Gamblo

Gwers un:
Sut allwn ni reoli risg?

Beth ddylai ein rheolau sylfaenol fod ar gyfer y gyfres hon o wersi?

Deilliannau Dysgu

- Rhestru ffactorau sy'n helpu pobl i asesu risg
- Cyfiawnhau pam y dylid rhoi mwy o bwysau ar rai ffactorau nag eraill mewn cyd-destunau gwahanol
- Esbonio sut i asesu risg ymddygiadau sy'n gysylltiedig â gamblo

Beth ydych chi'n feddwl?

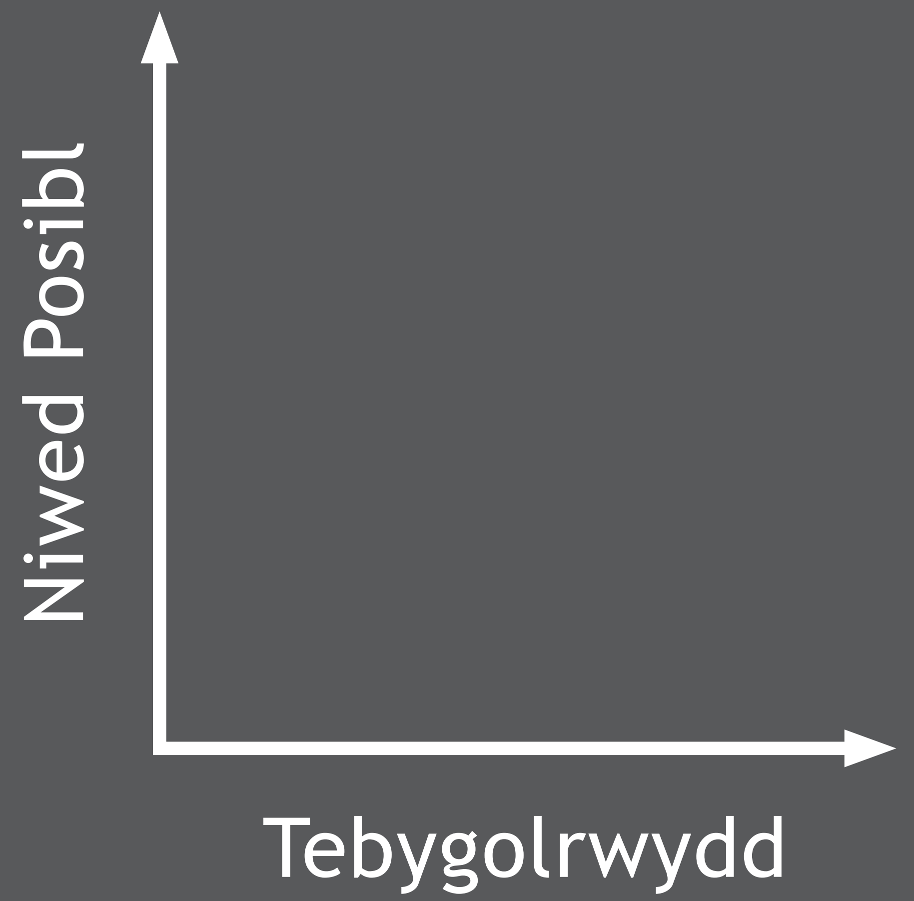
Ira: "Mae fy modryb yn dweud fod bingo ar-lein yn ffordd wych o wneud arian."

Ira: "Paid bod yn dwp! Ychydig o hwyl ydy o?"

George: "Mae fy nhad yn dweud mai gamblo yw hynny felly ni ddylem wneud unrhyw beth felly neu byddwn yn colli ein harian i gyd yn y pen draw."

Ymddygiadau 'Mentrus'

Pa mor fentrus yw'r gweithgareddau hyn?		
Gwersi marchnogaeth	Beicio heb helmed	Dechrau perthynas newydd
Dechrau eich busnes eich hun	Defnydd o gyffuriau dosbarth A	Ysmygu bob dydd
Dwyn o siop	Neidio o glogwyn i'r môr ar wyliau	Rhoi £10 ar y Lotto bob wythnos
Cael rhyw heb ddiogelwch	Mynd am gyfweliad am swydd eich breuddwyion	Chwarae peiriannau ffrwythau bob dydd



Sut wnaethoch chi bennu risg uchel/isel?

Beth all ‘ods’ ddweud wrthym am risg?

Ydy pawb yn y dosbarth yn cytuno? Os na, pam?

Beth sy’n gwneud risg yn werth ei gymryd?

Senarios

Sut mae pob person yn teimlo?

Beth ddylen nhw ei wneud yn y sefyllfa hon?

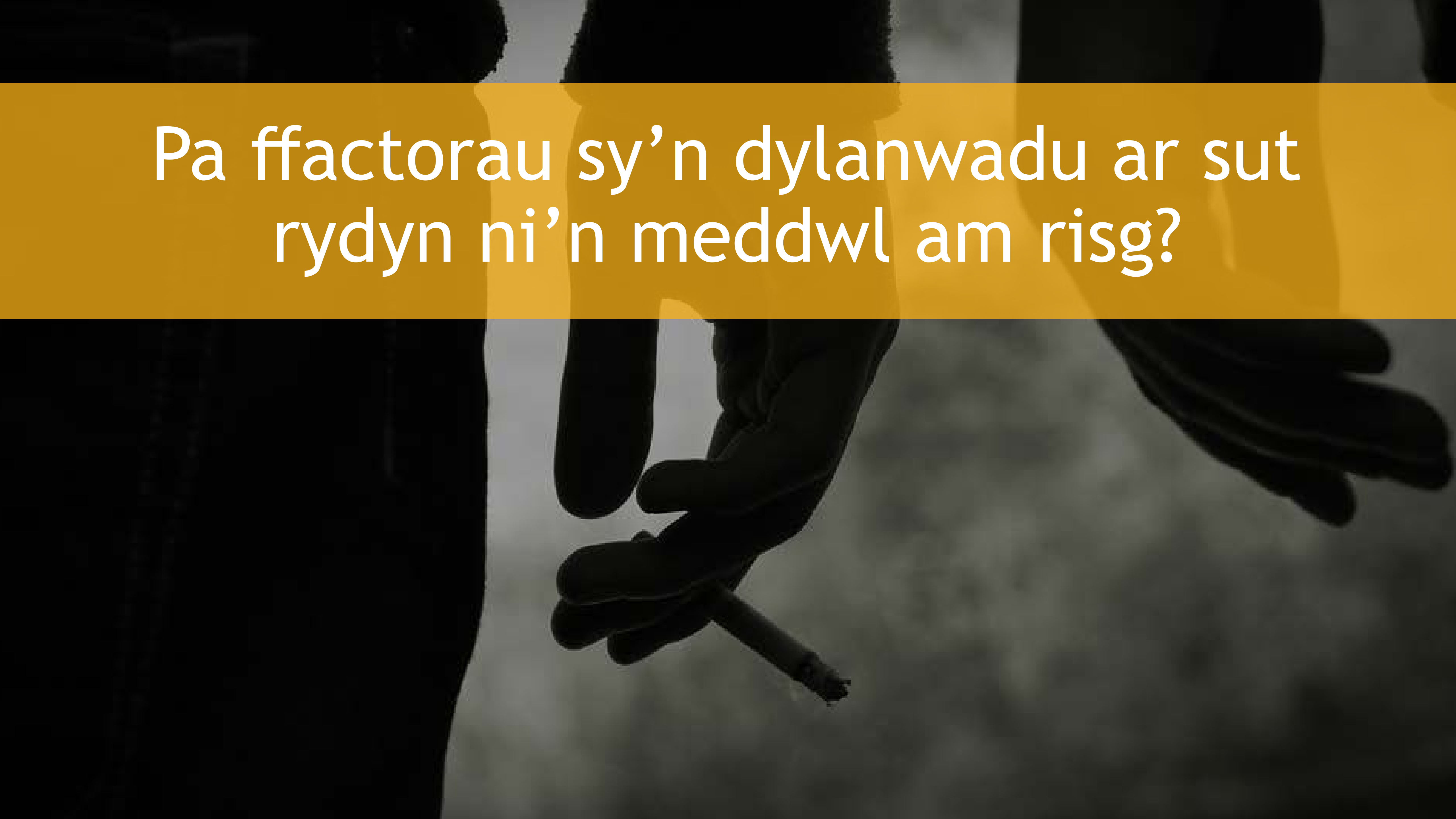
Meddyliwch am ymateb ‘yn y foment’ ac ymateb arafach yn seiliedig ar dystiolaeth.

Senario 1	Senario 2
Mae Sacha yn ystyried p’un a ddylai hi chwarae’r loter i gael arian ar gyfer y pethau mae hi eisiau.	Mae Clayton yn cael ei demtio i barhau i gamblo ar-lein gan ddefnyddio cerdyn credyd ei frawd.
Senario 3	**Senario 4**
Mae Penny dan bwysau i fetio ei harian gan ei bod hi’n ‘lwc dda’.	Mae Rashid yn meddwl am fuddsoddi ei arian gwyl i chwarae pocer gan obeithio gwneud arian.

Pam rydyn ni'n cymryd risgiau?

Sut allwn ni wneud penderfyniadau
gwell am risgiau?

Pa ffactorau sy’n dylanwadu ar sut rydyn ni’n meddwl am risg?



Sut allwn ni fod yn wydn yn wyneb y dylanwadau hyn?

Sut all pobl sicrhau eu bod yn gwneud dewisiadau gwell mewn perthynas ag ymddygiad gamblo?

Ydy eich barn wedi newid?

Ira: “Mae fy modryb yn dweud fod bingo ar-lein yn ffordd wych o wneud arian.”

Ira: “Paid bod yn dwp! Ychydig o hwyl ydy o?”

George: “Mae fy nhad yn dweud mai gamblo yw hynny felly ni ddylem wneud unrhyw beth felly neu byddwn yn colli ein harian i gyd yn y pen draw.”

Gwybodaeth a Chymorth Pellach

- Tiwtor
- Nyrs ysgol
- Cwnselydd ysgol
- Gamcare www.gamcare.org.uk - cyngor, llinell gymorth a gwasanaeth sgwrsio ar-lein
- COFIWCH: Cyfrinachedd ac anhysbysrwydd

Gamblo

Gwers dau: Sut allwn ni reoli ysgogiadau a dylanwadau i gamblo?

Cofiwch ein rheolau sylfaenol ar gyfer y gwersi hyn.

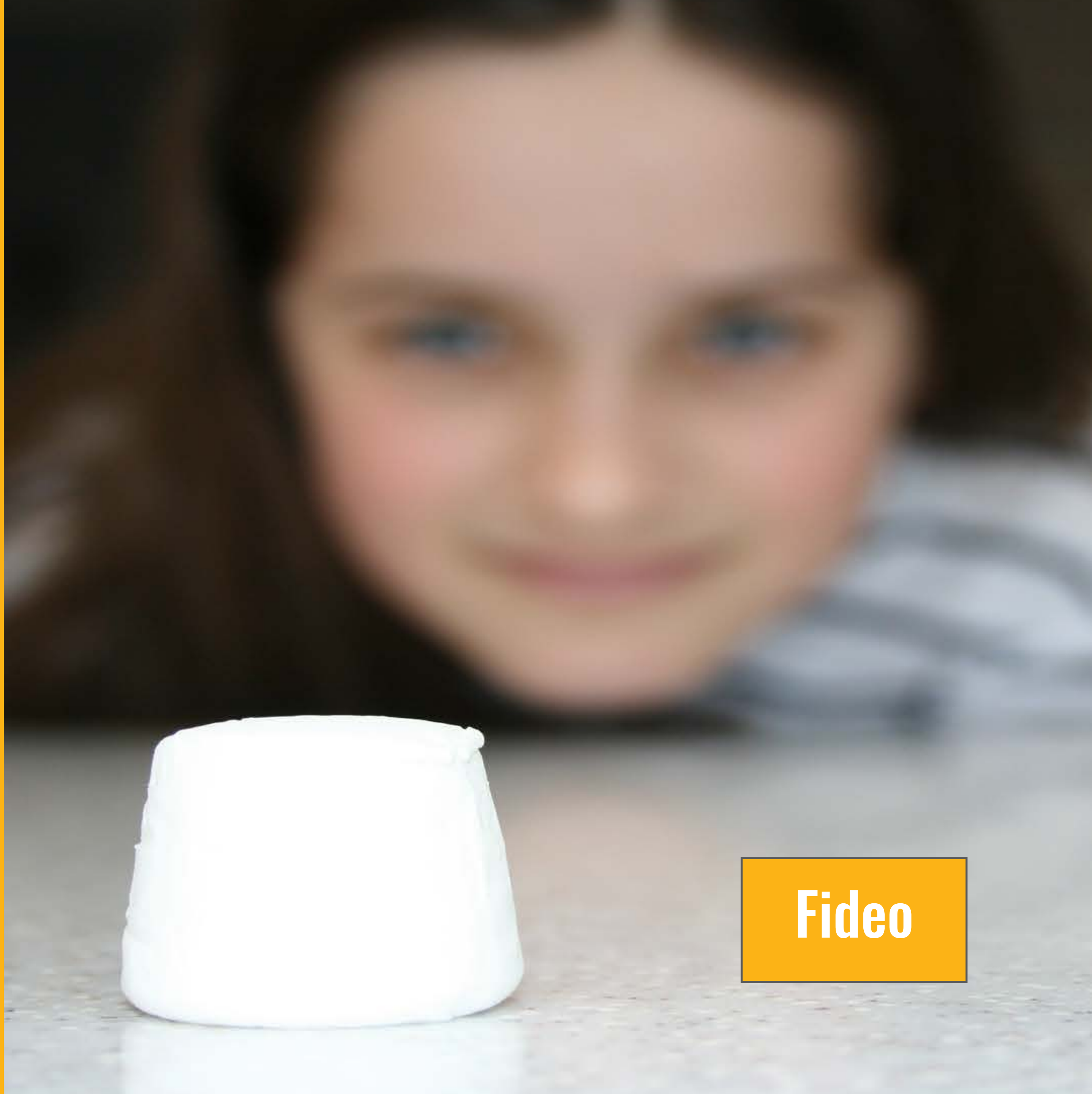
Deilliannau Dysgu

- Esbonio sut y gall eraill ddylanwadu ar benderfyniadau sy’n ymwneud â gamblo;
- Esbonio beth yw ‘byrbwylltra’ ac ‘atal boddhad’ a sut maen nhw’n ymwneud â gamblo;
- Disgrifio ffyrdd o reoli dylanwad cyfoedion a’r cyfryngau ar benderfyniadau gamblo.

Safbwyntiau post-it

"Caiff rhai pobl eu geni yn fwy tebygol o gamblo nag eraill; nid oes unrhyw beth y gellir ei wneud am hynny."

Beth fyddai’n digwydd pe byddech chi’n dweud wrth blentyn ifanc y gallent gael un malws melys nawr neu ddau os byddant yn disgwyl am 15 munud ar eu pen eu hunain gyda’r malws melys?



Fideo

Beth os…

Yw’r malws melys wedi’i guddio?

Yw’r plentyn yn cael ei atgoffa’n gyson pa mor flasus yw’r malws melys?

Yw’r plentyn yn cael tegan i chwarae gydag ef?

Fydd rhywun yn dweud wrth y plentyn ddychmygu mai cwmwl yw’r malws melys?

Yw’r plentyn yn ail-adrodd, “Mae’n rhaid i mi ddisgwyl”?

Diffiniadau Cyflym

Byrbwylltra	Atal Boddhad
Gweithredu heb feddwl am ganlyniadau.	Ffafrio gwobrau hirdymor dros wobrau tymor byr (boddhad ar unwaith)

Prawf Malws Melys Walter Mischel

Mae lleiafrif fechan yn bwyta'r malws melys ar unwaith

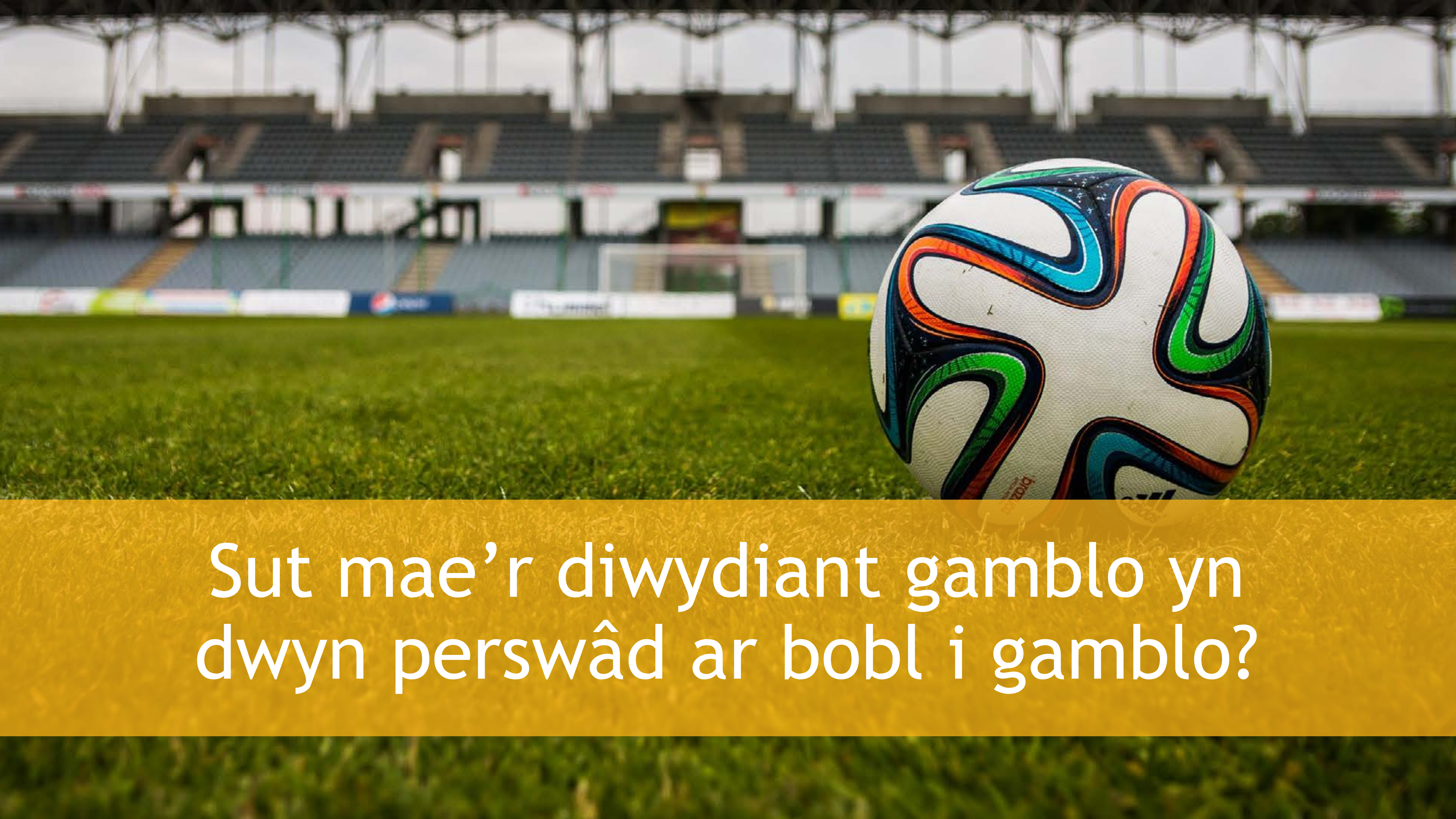
Mae 1 mewn 3 yn atal boddhad am ddigon o amser i gael yr 2il falws melys

Roedd y rhai hynny wnaeth atal boddhad yn arddegwyr mwy cymwys

Prawf Malws Melys Walter Mischel

- **Osgoi** – pan oedd y malws melys wedi'i orchuddio roedd y plant yn llai byrbwyll
- **Dad-bwysleisio gwobrwyo** – pan oedd y plant yn cael eu hatgoffa o'r wobr roeddent yn fwy byrbwyll
- **Tynnu sylw cadarnhaol** – os rhoddwyd tegan neu ddweud wrthynt 'feddwl am bethau hwyliog' roedden nhw'n llai byrbwyll
- **Haniaethu** – pan ddywedwyd wrthynt feddwl am y malws melys fel 'CWMWL' roeddent yn llai byrbwyll
- **Araith hunangyfeiriedig** – roedd plant oedd yn dweud wrth eu hunain, 'Rhaid i mi aros', yn llai byrbwyll.

Dadansoddwch yr hysbyseb!


Sut mae'r diwydiant gamblo yn dwyn perswâd ar bobl i gamblo?

Beth yw’r ‘ods’ yn y diwydiant gamblo?

Cwestiynau ac Atebion *Ask Jeff*

Unrhyw1
#Blwyddyn
10

Rwy'n wirioneddol ffodus i gymdeithasu gyda ffrindiau gwych ond mae dau o fy ffrindiau gorau wedi dechrau chwarae ar y peiriannau slotiau i lawr yn yr arcêd lleol ar ôl ychydig o gwrw ac maen nhw am imi fynd gyda nhw.

Ni allaf ei fforddio ac mae'n fy ngwneud yn anghyfforddus iawn eu gweld yn taflu'r holl arian hwnnw ac yn mynd yn bigog gyda staff yr arcêd os byddwn yn mynd ar y peiriannau 18 mlwydd oedd a throsodd. Nid oedd gen i lawer o ddiddordeb chwarae gyda nhw o'r blaen ond roeddwn i'n mwynhau'r tro diwethaf ac fe wnaethom golli ffortiwn; roeddwn i'n poeni'n fawr.

Ond maen nhw'n ffrindiau i mi; dwi ddim eisiau eu gadael i lawr na cholli allan ar yr hwyl, ac rwyf wedi blino cael fy ngalw'n ddiflas pan fyddaf yn dweud nad ydw i am fynd. Beth ddylwn i ei wneud?

Myfyriwch yn dawel ar sut y gallwch ddefnyddio syniadau'r prawf malws melys yn eich bywyd eich hun.

Safbwyntiau post-it

"Caiff rhai pobl
eu geni yn fwy tebygol
o gamblo nag eraill; nid oes
unrhyw beth y gellir ei wneud
am hynny."

Gwybodaeth a Chymorth Pellach

- Tiwtor
- Nyrs ysgol
- Cwnselydd ysgol
- Gamcare www.gamcare.org.uk - cyngor, llinell gymorth a gwasanaeth sgwrsio ar-lein
- COFIWCH: Cyfrinachedd ac anhysbysrwydd

Gamblo

Gwers tri:
Sut allwn ni helpu pobl sydd wedi datblygu problemau gamblo?

Cofiwch ein rheolau sylfaenol ar gyfer y gwersi hyn.

Deilliannau Dysgu

- Adnabod a herio stereoteipiau gamblo cyffredin;
- Rhestru arwyddion fod person efallai wedi datblygu problemau â gamblo;
- Egluro ffyrdd o helpu rhywun sydd yn arddangos nodweddion problemau gamblo.

Dechrau am Ddeg

- Tynnwch lun o rywun sy’n gamblo
- Drws nesaf iddo, ychwanegwch yr ymddygiadau gamblo maen nhw’n ymgysylltu â nhw
- Ychwanegwch sut a pham eu bod wedi dechrau gamblo
- Ychwanegwch o ble maen nhw’n cael yr arian i gamblo
- Ychwanegwch effeithiau eu hymddygiad gamblo

Uwch neu Is

1

Is: 63%

Mae 80% o'r boblogaeth oedolion yn gamblo ar ryw ffurf.

2

Is: ~0.8%

Mae problemau gamblo yn effeithio ar tua 5% o'r boblogaeth.

3

Mae'r gyfran o ddynion sy'n gamblo 5 pwynt canran yn uwch na merched.

Uwch: 7% yn fwy o ddynion na merched

4

Is: 16%

Yn ôl un arolwg, roedd 20% o blant 11-15 mlwydd oed wedi gwario arian ar weithgaredd gamblo yn yr wythnos diwethaf.

Gamblo Hamdden neu Broblem Gamblo?

Pryd fydd gamblo hamdden yn dod yn broblematig?

Gamblo Hamdden neu Broblem Gamblo?

Rhowch pob senario ar linell gontinwwm o gamblo hamdden i broblem gamblo.

Fe wnaeth Tara roi £1 i'r swîp Cwpan y Byd yn y gwaith i godi arian i elusen leol.

Mae Jamil yn betio ei wy Pasg siocled ar p'un a fydd ei ffrind yn gallu sgorio cic o'r smotyn yn gêm gynderfynol yr ysgol ai peidio.

Fe wnaeth Lance ddwyn arian o bwrs un o'i ffrindiau sydd yn byw gydag ef i ad-dalu benthyciad yr oedd wedi'i gael i chwarae pocer ar-lein.

Mae Janice yn rhoi £2 yr wythnos ar y loteri pan fydd yn gwneud y siopa wythnosol, er ei bod hi'n ei chael hi'n anodd talu ei biliau ar hyn o bryd.

Enillodd Terry wobr yn yr arcêd yr wythnos diwethaf fel mae wedi mynd yn ôl eto gyda mwy o arian y tro hwn, yn gobeithio ennill arian mawr ar y peiriannau slot.

Stori Danielle

Stori Danielle

Mae Danielle wedi bod yn ffrindiau gorau gydag Angelique ers yr oeddent yn yr ysgol gynradd. Dros yr haf, fe wnaethant ddechrau chwarae ar y slotiau yn yr arcêd ger lle maen nhw'n byw. Sylwodd Danielle fod Angelique am gychwyn aros yn hwyrach ac yn hwyrach; byddai hi'n mynd yn ddig os byddai'n awgrymu eu bod yn gadael. Dywedodd Angelique ei bod hi am ennill yr arian yr oedd hi wedi'i roi mewn yn ôl. Roedd hi mor agos ac nid oedd hi am i neb arall ennill ei henillion. Roedd Angelique hefyd wedi dechrau prynu cardiau crafu – nid oedd y siopwr wedi sylwi ei bod hi dan oed. Nid oedd Danielle yn siŵr sut roedd hi'n cael arian i'w prynu.

a. Beth yw'r cliwiau yn y darn hwn fod Angelique wedi dechrau gamblo mewn ffordd sy'n achosi problemau?
b. Sut allai Danielle fod yn teimlo yn y sefyllfa hon?
c. Beth allai Danielle ei wneud i helpu ei ffrind ar y pwynt hwn?

Arwyddion a Symptomau

- Ymgolli mewn gamblo, fel cynllunio drwy'r amser sut i gael mwy o arian gamblo
- Yr angen i gamblo gyda mwy a mwy o arian i gael yr un wefr
- Ceisio rheoli, cwtogi neu roi'r gorau i gamblo, heb lwyddiant
- Gamblo er mwyn dianc rhag problemau neu i liniaru teimladau o ddiymadferthedd, euogrwydd, gorbryder neu iselder
- Ceisio ennill arian rydych chi wedi'i golli drwy gamblo mwy (mynd ar drywydd colledion)
- Dweud celwydd wrth aelodau o'r teulu neu eraill er mwyn cuddio graddau eich gamblo
- Peryglu neu golli perthnasau pwysig, swydd, neu gyfleoedd gwaith neu ysgol oherwydd gamblo
- Gorfod dwyn neu dwyllo i gael arian gamblo
- Gofyn i bobl eraill eich cael chi allan o drybini ariannol oherwydd eich bod wedi gamblo eich arian i ffwrdd

Ail-ystyried eich gweithgaredd gwreiddiol

Mewn beiro lliw gwahanol, ychwanegwch unrhyw syniadau newydd a newid unrhyw beth rydych chi’n dymuno ei newid.

Meddyliau Terfynol

Oes unrhyw beth arall yr hoffech ei ddysgu am y pwnc?

Gwybodaeth a Chymorth Pellach

- Tiwtor
- Nyrs ysgol
- Cwnselydd ysgol
- Gamcare www.gamcare.org.uk - cyngor, llinell gymorth a gwasanaeth sgwrsio ar-lein
- COFIWCH: Cyfrinachedd ac anhysbysrwydd