SUT GALL CELLWAIR DROI’N FWLIO?

Taflen Ysgolion Uwchradd Wythnos Gwrth-fwlio 2023

1. Pwnc y cellwair – yn aml iawn, ystyrir nad yw’n briodol jocian am bynciau sy’n sensitif, yn bersonol, yn ymwneud â phryd a gwedd rhywun neu’n defnyddio iaith sarhaus.
2. Y berthynas â’r unigolyn – mae cellwair yn fwy tebygol o gael ei groesawu gan bobl neu grwpiau o ffrindiau rydych chi’n eu hadnabod yn dda.
3. Ble bydd cellwair yn digwydd – os bydd yn digwydd mewn mannau mwy cyhoeddus neu’n cynnwys unigolion nad ydynt yn rhan o grŵp o ffrindiau, bydd hyn yn fwy tebygol o gael ei ystyried yn fwlio.
4. P’un ai a ailadroddir y cellwair ai peidio – os caiff ei ailadrodd sawl gwaith, efallai na fydd yn ddoniol ddim rhagor.
5. Y bwriad sydd wrth wraidd y cellwair - oes yna fwriad i frifo, i deimlo'n anesmwyth, i allgau neu eithrio rhywun, neu achosi embaras i rywun yn gyhoeddus?
6. Maint y gynulleidfa – wrth i faint y grŵp gynyddu, gall cellwair ddod yn llai derbyniol.
7. Ymatebion y targed – os bydd y person sy’n destun y cellwair yn teimlo’n anghysurus, beth bynnag fo’r bwriad gwreiddiol, gallai pobl ystyried fod y cellwair yn gyfystyr â bwlio.
8. Dehongli'r byd ar-lein - weithiau, gall y geiriau rydym yn eu defnyddio ar-lein a'r defnydd o emojis, memynnau a delweddau GIF fod yn annelwig. Weithiau, gellir eu defnyddio fel modd o gellwair, pan mai bwlio yw'r ymddygiad.

ANTI-BULLYING ALLIANCE

TREFNYDD

GWNEWCH SŴN AM FWLIO

#WYTHNOSGWRTHFWLIO

© Biwro Cenedlaethol y Plant – Elusen gofrestredig rhif 258825. Cofrestrwyd yng Nghymru a Lloegr â rhif 952717. Swyddfa gofrestredig: 23 Mentmore Terrace, London E8 3PN. A Company Limited by Guarantee.