Hunan-niweidio a Meddyliau am Hunanladdiad mewn Ysgolion

1. Pwrpas

Pwrpas y papur atodol hwn yw crynhoi'r disgwyliadau a'r gweithredu mae ysgolion yn ei wneud o ran hunan-niweidio a meddyliau am hunanladdiad ymhlith plant a phobl ifanc, gan nodi'r canllawiau perthnasol, y cynlluniau cenedlaethol a rhanbarthol, yr adnoddau sydd ar gael, a'r camau gweithredu sydd eisoes ar waith mewn ysgolion.

Mae'r maes hwn yn rhan greiddiol o waith diogelu a llesiant ysgolion gan bod staff ysgolion mewn sefyllfa allweddol i adnabod pryderon yn gynnar, ymateb yn dosturiol, cofnodi'n briodol, a sicrhau bod plant a phobl ifanc yn cael mynediad at gymorth amserol.

2. Canllawiau perthnasol

Y canllaw cenedlaethol penodol i'r maes yw Ymateb i faterion hunan-niweidio a theimladau am hunanladdiad ymhlith pobl ifanc, sydd wedi'i anelu at athrawon, gweithwyr proffesiynol, gwirfoddolwyr a gwasanaethau ieuenctid. Mae'r canllaw'n cynnwys egwyddorion ar gyfer ymyrraeth gynnar, atal, cyfrinachedd, diogelu a cyfeirio.

Mae diweddariad i'r canllawiau hyn ar y gweill. Yn ôl y diweddariad a rannwyd gyda Phersonau Diogelu Dynodedig Gogledd Cymru, mae'r gwaith diweddaru yn cynnwys gweithdy darganfod ac arolwg, diweddaru llwybrau cymorth, cryfhau cysylltiadau â diogelu, ac ystyried datblygiadau newydd megis '111 Pwyswch 2' a chymorth CAMHS.

Mae Cadw Dysgwyr yn Ddiogel yn parhau'n ganllaw statudol allweddol ar gyfer trefniadau diogelu mewn ysgolion, gan gynnwys cyfrifoldebau awdurdodau lleol, cyrff llywodraethu a lleoliadau addysg.

Mae'r gwaith hefyd yn cyd-fynd â'r Fframwaith ar sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol, sy'n amlinellu'r disgwyl i ysgolion ystyried llesiant dysgwyr a staff fel rhan o ddiwylliant, arweinyddiaeth, cwricwlwm, cymorth a phartneriaethau'r ysgol.

3. Sut mae ysgolion yn gweithredu

Mae ysgolion eisoes yn gweithredu drwy eu trefniadau diogelu a llesiant presennol. Mae hyn yn cynnwys rôl ganolog y Person Diogelu Dynodedig, systemau cofnodi pryderon, llwybrau cyfeirio, cynnwys rhieni neu ofalwyr lle bo'n briodol, a chydweithio â gwasanaethau megis CAMHS, cwnsela ysgolion, gwasanaethau cymdeithasol, nyrsys ysgol a gwasanaethau cymorth eraill.

O'r sesiwn ranbarthol i ysgolion Gogledd Cymru, nodwyd bod ysgolion angen hyfforddiant i'r holl staff, llwybrau cyfeirio clir, dull ysgol gyfan haenog, adnoddau ymarferol, a diwylliant o berthnasoedd dibynadwy.

Cam gweithredu disgwyliedig	Diben
Ymateb yn dawel, tosturiol ac anfeirniadol	Creu ymddiriedaeth a lleihau stigma.
Rhannu pryderon gyda'r Person Diogelu Dynodedig	Sicrhau bod y camau diogelu cywir yn cael eu harwain a'u cofnodi.
Cofnodi pryderon, penderfyniadau a chamau gweithredu	Cynnal trywydd clir ar gyfer monitro, adolygu a cyfeirio.
Ystyried diogelwch uniongyrchol y plentyn neu'r person ifanc	Sicrhau ymateb prydlon pan fo risg uniongyrchol.

Cynnwys rhieni neu ofalwyr lle bo'n ddiogel ac yn briodol	Cryfhau cymorth o gwmpas y plentyn neu'r person ifanc.
Defnyddio llwybrau cyfeirio lleol neu ranbarthol	Cysylltu'r dysgwr â'r cymorth cywir ar yr adeg gywir.
Parhau i fonitro, cefnogi ac adolygu	Sicrhau nad yw cymorth yn dod i ben ar ôl yr ymateb cyntaf.

4. Gweminar a dysgu diweddar

Mae dau gweminar perthnasol wedi eu cynnal ac maent wedi cyfrannu at gryfhau dealltwriaeth ac ymatebion ysgolion.

Sesiwn i Bersonau Diogelu Dynodedig ysgolion uwchradd Gogledd Cymru

Cynhaliwyd y sesiwn ar 1 Gorffennaf 2026. Roedd yn canolbwyntio ar hunanladdiad a hunan-niweidio yng nghyd-destun ysgolion, gan gynnwys adnoddau, canllawiau, diweddariadau cenedlaethol, datblygiadau rhanbarthol a'r angen am lwybrau clir i gefnogi staff ysgolion. Roedd y sesiwn hefyd yn cynnwys data a thystiolaeth, rôl oedolion dibynadwy, adnoddau hyfforddiant ar-lein, cymorth ar ôl hunanladdiad mewn ysgolion, a'r ymateb rhanbarthol dan arweiniad Seicolegwyr Addysgol mewn partneriaeth â CAMHS.

Gweminar addysg Cymru gyfan

Cynhaliwyd y gweminar ehangach i'r sector Addysg yng Nghymru ar hunan-niweidio a theimladau am hunanladdiad ymhlith plant a phobl ifanc. Roedd y cynnwys yn cynnwys cyfraniadau gan yr Athro Ann John ar y dystiolaeth sy'n sail i ganllawiau esblygol, a Karen Hughes ar addysg ac iechyd meddwl, gan gynnwys lleisiau plant sydd â phrofiad bywyd. Roedd hefyd yn cynnwys briff ar ddiweddariad sydd ar ddod i ganllawiau Llywodraeth Cymru a'r goblygiadau i weithdrefnau diogelu a llesiant mewn ysgolion.

5. Adnoddau a hyfforddiant

E-fodiwl Ymwybyddiaeth o Hunanladdiad SSHP
Modiwl dwyieithog ar gyfer staff ar bob lefel, gan gynnwys gwirfoddolwyr. Mae'n rhoi dealltwriaeth o hunanladdiad ac atal hunanladdiad yng Nghymru, codi ymwybyddiaeth o ffactorau risg, dangos sut y gall unigolion helpu, a meithrin hyder i gyfeirio at gymorth. Mae'n cael ei hyrwyddo fel adnodd craidd i staff ysgolion, gyda neges glir am hunanofal gan fod y cynnwys yn gallu ysgogi ymateb emosiynol.

Hwb Hyfforddiant SSHP Cymru: Mynediad at hyfforddiant, adnoddau, digwyddiadau a gwybodaeth am atal hunanladdiad a hunan-niweidio.

Papyrus: Cymorth i bobl ifanc ac i oedolion pryderus, gan gynnwys cefnogaeth i rywun arall a gwasanaeth dad-drafod.

Gwasanaeth Lles Staff yng Nghymru: Cymorth i lesiant staff ysgolion.

Cymorth cynnar Betsi Cadwaladr: Gwybodaeth am gymorth iechyd meddwl plant a phobl ifanc a mynediad cynnar at wasanaethau.

SSHP: Dod o hyd i'r geiriau: Atal hunanladdiad a hunan-niweidio mewn ysgolion: Dysgu pellach ar atal hunanladdiad a hunan-niweidio mewn ysgolion.

6. Goblygiadau i'r Awdurdod Lleol ac ysgolion

Mae'r sefyllfa bresennol yn dangos bod ysgolion eisoes yn gweithredu, ond bod angen parhau i;

- gryfhau cysondeb, hyder staff a llwybrau cymorth.
- sicrhau bod ysgolion yn parhau i ddefnyddio'r canllawiau cenedlaethol presennol nes bod y canllawiau diwygiedig yn cael eu cyhoeddi;
- hyrwyddo cwblhau'r E-fodiwl Ymwybyddiaeth o Hunanladdiad SSHP fel rhan o lwybr hyfforddiant staff;
- parhau i rannu adnoddau a diweddariadau gyda Phersonau Diogelu Dynodedig;
- sicrhau bod gweithdrefnau ysgolion yn cysylltu hunan-niweidio a meddyliau am hunanladdiad â threfniadau diogelu, llesiant a dull ysgol gyfan;
- gweithio gyda phartneriaid rhanbarthol i sicrhau llwybrau clir rhwng ysgolion, CAMHS, Seicolegwyr Addysgol, cwnsela, gwasanaethau cymdeithasol a gwasanaethau cymorth eraill;
- adolygu canllawiau lleol ar ôl cyhoeddi diweddariad Llywodraeth Cymru.

7. Casgliad

Mae ysgolion yn gweithredu fel rhan o'u cyfrifoldebau diogelu a llesiant, ac mae'r gwaith diweddar drwy'r gweminarau, y sesiwn ranbarthol i Bersonau Diogelu Dynodedig, ac adnoddau SSHP wedi cryfhau'r sylfaen ar gyfer ymateb mwy cyson.

Y flaenoriaeth bellach yw sicrhau bod pob ysgol yn parhau i weithredu'n hyderus, yn dosturiol ac yn gyson, gyda staff yn gwybod sut i adnabod pryderon, sut i ymateb, sut i gofnodi, a ble i gyfeirio am gymorth. Byddwn yn cefnogi ysgolion i adolygu gweithdrefnau lleol pan gyhoeddir canllawiau diwygiedig Llywodraeth Cymru.