



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Stopio cosbi corfforol yng Nghymru

Gwybodaeth i rieni

Mae cosbi plant yn gorfforol yn anghyfreithlon yng Nghymru. Rydyn ni eisiau amddiffyn plant a'u hawliau, er mwyn rhoi'r dechrau gorau mewn bywyd iddyn nhw. Fel rhiant, dyma beth sydd angen i chi ei wybod.

Beth yw cosb gorfforol?

Mae sawl math o gosb gorfforol. Fel smacio, taro, slapio ac ysgwyd. Ond mae mathau eraill hefyd. Mae'n amhosibl rhestru pob math o gosb gorfforol. Gall fod yn unrhyw ddull o gosbi plentyn gan ddefnyddio grym corfforol. Mae ymchwil yn awgrymu y gallai unrhyw fath o gosb gorfforol fod yn niweidiol i blant.

Beth yw'r gyfraith ynghylch cosbi corfforol yng Nghymru?

- Mae cosbi corfforol o unrhyw fath yn anghyfreithlon yng Nghymru.
- Mae gan blant yr un amddiffyniad rhag ymosodiad ag oedolion.
- Mae hyn yn golygu bod y gyfraith yn glir – hawdd i blant, rhieni, gweithwyr proffesiynol a'r cyhoedd ei deall.

Beth sy'n digwydd os ydw i'n cosbi fy mhlentyn yn gorfforol?

Os bydd unrhyw un yn cosbi plentyn yn gorfforol:

- bydd yn torri'r gyfraith
- mae perygl y caiff ei arestio neu ei gyhuddo o ymosod
- efallai y caiff gofnod troseddol, sydd yr un fath ar gyfer unrhyw drosedd.

Mae gwybodaeth, cyngor a chymorth ar gael i unrhyw un sydd ei angen, i'w helpu i ddod o hyd i ffyrdd cadarnhaol o reoli ymddygiad plant, i helpu i osgoi sefyllfa o'r fath.

A yw'n golygu na allaf ddisgyblu fy mhlentyn?

Nac ydy. Mae angen disgyblaeth ar bob plentyn; mae'n rhan hanfodol o fagu plant yn dda. Ond, mae disgyblu yn wahanol iawn i gosbi corfforol.

Mae disgyblu plentyn yn ymwneud â rhoi ffiniau, arweiniad a chymorth i blentyn fel y gall ddysgu ymddygiad priodol.

Nid yw cosb gorfforol yn rhan anochel o ddisgyblu plant. Efallai ei fod yn edrych fel pe bai'n gweithio oherwydd bod plant yn aml yn rhoi'r gorau i'r hyn maen nhw'n ei wneud pan fyddan nhw'n cael smac er enghraifft.

Ond nid yw cosbi plant yn gorfforol yn effeithiol o ran gwella ymddygiad plant ac nid yw'n helpu plant i ddysgu am hunanreolaeth nac ymddygiad priodol.

Gall cosb gorfforol:

- frifo plentyn
- gwneud i blentyn deimlo ofn, dicter, tristwch a dryswch
- rhoi'r neges i blant bod trais yn iawn a'i fod yn ymateb priodol i deimladau cryf
- bod yn gysylltiedig â chanlyniadau negyddol i blant.

I gael rhagor o wybodaeth am stopio cosbi corfforol yng Nghymru, ewch i: llyw.cymru/StopioCosbiCorfforol

I gael tips a chynghor arbenigol am fagu plant mewn modd cadarnhaol, ewch i *Magu Plant*. Rhowch amser iddo: llyw.cymru/rhowchamseriddo

Stopio Cosbi
Corfforol

Ending Physical
Punishment



Beth am sut rydym yn magu plant bob dydd?

Nid yw hyn yn effeithio ar arferion rhianta bob dydd. Mae rhieni'n rhoi mwythau i'w plant, yn brwsio'u gwallt, yn glanhau'u dannedd, yn chwarae'n wyllt gyda nhw ac yn eu codi i'w rhoi yn eu seddi yn y car – pethau sy'n digwydd bob dydd.

Weithiau mae'n anodd gwisgo plentyn, ac ar adegau rhaid i chi wneud hynny yn erbyn ei ewyllys i'w gadw'n gynnes, i'w alluogi i fynd y tu allan ac ati. [Nid yw'r ffaith bod cosbi corfforol yn anghyfreithlon yn atal y gweithgareddau hynny.](#)

Ac i fod yn glir, nid yw unrhyw ymyriadau corfforol i gadw plant yn ddiogel rhag niwed yn gosb gorfforol.

Mae dal plentyn yn ôl rhag rhedeg i'r ffordd, neu atal plentyn i'w gadw rhag anafu ei hunan neu rhag anafu eraill, neu ei atal rhag rhoi ei law yn y tân neu rhag cyffwrdd â rhywbeth poeth, yn rhianta da, nid cosb.

Fodd bynnag, ar ôl ichi weld eich plentyn yn gwneud rhywbeth peryglus, os ydych chi hefyd yn ymateb drwy smacio eich plentyn, rydych chi'n eu cosbi'n gorfforol ac ni fyddai hynny'n dderbyniol o dan y gyfraith.

Ble alla i gael cyngor a chefnogaeth?

- Mae [Magu Plant. Rhowch amser iddo](#) yn cynnig tips ymarferol a chyngor arbenigol am fagu plant mewn modd cadarnhaol i annog ymddygiad da gan blant a dewisiadau eraill yn lle cosb gorfforol. Mae gan yr ymgyrch dudalen we ar gyfer [cymorth ar rianta](#) sy'n cynnwys dolenni i gymorth a llinellau cymorth pellach i rieni.
- Mae cymorth a chyngor magu plant cyffredinol ar gael gan fydwragedd, ymwelwyr iechyd, meddygon teulu a'ch awdurdod lleol.
- Rhaglenni cymorth cynnar fel [Dechrau'n Deg](#) (os ydych yn byw mewn ardal Dechrau'n Deg) a [Teuluoedd yn Gyntaf](#).



Os nad wyf i'n cael defnyddio cosb gorfforol, sut allaf i ymdrin ag ymddygiad annymunol fy mhentyn?

Mae sawl ffordd o ddisgyblu plentyn heb ddefnyddio cosb gorfforol.

- Weithiau mae tynnu sylw plentyn ifanc mewn sefyllfa heriol yn ddigon i leihau ymddygiad problemus.
- Gyda phlant dros 3 oed gallwch ddefnyddio canlyniad yn lle cosb gorfforol, fel tynnu hoff degan neu weithgaredd i ffwrdd am gyfnod byr.
- I blant hŷn a phobl ifanc yn eu harddegau, mae gwybod beth fyddai'n cael yr effaith fwyaf yn bwysig, fel cael gwared ar fynediad i ddyfeisiau electroneg, treulio amser gyda'u ffrindiau neu golli arian poced am gyfnod penodol o amser.
- Trwy ddysgu adnabod a rheoli ein teimladau a'n hemosiynau ein hunain, gall olygu y gallwn dawelu sefyllfaoedd cyn iddyn nhw waethygu. Er enghraifft, drwy bwyllo, anadlu'n ddwfn neu hyd yn oed gerdded i ffwrdd – rydych yn rhoi enghraifft wych i'ch plentyn o sut i ymddwyn.

Tips defnyddiol

- Rhowch ganmoliaeth gynnes am ymddygiad da.
- Gosodwch reolau teuluol clir sy'n addas ar gyfer oedran a gallu eich plentyn.
- Cynlluniwch ymlaen llaw ar gyfer adegau pan mae plant yn gallu ymddwyn mewn ffyrdd heriol (e.e. ewch â snaciau neu degan ar deithiau siopa).
- Ceisiwch feddwl am beth sy'n digwydd o dan wyneb ymddygiad anodd – a yw eich plentyn yn llwglyd, dig, unig neu flinedig?
- Cysylltwch deimlad â'r ymddygiad e.e. 'Rwy'n credu dy fod yn taflu'r teganau oherwydd dy fod yn grac, ond dydyn ni ddim yn brifo pobl'.
- Datblygwch drefn sy'n gweithio i'ch teulu.
- Byddwch yn esiampl o'r ymddygiad rydych eisiau ei weld – ni fydd plentyn yn deall nad oes hawl taro neu weiddi os mai dyna maen nhw'n gweld oedolion yn ei wneud.

Ewch i [Magu Plant. Rhowch amser iddo](#) am fwy o wybodaeth.

Mae'r oes wedi newid. Mae agweddau wedi newid. Does dim lle i gosbi corfforol mewn Cymru fodern.