YSGOL CALON CYMRU

The School at the Heart of Wales

# Dulliau Adferol - Gwybodaeth

Yn Ysgol Calon Cymru, mae Dulliau Adferol yn rhan sylfaenol o'n polisi ymddygiad cadarnhaol. Fel rhan o'r polisi hwn mae ein hysgol yn parhau i ddatblygu dull adferol i ddatrys gwrthdaro.

## Nodau Dull Adferol

- Datblygu sgiliau a galluoedd pobl i reoli eu meddyliau a theimladau.
- Adeiladu gallu pobl i gymryd cyfrifoldeb dros eu gweithredoedd eu hunain.
- Cynorthwyo pobl i ddatblygu'r sgiliau angenrheidiol i ailadeiladu a thrwsio perthnasoedd.

## Beth yw Dull Adferol?

Egwyddorion dulliau adferol yw adeiladu, cynnal a thrwsio perthnasoedd. Dull addysgiadol yw e, ac yn helpu'r rheiny sy'n ymwneud â dysgu am newid. Seilir dulliau adferol ar **bum nodwedd allweddol**:-

Parch – i bawb trwy wrando ar farnau eraill a dysgu eu huchelbrisio; Perthnasoedd– meithrin perthnasoedd cymdeithasol o ymrwymiad y naill i'r llall mewn cymuned ysgol; Cyfrifoldeb – cymryd cyfrifoldeb dros eich gweithredoedd chi a dysgu gwneud y dewis cywir; Trwsio – datblygu'r sgiliau i ganfod atebion i drwsio niwed;

Ail-integreiddio - defnyddio proses gefnogol, strwythuredig sy'n datrys y problemau ac yn sicrhau nad yw'r ymddygiadau'n cael eu hailadrodd.

### Sut ydyn ni'n ei ddefnyddio?

Gyda'r dull adferol rhaid i'r staff i gyd fod wybod am egwyddorion dulliau adferol, a meddu'r gallu i'w cymhwyso i ddatrys sefyllfaoedd yn eu dosbarthiadau ac o gwmpas yr ysgol. I fod yn ysgol adferol byddwn yn ymdrechu i wneud gosodiadau adferol yn rhan o iaith bob dydd. Er mwyn annog pobl i feddwl am eu syniadau, teimladau ac ymddygiadau yn ystod ymholiad adferol byddem yn gofyn y cwestiynau canlynol:

•Beth ddigwyddodd?

•Beth oeeddech chi'n meddwl/teimlo ar y pryd?

### Beth mae hyn yn ei olygu i'm plentyn?

Er mwyn trwsio'r niwed a gwella'r perthnasoedd gallwn:

- gynnal ymholiad adferol gyda'r rheiny yr honnir eu bod yn rhan ohono. Sgwrs rhwng staff a disgybl yw hyn er mwyn darganfod pwy sy'n cael eu heffeithio a beth sy'n rhaid digwydd er mwyn i bawb symud yn eu blaenau.

- • gall cyfarfod adferol ddigwydd os oes angen. Cyfarfod yw hwn rhwng aelod o staff a dau berson ifanc neu fwy. Mae gan bawb y cyfle i ddweud beth ddigwyddodd, sut maent yn teimlo a beth sy'n rhaid digwydd er mwyn i bawb symud yn eu blaenau. Efallai gofynnir i chi drafod eich meddyliau a theimladau am y digwyddiadau.

### Sut alla i helpu?

- Annog eich plentyn i weld sefyllfaoedd o safbwynt y person arall.
- Annog eich plentyn i dalu sylw manwl ar yr hyn y mae pobl yn ei ddweud.
- Annog eich plentyn i siarad ag eraill yn barchus a heb eu barnu.
- Annog eich plentyn i gefnogi eraill trwy gyfeillgarwch cadarnhaol.