



# CODI LLAIS!

**CYDGYNHYRCHU DIGWYDDIAD PONTIO YSGOL GYNRADD AR RYWEDD, LLES A PHERTHNASOEDD IACH GYDA PHOBL IFANC**

**NEGESEUON ALLWEDDOL O'R YMCHWIL 'CODI LLAIS!' (plant 10-12 oed)**

**Mae plant yn dysgu am rywedd a rhywioldeb cyn gynted â'u bod yn ymuno â'r byd cymdeithasol** - Mae plant yn llywio ac yn dysgu am y ffyrdd croesebol y mae rhyw, rhywedd a rhywioldeb yn ffurfio pwy ydyn nhw, sut maen nhw'n teimlo yn eu cyrff, beth gallan nhw ei wneud, ble gallan nhw fynd, sut maen nhw'n uniaethu â phobl eraill a sut mae pobl eraill yn uniaethu â nhw.

**Dygymod â rhywiaeth pob dydd** - Mae'r pwysau i gydymffurfio â normau rhywedd yn hollbresennol mewn bywydau plant, ar-lein ac all-lein.

**Mae diwylliannau sboner a wejen yn gyffredin ym myd cymdeithasol plant, ond yn cael eu profi mewn ffyrdd amrywiol** - Mae rhai plant yn teimlo pwysau i gymryd rhan mewn diwylliant sboner-wejen yn yr ysgol gynradd, sy'n ei gwneud hi'n anodd i fachgen a merch gynnal cyfeillgarwch yn yr ysgol. Roedd rhai plant wedi esgus eu bod nhw'n gefndryd i osgoi gorfod 'paru'.

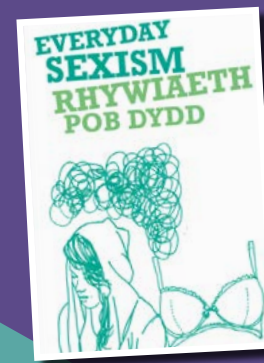
**Mae plant ifanc yn dioddef aflonyddu rhywiol - Roedd** aflonyddu rhywiol ar lafar (yn yr ysgol ac mewn mannau cyhoeddus) yn gyffredin, ond ychydig o blant oedd yn gallu siarad amdano gyda rhiant, gofalydd neu athro/athrawes ac nid oeddent yn gwybod sut i ddelio â sylwadau sarhaus.

**Roedd llawer o blant yn grac oherwydd bod rhaid iddynt fyw mewn cymdeithas a diwylliant cyfoedion rhywiaethol** - Er bod rhai plant wedi dod o hyd i ffyrdd creadigol o reoli a/neu herio stereoteipiau rhywedd a rhywiol, nid oedd y rhan fwyaf o blant yn gwybod beth i'w wneud na sut i newid pethau, hyd yn oed pan oedden nhw eisiau gwneud hynny. Roedd ymdrechion unigol i frwydro yn erbyn rhywiaeth naill ai'n ofer neu'n rhy beryglus.

**Mae angen i bolisi ac arferion gael eu llywio gan brofiadau plant** - Dim ond trwy ddatblygu polisiâu ac arferion sy'n berthnasol i ddiwylliannau rhywedd a rhywiol y plant eu hunain y gall ymarferwyr lwyr gefnogi dealltwriaeth a phrofiadau'r plant o'r rhesymau sydd wrth wraidd y ffordd maen nhw'n teimlo, beth mae'n ei olygu i'r ffordd maen nhw'n ymddwyn, a sut gall pethau newid.

## **Pam gweithdai creadigol a chyfranogol?**

Mae dulliau creadigol a rhyngweithiol (e.e. drama, celf weledol, barddoniaeth) yn gallu darparu lle i deimlo, meddwl, cwestiynu, ymgorffori a rhannu materion personol, sy'n aml yn sensitif neu'n anodd, heb i blant a phobl ifanc ddatgelu gormod o'u hunain. Gellir cyflawni hyn trwy wahodd plant a phobl ifanc i greu senarios sy'n cysylltu â'r personol ond sy'n cynnig cyfleoedd i feddwl, deall, trafod a gweithredu dros newid ar y cyd. Darllenwch fwy yma.



## 1 Tyfu mewn diwylliant rhywiaethol a diwylliant sy'n rhywioli

Llywiwyd y digwyddiad undydd hwn gan ganfyddiadau prosiect ymchwil yng Nghymru a archwiliodd beth oedd gan blant 10-12 oed i'w ddweud am sut oedd rhywedd a rhywioldeb yn bwysig iddyn nhw.

Un o'r canfyddiadau allweddol oedd pa mor grac oedd plant yn teimlo am orfod byw mewn cymdeithas a diwylliant cyfoedion rhywiaethol ac wedi'u rhywioli. Dywedodd llawer o blant y bydden nhw'n hoffi gallu siarad yn fwy agored am y pwysau yr oedden nhw'n eu hwynebu yn 10 ac 11 oed, ac nid dim ond siarad neu ddysgu am beth allai ddigwydd yn y dyfodol. Roedd hyn arbennig o wir o ran diwylliannau perthnasodd cynnar, delwedd y corff a diogelwch.

## 2 Torri'r distawrwydd, herio tybiaethau wedi'u seilio ar oed

Trefnwyd y diwrnod yn benodol i ddarparu llwyfan, trwy gyfres o weithdai creadigol a chyfranogol, a oedd yn galluogi'r plant i leisio'u barn a dysgu beth mae plant eraill yn ei feddwl am anghydraddoldeb rhywedd a stereoteipiau rhywedd, gan gynnwys bwlio rhywiol ac ar sail rhywedd, cyfeillgarwch a pherthnasodd yn yr ysgol, mewn cymunedau ac ar-lein.

Canlyniad pwysig oedd torri'r distawrwydd, a herio rhai o'r tybiaethau wedi'u seilio ar oed rhwng byd plant 9-12 oed a phlant yn eu harddegau, a rhwng byd myfyrwyr ac athrawon. Roedd hefyd yn gyfle gwyh i arbrofi â chydgynhyrchu a chyflwyno diwrnod pontio addysg bersonol a chymdeithasol, gydag academyddion, athrawon, pobl ifanc ac artistiaid.

## 3 Trefnu'r diwrnod

Roedd yr holl blant o'r 6 ysgol gynradd fwydo wedi rhyngweithio â'i gilydd trwy gyfres o weithdai. Arweiniwyd rhai o'r rhain gan grwpiau ieuencid ffeministaidd a gwrth-homoffobia yr ysgol uwchradd gynhaliol, a chynhaliwyd eraill gan fyfyrwyr prifysgol ac artistiaid â diddordeb ac arbenigedd mewn addysg cydraddoldeb rhywedd a rhywioldeb. Dechreuodd y diwrnod gyda myfyrwyr o'r ysgol uwchradd gynhaliol yn rhoi cyflwyniadau, yn adrodd cerddi ac yn perfformio drama fer a ysbrydolwyd gan ganfyddiadau allweddol y gwaith ymchwil 'Girls and Boys Speak Out'.



## 4 Mae Pawb yn Dysgu: athrawon hefyd!

Ychydig iawn o athrawon sy'n cael unrhyw hyfforddiant ar **sut i fynd i'r afael ag anghydraddoldeb/cydraddoldeb rhywedd yn yr ysgol**.

Tra bod y plant yn cymryd rhan yn eu gweithdai, cymerodd eu hathrawon ysgol gynradd ran mewn gweithdy ar wahân tebyg i hyfforddiant mewn swydd ar **'Herio stereoteipiau Rhywedd mewn Ysgolion Cynradd'**.

## 5 Dim ond ffrindiau? gwers dan arweiniad cyfoedion ar ddiwylliannau perthnasodd rhywedd

Yn seiliedig ar y ddrama '**dim ond ffrindiau da**' a berfformiwyd yn ystod sesiwn y bore, anogwyd y plant i archwilio dynameg rywedd cyfeillgarwch cymysg ac un rhyw, a chymhlethdod diwylliannau perthnasodd ifanc.

## 6 Gwersylla Gwych: gwneud llochesi cadarnhaol o ran rhywedd mewn gweithdy addurno pebyll

Addurnodd y plant bebyll bach â geiriau a lluniau i gyfleu 'pan fydd corff yn pryderu' (y tu mewn i'r babell) a 'phan fydd corff yn teimlo'n dda' (y tu allan i'r babell) gan ddefnyddio nodiadau gludiog. Yna, fe archwilion nhw ffyrdd o ymdrin â stereoteipiau delwedd y corff.



## 7 Iaith y Corff: symud trwy stereoteipiau

Roedd y gweithdy hwn yn gwahodd plant i archwilio sut mae'r corff yn cyfathrebu trwy symud mewn arferion pob dydd. Yn seiliedig ar y thema "yn eu hesgidiau nhw", rhoddwyd cyfle i grwpiau bach o blant arbrofi â phwysau cyfoedion mewn diwylliannau cyfoedion. Fe gynhwysion nhw wrthrychau 'penodol o ran rhywedd' (e.e. esgidiau sodlau uchel, sgarffiau, minlliw, cribau, drychau, capiau pêl-fas) yn eu darn symud.



## 8 Chwalu stereoteipiau rhywedd corfforaethol: gweithdy lego

Lluniodd y plant fap meddwl o'r holl ffyrdd y mae'r cyfryngau'n creu ac yn herio stereoteipiau rhywedd. Yna, fe wnaethon nhw eu 'peiriannau chwalu stereoteipiau rhywedd' eu hunain gyda **lego a nodiadau gludiog**.



The Sexist Comment Cleaner



Smasher-Crasher



Plank of Doom





# DIY TEGANAU i BAWB

**Dod yn dditectifs stereoteipiau rhywedd yn y byd teganau a'r byd ehangach**

- 1 Os ydych chi'n gweithio mewn grŵp mawr, rhannwch y dosbarth yn grwpiau bach.
- 2 **Cynnwys rhywedd:** Rhewch 2 gynhwysydd i bob grŵp. Addurnwch un cynhwysydd â'r llythyren A ac un â'r llythyren H.
- 3 **Beth yw stereoteip rhywedd?** Trafodwch beth yw stereoteip rhywedd a beth mae'n ei olygu i **herio** neu **atgyfnerthu** stereoteipiau rhywedd yn y byd teganau ac yn y byd ehangach (e.e. dillad, swyddi, hunaniaethau, cerddoriaeth, hysbysebion ac ati). I gael mwy o syniadau, adnoddau a chynlluniau gwers ar sut i wneud hyn, gweler **Bingo Gwyllo Rhywedd**
- 4 Gofynnwch i bob grŵp ddewis siop y maen nhw wedi ymweld â hi'n ddiweddar neu wedi'i gweld ar-lein. Bydd pob grŵp yn archwilio'r wefan a ddewiswyd ganddynt (os yw'n bosibl, ewch ar daith faes i'r siop).
- 5 **Ditectifs stereoteipiau rhywedd:** Gyda'ch gilydd, archwiliwch sut mae'r teganau'n cael eu marchnata a'u harddangos. A allwch chi adnabod pa gynhyrchion sydd ar gyfer 'merched' a 'bechgyn'? Sut ydych chi'n gwybod? (e.e. lliwiau, ffont, delweddau). A oes unrhyw gynhyrchion sy'n herio stereoteipiau rhywedd?
- 6 **Casglu'r Dystiolaeth:** Gan ddefnyddio'r ddau gynhwysydd, rhewch fotwm yn y cynhwysydd A bob tro y sylwch ar stereoteip rhywedd yn cael ei ATGYFNERTHU, a rhewch fotwm yn y cynhwysydd H bob tro y sylwch ar stereoteip rhywedd yn cael ei herio. Tynnwch sgrin-lun o enghreifftiau 'herio' ac 'atgyfnerthu'. Cyfrwch faint o fotymau a gasgloch chi ym mhob cynhwysydd. Arddangoswch eich canfyddiadau'n greadigol (e.e. trwy lynu'r botymau ar y cynhwysydd, eu hongian nhw o ruban neu linyr)
- 7 **Mae teganau i ni (i gyd):** gwahoddwch bob grŵp i ysgrifennu llythyr neu neges e-bost at y manwerthwr yn mynegi naill ai pryder ynghylch atgyfnerthu stereoteipiau rhywedd NEU yn canmol ei ddulliau marchnata sy'n gynhwysol o ran rhywedd. Cynhwyswch ffotograffau. Ystyriwch gynnwys rhai botymau os ydych chi'n defnyddio papur ac amlenni.

**Gweithgareddau estyn:** gellir archwilio'r gweithgaredd hwn trwy unrhyw agwedd ar gymdeithas a diwylliant (e.e. swyddi, cerddoriaeth, hobiau, hunaniaeth, hysbysebion teledu, safleoedd chwarae gemau ac ati). Gall plant hefyd greu eu hysbysebion eu hunain neu ysgrifennu cerdd neu gân i gyfleu eu canfyddiadau.

Cyn i chi ddechrau addasu'r gweithgaredd hwn ar gyfer y plant a'r bobl ifanc yn eich lleoliad, darllenwch yr adran ar **Ddiogelwch a Chefnogaeth**.

## Beth yw stereoteip?

Mae stereoteipiau'n deillio o agweddau, gwerthoedd, arferion a rhagfarnau sydd â gwreiddiau dwfn. Byddant yn amrywio ar draws diwylliannau, lleoedd ac amser.

## Bydd arnoch angen

2 gynhwysydd (e.e. poteli, bwcedi)

Deunyddiau celf i addurno pob cynhwysydd

Gleiniau neu fotymau (os ydych chi eisiau archwilio teimladau ochr yn ochr â'r dasg, gweler y Gweithgaredd Dechreuol **'Ffeltio Ein Teimladau'** i gael mwy o syniadau).

Llechi digidol (i chwilio gwefannau a thynnu sgrin-luniau)

## Torri'r patrwm: herio stereoteipiau rhywedd



# HEN!

**Rhyddhau'r cyfyngiadau rywedd i blant yn Sweden: Mae 'hen' yn rhagenw niwtral o ran rhywedd**



**Mynd i'r afael â stereoteipiau rhywedd yn y blynyddoedd cynnar**

**Prosiect Parch Rhyweddol:** cefnogi plant a phobl ifanc i ddeall, cwestiynu, a herio anghydraddoldeb a thrais rhwng y rhywiau

**Pam mae marchnata ar sail rhywedd yn bwysig**

**Nid yw bioleg yn cyfiawnhau rhannu teganau yn ôl rhywedd**

**Cynlluniau gwers i helpu ysgolion i herio stereoteipiau rhywedd**