

Archwiliad creadigol i ddarganfod  
beth a sut mae pobl ifanc eisiau  
dysgu am Addysg Cydberthynas a  
Rhywioldeb yn yr ysgol uwchradd



Mae pobl ifanc yn dysgu am gydberthynas a rhywioldeb ym mhob man – nid dim ond mewn gwersi Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb ac nid yn yr ysgol yn unig.



Bob dydd mae cwricwlwm cudd ar waith wrth i bobl ifanc ddelio â negeseuon cymhleth am gydberthynas, cyrff, teimladau a hunaniaethau.



Ac eto, mae'r hyn sy'n bwysig i bobl ifanc yn rhy aml o lawer wedi'i bacio mewn ffyrdd sy'n symleiddio a stereoteipio dysgu a phrofiadau pobl ifanc.



Mae adeiladu Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb o safon uchel yn golygu bod ar yr un donfedd â phobl ifanc o ran amrywiaeth a chymhlethdod eu profiadau byw.

# Gwneud i lais disgyblion gael ei glywed mewn ffordd wahanol drwy archwiliad Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb creadigol

Mae'r astudiaeth achos hon\* yn rhannu amrywiaeth o weithgareddau creadigol y gall ysgolion eu haddasu i alluogi pobl ifanc i rannu beth a sut maen nhw eisiau dysgu am Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn yr ysgol.

Bu athrawon ac ymchwilwyr yn cyd-hwyluso 5 archwiliad creadigol Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb, gyda mwy na 70 o bobl ifanc (13-17 oed) mewn tair ysgol: un led-wledig, un is-drefol, un ysgol ffydd.



Mae archwiliad creadigol yn ffordd o ddod ag Erthygl 12 o Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP) yn fyw drwy sicrhau bod llais y disgybl yn dod yn bwysig mewn modd creadigol yng nghyswllt materion a phenderfyniadau sy'n effeithio arnynt.

\*Prosiect cydweithredol oedd hwn rhwng Prifysgol Caerdydd, y Brifysgol Agored, Coleg Prifysgol Llundain (UCL), Brook a'r Fforwm Addysg Rhyw. Mae'n cael ei ariannu gan Ymddiriedolaeth Wellcome. I gael rhagor o wybodaeth, ewch i: [www.natsal.ac.uk/engaging-sexual-stories](http://www.natsal.ac.uk/engaging-sexual-stories)

**Rhybudd:** darllenwch yr **adran Diogelwch a Chefnogaeth yn yr adnodd AGENDA** cyn addasu unrhyw rai o'r gweithgareddau yn yr astudiaeth achos hon

## Pam defnyddio dulliau creadigol?

Gall dulliau creadigol...

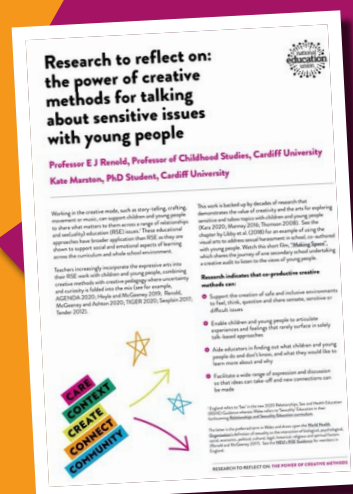
- Gefnogi creu amgylcheddau diogel a chynhwysol i deimlo, meddwl, cwestiynu a rhannu materion synhwyrus, sensitif neu anodd fel beth sy'n eu taro'n chwithig, beth sy'n niweidiol, beth sy'n deg neu beth sy'n gydsyniol.
- Galluogi plant a phobl ifanc i gyfleu profiadau a theimladau sy'n anaml yn dod i'r wyneb mewn dulliau sy'n seiliedig ar siarad yn unig.
- Cynorthwyo addysgwyr i ganfod beth mae plant a phobl ifanc yn ei wybod neu beidio, a beth hoffen nhw ddysgu mwy amdano a pham.
- Hwyluso ystod eang o fynegiant a thrafodaeth fel bod modd sbarduno syniadau a chreu cysylltiadau newydd.

## Beth yw ystyr bod yn greadigol?

I gael gwybod mwy, cymerwch olwg ar y canlynol, sef crynodeb o'r pum prif elfen sy'n ymwneud â gweithio'n greadigol gyda phlant a phobl ifanc.

- Bod yn llawn dychymyg
- Datblygu defnydd o'r synhwyrus
- Bod yn chwilfrydig
- Bod yn foesegol
- Bod yn gelfydd

Yn cyd-fynd â phob elfen mae myfyrdodau athrawon ar gynnal 'archwiliad creadigol' - sy'n cael ei amlinellu yn **adnodd CRUSH**.





# Diogelwch a Diogelu: cyn i chi ddechrau

## Crewch le diogel

Wrth baratoi ar gyfer y gweithgareddau gwranddo hyn, rydym yn eich annog i ystyried yn ofalus y gofod y byddwch yn ei ddefnyddio. Efallai y byddwch yn dewis lleoliadau gwahanol ar gyfer gwahanol weithgareddau yn ogystal â gwahanol adegau o'r dydd yn dibynnu ar y gwahanol bobl rydych chi am ymgysylltu â nhw (e.e. amser cinio, ar ôl ysgol, rhyddhau o amser dosbarth, fel rhan o wers Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb).

## Mae ymddiriedaeth, cyfrinachedd a chael bod yn ddiennw yn ganolog

Os ydych chi wedi sefydlu gweithgor Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb, efallai y byddwch, gyda chaniatâd, yn dweud y byddwch yn defnyddio'r data a gasglwch i lywio eich polisi ACRh yn y dyfodol, i gynllunio'r cwricwlwm, neu i ganfasio safbwyntiau ehangach gan bobl ifanc eraill, athrawon a rhieni/gofalwyr.

Mewn archwiliad ACRh creadigol, dylai pobl ifanc allu dewis peidio cymryd rhan mewn rhai o'r gweithgareddau neu'r cyfan, heb orfod rhoi rheswm. Os bydd unrhyw un yn edrych fel pe na baent am gymryd rhan, atgoffwch nhw fod eu cyfranogiad yn wirfoddol. Os yw'n anodd eu hanfon yn ôl i'r dosbarth, rhwch weithgaredd amgen iddyn nhw.

## Modelu CYDSYNIAD

Mae modelu cydsyniad hefyd yn allweddol i greu amgylchedd diogel a chynhwysol.

Felly ar ddechrau pob sesiwn, byddwch yn glir pam rydych yn gwneud y gweithgaredd a sut byddwch chi'n defnyddio'r canfyddiadau.

## Byddwch yn ymwybodol o DDIOGELU

Gwnewch yn siŵr bod gweithdrefnau clir ar gyfer unrhyw ddatgeliadau a all godi yn ystod y gweithgaredd a bod myfyrwyr yn gwybod ble gallan nhw fynd i gael cymorth neu gyngor pellach.

Ewch i adran AGENDA ar 'ddiogelu a chefnogi' sy'n rhoi mwy o syniadau i chi ar sut i greu gofodau diogel a chynhwysol. Mae hefyd yn darparu ymarferwyr uniongyrchol i sefydliadau a fforymau arbenigol, i roi cymorth a chynghor ar hawliau plant, amddiffyn plant a materion diogelu.

Gofalwch hefyd fod yr holl ddata'n cael ei storio'n ddiogel mewn ystafell neu gabinet sydd dan glo.



## 1. Cychwynnwch drwy greu mobeil cwmwl cefnogi

Gweithgaredd gwerthfawr a ddefnyddiwyd gennym i gychwyn, cyn archwilio materion sensitif gyda phobl ifanc oedd y 'cwmwl cefnogi'. Mae hyn yn helpu pobl ifanc i nodi at bwy gallan nhw droi os bydd angen cymorth, cyngor neu i wneud datgeliad A beth maen nhw'n meddwl sy'n creu gofod diogel a chynhwysol ar gyfer yr archwiliad creadigol.

Ar y naill ochr i'r cwmwl, gwahoddwch y bobl ifanc i enwi'r holl bobl y bydden nhw'n mynd atynt petaen nhw'n pryderu amdanynt eu hunain neu rywun arall. Gallwch eu helpu i lenwi'r bylchau.

**Ar ochr arall y cwmwl:** gwahoddwch y bobl ifanc i nodi beth maen nhw'n meddwl sy'n creu gofod diogel, cefnogol a chynhwysol.

### Lluniwch fobeil o'r cwmwl

Ar ôl i'r bobl ifanc orffen eu cwmwl cefnogi, gallwch chi greu mobeil cefnogi i'w arddangos yn y dosbarth, yn atgof gweledol o sut, pam a ble gall plant ofyn am gymorth a chynghor ychwanegol. Gellir cyfeirio at hyn trwy gydol yr archwiliad creadigol.



## 2. Ail-ddelweddu ACRh

Ein gweithgaredd creadigol nesaf oedd gweithio gyda'r cardiau CRUSH i annog pobl ifanc i ddychmygu ac ail-ddychmygu'r hyn y gallai ACRh ei gynnwys. Mae gan y cardiau a ddefnyddiwyd gennym ddelwedd ar un ochr ac maent yn wag ar yr ochr arall.

Archwiliwch y gyfres o GARDIAU CRUSH yma a dewis delweddau y credwch y byddant yn cefnogi pobl ifanc i ddeall bod Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn faes dysgu a phrofiad rhyngddisgyblaethol eang.



Gallwch ddarllen mwy am greu'r CARDIAU CRUSH a'u heffaith yma.



Dysgwch sut gellir defnyddio'r **CARDIAU CRUSH** gydag athrawon a myfyrwyr, a sut maen nhw wedi cael eu datblygu gyda Natsal mewn ffyrdd sy'n eich galluogi i ymgyswrtu â 'ffeithiau' meintiol ac ansoddol profiad drwy straeon ac ystadegau.

### 1. Gwasgarwch y delweddau

2. Trafodwch, ac yna ysgrifennwch ar yr ochr wag sut gallai pob delwedd gysylltu ag ACRh.

3. Allwch chi greu eich stori eich hun gan ddefnyddio rhai o'r delweddau?

Mae yna wal\* yn y goedwig\*.

Mae'r ddol Barbie \*neu'r fenyw ar un ochr i'r wal yr ochr arall i'r wal mae ei babi\*.

Mae'r wal yn anweledig.

Mae wedi ei gorchuddio gan lathr hudol\* sy'n golygu ei bod hi'n methu gweld y wal.

Mae'r babi ar y gobennydd\* ac mae'n cael ei warchod gan wy\*

Mae angen iddi fynd i nôl y babi oherwydd bod y babi'n crio, felly mae'n debyg ei fod yn llwglyd.

Mae hi'n defnyddio llawer o dechnegau i gyrraedd ochr arall y wal.

O dan ei sgert\*, mae ganddi nifer o eitemau gweddwr ddu cwl fel AK47\* ac mae'n ceisio saethu'r wal i lawr

Ond dyw hynny ddim yn gweithio.

Mae hi'n defnyddio'r weiren o'i bra\*.

Ond dyw hynny ddim yn gweithio.

Mae hi'n ceisio defnyddio sawdl ei stilettos\* i gicio'r wal

Ond dyw hynny ddim yn gweithio.

Mae hi'n defnyddio ei ffôn\* i geisio galw person mawr cryf, dyn, sef tampon\* (am ei fod yn ddyn gwyn syth) i ddod i'w hachub

Ond dyw hynny ddim yn gweithio.

oherwydd mae'r dyn yn cael ei fwyta gan siarc\* ac oherwydd bod y tampon yn chwyddo, mae'r siarc yn marw.

Mae hi'n addasu gwifrau rheolydd Xbox \* i greu bom mae hynny YN gweithio ac yn chwythu'r cyfan i fyny.

Ond wrth lwyddo i dorri trwodd, mae hi'n gweld y fôr-forwyn\* yn mynd â'r babi.

Mae'r fôr-forwyn wir eisiau'r babi oherwydd bod môr-forwyn yn methu priodi merddyn achos bod hynny ddim yn cael ei ganiatáu a does dim rhai addas ar gael.

**Crëwyd y stori CRUSH hon gan bedair merch, 14 oed**

\*Mae pob asterics yn cyfeirio at un o'r delweddau ar y cardiau CRUSH.



Natsal

### Beth yw natsal?

Yr Arolwg Cenedlaethol o Ffyrdd o Fyw ac Agweddau Rhywiol (Natsal) yw un o'r astudiaethau mwyaf eang a chynhwysfawr o ffyrdd o fyw ac ymddygiad rhywiol yn y byd, ac mae'n ffynhonnell bwysig o ddata sy'n llywio polisiâu iechyd rhywiol ac atgennedl ym Mhrydain.

[www.natsal.ac.uk](http://www.natsal.ac.uk)

"Mae gan bob maes yn y cwricwlwm a'r ystod o ddisgyblaethau pwnc sy'n rhan ohonynt gyfraniad unigryw at ddysgu ym maes ACRh. Dylai ACRh ddefnyddio pob Maes i ganiatáu i ddysgwyr greu cysylltiadau rhwng eu dysgu mewn ACRh a'r cwricwlwm ehangach, gan ddeall safbwyntiau a dylanwadau hanesyddol, diwylliannol, daearyddol, corfforol, gwleidyddol, cymdeithasol a thechnolegol a dylanwadau ar faterion RSE."

(Llywodraeth Cymru, Canllawiau ACRh 2022)



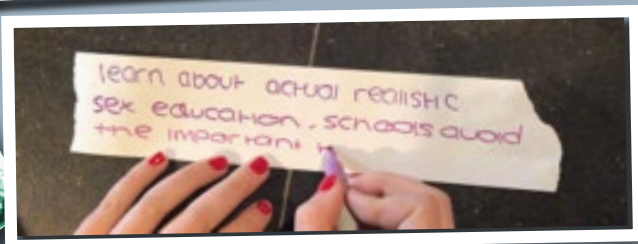
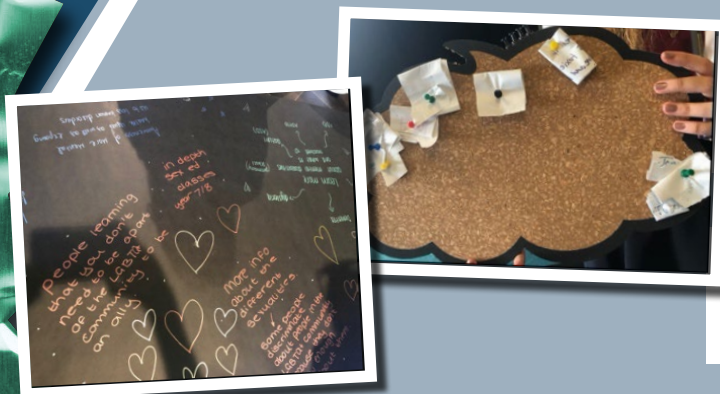
### 3. Cwricwlwm ACRh 'Run-a-way'

#### Deunyddiau:

Rholiau bach o bapur (e.e. rholyn til neu stribedi o bapur)  
Rholyn Mawr  
Bwrdd Corc  
Pinnau ysgrifennu

Petaech chi'n gallu dylunio'ch cwricwlwm ACRh eich hun, am beth byddech chi eisiau dysgu a sut?

- Gan ddefnyddio'r rholyn bach, ysgrifennwch yr hyn rydych chi'n hapus i'w rannu gyda'ch athro, ond dydych chi ddim eisiau ei rannu gyda'ch cyfoedion.
- Pan fyddwch wedi gorffen, piniwch nhw ar y bwrdd corc.
- Ar y RHOLYN MAWR, ysgrifennwch y pethau rydych chi'n hapus i eraill yn y sesiwn eu gweld.
- Os oes gennych chi syniadau am sut gall ysgolion sicrhau bod rhieni, gofalwyr a chymunedau yn rhan o wella ACRh yn eich ysgol – nodwch rheiny hefyd.



### 4. Beth sy'n eich taro chi'n CHWITHIG am ACRh?

#### Deunyddiau:

Jariau wedi'u hailgylchu ar gyfer pob myfyriwr  
Neu un jar mawr ar gyfer grwpiau bach  
Pinnau ysgrifennu lliw  
Stribedi papur o nodiadau gludiog

- Trafodwch beth sy'n eich taro chi'n Chwithig am ACRh (beth rydych chi'n dysgu yn yr ysgol, ar-lein, gyda ffrindiau, teulu etc)
- Ysgrifennwch ar y nodiadau gludiog beth sy'n Chwithig i chi (e.e. un gair, gosodiad, cwestiwn...)
- Defnyddiwch y pinnau lliw i addurno'ch jar (y clawr hyd yn oed!)



Mae'r pethau chwithig yn cael eu rhoi yn y jariau oherwydd bod y ferf '**JAR**' yn Saesneg yn golygu rhywbeth sy'n cael effaith annymunol neu'n aflonyddu



## 4. Cyflwyno ACRh

## Deunyddiau:

**Ar y PLÂT COCH:**  
Beth ydych chi eisiau i'r  
ysgol stopio gwneud  
wrth i chi ddysgu am  
ACRh (e.e. beth rydych  
chi'n ei ddysgu, sut  
rydych chi'n dysgu)

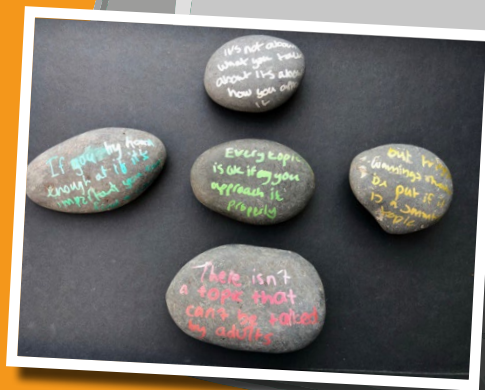
Ar y PLÂT GWYRDD:  
Beth ydych chi eisiau i'r  
ysgol ddechrau gwneud  
wrth i chi ddysgu am  
ACRW (e.e. beth rydych  
chi'n ei ddysgu, sut  
rydych chi'n dysgu)

**Ar y PLÂT GLAS:**  
Beth ydych chi eisiau i'r  
ysgol barhau i wneud  
wrth i chi ddysgu am  
ACRh (e.e. beth rydych  
chi'n ei ddysgu, sut  
rydych chi'n dysgu)

## 5. Pwyso a Mesur ACRh

## Deunyddiau:

Bocs o gerrig mawr  
Paent neu binnau lliw



- Edrychwch ar y sylwadau ar y rhedfa ACRh.
- Dewiswch garreg o'r bocs.
  - Ar un ochr i'r garreg ysgrifennwch un rhan o ACRh sy'n teimlo'n rhy drwm i'w thrafod yn yr ysgol.
  - Ar yr ochr arall ysgrifennwch pam.



**PEGIWCH EICH PLATIAU  
AR EIN LLINELL  
WEITHREDU ACRh!**



## 6. Myfyrio

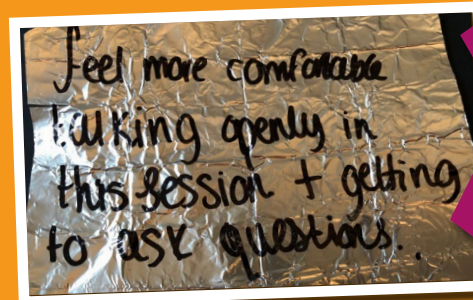
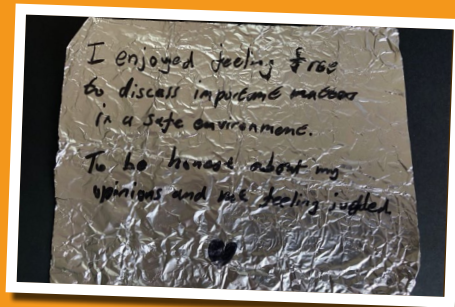
### Deunyddiau:

- Ffoil arian
- Pinnau ysgrifennu lliw a papur
- Tâp selo
- Bocs gwag a nodiadau gludiog

- Ysgrifennwch sylwadau yn myfyrio ar un neu ddau o bethau am y sesiwn rydych chi newydd gymryd rhan ynddo. Mae croeso i chi ddweud beth gwnaethoch chi ei fwynhau, beth oedd ddim at eich dant, beth gallen ni wneud mwy ohono, a beth gallen ni wella.
  - Glynwch y ffoil i greu gludwaith o fyfyrnodau adlewyrchol ar ddarn mawr o bapur lliwgar.
- A/NEU
- Crewch siâp o'r ffoil arian sy'n cyfleu eich teimlad am y sesiwn, a hongian y rhain i gyd ar y mobeil cwmwl cefnogi.

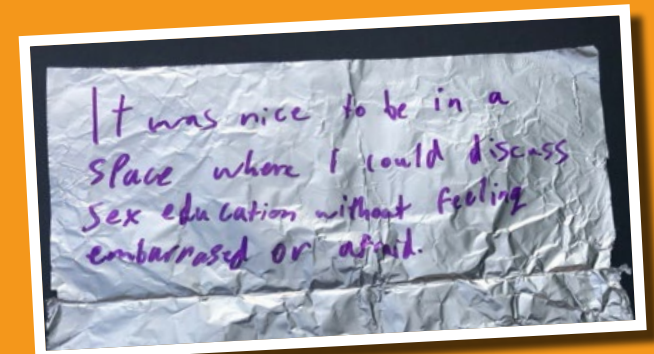
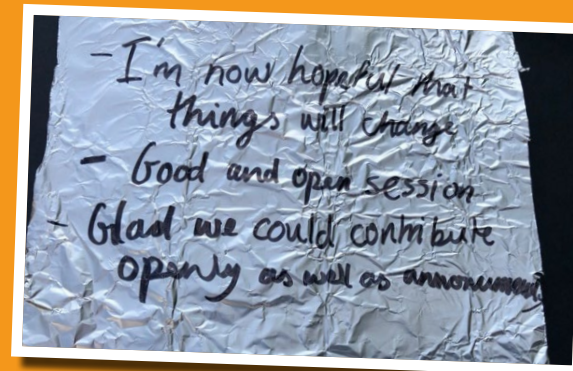
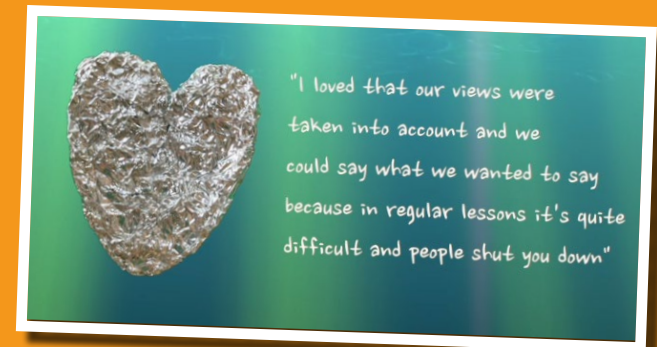
"Canfyddiad allweddol o'r archwiliad creadigol oedd bod pobl ifanc yn teimlo nad oedd pobl ifanc LHDTG+ yn cael eu cefnogi yn ein hysgol. Mewn ymateb rydym wedi sefydlu grŵp LHDTG+ newydd seiliedig ar y celfyddydau"

(HeARTs and Minds, astudiaeth achos ysgolion uwchradd CRUSH)



"Doeddwn i ddim yn meddwl y byddai'r plantyn mynegi eu teimladau i mi yn y sesiwn gyntaf oherwydd mod i ddim fel arfer yn eu haddysgu, ond fe wnaethon nhw. Roedden nhw wrth eu bodd gyda'r gweithgareddau a'r trafodaethau ac yn dweud wrthyf fi eu bod nhw eisiau gwneud mwy."

(Branching Out, astudiaeth achos ysgolion cynradd, CRUSH)



I weld mwy o astudiaethau achos o'r Archwiliad Creadigol ewch i'r **adnodd CRUSH**

