

Cam-drin Domestig

Canllaw i Staff Ysgol



The charity for everyone
working in education

[educationsupport.org.uk](https://www.educationsupport.org.uk)



Cyflwyniad

Gall unrhyw un gael ei effeithio gan gam-drin domestig, gan gynnwys y rhai sy'n gweithio mewn ysgolion. Mae cam-drin domestig yn gyffredin iawn. Yn y mwyafrif helaeth (ond nid pob un) o achosion, mae'n cael ei brofi gan fenywod a'i gyflawni gan ddynion. Gyda chyfran uchel o'r gweithlu mewn ysgolion yn fenywod, mae'n debygol y bydd o leiaf un fenyw yn eich ysgol yn cael ei heffeithio ganddo.

Gall ysgolion chwarae rôl bwysig wrth gefnogi staff sy'n profi neu'n amau cam-drin domestig. Gall ysgolion helpu i sicrhau nad yw goroeswyr - y rhai a effeithir gan gam-drin domestig - yn cael eu cosbi yn y gweithle oherwydd eu profiadau.

Yn y canllaw hwn rydym yn:

- Esbonio beth yw cam-drin domestig
- Archwilio pam ei fod yn berthnasol mewn ysgolion
- Dweud wrthyhych sut i adnabod arwyddion
- Trafod sut i gefnogi eich hun neu gydweithwyr os yw cam-drin domestig yn digwydd
- Rydym yn rhannu cyngor ar sut i fynd i'r afael â hyn fel arweinydd ysgol
- Rydym yn cynnwys gwybodaeth am ble y gallwch ddarganfod mwy a chael gafael ar gymorth

Beth yw Cam-drin Domestig?

Mae Cymorth i Fenywod (Women's Aid) yn diffinio cam-drin domestig "fel digwyddiad neu batrwm o achosion o reoli, gorthrechid, bygythiol, diraddio ac ymddygiad treisgar, gan gynnwys trais rhywiol, yn y rhan fwyaf o achosion gan bartner neu gynbartner, ond hefyd gan aelod o'r teulu neu ofalwr."

Mae hyn yn adlewyrchu diffiniad traws llywodraethol y DU. Fe'i gelwir hefyd yn drais domestig a thrais ar sail rhywedd. Gall gynnwys, ond nid yw'n gyfyngedig i ymddygiadau sy'n dychryn, bygwth, trin, brifo, bychanu, beio, anafu, neu glwyfo rhywun.

Mae'r ymddygiadau hyn yn dod o dan y categorïau hyn:

- Rheoli gorthrechid (patrwm o frawychu, diraddio, unigedd a rheolaeth)
- Cam-drin seicolegol ac emosiynol
- Trais a cham-drin corfforol
- Cam-drin rhywiol
- Cam-drin ariannol neu economaidd
- Aflonyddu a stelcian
- Cam-drin Ar-lein neu Ddigidol
- Stelcio
- Anffurfio Organau Rhywiol Merched (FGM)
- Priodas dan orfod
- Troseddau 'anrhydedd' neu gam-drin yn seiliedig ar anrhydedd



Pam mae hyn yn bwysig mewn ysgolion?

Mae cam-drin domestig yn fater yn y gweithle. Gyda bron i un o bob tair menyw 16-59 oed yn profi cam-drin domestig yn ei hoes¹, mae'n debygol iawn y bydd staff addysg yn cael eu heffeithio ganddo. Efallai y byddant yn cael eu heffeithio fel goroeswr, tramgwyddwr, neu drwy gael cydweithiwr, ffrind neu anwylyd yn ei profi.

Mae gan cam-drin domestig effaith negyddol sylweddol ac mae yn hynod negyddol ar fywydau a diogelwch pobl, gan gynnwys yn y gwaith.

Gallai'r effeithiau gweithle hyn gynnwys:

- Gostyngiad mewn perfformiad, hyder a hunan-barch
- Mwy o absenoldeb o'r gwaith
- Mwy o absenoldeb salwch
- Llai o allu i gyrraedd y gwaith (e.e. os ydynt yn cael eu bygwth, eu hanafu neu gael arian neu gludiant wedi'i gyfyngu gan eu partner)

Gall cydweithwyr hefyd gael eu heffeithio, er enghraifft:

- Bygythiadau a chwestiynu gan un sy'n cam-drin cydweithiwr

- Gwaith ychwanegol i gydweithwyr yn eu habsenoldeb
- Mwy o straen neu bryder i'w cydweithwyr

Mae'r stigma sy'n gysylltiedig â chwilio am gymorth yn enfawr. Mae'n debygol y bydd staff addysg sydd wedi profi cam-drin domestig yn canolbwyntio gymaint ar oroesi fel nad ydynt wedi cael y gallu i ofyn am gymorth. Gall hyn gael effaith ganlyniadol gyda staff yn cael eu rhoi ar reoli perfformiad, dyletswyddau cyfyngedig, neu gael eu diswyddo oherwydd newidiadau mewn perfformiad. Erbyn i'r rhan fwyaf o fenywod gyrraedd lloches, maent wedi colli eu swyddi.

Mae gan gyflogwyr ddyletswydd gofal i weithwyr a chyfrifoldeb cyfreithiol i ddarparu amgylchedd gwaith diogel. Mae atal a mynd i'r afael â cham-drin domestig yn rhan annatod o hyn. Trwy wneud cam-drin domestig yn fater yn y gweithle, bydd goroeswyr yn cael eu cefnogi'n well a gobeithio'n gynt. Bydd hyn yn helpu'r goroeswr a hefyd yn cefnogi ysgolion i gadw staff, lleihau absenoldeb, cynyddu cymhelliant a pherfformiad, ac yn gwella llesiant yn y gwaith, trwy gysylltiadau da yn y gweithle.



Gall cam-drin domestig ddigwydd i unrhyw un o unrhyw oedran, rhyw, ethnigrwydd, neu rywioldeb.

Gall cam-drin domestig ddigwydd o fewn ystod o berthnasoedd ac mae'n effeithio ar bobl o bob lefel addysg a chefnidir economaidd-gymdeithasol. Anaml iawn y mae digwyddiadau yn ynysig, ac yn aml maent yn gwaethygu. Gall anghydraddoldebau cymdeithasol eraill y mae pobl yn eu hwynebu (fel tlodi, hiliaeth, galluedd neu homoffobia) yn gallu cyfuno effaith cam-drin domestig, a gwneud i gael cymorth yn galetach. Gallwch ddarllen mwy am sut mae cam-drin domestig yn effeithio ar wahanol bobl mewn gwahanol ffyrdd ar dudalennau 14-17 ***o'r canllaw Undeb Addysg Cenedlaethol (NEU) hwn.***

¹Office for National Statistics (2019) Domestic abuse in England and Wales overview: November 2019

Os ydych chi'n dioddef cam-drin domestig

Os ydych chi'n credu y gallech fod mewn perthynas gamdriniol ond nad ydych yn siŵr, gallwch ddarllen mwy am sylwi ar arwyddion cam-drin domestig yn y **canllaw hwn** gan y Cenhedloedd Unedig.

Os yw unrhyw un o'r pethau a restrir yn digwydd yn eich perthynas, y peth gorau i'w wneud yw siarad â rhywun. Nid yw hyn bob amser yn hawdd, ond cael help yw'r ffordd orau o geisio dod â'r cam-drin i ben. Yn yr ysgol, gallai hyn fod yn gydweithiwr y

gellir ymddiried ynddo, eich rheolwr llinell, neu'ch cynrychiolydd undeb.

Gallwch hefyd ddod o hyd i restr o linellau cymorth a gwasanaethau cymorth eraill ar ddiwedd yr adnodd hwn.

Os ydych chi'n credu y gallech fod yn cyflawni cam-drin gallwch gysylltu â **Respect**, sefydliad a sefydlwyd i gefnogi'r rhai sy'n cyflawni cam-drin ac sydd eisiau rhoi'r gorau iddi.

Os ydych chi'n poeni am gydweithiwr yn yr ysgol

Gallwch wneud y canlynol i gefnogi cydweithwyr:

- Siaradwch â staff perthnasol ynghylch cynyddu gwelededd adnoddau cam-drin domestig a deunydd cyfeirio ar draws yr ysgol mewn ardaloedd staff
- Gosodwch boster cam-drin domestig yn eich ystafell staff a thoiledau staff. Mae gan yr Undeb Addysg Cenedlaethol **adnodd** y gellir ei ddefnyddio ar gyfer hyn.
- Dysgu am arwyddion cam-drin domestig a sut i ymateb os bydd rhywun yn datgelu i chi. Annog cydweithwyr i wneud yr un peth.
- Gofynnwch a oes gan eich ysgol bolisi cam-drin domestig a gweithio i gael un ar waith.
- Cael sgysiau am gam-drin domestig gyda chydweithwyr i geisio torri'r stigma sy'n amgylchynu'r cam-drin domestig.



Os ydych chi neu rywun arall mewn perygl agos, ffoniwch yr heddlu ar **999**.
Os oes angen cymorth arnoch am unrhyw beth sy'n ymwneud â cham-drin domestig ffoniwch y Llinell Gymorth Cam-drin Domestig 24 awr am ddim ar **0808 2000 247**.



Sylwi ar arwyddion cam-drin domestig:

Bydd yr arwyddion yn wahanol i bawb ac ni fydd bob amser yn amlwg bod pobl yn cael eu cam-drin. Mae rhai pethau i edrych amdanynt yn cynnwys:

- Newidiadau mewn presenoldeb, neu gynyddu absenoldeb salwch heb unrhyw eglurhad amlwg
- Angen amser i ffwrdd yn fwy aml ar gyfer apwyntiadau
- Anafiadau anesboniadwy, cleisio neu ymdrechion i orchuddio neu esbonio anafiadau nad ydynt yn adio i fyny
- Gwisgo dillad gormodol (i guddio anaf)
- Gorfod cymryd galwadau ffôn dro ar ôl tro yn ystod amser gwaith gan bartner
- Problemau gyda thynnu'n ôl, canolbwyntio, pryder a pherfformiad am ddim rheswm ymddangosiadol



Os ydych chi neu rywun arall mewn perygl agos, ffoniwch yr heddlu ar 999. Os oes angen cymorth arnoch am unrhyw beth sy'n ymwneud â cham-drin domestig ffoniwch y Llinell Gymorth Cam-drin Domestig 24 awr am ddim ar 0808 2000 247.

Os yw cydweithiwr yn datgelu cam-drin domestig i chi, mae'n bwysig:

- Gwrando a'u credu nhw, ac yn eu cymryd o ddifrif - byddwch yn amyneddgar
- Atgoffa nhw nad ydynt ar eu pennau eu hunain, dangos gefnogaeth a charedigrwydd a dim gwneud unrhyw farnau am ddewis eich cydweithiwr o ymateb i'r cam-drin
- Anogwch nhw i geisio cymorth gan weithiwr proffesiynol - gellir gwneud hyn trwy ffonio llinellau cymorth cyfrinachol a restrir ar ddiwedd y ddogfen hon
- Cynnig gwybodaeth iddynt a'u cyfeirio i gael cymorth gan sefydliadau cam-drin domestig - neu gynnig i gael gwybod mwy am hyn ar eu rhan

- Cadwch yn gysylltiedig - cadwch mewn cysylltiad a gofynnwch sut maen nhw'n gwneud, a gwnewch yn siŵr eich bod yn gwneud hyn mewn ffordd maen nhw wedi cytuno i (i'w cadw'n ddiogel)
- Peidiwch â rhoi cyngor y tu hwnt i'ch arbenigedd
- Gofalu amdanoch chi'ch hun - mae'r rhain yn bethau anodd i'w clywed, felly gwnewch yn siŵr eich bod yn gofalu am eich hun a siarad â rhywun yn gyfrinachol (e.e. Llinell gymorth Education Support) os oes angen

Os ydych chi'n meddwl y gall cydweithiwr fod yn cael ei gam-drin ond nad yw wedi datgelu yn uniongyrchol i chi:

- Byddwch yn ofalus - mae hyn yn sensitif iawn
- Cynnig cyfleoedd i ddatgelu - awgrymwch goffi neu sgysiau un i un mewn manau preifat a diogel.
- Cadwch yn gysylltiedig â'ch cydweithiwr fel eu bod yn gwybod bod rhywun yn edrych allan amdanynt
- Cysylltwch â llinell gymorth gyfrinachol, AD neu siaradwch â chynrychiolydd undeb os oes angen cyngor pellach arnoch

Mae dweud pethau fel:

Rwy'n falch iawn eich bod wedi dweud wrthyf

Dydych chi ddim ar eich pen eich hun

Nid eich bai chi yw hwn

Sut alla i helpu

i gyd yn helpu i roi sicrwydd i'r person sydd wedi datgelu camdriniaeth.

Os ydych chi'n arweinydd ysgol neu'n rheolwr llinell

Mae'n hanfodol bod pobl yn teimlo'n gyfforddus yn datgelu cam-drin domestig yn y gwaith os oes angen. Er mwyn gwneud hyn yn realiti, mae angen i ysgolion weithio i fynd i'r afael â'r stigma o ran trais domestig a chreu amgylchedd lle mae staff yn gyfforddus yn siarad amdano.

Rôl y Pennaeth:

Mae gan benaethiaid ddyletswydd i sicrhau bod pobl yn teimlo eu bod yn gallu datgelu cam-drin i'r staff cywir mewn ysgol.

Nid yw hyn yn golygu mai'r pennaeth yw'r unig berson y gall rhywun ddatgelu i, ond eu bod yn sicrhau bod aelodau staff wedi'u henwi, yn weladwy, boed hynny mewn adrannau AD neu eraill, bod pobl yn gwybod y gallant fynd atynt os oes ganddynt bryder neu broblem. Yn bwysicaf oll, mae angen i benaethiaid sicrhau bod staff yn gwybod y byddant yn cael eu cefnogi os byddant yn siarad yn agored ac i gyfathrebu'r hyn y mae cymorth yn edrych fel.

How to make your school supportive of survivors of domestic abuse

- 1 Datblygu a gweithredu **polisi cam-drin domestig** sy'n amlinellu cymorth sydd ar gael ac ymrwymiad yr ysgol i gefnogi eich gweithlu
- 2 Hyfforddwch yr holl reolwyr i weld arwyddion cam-drin domestig a sut i gefnogi staff mewn ffordd gynhwysol a phriodol
- 3 Normaleiddio sgysiau am gam-drin domestig yn y gwaith - ceisiwch ddefnyddio ymarferion fel **mythau**
- 4 Cyfathrebu'n glir, drwy'r polisi, ac i staff, bod cam-drin domestig yn broblem sylweddol, yn enwedig i fenywod
- 5 Gwnewch yn siŵr bod cyfeirio at wybodaeth am gam-drin domestig yn weladwy ac yn gyfredol ar draws yr ysgol fel y gall pobl hunan-gyfeirio at gefnogaeth
- 6 Sicrhau bod unrhyw brosesau adolygu perfformiad yn cael eu hatal os caiff cam-drin domestig ei ddatgelu
- 7 Sicrhau bod rheoli absenoldeb oherwydd trais domestig yn cael ei drin yn briodol
- 8 Hyfforddi'r holl staff ar drais domestig
- 9 Sicrhewch fod o leiaf un cydweithiwr benywaidd yn bwynt cyswllt enwebedig ar faterion cam-drin domestig, i adlewyrchu'r effaith anghymesur sydd gan gam-drin domestig ar fenywod
- 10 Rhoi mesurau ymarferol ar waith i gefnogi diogelwch yr holl staff, gan gynnwys y rhai a allai fod yn dioddef cam-drin domestig

Rôl y Rheolwr Llinell:

Dylai ysgolion sicrhau bod rheolwyr llinell yn ymwybodol o arwyddion cam-drin domestig ac yn gyfforddus â chael sgysiau ar y pwnc mewn ffordd anfeirniadol, anfygythiol, sensitif a phreifat.

Gyda'r hyfforddiant cywir, gall rheolwyr llinell ddarparu'r gefnogaeth ganlynol mewn achos o ddatgelu cam-drin domestig gan gydweithiwr:

- Cyfeirio at y cymorth sydd ar gael gan neu yn yr ysgol e.e. Rhaglen Cymorth i Weithwyr, polisi neu adnoddau cam-drin domestig
- Atal unrhyw weithdrefnau gallu sydd wedi codi o absenoldeb neu faterion perfformiad sy'n ymwneud â cham-drin domestig
- Ystyriwch gynnal asesiad risg yn y gweithle i sicrhau bod risg yn yr ysgol yn cael ei lleihau ar gyfer y goroeswr a chydweithwyr eraill
- Cynnig patrymau gweithio hyblyg i geisio cynnig diogelwch a gwell llesiant i'r person a ddatgelodd gam-drin domestig
- Dilynwch i fyny yn rheolaidd i sicrhau bod pobl sy'n dioddef cam-drin domestig yn teimlo eu bod yn cael eu cofio a'u cefnogi.

Pan fydd datgelu yn digwydd, bydd angen rhoi cynllun ar waith i sicrhau diogelwch a lles yr aelod o staff yr effeithir arnynt. Mae'n debygol y bydd y cynllun hwn yn cynnwys camau ymarferol sy'n cefnogi'r unigolyn - dylai pob cynllun gael ei arwain a'i gytuno gyda'r goroeswr.

Mae enghreifftiau o'r hyn y gallai'r gefnogaeth ymarferol hon edrych fel yn cynnwys:

- Sicrhau bod mynediad i waith yn cael ei gynnal, gan fod gwaith yn aml yn lle diogel. Gall hyn gynnwys darparu systemau mynediad diogel a manau parcio ceir
- Dynodi pwynt cyswllt ar gyfer cefnogaeth barhaus sy'n cynnig gwiriad cyfrinachol
- Rhybuddio staff derbynfa / diogelwch i'r mater, gan eu hatgoffa i beidio â rhannu gwybodaeth am y goroeswr ag eraill, a chytuno ar ymateb pe bai'r tramgwyddwr cam-drin yn dod i'r ysgol
- Addasu llwyth gwaith a thargedau gan gymryd i ystyriaeth effaith y cam-drin
- Cynnig hyblygrwydd i batrymau gwaith, oriau, a lleoliad
- Sicrhau bod amser i ffwrdd â thâl yn cael ei roi i fynychu apwyntiadau perthnasol e.e. Mewn llysoedd, gyda chyfreithwyr, asiantaethau cefnogi ac ati
- Galluogi presenoldeb mewn cwnsela neu gymorth adfer arall
- Sicrhau nad oes unrhyw weithdrefnau gallu yn cael eu gweithredu a bod absenoldeb yn cael ei reoli'n sensitif



Mwy o wybodaeth a chymorth i unigolion ac ysgolion:

Cofiwch, does neb yn haeddu cael eich cam-drin ac nid yw byth yn fai y goroeswyr. Mae cymorth ar gael gan amrywiaeth o sefydliadau.



Gallwch ddod o hyd i wasanaethau lleol gan ddefnyddio Cyfeiriadur **Cymorth i Fenywod**



Llinell Gymorth 24 Awr Cymru - **Llinell Gymorth Ddim Ofn Byw** (Live Fear Free) am Drais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig, a Thrais Rhywiol: 0808 80 10 800 Neges destun: 07800 77333 info@liveafreenhelpline.wales



Llinell Gymorth 24 Awr yr Alban - **Llinell Gymorth Cam-drin Domestig a Phriodasau dan Orfod** 0800 027 1234 Gallwch ffonio'r Llinell Gymorth gan ddefnyddio gwasanaeth cyfnewid testun Textline@sdafmh.org.uk



Llinell Gymorth 24 Awr Lloegr - **Llinell Gymorth Cam-drin Domestig Cenedlaethol** 0808 2000 247 Gellir cyrchu'r Llinell Gymorth gan ddefnyddio gwasanaeth Talk Type BT ar gyfer galwyr byddar neu drwm eu clyw. Gallwch hefyd gysylltu â'r llinell gymorth ar-lein.



Llinell Gymorth 24 Awr Gogledd Iwerddon - **Llinell Gymorth Domestig, Rhywiol a Thrais**: 0808 802 1414 help@dsahelpline.org



Goroeswyr gwrywaidd - **Llinell Gyngor Dynion** 0808 801 0327 info@mensadviceline.org.uk



Karma Nirvana - Llinell Gymorth Cam-drin sy'n 'Seiliedig ar Anrhydedd' a Phriodas dan Orfod 0800 5999 247. Gallwch hefyd gysylltu â nhw ar-lein.



Llinell Gymorth Cenedlaethol Cam-drin Domestig Lesbiaidd, Hoyw, Deurywiol a Thrawsrywiol 0800 999 5428 help@galop.org.uk



Cymorth i Ddioddefwyr - Llinell Wybodaeth am Ddim 0808 16 89 293



Education Support - Free and confidential support for teachers and education staff 08000 562 561 / support@edsupport.org.uk

Mae sefydliadau sy'n rhedeg hyfforddiant ar gam-drin domestig, y gallai ysgolion fod eisiau ymgysylltu a nhw yn cynnwys:



Women's Aid



Galop



Imkaan



Respect

Ffynonellau:

- <https://www.irishnews.com/news/northernirelandnews/2019/12/12/news/union-warns-of-teachers-living-in-abusive-relationships-1788037/>
- <https://www.un.org/en/coronavirus/what-is-domestic-abuse>
- <https://www.womensaid.org.uk/information-support/what-is-domestic-abuse/>
- <https://neu.org.uk/media/13351/view>
- <https://www.bitc.org.uk/wp-content/uploads/2021/07/bitc-wellbeing-toolkit-domesticabusefor-employers-june2021.pdf>

