**10 egwyddor allweddol ar gyfer
rheoli datgelu camdriniaeth ac esgeulustod**

Dylai'r 10 egwyddor allweddol a ganlyn lywio'ch dull o ymdrin â datgeliadau o gamdriniaeth neu esgeulustod gan blentyn:

1. Os bydd plentyn yn dweud, tynnu llun neu’n dangos camdriniaeth, gwrandewch yn ofalus gyda 100% o’ch sylw, hyd yn oed os ydych yn edrych fel petaech yn gwneud rhywbeth arall. Mae hyn yn dangos eich bod yn cymryd yr hyn maent yn ddweud o ddifrif. Mae llawer o blant yn ei chael yn haws os nad ydych yn mynnu cyswllt llygaid â hwy.
2. Gadewch i’r plentyn ddweud beth mae eisiau ddweud wrthych, neu ddangos i chi, heb dorri ar draws, cyhyd â’i fod ef ac eraill yn ddiogel. Os yw’r amser neu’r lle yn anodd, efallai y medrwch addasu’r amgylchedd yn hytrach na thorri ar draws neu atal y plentyn (e.e. symud eraill, lleihau’r sŵn yn yr ystafell, a cheisiwch yn wastad fod â phen a llyfr nodiadau wrth law).
3. Os nad ydych yn siwr beth ddywedodd neu a wnaeth y plentyn, neu os nad ydych yn siwr beth a olygodd, cynigiwch wahoddiad agored, e.e., adfyfyrio ar beth mae newydd ddweud, e.e. adlewyrchu ar yr hyn mae newydd ddweud, neu ‘dywed fwy am hynny wrtha’i’ neu ‘dangos hynna i mi eto’. Ceisiwch osgoi cwestiynau arweiniol a allai gael effaith ar ymchwiliadau pellach gan yr heddlu.
4. Dywedwch bethau fel ‘uhuh’ neu ‘mmhmm’ neu ‘dos ymlaen’ i ddangos eich bod yn gwrando. Mae’r rhain yn bethau saff i’w dweud am eu bod yn annog y plentyn i barhau, heb gyfeirio eu stori mewn unrhyw ffordd. Mae dweud ‘ocê’ neu ‘iawn’ neu ‘ie’ yn fwy peryglus gan y gall hyn awgrymu eich bod yn cymeradwyo’r hyn sy’n cael ei ddweud, ac efallai na fydd rhai pethau mae angen iddynt ddweud yn iawn o gwbl.
5. Gwnewch yn glir trwy eich ymddygiad a’ch iaith corff eich bod yn dawel, heb ddychryn a bod gennych amser. Rhowch gymaint o ofod corfforol i’r plentyn ag sydd angen.
6. Addaswch eich iaith a’ch arddull gyfathrebu yn unol ag anghenion y plentyn. Gadewch i’r plentyn ddefnyddio’i eiriau ei hun.
7. Ceisiwch gael dim ond digon o wybodaeth i weithio allan pa gamau sydd angen eu cymryd. Gwnewch gofnod ofalus o’r hyn a ddywedodd, ac unrhyw gwestiynau a ofynnwyd gennych cyn gynted ag y gallwch.
8. Os bydd plentyn yn ceisio dangos gweithredoedd treisgar neu rywiol gan ddefnyddio eich corff, dywedwch yn dawel ‘Fedra’i ddim gadael i ti wneud hynna’, a symud ymaith os bydd angen.
9. Os yw’n briodol, adfyfyriwch gan ddefnyddio geiriau’r plentyn ei hun. Dywedwch yn union beth ddywedodd, heb ehangu na newid na holi cwestiynau. Os yw’n briodol, gwnewch sylw i ddangos eich bod wedi cymryd sylw o’r hyn mae’n wneud (e.e. ‘rwyt ti’n dangos i mi’).
10. Gadewch i’r unigolyn wybod beth fyddwch yn wneud nesaf gan gynnwys wrth bwy y bydd yn rhaid i chi ddweud. Gall hyn fod yn syml iawn: ‘Mi fydd yn rhaid i mi feddwl ac yna fe ddo’i yn ôl’ yna efallai ‘Mae rhywun o’r heddlu am ddod. Maent angen dy help. Fe wna’i aros gyda ti pan fyddant yma.

*O:* Awgrymiadau Ymarfer: 10 Egwyddor Allweddol ar gyfer Rheoli Datgeliadau o Gam-drin ac Esgeulustod