle bo'n briodol.

## Diffiniadau ac iaith a ddefnyddir yn y canllaw hwn

Mae'r canllaw hwn yn ymwneud â gweithio gyda rhieni a gofawyr 'nad ydynt yn cam-drin'. Drwy hyn rydym yn golygu rhieni a gofawyr – yn cynnwys rhieni biolegol, llys-rieni, rhieni mabwysiadol, rhieni maeth a pherthnasau eraill a allai fod yn brif ofalwr y plentyn, fel neiniau a theidiau – nad ydynt wedi ymwneud â cham-drin eu plentyn, er y gallent fod wedi dod i sylw asiantaethau cyn hyn am resymau eraill. Er mwyn cadw pethau'n syml, byddwn yn cyfeirio at y grŵp hwn fel '**rhieni**' a byddwn yn nodi fel arall pan fyddwn yn golygu rhywbeth gwahanol. Defnyddiwn y term **cyd-riant** wrth gyfeirio at riant sydd wedi gwahanu neu ysgaru oddi wrth y rhiant arall.

Am yr un rheswm, yn gyffredinol defnyddiwn y term '**plentyn**' i olygu unrhyw un dan 18 oed. Fodd bynnag, mae'n bwysig cofio y gall plant yn eu harddegau, yn ogystal â phlant iau, gael eu cam-drin yn rhywiol.

Defnyddiwn '**ysgol**' i gyfeirio at fan dysgu plentyn, boed yn ysgol neu goleg.

Rydym wedi dewis osgoi rhai termau sydd weithiau'n cael eu deall yn wahanol neu sy'n teimlo'n anghyfforddus i rai pobl:

- Yn lle 'drwgweithredwr', 'camdriniwr' neu 'gamdriniwr rhyw', siaradwn (mewn perthynas ag oedolion) am y **person sydd wedi cam-drin y plentyn yn rhywiol**, boed ar-lein neu drwy gam-drin cyswllt.
- Yn lle 'cam-drin gan rywun cyfoed' neu 'gam-drin rhwng cyfoedion' dan 18 oed, siaradwn am **ymddygiad rhywiol niweidiol a arddangosir gan blentyn arall**.
- Yn lle 'datgelu camdriniaeth', cyfeiriwn at **ddweud wrth rywun** neu roi gwybod am gamdriniaeth.

### Beth yw cam-drin plant yn rhywiol?

Mae **Cynllun Gweithredu Cenedlaethol: Atal ac Ymateb i Gam-drin Plant yn Rhywiol**  Llywodraeth Cymru yn 2019 yn diffinio cam-drin plant yn rhywiol fel:

... gorfodi neu ddenu plentyn i gymryd rhan mewn gweithgareddau rhywiol, waeth a yw'r plentyn yn ymwybodol o'r hyn sy'n digwydd neu beidio, gan gynnwys: cyswllt corfforol, gan gynnwys gweithrediadau treiddgar neu weithrediadau nad ydynt yn dreiddgar; gweithgareddau heb gyswllt, fel ymhél plant i edrych ar, neu gymryd rhan mewn, cynhyrchu deunydd pornograffig neu wyllo gweithgareddau rhywiol neu annog plant i ymddwyn mewn ffyrdd rhywiol annerbyniol.

Mae'r Adran Addysg yn Lloegr yn defnyddio diffiniad tebyg yn ei chanllawiau yn 2018 **Working Together to Safeguard Children** , sy'n ychwanegu:

Gall cam-drin rhywiol ddigwydd ar-lein, a gellir defnyddio technoleg i hwyluso cam-drin all-lein. Nid oedolion gwrywaidd yn unig sy'n cyflawni gam-drin yn rhywiol. Gall menywod hefyd gam-drin plant yn rhywiol, ynghyd â phlant eraill.

## Beth yw ymddygiad rhywiol niweidiol?

Mae'n bwysig cofio bod rhai mathau o ymddygiadau rhywiol yn rhan o ddatblygiad rhywiol normal ac iach mewn plant. Mae'r Athro Simon Hackett wedi datblygu continwwm i ddisgrifio ymddygiad rhywiol gan blant:

- **Normal** – gyda chonsensws, cydgytundeb, yn ddwyochrog a disgwyledig i'w datblygiad, gan rannu penderfyniadau.
- **Amhriodol** – digwyddiadau untro'n unig; fel arfer gyda chonsensws, yn ddwyochrog a derbyniol mewn grŵp cyfoed, ond efallai mewn cyd-destun amhriodol.
- **Problematic** – efallai'n gymdeithasol annisgwyl, datblygiadol anghyffredin, a diatal, ond heb elfen o fictimeiddio; efallai'n unochrog neu heb bŵer cyfartal.
- **Camdriniol** – ymwthiol, gyda bwriad neu ganlyniad sy'n fictimeiddio; yn aml gydag elfen o fod yn ddichellgar, cam-ddylanwadu, neu ddiffyg caniatâd.
- **Treisgar** – ymwthiol iawn ac efallai ag elfen o sadistiaeth.

Mae'r continwwm yn cydnabod bod adegau pan fydd ymddygiad rhywiol plentyn yn peri pryder. Yn ei gyfraniad i'r llyfr [\*Children Behaving Badly?\*](#), mae Hackett yn galw hyn yn 'ymddygiad rhywiol niweidiol', gan ei ddiffinio fel:

Ymddygiadau rhywiol a fynegir gan blant a phobl ifanc dan 18 oed, sy'n ddatblygiadol amhriodol, a allai fod yn niweidiol tuag at yr unigolyn ei hun neu at eraill, neu yn gamdriniol tuag at blentyn, person ifanc neu oedolyn arall.

Os bydd plant cyn y glasod yn arddangos ymddygiad rhywiol nad yw'n 'normal', mae'n fwy tebygol o fod yn *amhriodol* neu'n *problematic* nag yn *gamdriniol* neu *treisgar*. Gallai plant ifanc fod yn ailadrodd camdriniaeth y maent wedi ei phrofi eu hunain ('acting out'), neu'n ymateb i drawma neu esgeulustod arall; mewn rhai sefyllfaoedd, mae'n bosibl y byddant yn defnyddio ymddygiad rhywiol fel estyniad o fwlio. Cyfeirir at ymddygiad plant ifanc iawn yn aml fel 'ymatebol rhywiol'; dylech bob amser ystyried a yw'r plentyn ei hun wedi cael ei gam-drin yn rhywiol.

Yr ardegau cynnar yw'r cyfnod brig ar gyfer achosion o ymddygiad rhywiol niweidiol, sy'n cael ei arddangos gan fechgyn yn bennaf. Mae rhai gwahaniaethau rhwng bechgyn a merched: mae merched sy'n arddangos ymddygiad rhywiol niweidiol yn tueddu i wneud hynny pan maent yn iau na bechgyn. Er hyn, mae'n bwysig cydnabod bod ymddygiad rhywiol niweidiol yn gallu digwydd mewn perthnasoedd o'r un rhyw ar gyfer bechgyn a merched, ac y gall gael ei arddangos gan y rhai sy'n ystyried eu hunain yn drawsryweddol neu anneuaid.



# Pam y mae ar rieni angen cefnogaeth

## Pan fydd eu plentyn wedi cael ei gam-drin yn rhywiol

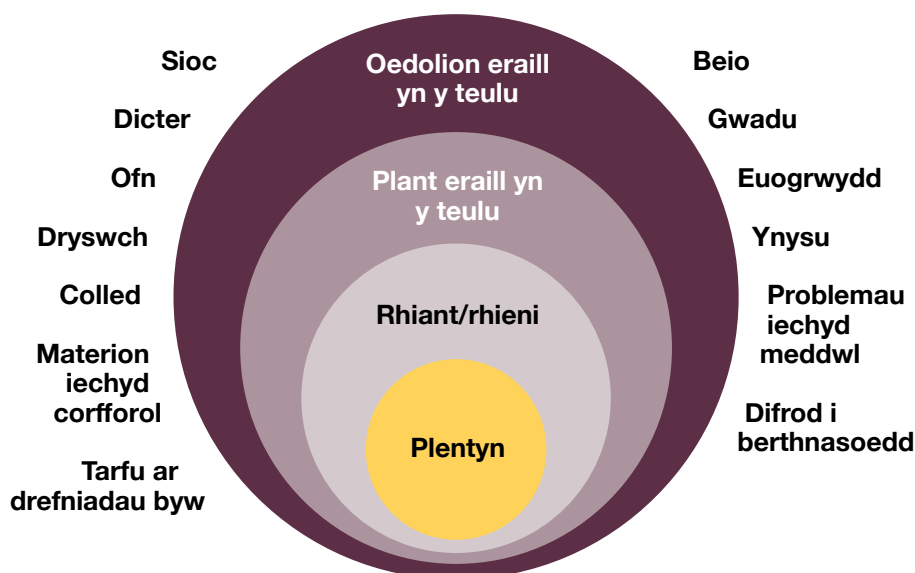
Mae darganfod y gallai eu plentyn fod wedi cael ei gam-drin yn rhywiol yn un o'r digwyddiadau mwyaf dychrynlyd y gall rhiant ei brofi.

Mae rhieni yn y sefyllfa hon yn debygol o gael eu llethu gan sioc, dicter, dryswch ac anghrediniaeth, ac efallai y byddant yn ei chael yn arbennig o anodd i ddod i delerau â'r hyn sydd wedi digwydd pe bai'r gamdriniaeth wedi'i chyflawni gan eu partner neu aelod arall o'r teulu.

Os yw'r plentyn eisoes yn agored i niwed (o ganlyniad i gam-drin domestig, anabledau, salwch meddwl neu gamddefnyddio sylweddau, er enghraifft), gall ei iechyd a'i les ddioddef ymhellach.

Efallai y bydd hyn yn effeithio ar berthnasoedd rhieni â'r plentyn sydd wedi cael ei gam-drin, eu plant eraill, eu teulu ehangach a'u ffrindiau.

Gall effaith dysgu am y gamdriniaeth fod yn enfawr ac yn gymhleth, yn y tymor byr ac yn y tymor hir.



Mae bod yn gefnogol i rieni yn y sefyllfa hon yn hanfodol oherwydd gall eu helpu i:

- gefnogi eu plentyn yn ei dro, gan leihau effaith y gamdriniaeth ar y plentyn
- annog a helpu eu plentyn i ymgysylltu â gweithwyr proffesiynol a chael mynediad at wasanaethau
- amddiffyn eu plentyn rhag camdriniaeth bellach.

**Mae ar rieni angen cefnogaeth er mwyn iddynt allu amddiffyn a chefnogi eu plentyn.**



## Pan fydd eu plentyn wedi niweidio rhywun arall yn rhywiol

Efallai y bydd rhieni sy'n darganfod bod eu plentyn wedi niweidio rhywun arall yn rhywiol yn profi teimladau o:

- fethiant
- sioc a gwadu
- euogrwydd, cywilydd a bai
- ynysu a stigma
- colled a galar
- dryswch/ansicrwydd am ryw a pherthnasoedd
- cael eu llethu
- bod allan o reolaeth ac yn ddi-rym, yn enwedig pan fydd gweithwyr proffesiynol yn ymwneud â'r achos.

Drwy ofyn i'r rhiant/rhieni sut maen nhw'n teimlo a chydabod pa mor anodd yw'r sefyllfa iddyn nhw, gallwch eu helpu i reoli'r teimladau hynny a theimlo eu bod yn cael eu cefnogi. Os ydych yn ymatal rhag barnu eu plentyn, bydd hyn yn helpu i leihau unrhyw euogrwydd a chywilydd y gallent fod yn ei deimlo, a bydd siarad am yr hyn y mae angen iddo ddigwydd yn eu helpu i deimlo eu bod yn cael eu cynnwys yn y broses o reoli'r sefyllfa.



# 2.

## Cyfathrebu â rhieni y mae eu plentyn wedi cael ei gam-drin yn rhywiol

Pan ddarganfyddir, neu pan fydd amheuaeth, bod plentyn wedi cael ei gam-drin yn rhywiol, mae'n bwysig bod y rhiant/rhieni yn gwybod sut y mae'r ysgol yn bwriadu cefnogi'r plentyn.

Bydd rhywfaint o'r gefnogaeth hon yn dibynnu ar gyd-destun y gamdriniaeth (e.e. a yw wedi digwydd yn yr ysgol ynteu y tu allan i'r ysgol), ac mae rhan olaf y bennod hon yn cynnwys canllawiau ar gefnogaeth sy'n berthnasol i'r gwahanol gyd-destunau hyn – ond mae rhai camau cyffredinol y gall ysgolion eu cymryd i gefnogi rhiant/rhieni unrhyw blentyn sydd wedi cael ei gam-drin yn rhywiol neu a allai fod wedi cael ei gam-drin yn rhywiol.

Weithiau mae gweithwyr proffesiynol ym maes addysg yn ei chael hi'n anodd i wneud synnwyr o bryderon ynglŷn â cham-drin plant yn rhywiol, yn enwedig os ydynt wedi gweld y sawl sy'n cael ei amau o niweidio'r plentyn o'r blaen (boed yn blentyn arall neu'n oedolyn) mewn ffordd gadarnhaol. Mae'n bwysig rhoi unrhyw ryngweithiadau blaenorol rydych wedi eu cael o'r neilltu, a gweithredu'n gefnogol bryd hyn tuag at rieni'r plentyn (nad ydynt yn cam-drin) – er mwyn diwallu eu hanghenion hwy eu hunain, a hefyd er mwyn eu helpu i amddiffyn a chefnogi eu plentyn (ac unrhyw blant eraill yn y teulu) tra'n dod i delerau â'r gamdriniaeth.

Efallai y bydd y rhiant/rhieni yn gwerthfawrogi gwybod bod yr ysgol wedi rhoi rhai strategaethau cefnogol yn eu lle, a allai gynnwys:

- caniatáu i'r plentyn ddefnyddio arwydd cynnil (e.e. cerdyn) er mwyn iddo allu dangos i athro/athrawes bod arno angen amser allan neu bod arno angen mynd at berson diogel neu i le diogel
- caniatáu i'r plentyn ffonio adref os yw'n teimlo'n orbryderus neu'n ofidus
- ystyried angen y plentyn am breifatrwydd – er enghraifft, ni fydd staff ysgol yn atgoffa'r plentyn am apwyntiad os gall myfyrwyr eraill glywed.

Efallai y bydd y rhiant/rhieni hefyd yn gwerthfawrogi gwybod y gallant gefnogi eu plentyn drwy:

- helpu'r plentyn i benderfynu gyda pha gyfoedion (os o gwbl) y mae am siarad, beth i'w ddweud wrthynt, a phryd
- ei atgoffa pa staff yn yr ysgol sy'n gwybod am ei sefyllfa, ac at ba rai y gall fynd os bydd arno eisiau siarad â rhywun neu os bydd yn teimlo'n ofidus
- gwneud 'blwch tawelu' i'r plentyn (e.e. eitemau y gall eu cadw yn ei boced a'u tynnu o'i boced i gael cysur)
- adolygu ei amserlen i nodi gwersi neu adegau llai strwythuredig yn ystod yr wythnos a allai fod yn anodd iddo.

Bydd angen i staff yr ysgol a'r rhiant/rhieni fod yn ymwybodol o effeithiau posibl y gamdriniaeth ar emosiynau ac ymddygiad y plentyn:


- Efallai y bydd y profiad wedi effeithio ar rychwant canolbwyntio'r plentyn – efallai y bydd angen iddo gael tasgau neu waith cartref wedi'i rannu'n ddarnau llai, â seibiant rheolaidd a help i ailganolbwyntio os bydd ei 'feddwl yn crwydro' a'i fod yn edrych yn freuddwydiol.
- Efallai y bydd y plentyn yn cyflawni'n well na'r disgwyl fel ymateb i'r gamdriniaeth. Os bydd hyn yn digwydd, dylai staff yr ysgol geisio sicrhau nad yw'r plentyn yn cael llai o gefnogaeth na phlant y mae eu hymddygiad yn cael ei ystyried yn fwy heriol.
- Efallai y bydd ar y plentyn angen cefnogaeth ychwanegol yn ystod adegau llai strwythuredig o'r diwrnod, er enghraifft cael ei gyfeirio at weithgareddau mwy strwythuredig neu gael 'bydi'.
- Os yw'r plentyn wedi cael ei gam-drin drwy blatfformau cyfryngau cymdeithasol, efallai y bydd arno angen i'w riant/rieni nodi'n glir nad arno ef roedd y bai am y gamdriniaeth. Mae perthnasoedd y plentyn â'i gyfoedion yn debygol o ddioddef, ynghyd â pherthnasoedd ei rieni â rhieni unrhyw blant a oedd yn gysylltiedig â'r gamdriniaeth.

Mae'n bwysig bod staff ysgol yn cydnabod y gallai unrhyw ymddygiad problematig gan y plentyn fod yn ymateb i'r gamdriniaeth, a chefnogi'r plentyn drwy systemau bugeiliol yr ysgol yn hytrach na dilyn trywydd disgyblu: er enghraifft, ni ddylid cyflwyno camau disgyblu i blant y mae eu lefelau cyrhaeddiad neu bresenoldeb yn gostwng. Dylid cydnabod hefyd y gall trawma'r gamdriniaeth effeithio ar gof gweithredol plentyn, ac y gallai dysgu a oedd wedi'i ymwreiddio cyn hyn gael ei effeithio'n fawr.

Gallwch ddod o hyd i ragor o wybodaeth, gan gynnwys strategaethau defnyddiol, yn adran B6 o'n canllaw [\*\*Cynllunio Diogelwch mewn Addysg\*\*](#) 

## Cam-drin rhywiol mewn ysgolion

Mae rhiant/rhieni plentyn sydd wedi cael ei gam-drin yn rhywiol yn yr ysgol yn debygol o fod yn poeni ynglŷn â'u plentyn yn dychwelyd i'r ysgol. P'un a ydych chi'n gorfod dweud wrth y rhiant/rhieni beth sydd wedi digwydd, ynteu eu bod hwy wedi dweud wrthyh chi amdano, mae nifer o bethau y mae angen i chi eu gwneud wrth siarad â hwy:

- **Sylweddoli a chydabod yr ing y maent yn debygol o fod yn ei deimlo – gallai hyn gael ei amlygu fel dicter.**
- **Bod yn glir ynglŷn â beth sydd wedi digwydd.** Mae'n bwysig bod yn benodol, cynnwys gwybodaeth ynglŷn â ble a phryd y digwyddodd y gamdriniaeth.
- **Defnyddio iaith nad yw'n lleihau profiad y plentyn.** Cadw unrhyw ddisgrifiadau yn ffeithiol gan gydnabod sut y gallai'r plentyn fod yn teimlo.
- **Gadael i'r rhiant/rhieni wybod beth yn union rydych wedi ei wneud i sicrhau bod eu plentyn yn ddiogel** – bydd ar y rhieni eisiau sicrhwydd, yn gwbl gymwys, bod diogelwch y plentyn yn cael blaenoriaeth. Gadewch iddynt wybod sut a phryd y bydd y camau rydych yn eu cymryd yn cael eu hadolygu.
- **Gadewch i'r rhieni wybod pwy fydd yn darganfod mwy ynglŷn â beth sydd wedi digwydd.** Pan fydd plant 10 oed a throsodd wedi arddangos ymddygiad rhywiol niweidiol, efallai y bydd yr heddlu'n cynnal ymchwiliad i'r hyn sydd wedi digwydd.
- **Trafodwch y gefnogaeth y gall eu plentyn ei chael yn yr ysgol.** Gallai hyn gynnwys addasu ei amserlen neu ganiatáu iddo adael ystafell ddosbarth heb gael ei gwestiynu, er enghraifft. Gweler dechrau'r bennod hon am ragor o awgrymiadau, ynghyd ag adran B6 ein canllaw [\*\*Cynllunio Diogelwch mewn Addysg\*\*](#) .
- **Byddwch yn glir ynglŷn â'r canlyniadau** – rhwch wybodaeth benodol, glir ynglŷn â beth fydd yn digwydd nesaf, gan gynnwys gadael i'r rhieni wybod beth mae protocol yr ysgol ei hun yn ei ddweud.

## Cam-drin rhywiol y tu allan i amgylchedd yr ysgol

Mae llawer o rieni'n gwerthfawrogi cael rhywun y tu allan i'r teulu i droi ato am arweiniad a chefnogaeth ar ôl cael gwybod bod eu plentyn wedi cael ei gam-drin yn rhywiol, neu bod amheuaeth y gallai hynny fod wedi digwydd. Gall eich ysgol ddarparu cefnogaeth ac arweiniad gwerthfawr. Os byddwch yn dilyn dull gweithredu cefnogol gyda rhieni, gall eu helpu i deimlo'n fwy abl i gefnogi eu plentyn a gofyn i chi am help pan fydd arnynt angen.

Mae'n hanfodol **nad ydych:**

- yn rhagdybio bod y rhieni'n gwybod am y gamdriniaeth
- yn rhoi'r argraff iddynt eich bod yn meddwl eu bod wedi methu ag amddiffyn eu plentyn
- yn canolbwyntio ar 'egluro' y gamdriniaeth ar draul darparu gwybodaeth a chefnogaeth.

Gall yr ysgol ddarparu lle diogel, oddi wrth y plentyn, i'r rhieni allu prosesu'r hyn y maent wedi ei glywed ac i weithio drwy rywfaint o'r sioc, yr euogrwydd a/neu'r dicter y gallent fod yn ei deimlo. Efallai y bydd arnynt angen gwybodaeth a chefnogaeth i ddefnyddio gwasanaethau yn y gymuned a all eu helpu hwy a'u plentyn.

Sylwer y bydd rhieni'n fwy agored i niwed os ydynt yn profi cam-drin domestig a/neu os ydynt wedi cael eu cam-drin yn rhywiol eu hunain. Efallai hefyd y byddant yn wynebu bygythiadau a thrais parhaus oddi wrth yr unigolyn/unigolion sydd wedi cam-drin eu plentyn. Mae'n bwysig holi'r rhiant/rhieni a oes ganddynt unrhyw ofnau neu bryderon ynglŷn â:

- beth allai eu partner/cyd-riant fod yn ei feddwl neu'n ei wneud
- beth allai aelodau eraill o'u teulu fod yn ei feddwl neu'n ei wneud
- beth allai aelodau o'u teulu/cymuned ehangach fod yn ei feddwl neu'n ei wneud.

**Os oes ganddynt unrhyw ofnau neu bryderon, dylech weithredu:**

- Nodi pwy mae eu pryderon yn ymwneud â hwy a beth maen nhw'n bryderus amdano.
- Os yw eu hofnau'n gysylltiedig â phriodas dan orfod, camdriniaeth sy'n seiliedig ar 'anrhydedd' neu'r risg y bydd y plentyn (ac o bosibl y rhiant ei hun) yn cael ei anfon dramor, gofynnwch am gyngor gan sefydliadau arbenigol (gweler isod) a rhowch drefniadau diogelu yn eu lle.
- Cefnogwch hwy er mwyn canfod sut y gallai eu hofnau neu eu pryderon effeithio ar eu perthynas gyda'u plentyn.
- Helpwch hwy i nodi eu rhwydwaith cefnogaeth – ymhlith ffrindiau, teulu a'r gymuned.
- Gweithiwch gyda hwy i sicrhau eu bod yn cael eu cefnogi i fynd i'r afael â'r pryderon hyn, a gofynnwch am gefnogaeth gan unrhyw sefydliadau a all eu helpu i ymgysylltu'n llawn â'r broses hon.

## Cam-drin rhywiol sy'n parhau

Mewn rhai sefyllfaoedd, mae cam-drin plant yn rhywiol yn parhau ar ôl i'r gamdriniaeth gael ei nodi. Mae hyn yn gyffredin mewn achosion lle mae plentyn yn cael ei gam-drin gan grŵp, gang neu rwydwaith: ni all y plentyn ddianc oddi wrth y bobl sy'n ei gam-drin, a allai fod yn defnyddio bygythiadau o drais yn erbyn aelodau eraill o'r teulu i gadw'r plentyn yn eu rheolaeth. Yn y sefyllfaoedd hyn, efallai y bydd y plentyn yn mynd ar goll, yn colli ysgol, yn aros allan drwy'r nos, yn yfed neu'n cymryd cyffuriau, neu'n ymddwyn yn ymosodol yn yr ysgol.

Mae hyn yn debygol o fod yn anodd ac yn flinedig iawn i riant/rhieni'r plentyn. Os yw eu plentyn yn absennol o'r ysgol yn aml, efallai y byddant hefyd yn poeni beth allai ddigwydd iddynt os bydd hyn yn parhau. Mae'n bwysig eu sicrhau na fydd unrhyw gamau disgyblu'n cael eu cymryd yn eu herbyn am absenoldeb eu plentyn, ac mai eich blaenoriaeth chi yw eu cefnogi hwy a'u plentyn.

Efallai y bydd y rhiant/rhieni yn gwerthfawrogi os gallwch gadw mewn cysylltiad â hwy, i'w helpu i feddwl sut y gallant ddal i gefnogi eu plentyn. Mae'r sefydliad Rhieni yn erbyn Camfanteisio ar Blant (PACE) yn dweud mai'r pethau pwysicaf i rieni yw peidio ag anobeithio; dal i ddweud wrth eu plentyn eu bod yn ei garu; a bod yn ffyddiog, sut bynnag y mae pethau'n edrych, bod eu cefnogaeth yn gwneud gwahaniaeth i'w plentyn. Mae hefyd yn awgrymu y dylai rhieni geisio creu cyfleoedd i gysylltu â'u plentyn, yn seiliedig ar ddiddordebau'r plentyn (er enghraifft, gwylio rhaglenni teledu gyda'i gilydd, coginio, mynd i'r gampfa neu gael triniaethau harddwch gyda'i gilydd), sy'n rhoi cyfleoedd i gryfhau'r berthynas rhiant/plentyn. Os yw gweithgareddau ar y cyd neu gyfathrebu geiriol rhwng rhiant/rhieni a phlentyn yn anodd neu'n arwain at wrthdaro mawr, neu os yw'r plentyn wedi cael ei adleoli oherwydd y risgiau a achosir, gall rhai gweithredoedd ailddatgan bod y rhiant/rhieni yn malio am y plentyn – er enghraifft, rhoi nodiadau post-it yma ac acw neu anfon negeseuon o gariad.

Cofiwch y gallai straen bod yn rhiant yn yr amgylchiadau hyn achosi i'r rhiant/rhieni esgeuluso eu hanghenion, lles a hunanofal eu hunain. Ceisiwch eu helpu i ddeall y bydd gofalu amdanynt eu hunain yn eu galluogi i gynnal y gwytnwch y bydd arnynt ei angen i gefnogi eu plentyn yn ystod y gamdriniaeth ac ar ôl hynny.





## Cyfathrebu â rhieni y mae eu plentyn wedi arddangos ymddygiad rhywiol niweidiol

### Ymatebion cychwynnol

Mae'n sioc i rieni glywed bod eu plentyn wedi arddangos ymddygiad rhywiol niweidiol, ac maent yn debygol o deimlo ystod o emosiynau, gan gynnwys dicter, ofn, euogrwydd a bod wedi eu llorio.

Efallai y bydd rhai rhieni'n methu â chredu beth rydych yn ei ddweud wrthynt – gan fod hynny allan o gymeriad y plentyn y maen nhw'n ei adnabod – neu'n methu â derbyn y niwed sydd wedi'i wneud. **Arhoswch yn ddigynnwrf** a rhowch amser iddynt dderbyn yr **wybodaeth glir** rydych yn ei rhoi; efallai y bydd angen mwy nag un sgwrs ar gyfer hyn, oherwydd mae'n bosibl y byddant yn ei chael hi'n anodd i glywed unrhyw beth rydych yn ei ddweud ar ôl sioc y wybodaeth gychwynnol. **Sicrhewch** hwy y byddwch yn gweithio gyda hwy i wneud yn siŵr bod eu plentyn yn ddiogel, a lle bo'n briodol, y bydd yn dychwelyd i batrwm ysgol arferol cyn gynted ag y bo modd – bydd hyn yn dibynnu ar ddirifoldeb y sefyllfa, ac efallai y bydd angen cynllunio diogelwch i gefnogi'r broses hon.

Mae **ymatal rhag barnu** yn hollbwysig er mwyn rhoi ymateb cadarnhaol i rieni, yn enwedig gan ei bod yn bosibl eu bod yn beio eu hunain am ymddygiad eu plentyn. Efallai y bydd gan rieni sydd wedi profi camdriniaeth rhywiol eu hunain ymatebion emosiynol cryf i glywed beth mae eu plentyn wedi ei wneud, a gallent fod yn teimlo'n flin gyda'r plentyn.

Efallai y byddai'n werth mabwysiadu agwedd 'addysgwch fi' drwy ofyn cwestiynau i'r rhiant/rhieni, er enghraifft "Gyda beth rydych chi angen help?" neu "Beth ydych chi'n poeni fwyaf amdano ar hyn o bryd?", i adeiladu gwell dealltwriaeth o'u hanghenion unigol. Dylech ystyried y canlynol cyn siarad â'r rhiant/rhieni:

- **Cytuno ar y derminoleg y byddwch yn ei defnyddio.** Bydd teuluoedd yn defnyddio llawer o wahanol eiriau wrth gyfeirio at rannau sensitif o'r corff. Cytunwch ar y derminoleg y byddwch yn ei defnyddio yn ystod y cyfarfod. Bydd hyn yn helpu i normaleiddio eich trafodaethau ac yn eich helpu i hybu sgwrs fwy cyfforddus. Er enghraifft, dechreuwch drwy ddweud:

*"Efallai eich bod wedi dysgu geiriau penodol i'ch mab/merch am y genitalia, ond byddaf i'n cyfeirio at y genitalia drwy ddefnyddio eu termau cywir, 'pidyn'neu 'fagina'."*

- **Bod yn glir ynglŷn â beth sydd wedi cael ei honni/arsylwi.**

*"Dywedodd merch yn nosbarth eich mab ei fod wedi cydio yn ei bronnau dros ei chrys ysgol pan oeddent yn y cae chwarae yn ystod amser egwyl. Dywedodd ei fod wedi dal ei law yno am tua pum eiliad er ei bod hi wedi dweud wrtho am dynnu ei ddwylo oddi arni a cheisio mynd oddi wrtho."*

- **Archwiliwch y pryderon gyda'ch gilydd.**

*"Tybed a oes gennych chi unrhyw bryderon ynglŷn â'ch plentyn yn ymddwyn yn rhywiol? Efallai nad oeddech yn siŵr ynglŷn â hynny neu nad oeddech yn gwybod gyda phwy i siarad am y mater?"*

*"Dw i'n sylweddoli y gallai hyn fod yn anodd i chi ei glywed, ac ro'n i'n meddwl tybed a allech chi feddwl am unrhyw reswm pam y gallai fod wedi ymddwyn fel hyn?"*

- **Bod yn glir ac yn ffeithiol wrth rannu gwybodaeth.** Rhowch gymaint o wybodaeth ag yr ydych yn credu ei bod yn briodol i'r rhieni heb wneud pethau'n anodd i'r plentyn neu'r plant eraill. Defnyddiwch iaith glir, gan dderbyn y gall siarad am gam-drin rhywiol neu ymddygiad rhywiol niweidiol fod yn anodd iawn i'r rhiant/rhieni ei glywed. Disgrifiwch y ffeithiau a pheidiwch â barnu.

- **Eglurwch beth fydd yn digwydd nesaf.** Mae bob amser yn bwysig canolbwyntio ar *ymddygiad* y plentyn, yn hytrach na chanolbwyntio ar y plentyn ei hun. Bydd defnyddio iaith glir a phheidio â gweld bai yn helpu i osgoi ymateb amddiffynnol gan y rhieni. Er enghraifft:

*“Pan fydd achos o ymddygiad rhywiol niweidiol rhwng disgyblion/myfyrwyr, mae gan yr ysgol gyfrifoldeb i asesu difrifoldeb yr ymddygiad.”*

*“Rydym wedi defnyddio offeryn asesu i’n helpu i asesu a yw’r ymddygiad rhywiol honedig yn iach, yn broblematig neu’n niweidiol.”*



- **Amlinellu’r canlyniadau posibl.** Gallai’r rhain amrywio o eglurhad nad yw ymddygiad y plentyn yn briodol a bod angen defnyddio gweithdrefnau disgyblu’r ysgol, i atgyfeirio at ofal cymdeithasol plant a/neu’r heddlu.
- **Trafod sut rydych yn bwriadu cefnogi’r plentyn.** Gallai hyn gynnwys cyfeirio at asiantaeth arbenigol, dyrannu mentor yn yr ysgol neu weithio ar addysg am berthnasoedd iach a chyffwrdd diogel.
- **Trafod sut y gallwch gefnogi’r rhieni.** Mae hyn yn debygol o gynnwys rhoi person allweddol enwebedig iddynt a rhif cyswllt er mwyn iddynt gael cyswllt uniongyrchol â rhywun sy’n gyfarwydd â’r holl fanylion, yn ogystal â rhoi gwybodaeth iddynt ynglŷn â ble y gallant gael cefnogaeth eu hunain. (Gweler **Pennod 5** hefyd.)

## Darparu cefnogaeth barhaus

Gall ymddygiad rhywiol niweidiol rhwng plant deimlo’n frawychus ac yn gymhleth, ac efallai y byddwch yn rheoli sefyllfaoedd anodd iawn. Efallai y bydd y cyngor isod yn ddefnyddiol i chi:

### Cynllunio diogelwch

Os yw plentyn wedi ymddwyn mewn ffordd rywiol niweidiol, mae’n debyg y bydd angen cynllunio diogelwch.

- Dylech gynnwys y plentyn mewn prosesau cynllunio diogelwch yn amgylchedd yr ysgol, a defnyddio geiriau sy’n gyfarwydd iddo; po fwyaf ystyrlon yw’r cynllun i’r plentyn, po fwyaf y bydd yn gallu cymryd perchnogaeth ohono. Mae Pennod 3 o’n canllaw ***Cyfathrebu â Phlant***  ar gyfer gweithwyr proffesiynol ym maes addysg yn cynnwys mwy o wybodaeth.
- Dylech gynnwys rhieni’r plentyn hefyd – mae angen i’r plentyn gael yr un negeseuon ym mhob agwedd ar ei fywyd. Gweler ein canllaw ***Cynllunio Diogelwch mewn Addysg***  yn enwedig adran B3. Cofiwch, fodd bynnag, ei bod yn bosibl nad yw’r teulu erioed wedi siarad gyda’i gilydd am ryw o’r blaen a’i bod yn bosibl nad oes ganddynt yr iaith i wneud hynny nawr; yn y sefyllfa hon, mae angen i chi feddwl sut rydych yn datblygu iaith gyffredin.
- Os digwyddodd ymddygiad rhywiol niweidiol y plentyn yn ei gartref (e.e. camdriniaeth rywiol gan frawd neu chwaer), efallai y byddai’n briodol i rywun o’r ysgol fod yn ymwybodol o gynllunio diogelwch yn y cartref, gan y bydd gan yr ysgol rôl i’w chwarae wrth rannu negeseuon cyson ym mhob agwedd ar fywyd y plentyn.
- Bydd angen ystyried rhai mesurau ar unwaith (er enghraifft rheoli cyswllt yn yr ysgol rhwng y plentyn a’r rhai sydd wedi cael eu niweidio ganddo), ond gall elfennau eraill ar gynllunio diogelwch gymryd mwy o amser. Weithiau mae’r broses o gael y plentyn a’i deulu i feddwl sut i hybu diogelwch mor ddefnyddiol â’r cynllun ei hun.



- Meddyliwch am gyd-destun yr ymddygiad niweidiol sydd wedi digwydd, er mwyn i chi allu ychwanegu unrhyw gefnogaeth a mesurau diogelwch eraill i'r plentyn a'i gyd-ddisgyblion. Er enghraifft:
  - Ble digwyddodd yr ymddygiad niweidiol? Os digwyddodd yn nhai bach yr ysgol, er enghraifft, beth allwch chi ei wneud i sicrhau nad yw'r plentyn heb oruchwyliaeth yn ystod egwyl tŷ bach?
  - Pryd y digwyddodd yr ymddygiad niweidiol? Os digwyddodd amser cinio, er enghraifft, beth allwch chi ei wneud i oruchwyllo'r plentyn fwy yn ystod amser cinio?
  - A oes unrhyw beth i awgrymu beth allai fod wedi ysgogi'r ymddygiad? (Er enghraifft, y plentyn yn teimlo'n ofidus neu'n flin.) Sut y gall staff ysgol fod yn effro i adegau pan allai'r ymddygiad fod yn fwy tebygol o ddigwydd? Efallai y bydd ar blant iau neu'r rhai sydd ag anableddau angen mwy o gefnogaeth, er enghraifft cael eu hatgoffa yn ystod 'degau peryglus', i reoli eu hymddygiad eu hunain.

### Rheoli gwrthdaro rhwng rhieni

Pan fydd plentyn yn niweidio plentyn/plant eraill yn rhywiol, mae'r ddwy/pob set o rieni yn debygol o brofi ystod o emosiynau. Dylech gadw cyfrinachedd, ond efallai y byddwch yn gweld bod plant a rhieni yn rhannu gwybodaeth, ac nad yw'r wybodaeth hon i gyd yn gywir. Gall hyn fod yn broblem yn yr ysgol ac yn y gymuned os oes mwy na dwy set o rieni yn gysylltiedig â'r digwyddiad, e.e. pan fydd un neu ddau blentyn wedi niweidio grwpiau o blant yn rhywiol.

- Gwahoddwch y ddwy/bob set o rieni i'r ysgol, ar wahân, i wneud yn siŵr bod gan bawb wybodaeth glir a chywir am yr hyn a ddigwyddodd.
- Cytunwch sut y byddwch yn rhannu gwybodaeth o hyn ymlaen. Yn y cam hwn, dylech ystyried a yw unrhyw un o'r rhieni wedi cael anhawster i ddeall neu gofio'r wybodaeth rydych wedi'i rhannu yn barod. Gall ofn neu ddryswch oherwydd diffyg dealltwriaeth achosi dicter.
- Peidiwch â defnyddio iaith sy'n lleihau ymddygiad neu'n gweld bai. Gall gymryd amser i sefydlu ffeithiau'r hyn a ddigwyddodd, ac mae'n bwysig peidio â barnu unrhyw blentyn, a chydabod teimladau pob un o'r rhieni.
- Gofynnwch a oes unrhyw beth arall y mae'r rhieni'n teimlo y gallech ei wneud. Os ydynt yn meddwl bod camau heb eu cymryd, efallai y byddant yn teimlo bod angen iddynt ddelio â hynny eu hunain. Mae'n bwysig atgoffa'r rhieni beth rydych wedi'i wneud a bod yn glir iawn ynglŷn â beth y byddwch yn ei wneud.
- Cofiwch rannu newyddion cadarnhaol â'r rhieni, megis enghreifftiau o ymddygiad cadarnhaol a ddangoswyd gan eu plentyn.
- Atgoffwch y rhieni ynglŷn â phwysigrwydd cyfrinachedd, a sicrhewch hwy y byddwch yn cadw gwybodaeth yn gyfrinachol. Gofynnwch iddynt adael i chi wybod os byddant hwy neu eu plentyn yn clywed unrhyw wybodaeth nad yw'n wir neu os ydynt yn pryderu ynglŷn â storïau sy'n mynd o gwmpas.
- Mewn sefyllfaoedd lle mae'r wybodaeth wedi'i rhannu'n ehangach â rhieni yn y gymuned a lle bu ymateb cymunedol i'r wybodaeth, gofynnwch am gyngor gan yr awdurdod lleol cyn gynted ag y bo modd er mwyn atal unrhyw anawsterau dieisiau wrth giât yr ysgol neu yn y cyfryngau.

# Cyfathrebu â rhieni mewn sefyllfaoedd penodol



Byddwch yn ymwybodol bod rhai rhieni yn gweld cyfathrebu â chi am eu plentyn yn anos, ac mae siarad am gam-drin rhywiol – p'un a yw eu plentyn wedi profi cam-drin rhywiol o'r fath ynteu wedi arddangos ymddygiad rhywiol niweidiol – yn debygol o wneud yr heriau hyn yn waeth.

Yn y sefyllfaoedd hyn, mae'n bwysig meddwl a allai'r rhiant/rhieni fod yn wynebu unrhyw heriau sy'n eu hatal rhag cefnogi eu plentyn, ac ystyried pa rôl y gallwch chi ei chwarae er mwyn eu helpu.

Byddwch yn sensitif i anghenion ac amgylchiadau unigol rhieni, ac osgoi stereoteipiau. Ceisiwch ddeall mwy am eu hanghenion a sut y gallwch chi helpu i ddiwallu'r anghenion hyyny trwy gysylltu â sefydliadau arbenigol i ofyn am gyngor a gwybodaeth (gweler [Pennod 6](#)).

## Materion crefyddol neu ddiwylliannol

Bydd ffydd a diwylliant rhieni yn effeithio ar eu dull o fagu plant, a dylech ystyried sut rydych yn rhoi sylw i hyn wrth eu helpu i gefnogi eu plentyn.

Efallai y bydd rhieni o rai diwylliannau yn poeni y bydd rhywun o'u cymuned (yn enwedig os yw'n gymuned fechan glos) yn dod i wybod beth sydd yn digwydd, oherwydd eu bod yn ofni y bydd hyn yn codi cywilydd ar y teulu ac yn pardduo eu henw da. Mae angen nodi ofnau o'r fath a gweithio drwyddynt, drwy roi cefnogaeth i'r teulu; efallai y bydd arnoch angen cyngor neu gefnogaeth gan sefydliadau arbenigol (gweler [Pennod 5](#)) i wneud hyn.

Efallai y bydd adegau hefyd pan fydd gwrthdaro rhwng diwylliant rhiant a hunaniaeth ddiwylliannol ei blentyn: er enghraifft, efallai y bydd rhiant yn ymarfer crefydd y mae'r plentyn wedi ei gwrthod, ac efallai y bydd y rhiant yn credu bod y gwrthodiad hwn wedi chwarae rhan ym mhrofiad y plentyn o gam-drin rhywiol neu ymddygiad rhywiol niweidiol. Mae'n bosibl y bydd angen i chi helpu'r rhiant i weld bod anghenion ei blentyn ar yr adeg hon yn bwysicach na'i gredoau personol ei hun.

Efallai y bydd rhieni o rai diwylliannau'n ei chael yn arbennig o anodd i siarad â'u plant am faterion rhywiol, a gall hyn olygu eu bod yn ei chael hi'n anodd i dderbyn bod eu plant wedi ymddwyn mewn ffordd sy'n rhywiol niweidiol (gweler [Pennod 3](#)).

## Rhwysterau ieithyddol

Mae sefydlu cyfathrebu da yn allweddol er mwyn gweithio'n effeithiol â rhieni nad ydynt yn siarad Saesneg fel iaith gyntaf:

- Mor gynnar ag sy'n bosibl, dylech ganfod pa iaith y mae'n well ganddynt ei siarad, a threfnu gwasanaeth cyfieithu os oes angen. Os ydynt yn gyndyn o ddefnyddio cyfieithwyr, ceisiwch ganfod y rheswm dros hyn; efallai y byddant yn poeni am gyfrinachedd, yn enwedig os ydynt o gymuned fechan glos (gweler 'Materion crefyddol a diwylliannol' uchod), a gallai menywod deimlo'n anghyfforddus wrth siarad drwy gyfieithydd gwrywaidd. Os oes aelod o staff yr ysgol sy'n siarad yr un iaith, ac y mae'r rhiant/rhieni'n teimlo'n gyfforddus ag ef/hi, efallai y byddai'n bosibl i'r person hwnnw gyfieithu.
- Dylech bob amser ofyn i'r unigolyn a yw'n deall yr hyn yr ydych yn ei ddweud. Cofiwch y gallai rhywun ddweud 'ydw', a dal i beidio â deall yr hyn sy'n cael ei ddweud, gan nad yw eisiau edrych yn dwp neu oherwydd ei fod yn ofni canlyniadau negyddol.

- Siaradwch â'r cyfieithydd am y ffaith nad oes gan rai teuluoedd eiriau ar gyfer cam-drin rhywiol, sy'n golygu na allant roi darlun llawn.
- Peidiwch â gadael i aelodau o'r teulu (gan gynnwys y plentyn), cymdogion neu ffrindiau gyfieithu neu siarad ar ran rhywun arall.
- Cofiwch nad oes geiriau mewn rhai ieithoedd am 'gam-drin rhywiol', 'trais rhywiol', 'ymosodiad rhywiol' ac yn y blaen. Gallai hyn olygu nad yw'r rhiant/rhieni yn gallu rhoi darlun llawn i chi o brofiadau ei blentyn; yn yr un modd, os yw'r plentyn wedi cael ei gam-drin neu ei niweidio yn yr ysgol neu yng nghyddestun yr ysgol (e.e. ar fws ar y ffordd i'r ysgol), bydd angen i chi feddwl sut i egluro hyn wrth ei rieni. Siaradwch â'r cyfieithydd i weld a yw hyn yn debygol o fod yn broblem, a sut i fynd i'r afael â hyn.

Mae awgrymiadau eraill ar gyfer cyfathrebu'n anffurfiol â rhieni yn cynnwys:

- defnyddio technoleg – nid yw Google Translate yn berffaith, ond mae'n gweithio'n weddol dda
- defnyddio Cymraeg/Saesneg safonol – efallai y bydd rhai rhieni yn siarad Cymraeg/Saesneg bratiog, ond byddant yn gallu deall swm a sylwedd y neges os byddwch yn siarad yn araf ac yn peidio â defnyddio slang, idiomaau a chyffelybiaethau
- gofyn i'r rhiant ddweud yn ôl wrthyhych beth mae'n meddwl rydych chi wedi'i ddweud, gan y bydd hyn yn dangos a yw wir wedi deall beth yr oeddech chi'n ceisio'i ddweud wrtho.

## Cam-drin domestig

Os yw'r rhiant yn ddioddefwr cam-drin domestig, gallai ei gefnogi i fod yn ddiogel rhag y gamdriniaeth honno hefyd wella diogelwch a lles ei blentyn:

- Gwnewch yn siŵr nad yw unrhyw gyfathrebu â'r rhiant a/neu ei blentyn yn peryglu eu diogelwch (e.e. drwy adael negeseuon llais, ebost neu destun sy'n cynnwys gwybodaeth sensitif). Os yw'n bosibl, ceisiwch siarad â'r rhiant ar ei ben ei hun. Efallai y bydd angen i chi fod yn rhagweithiol wrth wneud i hyn ddigwydd, gan y bydd y partner sy'n cam-drin yn aml yn ceisio rheoli pob gohebiaeth â hwy.
- Cadwch mewn cof a oes risg i'r rhiant gael ei gamdrafod gan y person sydd wedi cam-drin ei blentyn, yn enwedig os y person hwnnw yw'r partner sy'n cam-drin hefyd, ac y gallai gael ei orfodi i ganiatáu cyswllt heb oruchwyliaeth â'r plentyn. Os ydych yn darganfod hyn, dylech roi gwybod i'r gwasanaethau plant am eich pryderon ar unwaith.

## Anableddau/anawsterau dysgu

Nid yw cael anabledd/anawster dysgu yn atal rhiant rhag deall bod ei blentyn wedi cael ei gam-drin yn rhywiol neu ei fod wedi niweidio eraill yn rhywiol, ond efallai y bydd yn anos egluro a gall gymryd mwy o amser. **Mae cyfathrebu clir yn hollbwysig:**

- **Gwrando** ar y rhiant a **chymryd amser** i ddeall sut y mae'n cyfathrebu.
- Defnyddio geiriau cyffredin, osgoi amwysedd a jargon, a **gwneud yn siŵr bod y rhiant wedi deall**.
- Torri gwybodaeth i lawr i **ddarnau y gellir eu rheoli**, a thorri tasgau cymhleth i lawr i rannau symlach.
- **Rhoi nodyn i'r rhiant** o unrhyw gyngor neu fanylion y cyfarfod nesaf; hyd yn oed os nad yw'n gallu darllen, gall ofyn i rywun y mae'n ymddiried ynddo ei ddarllen iddo.
- **Defnyddio testun mawr** – ysgrifennu popeth mewn teip o leiaf 16 pwynt a defnyddio ffontiau 'sans serif'.

# Helpu rhieni i gael rhagor o gefnogaeth



## Sefydliadau sy'n cefnogi rhieni

Pan fydd cam-drin plant yn rhywiol wedi'i nodi, neu pan fydd amheuaeth ohono, gall gael effeithiau eang ar y plentyn a'i deulu (gweler **Pennod 1**): yn ogystal ag effeithio ar eu hiechyd, eu perthnasoedd ac addysg y plentyn, gall amharu'n fawr iawn ar fywyd y teulu o ddydd i ddydd a hyd yn oed ar eu trefniadau byw. Gall **Cyngor ar Bopeth** [↗](#) ddarparu gwybodaeth a chefnogaeth am ystod eang o faterion ymarferol.


## Cefnogaeth benodol i rieni sydd wedi cael eu heffeithio gan gam-drin plant yn rhywiol













Mae ystod eang o sefydliadau sy'n darparu cefnogaeth ymarferol ac emosiynol i rieni ac aelodau eraill o'r teulu yn y sefyllfa hon.

Enw	Cylch Gorchwyl	Manylion
<b>Acts Fast</b> <a href="#">↗</a>	Cenedlaethol	Yn darparu cymorth emosiynol ac ymarferol parhaus i rieni ac aelodau o'r teulu o blant y mae cam-drin rhywiol yn effeithio arnynt.
<b>Barnardo's</b> <a href="#">↗</a>	<b>Gwasanaethau mewn lleoliadau ledled y wlad</b> <a href="#">↗</a>	Yn rhoi cymorth i rieni mewn rhai ardaloedd, e.e. drwy <b>Brosiect Phoenix Gwlad yr Haf</b> <a href="#">↗</a> .
<b>Family Action: Post Sexual Abuse Service</b> <a href="#">↗</a>	Swydd Gaerlŷr	Yn darparu cymorth therapiwtig i bobl dan 18 oed sydd wedi profi cam-drin rhywiol; mae hyn yn cynnwys gwaith grŵp i rieni i'w helpu i gefnogi eu plentyn a rheoli eu hanghenion eu hunain.
<b>Family Rights Group</b> <a href="#">↗</a>	Cenedlaethol	Gweithio gyda rhieni ac aelodau eraill o'r teulu y mae eu plant mewn angen, mewn perygl neu yn y system ofal. Cynghori ar hawliau ac opsiynau pan fydd gweithwyr cymdeithasol neu lysoedd yn gwneud penderfyniadau am les plant. Hefyd yn rhedeg gwefan <b>Young Parents Advice</b> <a href="#">↗</a>
<b>Sefydliad Lucy Faithfull</b> <a href="#">↗</a>	Cenedlaethol	Yn darparu gwybodaeth a chyngor i bartneriaid, rhieni, perthnasau a ffrindiau pobl yr amheuir eu bod yn cael gafael ar ddelweddau rhywiol o blant neu'n cymryd rhan mewn ymddygiad rhywiol arall sy'n cynnwys plant. Rhedeg llinell gymorth <b>Stop It Now!</b> <a href="#">↗</a>
<b>Sefydliad Marie Collins</b> <a href="#">↗</a>	Cenedlaethol	Yn darparu cymorth i rieni, teuluoedd a phlant sy'n cael eu cam-drin ar-lein.
<b>Mosac</b> <a href="#">↗</a>	Cenedlaethol	Yn darparu cymorth ymarferol ac emosiynol i rieni nad ydynt yn cam-drin a theuluoedd plant sy'n cael eu cam-drin yn rhywiol, gan gynnwys drwy linell gymorth gyfrinachol.
<b>NSPCC: Letting the Future In</b> <a href="#">↗</a>	Lleoliadau ledled y wlad	Yn cynnig sesiynau ar y cyd â phlant sy'n cael eu cam-drin yn rhywiol a'u rhieni a'u brodyr a'u chwiorydd, lle bo hynny'n ddiogel ac yn briodol.

Enw	Cylch Gorchwyl	Manylion
<a href="#"><u>Parents Against Child Exploitation (Pace)</u></a> 	Cenedlaethol	Yn rhoi cymorth i rieni plant sydd, neu sydd mewn perygl o gael eu hecsbloetio gan unigolion y tu allan i'r teulu.
<a href="#"><u>Safer London</u></a> 	Llundain	Yn rhoi cymorth i rieni plant sydd wedi profi neu sydd mewn perygl o drais rhywiol neu gamfanteisio.
<a href="#"><u>Safeline</u></a> 	Swydd Warwick	Yn cynnig gwasanaethau i deuluoedd plant sy'n cael eu cam-drin yn rhywiol, gan gynnwys cwnsela, cymorth ymarferol ac emosiynol, eiriolaeth, cyngor a gwybodaeth (gan gynnwys llywio'r system cyfiawnder troseddol), a hyfforddiant.

### Sefydliadau sy'n cefnogi menywod a merched o grwpiau lleiafrifoedd ethnig

Ewn	Cylch Gorchwyl	Manylion
<a href="#"><u>African Women's Voices</u></a> 	Gogledd-ddwyrain Lloegr	Yn cefnogi menywod Affricanaidd yr effeithir arnynt gan drais ar sail y rhywiau yn Sunderland.
<a href="#"><u>Canolfan Angelou</u></a> 	Gogledd-ddwyrain Lloegr	Yn darparu gwasanaethau cyfannol ar gyfer menywod a phlant du a rhai sy'n cael eu defnyddio ar draws y Gogledd Ddwyrain.
<a href="#"><u>Canolfan Merched Apna Ghar</u></a> 	Gogledd-ddwyrain Lloegr	Yn cefnogi menywod o gymunedau lleiafrifoedd ethnig yn Ne Tyneside.
<a href="#"><u>Apna Haq</u></a> 	Swydd Efrog	Yn cefnogi menywod a merched o gymunedau Du a rhai sy'n byw yn Rotherham, sy'n profi unrhyw fath o drais.
<a href="#"><u>Prosiectau Asha</u></a> 	Llundain	Yn cefnogi menywod a merched De Asia sy'n profi trais.
<a href="#"><u>Rhwydwaith Ashiana</u></a> 	Llundain	Yn cefnogi menywod a merched De Asiaidd, Twrci a'r Dwyrain Canol sy'n profi trais yn y cartref a thrais rhywiol.
<a href="#"><u>AWRC</u></a> 	Llundain	Darparu gwasanaethau i fenywod o gefndiroedd lleiafrifol ethnig yr effeithir arnynt gan gam-drin domestig, priodasau dan orfod, cam-drin 'anrhydedd' a cham-drin ffydd.
<a href="#"><u>BAWSO</u></a> 	Cymru	Yn darparu cyngor, gwasanaethau a chymorth i bobl o gymunedau lleiafrifoedd ethnig yng Nghymru sy'n cael eu heffeithio gan gamdriniaeth, trais a chamfanteisio.
<a href="#"><u>Sefydliad Claudia Jones</u></a> 	Llundain	Yn cefnogi menywod a theuluoedd treftadaeth Caribiaidd Affricanaidd.
<a href="#"><u>Prosiect Halo</u></a> 	Cenedlaethol	Yn cefnogi dioddefwyr trais 'anrhydedd', priodasau dan orfod ac anffurfio organau rhywiol menywod o gymunedau lleiafrifoedd ethnig.










Ewn	Cylch Gorchwyl	Manylion
<a href="#"><u>Humraaz</u></a> 	Gogledd-orllewin Lloegr	Yn cefnogi menywod du a rhai sy'n cael eu heffeithio gan gam-drin domestig, cam-drin rhywiol a thrais.
<a href="#"><u>Canolfan Fenywod IMECE</u></a> 	Llundain	Yn darparu canllawiau, gwybodaeth, cyngor ac eiriolaeth ar gyfer Twrci, Cwrdaidd, Cyprus o Dwrci ac unrhyw fenywod eraill sy'n siarad Twrcaidd.
<a href="#"><u>IKWRO</u></a> 	Llundain	Darparu cymorth, eiriolaeth a chwnsela i fenywod a merched y Dwyrain Canol ac Afghanistan sydd mewn perygl o drais 'anrhydedd', priodas dan orfod, priodas plant, anffurfio organau rhywiol menywod a thrais domestig.
<a href="#"><u>Jewish Women's Aid</u></a> 	Llundain	Yn cefnogi menywod lddewig a phlant yr effeithir arnynt gan gam-drin domestig a thrais rhywiol.
<a href="#"><u>Karma Nirvana</u></a> 	Cenedlaethol	Yn cefnogi dioddefwyr a goroeswyr cam-drin 'anrhydedd', drwy wasanaethau gan gynnwys llinell gymorth genedlaethol.
<a href="#"><u>Sefydliad Merched Cwrdaidd a'r Dwyrain Canol</u></a> 	Llundain	Darparu eiriolaeth a chymorth i fenywod a merched o gymunedau Cwrdaidd, y Dwyrain Canol a Gogledd Affrica sy'n profi unrhyw fath o drais.
<a href="#"><u>Prosiect Menywod Duon Llundain</u></a> 	Llundain	Gweithio i ddiogelu, hyrwyddo a datblygu hawliau ac adnoddau menywod a phlant o gymunedau lleiafrifoedd ethnig gweladwy.
<a href="#"><u>Cymorth i Ferched America Ladin</u></a> 	Cenedlaethol	Gweithredu llochesi i fenywod a phlant o America Ladin sy'n dianc rhag trais ar sail y rhywiau, ac yn cefnogi menywod i wella o gamdriniaeth a byw bywydau sydd wedi'u grymuso.
<a href="#"><u>Rhwydwaith Menywod Mwslimaidd</u></a> 	Cenedlaethol	Rhedeg llinell gymorth sy'n darparu gwybodaeth, cymorth, arweiniad ac atgyfeiriadau i fenywod a merched Mwslimaidd sy'n profi gwahanol fathau o gamdriniaeth.
<a href="#"><u>Panahghar</u></a> 	Dwyrain/Gorllewin Canolbarth Lloegr	Yn darparu cymorth, cyngor, eiriolaeth a mynediad amlieithog i loches ddiogel i ddioddefwyr cam-drin domestig, cam-drin rhywiol neu gam-drin rhyw, a'u teuluoedd, o gymunedau lleiafrifoedd ethnig yn Coventry a Chaerlŷr.
<a href="#"><u>Canolfan PHOEBE</u></a> 	Dwyrain Anglia	Yn cynnig cyngor arbenigol, gwybodaeth, gwaith achos, eiriolaeth a gwasanaethau cymorth a chwnsela i fenywod a phlant o leiafrifoedd ethnig yn Suffolk.
<a href="#"><u>Roshni</u></a> 	Dwyrain/Gorllewin Canolbarth Lloegr	Yn cefnogi cymunedau lleiafrifoedd ethnig yr effeithir arnynt gan gam-drin domestig, priodas dan orfod a cham-drin 'anrhydedd' yn Birmingham.






## Adnodau i rieni

### Adnoddau sydd ar gael ar-lein





Mae'r adnoddau a ganlyn, gan gynnwys rhai sydd wedi'u cynhyrchu y tu allan i'r DU, yn darparu gwybodaeth ddefnyddiol iawn i rieni. Mae rhai ohonynt yn trafod meysydd tebyg, felly byddem yn eich cynghori i edrych drwyddynt a dewis y rhai sy'n ymddangos yn fwyaf addas i'r rhieni unigol rydych chi'n gweithio gyda hwy.

Teitl	Cynhyrchwyd gan	Manylion
<a href="#"><i>Family Safety: A Guide for Parents to Keep Children and Young People Safe from Sexual Abuse</i></a> 	Parents Protect (2016)	Cyngor ar lunio cynllun diogelwch teuluol, gan gynnwys awgrymiadau ar ddiogelwch ar y rhyngwrdd.
<a href="#"><i>Information Guide for Parents and Carers</i></a> 	Somerset Phoenix Project	Yn cynnwys cyngor ar ddeall ymddygiad ac emosiynau plant sydd wedi cael eu cam-drin yn rhywiol, syniadau ymarferol i'w helpu i wella, a'r effaith ar deulu a ffrindiau'r dioddefwr.
<a href="#"><i>Why My Child? A Guide for Parents of Children Who Have Been Sexually Abused</i></a> 	Kidscape (2012)	Canllaw i rieni sy'n ymdrin â phynciau fel delio â'r heddlu, sut y gall rhieni helpu eu plentyn a sut y gall rhieni ofalu amdanynt eu hunain.
<a href="#"><i>Parent &amp; Carers Information Booklet</i></a> 	Family Action (2017)	Yn cynnwys gwybodaeth am yr effaith ar y plentyn o ddatgelu camdriniaeth, cyngor ar eu cefnogi, ac esboniad o rolau gwahanol weithwyr proffesiynol.
<a href="#"><i>Still We Rise: A Guide for Parents and Carers Supporting Young Women around the Issue of Gender-based Violence</i></a> 	Rhwydwaith Menywod a Merched (2020)	Canllaw i nodi arwyddion trais ar sail y rhywiau, deall y trawma y mae'n ei achosi, cefnogi merched a menywod ifanc i siarad am bethau anodd, cael gafael ar gymorth (e.e. drwy wasanaethau ysgol neu blant) ac aros yn ddiogel ar-lein.
<a href="#"><i>Ymchwiliadau i Gam-drin Plant yn Rhywiol: Canllaw i Rieni Agofalwyr</i></a> 	Stop It Now! (2021)	Gwybodaeth ymarferol am yr hyn a fydd yn digwydd os bydd ymchwiliad i gam-drin plentyn yn rhywiol. Ar gael <b>yn Saesneg</b>  .
<a href="#"><i>Understanding Child Sexual Abuse: A Guide for Protective Parents/Guardians</i></a> 	Canolfan Amddiffyn Plant Canada (2018)	Llyfryn yn esbonio beth yw cam-drin plant yn rhywiol, sut mae'n digwydd, a'i effaith. Yn cynnwys gwybodaeth am rôl technoleg a'r rhyngwrdd.
<a href="#"><i>Child Sexual Abuse: Picking up the Pieces. A Guide for Parents/Guardians after Abuse Is Discovered</i></a> 	Canolfan Amddiffyn Plant Canada (2018)	Llyfryn dilynol sy'n mynd i'r afael â sut y gall rhieni deimlo pan ddaw cam-drin i'r amlwg, a'r emosiynau y gallai eu plentyn fod yn eu profi, gyda chymorth ymarferol i gefnogi'r plentyn a chael cymorth drostynt eu hunain. Mae'r pynciau'n cynnwys delio â theimladau'r plentyn tuag at y troseddwr, rheoli proses wella'r plentyn o ddydd i ddydd, a chymhlethdod ychwanegol pan fydd delweddau o'r cam-drin yn cael eu rhannu ar-lein.



Teitl	Cynhyrchwyd gan	Manylion
<a href="#"><u><i>Safeguarding Your Child: A Guide for Parents/Guardians Whose Child Was or May Have Been Sexually Abused</i></u></a> 	Canolfan Amddiffyn Plant Canada (2018)	Gan adeiladu ar yr uchod, mae'r llyfryn hwn yn ymdrin â materion a allai fod yn bresennol wrth i blentyn sy'n cael ei gam-drin fynd yn hŷn. Mae'r pynciau a drafodir yn cynnwys ffiniau personol, pryderon ynghylch goruchwyllo, presenoldeb digidol y plentyn, ac ymddygiad rhywiol priodol mewn plant o wahanol oeddrannau.
<a href="#"><u><i>Coping with the Shock of Intrafamilial Sexual Abuse</i></u></a> 	Rhwydwaith Straen Trawmatig Cenedlaethol Plant, UDA (2009)	Gwybodaeth i rieni y mae eu plant wedi cael eu cam-drin gan bobl sy'n gysylltiedig â'u teulu, gan gynnwys cyngor ar ymdopi ag adweithiau'r rhieni eu hunain.
<a href="#"><u><i>Pace Information and Advice Centre</i></u></a> 	Parents Against Child Exploitation	Tudalennau gwe i rieni mewn perthynas â chamfanteisio'n rhywiol ar blant, sy'n cwmpasu rôl gwasanaethau gofal cymdeithasol plant a'r prosesau sy'n gysylltiedig ar ôl i atgyfeiriad gael ei wneud; gweithio gyda'r heddlu a deall deddfwriaeth gyfredol; byw ac ymdopi â chamfanteisio ar blant; deall risgiau ar-lein; aflonyddu gan droseddswyr; opsiynau os bernir nad yw'n ddiogel i'r plentyn aros yng nghartref y teulu; cefnogi'r plentyn yn y llys; a sut i gwyno am yr ymateb gan heddlu neu asiantaethau eraill.
<a href="#"><u><i>Sexual Abuse Online: How Can I Help My Child?</i></u></a> 	Sefydliad Marie Collins/NWG (2017)	Gwybodaeth i rieni am beth yw niwed ar-lein, pryd i boeni, pam nad yw plant yn dweud, sut i ymateb, a ble i gael help.
<a href="#"><u><i>Sexual Abuse Online: Helping My Autistic Child</i></u></a> 	Sefydliad Marie Collins/Ymddiriedolaeth Crefft Ann (2021)	Canllaw i'r risgiau y gall plant awtistig eu hwynebu ar-lein, a gall y ffyrdd o fod ar-lein fod o fudd iddynt, gyda chynghor ar sut i ymateb os bydd camdriniaeth yn digwydd.
<a href="#"><u><i>What's the Problem? A Guide for Parents of Children and Young People Who Have Got into Trouble Online</i></u></a> 	Sefydliad Lucy Faithfull (2017)	Canllaw i helpu rhieni i ymdopi pan fydd rhywbeth yn digwydd ym mywyd ar-lein eu plentyn (e.e. maent wedi anfon llun noeth ohonynt eu hunain at rywun arall neu ei bostio ar-lein ac yn cael trafferth gyda'r canlyniadau).
<a href="#"><u><i>Help Your Children Get the Most Out of the Internet</i></u></a> 	Asiantaeth Troseddu Cenedlaethol – Tîm Addysg CEOP	Cyngor i rieni ar gadw plant yn ddiogel ar-lein a mynd i'r afael â phryderon.

## Llyfrynnau hawdd eu darllen i rieni ag anawsterau/anableddau dysgu

Teitl	Cynhyrchwyd gan	Manylion
<u><i>What Happens if Children's Services Feel Your Child Is at Risk of Harm</i></u> 	VoiceAbility (2011)	Eglurwch i rieni pryd a sut y gallai gofal cymdeithasol plant gymryd rhan yn eu plentyn.
<u><i>The Court and Your Child: When Social Workers Get Involved</i></u> 	CHANGE (2006)	Yn esbonio beth sy'n digwydd pan fydd gofal cymdeithasol plant yn berthnasol i lys am orchymyn gofal neu orchymyn goruchwylio.
<u><i>Meanings of Different Social Services Meetings</i></u> 	Eiriolaeth Dinasyddion Person i Berson	Yn esbonio beth sy'n digwydd mewn cyfarfodydd strategaeth, cynadleddau achos amddiffyn plant, cyfarfodydd grŵp craidd, adolygiadau Plant sy'n Derbyn Gofal ac adolygiadau Plant Mewn Angen.
<u><i>When Children, Young People and Families Services Are Involved</i></u> 	Prosiect Eiriolaeth Rhieni Plymouth	Yn esbonio beth fydd yn digwydd, beth sydd angen i rieni ei wneud, pwy all eu cefnogi a phwy arall fydd yn cymryd rhan pan fydd gofal cymdeithasol plant yn poeni am eu plentyn.
<u><i>Information for Adults Who Were Abused as Children</i></u> 	Ymddiriedolaeth Sefydliad Cumbria, Northumberland Tyne a Weir y GIG (2018)	Gwybodaeth i oedolion sy'n goroesi cam-drin plant yn rhywiol, gan esbonio sut y gallant deimlo a ble y gallant gael cymorth.



## Llyfrau

Teitl	Awdur/cyhoeddwr	Manylion
<i>Caring for a Child Who Has Been Sexually Exploited</i>	Eileen Fursland/ BAAF (2017)	Llyfr i helpu rhieni i ddysgu mwy am yr hyn y mae camfanteisio'n rhywiol ar blant yn ei olygu (e.e. sut mae dioddefwyr yn cael eu paratoi); yr ymateb gan asiantaethau; sut i gefnogi plant drwy'r llys; a ffyrdd o helpu plant i wella a'u cadw'n ddiogel.
<i>Facing the Future – A Guide for Parents of Young People Who Have Sexually Abused</i>	Simon Hackett/ Russell House (2001)	Gwybodaeth a chynghor ymarferol, straeon am yr hyn sydd wedi digwydd mewn teuluoedd eraill, ac ymarferion therapiwtig sy'n rhoi cyfle i rieni ystyried eu hymatebion eu hunain i'r materion a godwyd.
<i>Reflective Journal for Parents and Carers: Supporting Your Child after Sexual Abuse</i>	Dr Jessica Taylor/ VictimFocus (2021)	Gwybodaeth, cynghor ac ymarferion ysgrifennu myfyriol i gefnogi rhieni a gofalmwr wrth iddynt brosesu eu meddyliau, eu teimladau a'u profiadau eu hunain.
<i>Strong Mothers A Resource for Mothers and Carers of Children Who Have Been Sexually Assaulted</i>	Anne Peake a Marion Fletcher/ Russell House (1997)	Yn esbonio beth yw cam-drin plant yn rhywiol, pam nad yw plant sy'n cael eu cam-drin yn dweud wrth eu mamau, beth fydd yn digwydd pan fydd plentyn yn dweud, a sut i helpu'r plentyn ac atal camdriniaeth rhag digwydd.




# Gofalu am eich anghenion eich hun

## Gofalu am eich lles




Mae gweithio gyda rhieni sy'n ymdopi ag effaith cam-drin plant yn rhywiol fod yn flinedig iawn ac achosi llawer o straen. Gall hefyd ysgogi ymateb os oes gennych chi eich hun brofiadau a hanes o gam-drin rhywiol.


Efallai y bydd adegau pan fyddwch yn gweld bod y gwaith hwn yn effeithio ar eich iechyd a'ch lles chi eich hun, ac o bosibl ar y ffordd rydych yn meddwl ac yn ymddwyn.

Efallai y bydd eich ysgol yn gallu rhoi cefnogaeth i chi, drwy oruchwyliaeth neu gefnogaeth gan gymheiriaid o bosibl. Mae gan rai ysgolion gynlluniau lles gweithwyr a all ddarparu mynediad at gwnsela.

Gallwch ddod o hyd i wybodaeth i weithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda cham-drin ar wefan [Looking after yourself](#)  gan Project Upstream. Gallwch hefyd gael help a chefnogaeth gan yr elusen iechyd meddwl [Mind](#) .



Os oes gennych brofiad personol o gael eich cam-drin yn rhywiol, gallwch:



- dod o hyd i help, cymorth a chyngor yn eich ardal gan ddefnyddio [map ar-lein Survivors Trust o wasanaethau](#) 
- ffoniwch llinell gymorth [Rape Crisis](#)  ar on 0808 802 9999, a all hefyd ddweud wrthyhch ble mae eich gwasanaethau agosaf wedi'u lleoli os hoffech gael cymorth neu gwnsela wyneb yn wyneb
- ffoniwch y [National Association for People Abused in Childhood](#)  ar 0808 801 0331

dod o hyd i gymorth ar-lein i ddynion sy'n goroesi cam-drin rhywiol a thrais rhywiol gan [Survivors UK](#) .

Efallai hefyd y byddai yn fuddiol i chi gysylltu â sefydliadau sy'n cefnogi gweithwyr proffesiynol yn eu gwaith mewn cysylltiad â cham-drin plant yn rhywiol, ac i ddarllen am y pwnc yn fanylach.

## Sefydliadau sy'n darparu cymorth

Enw	Cylch Gorchwyl	Manylion
<a href="#">Sefydliad Marie Collins</a> 	Cenedlaethol	Yn darparu gwasanaethau mentora a goruchwyllo ymarfer a gynlluniwyd ar gyfer gweithwyr rheng flaen a rheolwyr ym maes gofal cymdeithasol plant, gwasanaethau iechyd, addysg, cyfiawnder troseddol, Cafcass a'r sector gwirfoddol.
<a href="#">Rhwydwaith NWG</a> 	Cenedlaethol	Rhwydwaith o weithwyr proffesiynol sy'n gweithio ym maes camfanteisio'n rhywiol ar blant. Mae ganddo adnoddau i gynorthwyo gweithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda rhieni y mae camfanteisio'n rhywiol ar blant yn effeithio arnynt, ac mae'n darparu hyfforddiant i helpu gweithwyr proffesiynol i weithio gyda theuluoedd fel partneriaid diogelu.

<b><u>Parents Against Child Exploitation (Pace)</u></b> 	Cenedlaethol	Yn darparu arweiniad a hyfforddiant i weithwyr proffesiynol ar sut mae camfanteisio'n rhywiol ar blant, caethwasiaeth fodern, masnachu mewn pobl a throseddu plant sy'n cael eu hecsbloetio yn effeithio ar y teulu cyfan.
<b><u>Brosiect Phoenix Gwlad yr Haf</u></b> 	Gwlad yr Haf	Yn darparu cymorth, hyfforddiant, ymgynghori a chyfeirio at weithwyr proffesiynol sy'n cefnogi plant a theuluoedd y mae cam-drin plant yn effeithio arnynt yn rhywiol.

Adnoddau i'ch helpu yn eich gwaith

Teitl	Awdur/cyhoeddwr	Manylion
<i>Reflective Journal for Practitioners Working in Abuse and Trauma</i>	Dr Jessica Eaton/ VictimFocus (2019)	Llyfr i unrhyw un sy'n gwirfoddoli neu'n gweithio gyda phlant neu oedolion sydd wedi cael eu cam-drin, eu trawmatig neu eu niweidio. Ei nod yw cefnogi myfyrwyr a meddwl yn feirniadol yn ogystal ag ymdrin â lles, trawma ficerol a hunan-ddatblygiad.
<i>Supporting Parents and Carers of Children and Young People Affected by Sexual Exploitation: A Toolkit for Professionals</i> 	The Children's Society (2018)	Dogfen ganllaw sy'n ymdrin â effaith camfanteisio'n rhywiol ar blant ar rieni; ymatebion proffesiynol i bobl ifanc a'u rhieni; rhwystrau i rieni gael gafael ar gymorth; ystyriaethau ynghylch cymorth i rieni; ac awgrymiadau ymarferol ar gyfer cefnogi rhieni.
<i>Supporting Parents with a Learning Disability through the Child Protection System</i> 	Mencap Cymru (2017)	Pecyn cymorth i helpu gweithwyr proffesiynol a rhieni i ddeall cyfrifoldebau allweddol gofal cymdeithasol i oedolion a gwasanaethau plant yng Nghymru, gan esbonio sut y dylid cefnogi rhieni ag anabledd dysgu drwy'r broses amddiffyn plant.

# Dogfennau cyfeiriol

*Minority Ethnic Children*. Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. [www.csacentre.org.uk/documents/improving-responses-csa-of-black-asian-minority-ethnic-children/](http://www.csacentre.org.uk/documents/improving-responses-csa-of-black-asian-minority-ethnic-children/)

Ashurst, L. a McAlinden, A. (2015) Young people, peer-to-peer grooming and sexual offending: Understanding and responding to harmful sexual behaviour within a social media society. *Probation Journal*, 62(4):374–388. <https://doi.org/10.1177/0264550515619572>

Bentovim, A. (gol.) (2013) *Hope for Children and Families: Targeting Abusive and Neglectful Parenting and the Associated Impairments of Children's Health and Development. Modular Systemic Interventions: Building on Strengths, Modifying Difficulties. A Resource Pack for Practitioners*. Efrog: Child and Family Training.

Blake, J. ac Epstein, R. (2019) *Listening to Black Women and Girls: Lived Experiences of Adulthood Bias*. Washington, DC: Georgetown Law Center on Poverty and Inequality. [www.law.georgetown.edu/poverty-inequality-center/wp-content/uploads/sites/14/2019/05/Listening-to-Black-Women-and-Girls.pdf](http://www.law.georgetown.edu/poverty-inequality-center/wp-content/uploads/sites/14/2019/05/Listening-to-Black-Women-and-Girls.pdf)

Blakemore, T., Herbert, J., Arney, F. a Parkinson, S. (2017) The impacts of institutional child sexual abuse: A rapid review of the evidence. *Child Abuse & Neglect*, 74:35–48. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.08.006>

Boyd, C. a Bromfield, L. (2006) *Young People Who Sexually Abuse: Materion Allweddol (Briff Ymarfer NCPC Rhif 1)*. Melbourne, Awstralia: Sefydliad Astudiaethau Teulu Awstralia. <https://aifs.gov.au/cfca/publications/young-people-who-sexually-abuse-key-issues>

Bragg, H. (2003) *Child Protection in Families Experiencing Domestic Violence*. Washington, DC: Office on Child Abuse and Neglect, US Department of Health and Human Services. [www.childwelfare.gov/pubPDFs/domesticviolence.pdf](http://www.childwelfare.gov/pubPDFs/domesticviolence.pdf)

Brown, S. (2020) *Negeseuon Allweddol Ymchwil ar Gam-drin Plant Sy'n Cael ei Gyflawni gan Oedolion*. Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. [www.csacentre.org.uk/resources/key-messages/csa-perpetrated-by-adults/](http://www.csacentre.org.uk/resources/key-messages/csa-perpetrated-by-adults/)

Centre of expertise on child sexual abuse with the Centre for Abuse and Trauma Studies (2020) *A New Typology of Child Sexual Abuse Offending*. Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. [www.csacentre.org.uk/documents/new-typology-of-child-sexual-abuse-offending/](http://www.csacentre.org.uk/documents/new-typology-of-child-sexual-abuse-offending/)

Children 1st (2016) *Getting It Right for Sexually Abused and Exploited Children and Young People: Long-term Effects of Child Sexual Abuse*. Caeredin: Children 1st. [www.pkc.gov.uk/media/40671/Leaflet-3-Stop-To-Listen-STL-Long-Term-Effects-of-CSA-CSE/pdf/Stop\\_to\\_Listen\\_Practitioner\\_Leaflet\\_3-Nov-2016](http://www.pkc.gov.uk/media/40671/Leaflet-3-Stop-To-Listen-STL-Long-Term-Effects-of-CSA-CSE/pdf/Stop_to_Listen_Practitioner_Leaflet_3-Nov-2016)

Crocetto, J. (2018) Non-offending fathers as caregivers in the aftermath of child sexual abuse disclosure: Applying a historical, attachment and case study lens. *Doctorate in Social Work (DSW) Dissertations*, 107. [https://repository.upenn.edu/edissertations\\_sp2/107/](https://repository.upenn.edu/edissertations_sp2/107/)

Cyngor ar Bopeth (2021) Os oes cynhadledd amddiffyn plant ar gyfer eich plentyn. [Tudalen we.] Cyrchwyd 28 Medi 2021. Ar gael yn: [www.citizensadvice.org.uk/family/children-and-young-people/protecting-children/local-authority-involvement/if-theres-a-child-protection-conference-for-your-child/](http://www.citizensadvice.org.uk/family/children-and-young-people/protecting-children/local-authority-involvement/if-theres-a-child-protection-conference-for-your-child/)

Cyngor Datblygu'r Gweithlu Plant (2009) *The Common Assessment Framework for Children and Young People: A Guide for Practitioners*. Leeds: CWDC. [http://greatermanchesterscb.proceduresonline.com/pdfs/caf\\_guidance\\_practitioners.pdf](http://greatermanchesterscb.proceduresonline.com/pdfs/caf_guidance_practitioners.pdf)

Daignault, I., Cyr, M. a Hébert, M. (2017) Working with non-offending parents in cases of child sexual abuse. Yn Dixon, L., Perkins, D. Hamilton-Giachritsis, C. a Craig, L. (eds.) *The Wiley Handbook of What Works in Child Maltreatment: An Evidence-based Approach to Assessment and Intervention in Child Protection*. Chichester: Wiley-Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781118976111.ch25>



Elliott, A. a Carnes, C. (2001) Reactions of nonoffending parents to the sexual abuse of their child: A review of the literature. *Child Maltreatment*, 6(4):314–331. <https://doi.org/10.1177/2F1077559501006004005>

Family Action (2017) *Parent and Carers Information Booklet*. Caerlŷr: Family Action. [www.family-action.org.uk/content/uploads/2020/03/Parent-and-Carers-Booklet-Web-Version.pdf](http://www.family-action.org.uk/content/uploads/2020/03/Parent-and-Carers-Booklet-Web-Version.pdf).

Finkelhor, D. (2009) The prevention of childhood sexual abuse. *The Future of Children*, 19(2):169–194. [www.jstor.org/stable/27795052](http://www.jstor.org/stable/27795052)

Fisher, C., Goldsmith, A., Hurcombe, R. a Soares, C. (2017) *The Impacts of Child Sexual Abuse: A Rapid Evidence Assessment*. Llundain: Ymchwiliad Annibynnol i Gam-drin Plant yn Rhywiol. [www.iicsa.org.uk/reports-recommendations/publications/research/impacts-csa](http://www.iicsa.org.uk/reports-recommendations/publications/research/impacts-csa)

Fuller, G. (2016) *Non-offending Parents as Secondary Victims of Child Sexual Assault (Trends and Issues in Crime and Criminal Justice, No.500)*. Canberra, Awstralia: Australian Institute of Criminology. [www.aic.gov.au/publications/tandi/tandi500](http://www.aic.gov.au/publications/tandi/tandi500)

Gannon, T., Beech, A. a Ward, T. (2008) Does the polygraph lead to better risk prediction for sexual offenders? *Aggression and Violent Behavior*, 13(1):29–44. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2007.08.001>

Glinski, A. (2020) “But they must have known!” Effectively working with non-abusing parents. [Tudalen we.] Cyrchwyd 28 Medi 2021. Ar gael yn: [www.csacentre.org.uk/resources/blog/but-they-must-have-known-effectively-working-with-non-abusing-parents/](http://www.csacentre.org.uk/resources/blog/but-they-must-have-known-effectively-working-with-non-abusing-parents/)

Godbout, N., Briere, J., Sabourin, S. a Lussier, Y. (2014) Child sexual abuse and subsequent relational and personal functioning: The role of parental support. *Child Abuse & Neglect*, 38(2):317–325. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.10.001>

Gonzalez, A. (2015) Tips for connecting with non-English-speaking parents. *Education Week Teacher*, 1 December. [www.edweek.org/tm/articles/2015/12/01/tips-for-connecting-with-non-english-speaking-parents.html](http://www.edweek.org/tm/articles/2015/12/01/tips-for-connecting-with-non-english-speaking-parents.html)

Hackett, S. (2014) *Children and Young People with Harmful Sexual Behaviours: Research Review*. Dartington: Research in Practice. [https://tce.researchinpractice.org.uk/wp-content/uploads/2020/05/children\\_and\\_young\\_people\\_with\\_harmful\\_sexual\\_behaviours\\_research\\_review\\_2014.pdf](https://tce.researchinpractice.org.uk/wp-content/uploads/2020/05/children_and_young_people_with_harmful_sexual_behaviours_research_review_2014.pdf)

Hackett, S. (2001) *Facing the Future: A Guide for Parents of Young People Who Have Sexually Abused*. Lyme Regis: Russell House Publishing.

Hanson, E. (2017) The impact of online sexual abuse on children and young people. Yn Brown, J. (gol.) *Online Risk to Children: Impact, Protection and Prevention*. Chichester: Wiley-Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781118977545.ch6>

Hardy, R. (2018) Working with fathers: key advice from research. [Tudalen we.] Cyrchwyd 28 Medi 2021. Ar gael yn: [www.communitycare.co.uk/2018/02/19/working-fathers-key-advice-research/](http://www.communitycare.co.uk/2018/02/19/working-fathers-key-advice-research/)

Health Service Executive (2011) *Child Protection and Welfare Practice Handbook*. Dilyn: HSE. [www.hse.ie/eng/services/publications/children/childprotectionandwelfarepracticehandbook.html](http://www.hse.ie/eng/services/publications/children/childprotectionandwelfarepracticehandbook.html)

Hill, M., Stafford, P., Seaman, P., Ross, N. a Daniel, B. (2007) *Parenting and Resilience*. Efrog: Sefydliad Joseph Rowntree. [www.jrf.org.uk/sites/default/files/jrf/migrated/files/parenting-resilience-children.pdf](http://www.jrf.org.uk/sites/default/files/jrf/migrated/files/parenting-resilience-children.pdf)

Horwath, J. a Lees, J. (2010) Assessing the influence of religious beliefs and practices on parenting capacity: The challenges for social work practitioners. *The British Journal of Social Work*, 40(1):82–99. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcn116>

Humphreys, C. a Mullender, A. (2000) *Children and Domestic Violence: A Research Overview of the Impact on Children*. Dartington: Research in Practice.



- Hurcombe, R., Darling, A., Mooney, B., Ablett, G., Soares, C., King, S. a Brähler, V. (2019) *Truth Project Thematic Report: Child Sexual Abuse in the Context of Religious Institutions*. Llundain: Ymchwiliad Annibynnol i Gam-drin Plant yn Rhywiol. [www.iicsa.org.uk/reports-recommendations/publications/research/csa-religious-institutions](http://www.iicsa.org.uk/reports-recommendations/publications/research/csa-religious-institutions)
- Kendall-Tackett, K., Williams, L. a Finkelhor, D. (1993) Impact of sexual abuse on children: A review and synthesis of recent empirical studies. *Psychological Bulletin*, 113(1):164–180. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.1.164>
- Kilroy, S., Egan, J., Maliszewska, A. a Sarma, K. (2014) “Systemic Trauma”: The impact on parents whose children have experienced sexual abuse. *Journal of Child Sexual Abuse*, 23(5):481–503. <https://doi.org/10.1080/10538712.2014.920458>
- Laming, D. (2003) *The Victoria Climbié Inquiry. Report of an Inquiry by Lord Laming*. Llundain: Yr Adran Iechyd/Swyddfa Gartref. [www.gov.uk/government/publications/the-victoria-climbié-inquiry-report-of-an-inquiry-by-lord-laming](http://www.gov.uk/government/publications/the-victoria-climbié-inquiry-report-of-an-inquiry-by-lord-laming)
- Liddell, M. a Taylor, S. (2015) *Women’s Experiences of Learning about the Involvement of a Partner Possessing Child Abuse Material in Australia*. Victoria, Awstralia: RMIT University. [https://uploads-ssl.webflow.com/526b7ac56d0c50607100026b/5ed72e92432bf5519e0866b2\\_2015%20RMIT%20and%20PartnerSPEAK%20Research%20Report.pdf](https://uploads-ssl.webflow.com/526b7ac56d0c50607100026b/5ed72e92432bf5519e0866b2_2015%20RMIT%20and%20PartnerSPEAK%20Research%20Report.pdf)
- Lipton, M. (1997) The effect of the primary caretaker’s distress on the sexually abused child: A comparison of biological and foster parents. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 14(2):115–127. <https://doi.org/10.1023/A:1024505216535>
- Llywodraeth Cymru (2019) *Cynllun Gweithredu Cenedlaethol: Atal ac Ymateb i Gam-drin Plant yn Rhywiol*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru. <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-07/cynllun-gweithredu-cenedlaethol-atal-ac-ymateb-i-gam-drin-plant-yn-rhywiol.pdf>
- McCaffrey, Y., Riordan, C. a Malee, M. (2015) *A Stone Unturned: A Guide for Families of Children Who Have Experienced Sexual Abuse*. Dulyn: Health Service Executive/TUSLA. [www.hse.ie/eng/services/publications/children/astoneuntuned.pdf](http://www.hse.ie/eng/services/publications/children/astoneuntuned.pdf)
- McDermott, D. (2008) Understanding culturally diverse parents and teachers. Yn McDermott, D. *Developing Caring Relationships among Parents, Children, Schools, and Communities*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications. <http://dx.doi.org/10.4135/9781483329437.n5>
- MacFarlane, K., Waterman, J., Conerly, S., Damon, L., Durfee, M. a Long, S. (gol.) (1986) *Sexual Abuse of Young Children: Evaluation and Treatment*. Efrog Newydd: Gwasg Guilford.
- McGaw, S., Shaw, T. a Beckley, K. (2007) Prevalence of psychopathology across a service population of parents with intellectual disabilities and their children. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 4(1):11–22. <https://doi.org/10.1111/j.1741-1130.2006.00093.x>
- McNeish, D. a Scott, S. (2018) *Negeseuon Allweddol o Ymchwil ar Gam-drin Plant yn Rhywiol o Fewn y Teulu*. Barkingsside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. [www.csacentre.org.uk/resources/key-messages/intra-familial-csa/](http://www.csacentre.org.uk/resources/key-messages/intra-familial-csa/)
- McNeish, D. a Scott, S. (2018) *Negeseuon Allweddol o’r Ymchwil ar Blant a Phobl Ifanc Sy’n Arddangos Ymddygiad Rhywiol Niweidiol*. Barkingsside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. [www.csacentre.org.uk/resources/key-messages/harmful-sexual-behaviour/](http://www.csacentre.org.uk/resources/key-messages/harmful-sexual-behaviour/)
- Masilo, G. a Davhana-Maselesele, M. (2017) Guidelines for support to mothers of sexually abused children in North-West province. *Curationis*, 40(1):a1689. <https://doi.org/10.4102/curationis.v40i1.1689>
- Myles, L. Sabin, N. a Dove, J. (2022) *Cynllunio Diogelwch mewn Addysg: Canllaw i Weithwyr Proffesiynol yn Rhoi Cymorth i Blant yn dilyn Digwyddiad o Ymddygiad Rhywiol Niweidiol*. Barkingsside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. [www.csacentre.org.uk/documents/cynllunio-diogelwch-mewn-addysg/](http://www.csacentre.org.uk/documents/cynllunio-diogelwch-mewn-addysg/)
- National Child Traumatic Stress Network (2010) *It’s Never Your Fault: The Truth about Sexual Abuse*. Los Angeles, CA: National Center for Child Traumatic Stress. [www.nctsn.org/resources/its-never-your-fault-truth-about-sexual-abuse](http://www.nctsn.org/resources/its-never-your-fault-truth-about-sexual-abuse)

National Child Traumatic Stress Network (2009) *Caring for Kids: What Parents Need to Know about Child Sexual Abuse*. Los Angeles, CA: National Center for Child Traumatic Stress. <https://www.nctsn.org/resources/caring-kids-what-parents-need-know-about-sexual-abuse>

NSPCC (2018) *"Is This Sexual Abuse?" NSPCC Helplines Report: Peer Sexual Abuse*. Llundain: NSPCC. <https://learning.nspcc.org.uk/research-resources/2018/is-this-sexual-abuse>

NSPCC (2014) *People Whose First Language Is Not English: Learning from Case Reviews*. Llundain: NSPCC. Cyrchwyd o: <https://learning.nspcc.org.uk/research-resources/learning-from-case-reviews/first-language-not-english>

Palfrey N. a Harris, A. (2014) *Information for Professionals on Supporting Children and Families after a Child Has Been Abused*. Garran, Awstralia: Australian Child & Adolescent Trauma, Loss & Grief Network. <https://earlytraumagrieff.anu.edu.au/files/profresponchildabusetip.pdf>.

Palmer, E. a Jenkins, P. (2014) *Parents as Partners in Safeguarding Children: An Evaluation of PACE's Work in Four Lancashire Child Sexual Exploitation Teams October 2010 – October 2012*. Leeds: Parents Against Child Exploitation. [www.paceuk.info/wp-content/uploads/2013/11/1116\\_parents\\_as\\_partners\\_white\\_paper\\_V2\\_sgls.pdf](http://paceuk.info/wp-content/uploads/2013/11/1116_parents_as_partners_white_paper_V2_sgls.pdf)

Panter-Brick, C., Burgess, A., Eggerman, M., McAllister, F., Pruett, K. a Leckman, J. (2014) Practitioner review: Engaging fathers – recommendations for a game change in parenting interventions based on a systematic review of the global evidence. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*, 55(11):1187–1212. <https://dx.doi.org/10.1111%2Fjcpp.12280>

Parents Against Child Exploitation (n.d.) Living and coping with child sexual exploitation. [Tudalen we.] Cyrchwyd 28 Medi 2021. Ar gael yn: <https://paceuk.info/infoadvice/living-and-coping-with-child-sexual-exploitation/>

Parents Protect (2020) Harmful behaviour in young people and children. [Tudalen we.] Cyrchwyd 28 Medi 2021. Ar gael yn: [www.parentsprotect.co.uk/harmful-behaviour-in-young-people-and-children.htm](http://www.parentsprotect.co.uk/harmful-behaviour-in-young-people-and-children.htm)

Pike, N., Langham, M. a Lloyd, S. (2019) *Parents' Experiences of the Children's Social Care System when a Child Is Sexually Exploited*. Leeds: Parents Against Child Exploitation. <http://paceuk.info/wp-content/uploads/2020/01/Parents%E2%80%99-experiences-of-Children%E2%80%99s-Social-Care-Report-digital.pdf>

Plummer, C. ac Eastin, J. (2007) System intervention problems in child sexual abuse investigations: The mothers' perspectives. *Journal of Interpersonal Violence*, 22(6):775–787. <https://doi.org/10.1177%2F0886260507300753>

Pyburn, S. (2017) *Why Don't Children Tell Us If They're Being Sexually Abused: Practice Essentials (CareKnowledge Special Report)*. Hove: Pavilion Publishing and Media.

Rivera, A. (n.d.) *Working with Mothers of Sexually Abused Children*. Glasgow: Women's Support Project. [www.womenssupportproject.org.uk](http://www.womenssupportproject.org.uk)

Rodger, H., Hurcombe, R., Redmond, T. a George, R. (2020) *"People Don't Talk about It": Child Sexual Abuse in Ethnic Minority Communities*. Llundain: Ymchwiliad Annibynnol i Gam-drin Plant yn Rhywiol. [www.iicsa.org.uk/publications/research/child-sexual-abuse-ethnic-minority-communities](http://www.iicsa.org.uk/publications/research/child-sexual-abuse-ethnic-minority-communities)

Scott, S. a McNeish, D. (2017) *Supporting Parents of Sexually Exploited Young People: An Evidence Review*. Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. [www.csacentre.org.uk/our-research/responding-to-csa/supporting-parents/](http://www.csacentre.org.uk/our-research/responding-to-csa/supporting-parents/)

Simon, A., Hauari, H., Hollingworth, K. a Vorhaus, J. (2011) *A Rapid Literature Review of Evidence on Child Abuse Linked to Faith or Belief*. Llundain: Childhood Wellbeing Research Centre. [www.gov.uk/government/publications/a-rapid-literature-review-of-evidence-on-child-abuse-linked-to-faith-or-belief](http://www.gov.uk/government/publications/a-rapid-literature-review-of-evidence-on-child-abuse-linked-to-faith-or-belief)


Smith, G. (2008) *The Protectors' Handbook: Reducing the Risk of Child Sexual Abuse and Helping Children Recover* Llundain: Cymdeithas Mabwysiadu a Maethu Prydain.

- Somerset Phoenix Project (n.d.) *Information Guide for Parents and Carers*. Taunton: SPP. [www.somersetphoenixproject.org.uk/userfiles/files/Guide%20for%20parents%20-%20V9%20FINAL.pdf](http://www.somersetphoenixproject.org.uk/userfiles/files/Guide%20for%20parents%20-%20V9%20FINAL.pdf)
- Somerset Phoenix Project (2018) *Information Guide for Professionals*. Taunton: SPP. [www.somersetphoenixproject.org.uk/userfiles/files/Guide%20for%20parents%20-%20V9%20FINAL.pdf](http://www.somersetphoenixproject.org.uk/userfiles/files/Guide%20for%20parents%20-%20V9%20FINAL.pdf)
- Still, J. (2016) *Assessment and Intervention with Mothers and Partners following Child Sexual Abuse: Empowering to Protect*. Llundain: Jessica Kingsley Publishers.
- Stolow, K., Einhorn, L. a Snyder, S. (2011) *Working with Non-offending Parents of Sexually-abused Children*. New Brunswick, NJ: Dorothy B. Canolfan Amddiffyn Plant Ranbarthol Hersh.
- Substance Abuse and Mental Health Services Administration (2014) *SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-informed Approach*. Rockville, NJ: SAMSHA. <https://store.samhsa.gov/product/SAMHSA-s-Concept-of-Trauma-and-Guidance-for-a-Trauma-Informed-Approach/SMA14-4884>
- Summit, R. (1983) The child sexual abuse accommodation syndrome. *Child Abuse & Neglect*, 7(2):177–193. [https://doi.org/10.1016/0145-2134\(83\)90070-4](https://doi.org/10.1016/0145-2134(83)90070-4)
- Tarleton, B., Ward, L. a Howarth, J. (2006) *Finding the Right Support? A Review of Issues and Positive Practice in Supporting Parents with Learning Difficulties and Their Children*. Llundain: Sefydliad y Baring. <https://baringfoundation.org.uk/wp-content/uploads/2014/10/Findingrightsupport.pdf>
- The Children's Society (2018) *Children and Young People Presenting with Harmful Sexual Behaviours: A Toolkit for Professionals*. Llundain: The Children's Society. [www.csepoliceandprevention.org.uk/sites/default/files/Harm%20Behaviours%20Toolkit.pdf](http://www.csepoliceandprevention.org.uk/sites/default/files/Harm%20Behaviours%20Toolkit.pdf)
- ThinkuKnow (2020.) Online sexual abuse: webcam and images. [Tudalen we.] Cyrchwyd 28 Medi 2021. Ar gael yn: [www.thinkuknow.co.uk/parents/articles/Online-sexual-abuse/](http://www.thinkuknow.co.uk/parents/articles/Online-sexual-abuse/).
- Unwin, P. a Stephens-Lewis, D. (2016) *Evaluating the Health Implications of Child Sexual Exploitation on Parents*. Leeds: Parents Against Child Exploitation. <http://paceuk.info/wp-content/uploads/Health-Implications-of-CSE-on-Parents-2016.pdf>
- von Weiler, J., Haardt-Becker, A. a Schulte, S. (2010) Care and treatment of child victims of child pornographic exploitation (CPE) in Germany. *Journal of Sexual Aggression* 16(2):211–222. <https://doi.org/10.1080/13552601003759990>
- Warrington, C., Beckett, H., Ackerley, E., Walker M. ac Allnock, D. (2017) *Making Noise: Children's Voices for Positive Change after Sexual Abuse. Children's Experiences of Help-seeking and Support after Sexual Abuse in the Family Environment*. Luton: Prifysgol Swydd Bedford. [www.beds.ac.uk/sylrc/recently-completed-projects/making-noise/](http://www.beds.ac.uk/sylrc/recently-completed-projects/making-noise/)
- Willingham, E. (2007) *Maternal Perceptions and Responses to Child Sexual Abuse (Counseling and Psychological Services Dissertations)*. Atlanta: Prifysgol Talaith Georgia. [https://scholarworks.gsu.edu/cps\\_diss/12/](https://scholarworks.gsu.edu/cps_diss/12/)
- Winder, B., Blagden, N., Armitage, R., Duncan, K., Wakeham, A., Roberts, L. a Berti, C. (2020) *The Experiences of Non-offending Partners of Individuals Who Have Committed Sexual Offences. Recommendations for Practitioners and Stakeholders*. Nottingham: Sexual Offences, Crime and Misconduct Research Unit, Nottingham Trent University. <http://irep.ntu.ac.uk/id/eprint/41769/>
- Working Together with Parents Network (2007) *Top Tips – If You Think a Parent Has a Learning Difficulty or Learning Disability...* Bristol: Prifysgol Bryste, Ysgol Astudiaethau Polisi. [www.bristol.ac.uk/media-library/sites/sps/documents/wtpn\\_top\\_tips\\_for\\_workers.pdf](http://www.bristol.ac.uk/media-library/sites/sps/documents/wtpn_top_tips_for_workers.pdf)
- Working Together with Parents Network (2014) *Parents with Learning Disabilities – An Introduction*. Bryste: Prifysgol Bryste, Ysgol Astudiaethau Polisi. [www.bristol.ac.uk/sps/media/WTWPN\\_documents/intro-to-parents-with-learning-diffs-july-2014.pdf](http://www.bristol.ac.uk/sps/media/WTWPN_documents/intro-to-parents-with-learning-diffs-july-2014.pdf)
- Yates, P. ac Allardyce, S. (2020) *Sibling Sexual Abuse: A Knowledge and Practice Overview*. Barkingsside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. [www.csacentre.org.uk/knowledge-in-practice/practice-improvement/sibling-sexual-abuse/](http://www.csacentre.org.uk/knowledge-in-practice/practice-improvement/sibling-sexual-abuse/)

Yamamoto, D. (2015) *The Advocate's Guide: Working with Parents of Children Who Have Been Sexually Assaulted* Enola, PA: Canolfan Adnoddau Trais Rhywiol Cenedlaethol. [www.nsvrc.org/publications/nsvrc-publications-guides/advocates-working-parents-children-who-have-been-sexually-assaulted](http://www.nsvrc.org/publications/nsvrc-publications-guides/advocates-working-parents-children-who-have-been-sexually-assaulted).

Yr Adran Addysg (2018) *Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Plant: A guide to inter-agency working to safeguard and promote the welfare of children*. Llundain: Yr Adran Addysg. [www.gov.uk/government/publications/working-together-to-safeguard-children--2](http://www.gov.uk/government/publications/working-together-to-safeguard-children--2)

# Atodiad 1: Canllawiau Llywodraeth

Cefnogir canllawiau statudol Llywodraeth Cymru, Cadw dysgwyr yn Ddiogel, gan **Canllawiau Ymarfer Cymru Gyfan – Diogelu Plant lle mae Pryderon ynghylch Ymddygiad Rhywiol Niweidiol** , sy'n cynnwys y wybodaeth a ganlyn mewn cysylltiad â gweithio gyda rhieni a gofawyr y plant dan sylw:

Efallai bod pobl ifanc yn gwadu bod ganddynt broblem gyda'u hymddygiad rhywiol a gall hyn gael ei gefnogi gan rieni nad ydynt am wynebu realiti eu plentyn yn ymddwyn fel hyn. Mae hwn yn ymateb cyffredin i'r mater hwn, ac mae angen i ymarferwyr egluro natur a phwrrpas yr ymyriad yn glir er mwyn i rieni ddeall yr hyn sy'n cael ei gynnig. Gall y cynnig o waith pellach gael ei fframio'n ddefnyddiol fel cyfle i ddeall sut y daeth y person ifanc i fod mewn sefyllfa lle'r oedd yn ymddwyn mewn ffordd a oedd yn cael ei hystyried yn gam-drin.


Mae cefnogaeth rhieni a gofawyr yn hynod o ddefnyddiol o ran hyrwyddo ymgysylltu a chanlyniadau llwyddiannus. Mae angen hysbysu rhieni am y rhaglen i'r graddau eu bod yn ymwybodol y bydd sgysiau rhywiol eglur yn digwydd, hefyd efallai y gofynnir iddynt siarad â'u plentyn am faterion rhywiol. Gellir gofyn iddynt hefyd fodelu agweddau ac iaith rhywiol briodol a pharchus.

[...]

Mae angen gwybodaeth a chynghor clir ar rieni/gofawyr am yr hyn fydd yn digwydd, am unrhyw ymyriadau a gaiff eu darparu i'w plentyn ac am y pethau y gallant eu gwneud i helpu i amddiffyn eu plentyn a phlant eraill rhag niwed pellach.

[...]

Os oes gan unrhyw asiantaeth sy'n ymwneud â'r plentyn bryderon y gallai fod gan y plentyn anghenion gofal a chymorth na all ei rieni/gofawyr eu bodloni heb gymorth, dylai geisio cydsyniad y rhieni i atgyfeirio'r plentyn i wasanaeth Gwybodaeth, Cyngor a Chymorth yr awdurdod lleol er mwyn asesu ei anghenion.

Mae argraffiad Medi 2022 o ganllawiau statudol yr Adran Addysg ar gyfer Lloegr, **Keeping Children Safe in Education** , yn nodi ym mharagraffau 547–552 sut y dylai ysgolion weithio gyda rhieni a gofawyr yn dilyn adroddiadau o drais rhywiol ac aflonyddu rhywiol yn amgylchedd yr ysgol:

## Gweithio gyda rhieni a gofawyr

547. Bydd yr ysgol neu'r coleg, yn y rhan fwyaf o achosion, yn ymgysylltu â rhieni neu ofalwyr y dioddefwr a'r drwgweithredwr honedig yn dilyn adroddiad o drais rhywiol (efallai na fydd hyn yn angenrheidiol neu'n gymesur yn achos aflonyddu rhywiol a dylid ystyried pob achos yn unigol). Yr eithriad i'r rheol hon yw os oes rheswm i gredu y bydd hysbysu rhiant neu ofalwr yn achosi mwy o risg i blentyn. Dylai ysgolion a cholegau ystyried yn ofalus pa wybodaeth y maent yn ei rhoi i'r rhieni neu'r gofawyr perthynol ynglŷn â'r plentyn arall sy'n rhan o'r achos a phryd y maent yn gwneud hynny. Mewn rhai achosion, bydd gan ofal cymdeithasol plant a/neu'r heddlu farn bendant iawn a bydd yn bwysig bod yr ysgol neu'r coleg yn gweithio gydag asiantaethau perthnasol i sicrhau cysondeb wrth rannu gwybodaeth.

548. Mae'n ymarfer da i'r ysgol neu'r coleg gyfarfod rhieni neu ofalwyr y dioddefwr gyda'r dioddefwr yn bresennol i drafod pa drefniadau sy'n cael eu rhoi ar waith i ddiogelu'r dioddefwr a deall ei ddymuniadau o ran cefnogaeth y gallai fod arno ei hangen a pha gamau fydd yn cael eu cymryd mewn cysylltiad â'r adroddiad.

549. Mae hefyd yn ymarfer da i'r ysgol neu'r coleg gyfarfod rhieni neu ofalwyr y drwgweithredwr honedig i drafod unrhyw drefniadau sy'n cael eu rhoi ar waith sy'n effeithio ar ddrwgweithredwr honedig, er enghraifft, ei symud o ddosbarthiadau gyda'r dioddefwr a beth y mae hyn yn ei olygu i'w addysg. Dylid egluro'r rheswm y tu ôl i unrhyw benderfyniadau. Dylid trafod cefnogaeth i'r drwgweithredwr honedig.

550. Fel arfer byddai'r arweinydd diogelu dynodedig (neu ddirprwy) yn bresennol mewn unrhyw gyfarfodydd o'r fath. Dylid ystyried presenoldeb asiantaethau eraill ym mhob achos unigol.

551. Bydd polisiâu ymddygiad a pholisiâu amddiffyn plant clir, yn enwedig polisiâu sy'n amlinellu egwyddorion rheoli adroddiadau o drais rhywiol a sut y mae dioddefwyr a drwgweithredwyr honedig yn debygol o gael eu gefnogi, y gall rhieni a gofawyr eu gweld, mewn rhai achosion, yn helpu i reoli sgysiau sy'n anrffod yn rhai anodd iawn.

552. Efallai y bydd rhieni a gofawyr yn ei chael hi'n anodd i ymdopi ag adroddiad bod eu plentyn wedi dioddef ymosodiad rhywiol neu yr honnir ei fod wedi ymosod yn rhywiol ar blentyn arall. [...] Dylai ysgolion a cholegau ystyried cyfeirio rhieni a gofawyr at [...] gefnogaeth.







The CSA Centre  
Tanners Lane,  
Barkingside,  
Ilford, Essex,  
IG6 1QG.

Cymerwyd y ffotograffau yn y  
cyhoeddiad hwn gan ddefnyddio  
actorion ac nid ydynt yn darlunio  
sefyllfaoedd gwirioneddol.