

# Beth i wneud nesaf?

Os ydych chi wedi adnabod ymddygiadau OREN, neu COCH, peidiwch a cael panic. Mae nifer o resymau all fod yn reswm pam fod y plentyn yn arddangos yr ymddygiadau yma. Y peth pwysicaf ydy i beidio cynhyrfu, ac i siarad hefo rhywyn proffesiynol allwch chi drystio, e.e. athro eich plentyn.

Mi fydden nhw yn gallu rhoi cymorth i chi ac i ymateb i'r ymddygiadau yn y ffordd cywir.



Am fwy o wybodaeth am ymddygiadau rhywiol datblygiadol briodol ac syt i ymateb;

[www.brook.org.uk](http://www.brook.org.uk)

[www.nspcc.org.uk](http://www.nspcc.org.uk)

[www.barnardos.org.uk](http://www.barnardos.org.uk)

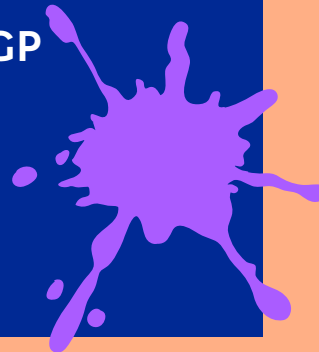
[www.stopitnow.org.uk](http://www.stopitnow.org.uk)

Os ydych chi yn bryderys am Ymddygiad eich plenty chi neu blentyn arall, cysylltwch â;

**Eich nyrs ysgol**

**Athro y plentyn**

**Eich GP**



# Dod i Ddeall Ymddygiadau Rhywiol Iach

Arweiniad i ddeall ymddygiadau ac iaith rhywiol plant a phobl ifanc i rieni / gofalwyr

**16 - 18 OED**



Mae ymddygiadau rhywiol gwyrdd sy'n addas i blant oed 16 - 18 yn ymddygiadau sy'n cael eu arddangos rhwng blant a phobl ifanc o'r rym oed neu ar yr un lefel yn ddatblygiadol, yn cynnwys chwilfrydedd naturiol, arbrosi, gweithgareddau cydsyniol a dewisiadau positif.

### Gall ymddygiadau GWYRDD edrych fel;

Angen am breifatrwydd  
Mastyrbio yn breifat

Chwilio am wybodaeth am rywioldeb  
Gwyllo defnyddiau ar gyfer cynhyrriad rhywiol e.e. fideos cerddoriaeth, cylchgronau, ffilmiau

Sgyrsiau cydsyniol o natur rywiol benodol a/neu ddefnyddio hiwmor a geiriau anwedus gyda chyfoedion

Diddordeb a/neu gymryd rhan mewn perthynas â pherson o unrhyw ryw

Cydsynio i weithgaredd rhywiol er pleser, yn breifat, gyda phartner o allu datblygiadol tebyg

Cyfathrebu ar-lein gyda chyfoedion

Trefnu i gyfarfod rhywun y maent wedi'u cyfarfod ar-lein yng nghwmni un o'u cyfoedion neu oedolyn hysbys.

Gall ymddygiadau oren fod â potensial i fod yn beryglys ac yn aniachus.

Gallen nhw fod yn ymddygiadau sydd yn anarferol i'r plentyn, neu yn codi pryder o achos oed neu gwahaniaethau datblygiadol. Gall amledd, parhad, a math y digwyddiad godi pryderon pellach.

### Gall ymddygiadau OREN edrych fel:

Diddordeb gormodol mewn rhyw sy'n amharu ar fywyd bob dydd

Gwyllo eraill tra'u bod yn cymryd rhan mewn gweithgaredd rhywiol neu'n noeth  
Cyfathrebu, celf neu weithredoedd penodol sy'n anwedus neu o natur rywiol sy'n peri ofn

Gweithgaredd rhywiol yn gyfnewid am eitemau materol neu freintiau

Dangos rhannau preifat mewn lle cyhoeddus gyda chyfoedion e.e. fflasio

Ymddygiad rhywiol anniogel, gan gynnwys, rhyw heb ddiogelwch, gweithgar rhywiol tra'n feddw, partneriaid lluosog a/neu newid partner yn aml

Arwydd o haint a drosglwyddir yn rhywiol neu feichiogrwydd heb ei gynllunio

Trefnu i gyfarfod rhywun y maent wedi'u cyfarfod ar-lein yng nghwmni un o'u cyfoedion neu oedolyn hysbys.

Ymddygiadau coch yw'r ymddygiadau sydd yn beryglus ac yn niweidiol.

Gall ymddygiadau coch gynnwys cyfrinachedd, gorfodaeth, bygythiad a gwahaniaethau pwer, oed, a datblygiad plentyn. Mae amlder, hyd a cyd-destyd yr ymddygiad hefyd yn rôl mawr o ymddygiad coch.

### Gall ymddygiadau COCH edrych fel

Mastyrbio gorfodol e.e. hunan-niweidio

Diddordeb gormodol mewn pornograffi anghyfreithlon neu yn rywiol ymosodol

Datgelu camdriniaeth rywiol / ymosodiad rhywiol

Gweithgareddau rhywiol gydag anifeiliaid

Cynnwys eraill mewn proses i gael pleser rhywiol trwy ddefnyddio technegau paratoi i burpas rhyw - defnyddio celwydd

Creu, meddiannu neu anfon deunyddiau camfanteisio ar blant

Trefnu i gyfarfod rhywun y maent wedi'u cyfarfod ar-lein heb gwmni un o'u cyfoedion neu oedolyn hysbys.