BBC TEACH

Trystan a Macs

Os oes problem,
mae'n rhaid ei rhannu,
os oes gofid,
gall oedolyn
cyfrifol eich helpu.

Mae gen ti a Macs eich gilydd
ac mae hynny yn beth braf
ond mae'r bwli'n ei gwneud hi'n anodd
wrth greu awyrgylch gas.

Mae'r bwli eisiau sylw
drwy bigo ar y ddau
ond tu ôl i'r mwgwd,
mae bwli'n ofnus ac yn frau.
Amser rhannu'ch beichiau
fel bod modd ichi gryfhau.

Bydd dad yn saff o'ch credu,
dim ond i chithau fod yn ddewr.

Mae Macs a Tryst yn gryfach
nag ydach chi'n ei sylweddoli,
mai'n amser magu hyder
a wynebu bod bwli
ond eisiau teimlo'n bwysig,
ddim yn gwybod sut i fod yn garedig,
gan fod bwli yn ei gartref efallai wedi profi
ei hunllef ei hun.
Tydi hynny ddim yn esgusodi
gweithredoedd y bwli
ond yn helpu ni ddysgu
bod lot mwy i'r stori.

© Hawlfraint BBC