Drwy'r Drysau

YR HYN Y GWNAETHOCH CHI EI DDWEUD

YNGLŶN Â PHRESENOLDEB YN YR YSGOL

yn Sir Gaerfyrddin

Y BRÊCS

(pethau sy'n gwneud yr ysgol yn anodd)

DADLEUON

cwympo mas gyda ffrindiau neu **gael eich bwlio.**

ANGHYSUR

gwisg ysgol sy'n cosi, **cadeiriau** anghyfforddus a **goleuadau llachar.**

YSTAFELLOEDD NEILLTUO

gorfod treulio amser mewn ystafell fach am amser maith oherwydd mater sy'n ymddangos yn ddibwys.

59%

pryderon, straen ac iechyd meddwl gwael

44%

teimlo'n rhy flinedig neu eu bod wedi 'diffygio'

1 O BOB 3

cydberthnasau gwael gydag athrawon

CAEL EICH TARGEDU

rhywun yn **'pigo' arnoch oherwydd eich ymddygiad** a phethau bach fel **sanau gwyn.**

GORMOD O BOBL

cynteddau a ffreuturiau llawn pobl sy'n ddiflas iawn.

TOILEDAU DAN GLO

cyfyngu ar fynediad i doiledau yn achosi llawer o **orbryder a dicter.**

Y TANWYDD

(pethau sy'n gwneud yr ysgol yn haws)

OEDOLION Y GELLIR YMDDIRIED YNDDYNT

60%

yn dweud bod ganddynt o leiaf **un oedolyn y gallant ymddiried ynddo a siarad ag ef** pan fydd mynychu'r ysgol yn anodd

CYFEILLGARWCH

2 O BOB 3

yn dweud bod **ffrindiau** yn eu helpu i fynd drwy'r diwrnod

DIM DESGIAU

mae **prosiectau ymarferol, gweithgareddau ac ymweliadau** y tu allan i'r ystafell ddosbarth yn helpu disgyblion i ganolbwyntio!

MANNAU LLESIANT

mannau tawel a digynnwrf y gellir dianc iddynt pan fydd teimladau o orlethu.

ADNODDAU BACH

addasiadau hawdd, fel clustffonau a chardiau amser ymdawelu er mwyn helpu i ymdopi.

PAM MAE HYN YN BWYSIG

Mae eich llais yn cael ei rannu gydag arweinwyr er mwyn helpu i **droi mannau dysgu yn lleoedd croesawgar y bydd pawb am eu mynychu.**

"Dim ond rhif yw presenoldeb yn yr ysgol... mae iechyd meddwl a llesiant meddyliol yn bwysicach."

EICH SYNIADAU AR GYFER NEWID...

- [ ] Cyfathrebu mwy tawel gan staff gyda llai o leisiau uchel
- [ ] Gwersi sy'n teimlo'n ddefnyddiol ar gyfer bywyd go iawn
- [ ] Datgloi toiledau
- [ ] Rheolau gwisg ysgol fwy hyblyg pan fo angen
- [ ] Staff sy'n gwrando go iawn ac yn deall
- [ ] Holi ein barn cyn creu rheolau ysgol newydd

Youth Work Leadership Lab
Labordy Arweinyddiaeth Gwaith Ieuenctid

promo cymru

Cyngor Sir Gâr
Carmarthenshire County Council