
Adnabod eich plant – cefnogi disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod

Ionawr 2020



Diben Estyn yw arolygu ansawdd a safonau mewn addysg a hyfforddiant yng Nghymru. Mae Estyn yn gyfrifol am arolygu:

- ▲ ysgolion a lleoliadau meithrin a gynhelir gan, neu sy'n cael eu hariannu gan, awdurdodau lleol
- ▲ ysgolion cynradd
- ▲ ysgolion uwchradd
- ▲ ysgolion arbennig
- ▲ unedau cyfeirio disgyblion
- ▲ ysgolion pob oed
- ▲ ysgolion annibynnol
- ▲ addysg bellach
- ▲ colegau annibynnol arbenigol
- ▲ dysgu oedolion yn y gymuned
- ▲ gwasanaethau addysg awdurdodau lleol ar gyfer plant a phobl ifanc
- ▲ addysg a hyfforddiant athrawon
- ▲ Cymraeg i oedolion
- ▲ dysgu yn y gwaith
- ▲ dysgu yn y sector cyfiawnder

Mae Estyn hefyd:

- ▲ yn rhoi cyngor ar ansawdd a safonau mewn addysg a hyfforddiant yng Nghymru i Gynulliad Cenedlaethol Cymru ac eraill
- ▲ yn cyhoeddi achosion o arfer dda yn seiliedig ar dystiolaeth arolygu

Cymerwyd pob rhagofal posibl i sicrhau bod y wybodaeth yn y ddogfen hon yn gywir adeg ei chyhoeddi. Dylid cyfeirio unrhyw ymholiadau neu sylwadau ynglŷn â'r ddogfen hon/cyhoeddiad hwn at:

Yr Adran Gyhoeddiadau

Estyn

Llys Angor

Heol Keen

Caerdydd

CF24 5JW neu drwy anfon e-bost at cyhoeddiadau@estyn.llyw.cymru

Mae'r cyhoeddiad hwn a chyhoeddiadau eraill gan Estyn ar gael ar ein gwefan:

www.estyn.llyw.cymru

Cyfieithwyd y ddogfen hon gan Trosol (Saesneg i Gymraeg).

© Hawlfraint y Goron 2019: Gellir aildefnyddio'r adroddiad hwn yn ddi-dâl mewn unrhyw fformat neu gyfrwng ar yr amod y caiff ei aildefnyddio'n gywir ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol. Rhaid cydnabod y deunydd fel hawlfraint y Goron a rhaid nodi teitl yr adroddiad penodol.

Cyflwyniad	1
Cefndir	1
Prif ganfyddiadau	5
Argymhellion	8
1 Cefnogaeth ysgol i ddisgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod	9
Arweinyddiaeth a dull ysgol gyfan	9
Adnabod disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod	12
Olrhain a monitro	14
Trefniadau rhannu gwybodaeth a chydweithio	16
Dysgu proffesiynol	17
Cefnogaeth gyffredinol ar gyfer lles disgyblion	19
Cefnogaeth ac ymyrraeth dargedig	21
Oedolyn ymddiriedus	25
Ymgysylltu â theuluoedd	26
2 Gwaith awdurdodau lleol gyda gwasanaethau eraill i gefnogi disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod	29
Cynllunio ac arweinyddiaeth gorfforaethol	29
Trefniadau cydweithio	30
Dysgu proffesiynol	34
Cefnogi disgyblion sydd mewn perygl o gael eu gwahardd	35
Atodiad 1: Sail y dystiolaeth	37
Atodiad 2: Tystiolaeth o ymchwil a pholisi	39
Geirfa	42
Cyfeiriadau	47

Cyflwyniad

Cyhoeddir yr adroddiad hwn i ymateb i gais am gyngor gan Lywodraeth Cymru yn llythyr cylch gwaith blynyddol y Gweinidog i Estyn ar gyfer 2018-2019. Mae'r adroddiad wedi'i fwriadu ar gyfer Llywodraeth Cymru, ysgolion, awdurdodau lleol a chonsortia rhanbarthol, a gallai fod o ddiddordeb i wasanaethau cyhoeddus eraill hefyd, fel yr heddlu, gwasanaethau iechyd a gwasanaethau cymdeithasol.

Mae'r adroddiad yn gwerthuso pa mor dda y mae ysgolion cynradd ac uwchradd yng Nghymru yn cefnogi disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Mae hefyd yn edrych ar effeithiolrwydd y cydweithio rhwng y sector addysg a gwasanaethau cyhoeddus eraill i gefnogi'r disgyblion hyn a'u teuluoedd.

Mae'r adroddiad yn ystyried strategaethau ysgolion i gefnogi disgyblion sy'n profi, neu wedi profi, trawma neu brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Mae astudiaethau achos yn dangos sut mae darparwyr wedi datblygu arfer sy'n cael ei llywio gan brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod i gefnogi'r disgyblion hyn, yn ogystal ag i feithrin gwydnwch a chryfder emosiynol ymhlith yr holl ddisgyblion yn eu hysgolion.

Ymwelodd arolygwyr â sampl o ysgolion cynradd, uwchradd a phob oed a gynhelir ledled Cymru o ran maint, lefelau amddifadedd cymdeithasol, cyfrwng iaith a lleoliad. Yn ychwanegol, llenwodd 19 o awdurdodau lleol Cymru arolwg am eu cydweithio â gwasanaethau cyhoeddus eraill a'u gwaith i gefnogi ysgolion. Darparwyd gwybodaeth gan wasanaethau a sefydliadau cyhoeddus eraill hefyd. Mae canfyddiadau'r adroddiad yn defnyddio'r dystiolaeth a restrir yn Atodiad 1.

Cefndir

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru (2015) yn diffinio profiadau niweidiol yn ystod plentyndod fel profiadau trawmatig neu ingol sy'n digwydd yn ystod plentyndod sy'n niweidio plentyn yn uniongyrchol neu'n effeithio ar yr amgylchedd y mae'n byw ynddo, ac yn cael eu cofio trwy gydol eu bywyd fel oedolyn. Mae profiad niweidiol yn ystod plentyndod yn golygu un neu fwy o'r ffactorau hyn:

- Camdriniaeth eiriol neu feddyliol
- Camdriniaeth gorfforol
- Camdriniaeth rywiol
- Gwahanu gelyniaethus rhieni
- Trais domestig
- Salwch meddwl rhiant
- Camddefnyddio alcohol
- Defnyddio cyffuriau
- Esgeulustod
- Carcharu rhiant (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2015)

Ymchwil Iechyd Cyhoeddus Cymru

Yn 2015-2016, cyhoeddodd Iechyd Cyhoeddus Cymru gyfres o adroddiadau am raddau'r profiadau niweidiol yn ystod plentyndod a brofwyd gan boblogaeth oedolion Cymru (2015, 2016a, 2016b). Canfu'r astudiaethau hyn fod bron i hanner (47%) yr oedolion yng Nghymru wedi dioddef o leiaf un profiad niweidiol yn ystod plentyndod (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2015, tud.3). Dioddefodd un deg pedwar y cant o oedolion yng Nghymru bedwar neu fwy o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2016b, tud.2). Bellach, bernir bod 41% o'r oedolion hyn yn byw â lles meddwl isel (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2016b, tud.2). Mae'r adroddiadau'n dod i'r casgliad fod oedolion sydd wedi cael pedwar neu fwy o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn ymgymryd yn gynyddol ag ymddygiadau sy'n niweidiol i iechyd, fel ysmegu, yfed risg uchel, neu ddefnyddio cyffuriau, yn ogystal â llai o les meddyliol (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2015, 2016b). Mae un adroddiad yn amlygu'r modd y mae cael profiadau o gamdriniaeth neu broblemau eraill yn ystod plentyndod yn gysylltiedig â lefelau cynyddol o glefyd cronig mewn oedolaeth a defnydd cynyddol o ofal iechyd (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2016a).

Cyhoeddwyd erthygl gan Bellis et al. (2018) ac adroddiad gan Iechyd Cyhoeddus Cymru (2018d) yn 2018 i gyd-fynd â lansio Canolfan Cymorth ACE. Mae'r gweithiau hyn yn amlygu effaith negyddol profiadau niweidiol yn ystod plentyndod ar iechyd plentyn, gan gynnwys iechyd meddwl, ymgysylltu cymdeithasol, ymlyniad, ymddygiad a phresenoldeb yn yr ysgol. Daw'r awduron i'r casgliad fod plant â lefelau uchel o 'straen peryglus' neu helbulon yn ystod plentyndod saith gwaith yn fwy tebygol o fod yn absennol o'r ysgol am fwy na 20 diwrnod y flwyddyn (Bellis et al., 2018). Hefyd, nododd yr astudiaethau elfennau sy'n helpu amddiffyn plant rhag canlyniadau niweidiol. Gall dylanwadau ffrindiau, oedolion ymddiriedus, cymunedau ac ysgolion helpu plant i feithrin gwydnwch a'r gallu i oresgyn caledi difrifol (Bellis et al., 2018). Mae'r adroddiad yn amlygu rôl chwaraeon mewn meithrin gwydnwch ymhlith plant a phobl ifanc hefyd (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2018d). I rai plant, efallai mai'r ysgol yw'r unig ffynhonnell iddynt allu cymryd rhan mewn chwaraeon. Mae'r ymchwil hon yn awgrymu mai'r ffordd orau o amddiffyn plant rhag effaith negyddol profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yw cael o leiaf un berthynas gadarnhaol a chyson ag oedolyn ymddiriedus. Yn ogystal ag iechyd gwell ar y cyfan yn ystod plentyndod, roedd unigolion sy'n gallu manteisio ar fwy o ffynonellau gwydnwch yn llai tebygol o adrodd am absenoldebau rheolaidd o'r ysgol, cur pen a phroblemau treulio (Bellis et al., 2018).

Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015

Nod Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 yw gwella lles cymdeithasol, economaidd, amgylcheddol a diwylliannol pobl sy'n byw yng Nghymru. Mae'r Ddeddf yn ei gwneud yn ofynnol i gyrff cyhoeddus yng Nghymru feddwl am effaith hirdymor eu penderfyniadau, i weithio'n well gyda phobl, cymunedau a'i gilydd, ac atal problemau parhaus fel tlodi ac anghydraddoldeb o ran iechyd (Cynulliad Cenedlaethol Cymru, 2015). Mae'r Ddeddf yn rhoi saith nod llesiant ar waith, ac yn ei gwneud yn glir fod rhaid i gyrff cyhoeddus rhestredig weithio i gyflawni pob un o'r nodau. Rhaid i bob awdurdod lleol gael Bwrdd Gwasanaeth Cyhoeddus i wella cydweithio ar draws yr holl wasanaethau cyhoeddus o fewn yr awdurdod. Rhaid i bob bwrdd gynnal asesiad lles a chyhoeddi cynllun llesiant lleol blynyddol, yn

amlinellu ei amcanion lleol a'r camau y mae'n bwriadu eu cymryd i'w cyflawni. Mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol, ynghyd â [Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant 2014](#), yn rhoi pwyslais cynyddol ar ymyrraeth gynnar a gwasanaethau atal, ac mae wedi helpu i godi blaenoriaeth llesiant ar gyfer awdurdodau lleol a'u partneriaid. Yn ddiweddar, mae'r Comisiynydd ar gyfer Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol wedi neilltuo mwy o adnoddau i ychydig o feysydd yn fanylach er mwyn cael mwy o effaith. Mae cefnogi'r agenda ACE a hyrwyddo cydweithio rhwng gwasanaethau cyhoeddus yng Nghymru yn cynnwys un o'r meysydd hyn.

Cymru Well Wales

Sefydlwyd Cymru Well Wales ar ddiwedd 2016 ac mae'n dod â sefydliadau at ei gilydd sydd wedi ymrwymo i weithio gyda'i gilydd ac alinio gweithgarwch ac adnoddau i sicrhau iechyd a lles gwell ar gyfer pobl Cymru. Mae partneriaid yn cynnwys Llywodraeth Cymru, Heddlu Gwent a Chymdeithas Llywodraeth Leol Cymru. Arweinir Cymru Well Wales gan grŵp strategol o uwch wneuthurwyr polisi sy'n ystyried yr holl dystiolaeth sydd ar gael i benderfynu ar feysydd blaenoriaeth allweddol ar gyfer gweithredu ar y cyd. Mae ganddi bum egwyddor arweiniol, sef:

- 1 Gweithredu heddiw i atal afiechyd yfory
- 2 Gwella lles trwy elwa ar weithgarwch ac adnoddau i ehangu ar ein heffaith ar y cyd
- 3 Meddwl a gweithio'n greadigol i fynd i'r afael ag anghydraddoldeb o ran iechyd
- 4 Grymuso ein cymunedau ym mhopeth a wnawn
- 5 Dysgu oddi wrth sefydliadau eraill i gynllunio gweithredu arloesol ar gyfer y dyfodol (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2016c)

Mae ffocws Cymru Well Wales mewn dau brif faes. Un o'r rhain yw Rhaglen Gydweithredol 'Y 1000 Diwrnod Cyntaf', sy'n canolbwyntio ar ddod â phartneriaid ar draws gwasanaethau cyhoeddus a sefydliadau'r trydydd sector at ei gilydd i gefnogi teuluoedd ar yr adeg dyngedfennol hon ym mywydau plant. Mae'r llall yn mynd i'r afael â phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod, a'u heffaith. Nod Cymru Well Wales yw cyflawni hyn yn gyntaf trwy wneud i'r holl wasanaethau cyhoeddus yng Nghymru allu ymateb yn effeithiol i atal a lliniaru'r niwed o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Ei ail nod yw meithrin ffactorau amddiffynnol a gwydnwch yn y boblogaeth i ymdopi â phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod na ellir eu hatal.

Ym mis Ionawr 2017, cyhoeddodd Gweinidog y Cabinet ar y pryd ar gyfer Cymunedau a Phlant a Gweinidog y Cabinet ar gyfer Addysg fod Llywodraeth Cymru yn rhoi £400,000 i gefnogi Cymru Well Wales i sefydlu 'Canolfan Cymorth ACE' i fynd i'r afael ag effaith negyddol profiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Darparodd Gweinidog Iechyd y Cyhoedd a Gwasanaethau Cymdeithasol £50,000 hefyd ar gyfer ymchwil yn gysylltiedig â phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Cefnogwyd Canolfan Cymorth ACE hefyd gan adnoddau mewn nwyddau gan rai o bartneriaid Cymru Well Wales, yn sylweddol felly gan Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Canolfan Cymorth ACE

Lansiwyd Canolfan Cymorth ACE ym mis Ionawr 2018. Ei nodau yw helpu creu'r amgylchedd ar gyfer newid, a chefnogi unigolion, cymunedau a sefydliadau i helpu creu cymdeithas sy'n ymwybodol o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Ei nod yw gwneud Cymru yn arweinydd byd o ran atal, lliniaru a mynd i'r afael â phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod trwy:

- atal profiadau niweidiol yn ystod plentyndod rhag digwydd ym mywydau plant
- cefnogi ymyrraeth gynnar pan fydd plant yn cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod i leihau eu heffeithiau
- meithrin gwydnwch ymhlith oedolion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod i'w hatal rhag cael eu trosglwyddo trwy'r cenedlaethau (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2018a)

Datblygwyd Fframwaith Sgiliau a Gwybodaeth ACE, sy'n disgrifio'r wybodaeth a'r medrau y mae eu hangen ar wahanol lefelau'r gweithlu er mwyn bod yn wybodus o ran profiadau niweidiol yn ystod plentyndod, yn fedrus o ran profiadau niweidiol yn ystod plentyndod ac yn ddylanwadwyr o ran profiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Mae Canolfan Cymorth ACE yn cynnig hyfforddiant am ddim ar dair lefel i ysgolion. Lefel gyntaf yr hyfforddiant yw cwrs ymwybyddiaeth o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod, sy'n addas ar gyfer yr holl staff sy'n ymwneud â phlant a theuluoedd. Mae ail lefel yr hyfforddiant yn cwmpasu arfer wedi'i llywio gan drawma sylfaenol, gydag elfen o hyfforddiant o ran emosiwn a chan ganolbwyntio ar bwysigrwydd 'oedolyn ymddiriedus' i ddisgyblion agored i niwed. Mae trydydd lefel yr hyfforddiant wrthi'n cael ei gynllunio o hyd. Rhagwelir y bydd yr hyfforddiant hwn yn canolbwyntio ar alluogi arweinwyr i ddatblygu cynlluniau gweithredu strategol er mwyn sicrhau cynaliadwyedd hirdymor dull ysgol gyfan o gefnogi disgyblion agored i niwed.

Prif ganfyddiadau

- 1 Bellach, mae gan lawer o arweinwyr, athrawon a staff cymorth ddealltwriaeth well o effaith profiadau niweidiol yn ystod plentyndod ar blant a phobl ifanc, yn rhannol o ganlyniad i hyfforddiant gan Ganolfan Cymorth ACE Cymru, ac oherwydd bod rhai staff yn rhoi llawer o'u hamser i ymchwilio i faterion lles. Mae'r ymwybyddiaeth well hon o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod wedi helpu llawer o ysgolion i fabwysiadu dull ysgol gyfan, yn cynnwys eu holl staff, o gefnogi disgyblion agored i niwed.
- 2 Mae'r ysgolion sy'n cefnogi orau ddisgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod a disgyblion eraill sy'n agored i niwed yn adnabod eu disgyblion yn dda, ac yn cynnig amgylchedd diogel ac anogol lle y gall pob disgybl deimlo'n hapus. Mae staff yn yr ysgolion hyn yn gweithio'n agos gyda theuluoedd, heb farnu. Maent yn sefydlu diwylliant o ymddiriedaeth lle y mae rhieni'n fodlon rhannu gwybodaeth a gall staff eu cyfeirio at ffynonellau cymorth posibl. Mae arweinwyr yn yr ysgolion hyn yn cefnogi lles eu staff ac yn rhoi hyfforddiant iddynt, oherwydd cydnabyddant fod gweithio gyda disgyblion a theuluoedd sydd mewn amgylchiadau anodd yn gallu bod yn feichus yn emosiynol.
- 3 Mae ansawdd ac effaith y cymorth i ddisgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn tueddu i fod yn well yn yr ysgolion cynradd yr ymwelwyd â nhw, nag yn yr ysgolion uwchradd. Mewn llawer o ysgolion cynradd, mae athrawon yn rhoi cyfleoedd dyddiol i ddisgyblion siarad am eu teimladau a rhannu'u pryderon. Maent yn cynnig help ymarferol a chymorth moesol i deuluoedd agored i niwed ac yn cynnal perthynas gadarnhaol â nhw. Er bod gan rai ysgolion uwchradd brosesau cadarn i sicrhau eu bod yn cael gwybodaeth gywir gan deuluoedd, mae llawer ohonynt heb sefydlu perthynas agos, ymddiriedus gyda nhw.
- 4 Yn yr achosion gorau, mae ysgolion yn canolbwyntio ar wella lles eu holl ddisgyblion. Er bod cymorth ac ymyriadau targedig ac arbenigol i'r rhai sydd eu hangen fwyaf, mae darpariaeth gyffredinol ystyriol hefyd ar gyfer meithrin gwydnwch disgyblion a chryfhau eu deallusrwydd emosiynol. Mae hyn yn bwysig oherwydd gall profiadau niweidiol yn ystod plentyndod plant a phobl ifanc gael eu cuddio'n dda.
- 5 Yn aml, mae llai o gyfleoedd i gymdeithasu i ddisgyblion sy'n byw mewn amgylchiadau anodd ac efallai na fydd ganddynt lawer o hyder wrth geisio gwneud ffrindiau. Mae mwyafrif o ysgolion cynradd yn cynnal clybiau cyfeillgarwch targedig i ddisgyblion. Mae ychydig o ysgolion yn defnyddio'u Grant Datblygu Disgyblion i ariannu cymorth targedig, fel grwpiau anogaeth, lle mae disgyblion yn dysgu sut i gymdeithasu ac yn dysgu strategaethau ymdopi. Yn aml, mae gan y disgyblion hyn anawsterau cymdeithasol, emosiynol ac ymddygiadol sylweddol, ond gwnânt gynnydd da yn y math hwn o amgylchedd dysgu.
- 6 Mae llawer o ysgolion wedi hyfforddi rhai staff i gyflwyno rhaglenni ymyrraeth gymdeithasol ac emosiynol i ddisgyblion agored i niwed, gan gynnwys y rhai sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Mewn sawl achos, mae cynorthwyrwyr cymorth wedi cael hyfforddiant penodol i gynorthwyo disgyblion sydd

wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod a disgyblion eraill sy'n agored i niwed. O ganlyniad, maent yn deall effaith trawma ar blant a phobl ifanc a phwysigrwydd ymlyniad¹ wrth gefnogi'u datblygiad seicolegol a'u hiechyd meddwl. Mewn llawer o ysgolion cynradd, mae'r holl staff wedi elwa o hyfforddiant, ond mae llai wedi gwneud mewn ysgolion uwchradd, sy'n cyfyngu ar y cyfle i ddatblygu dull ysgol gyfan.

- 7 Mewn ysgolion cynradd, mae trefniadau cadarn fel arfer i sicrhau bod plant sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod a disgyblion eraill sy'n agored i niwed yn cael manau tawel, anogol a chefnogol i fynd iddynt pan fyddant yn teimlo'n bryderus neu'n ofidus. Er y gall ysgolion uwchradd gynnig lleoedd tebyg hefyd, cânt eu defnyddio'n bennaf gan y disgyblion ieuengaf neu'r rhai ag anghenion addysgol arbennig.
- 8 Dywed y rhan fwyaf o ddisgyblion fod oedolion addas yn yr ysgol y maent yn ymddiried ynddynt ac yn teimlo'n ddigon diogel i drafod problemau gyda nhw a theimlo y byddant yn eu helpu. Yn yr ysgolion yr ymwelwyd â nhw, dywed llawer o ddisgyblion uwchradd eu bod yn gwybod am staff y gallant droi atynt, ond nid ydynt yn teimlo y bydd eu holl athrawon yn gwybod sut i gynnig cymorth iddynt.
- 9 Mae trefniadau i fonitro lles a chynnydd disgyblion agored i niwed a'r rhai sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn briodol yn y rhan fwyaf o ysgolion. Mae canllawiau Llywodraeth Cymru yn ei gwneud yn glir mai effaith profiadau niweidiol yn ystod plentyndod ar blant a phobl ifanc sy'n bwysig, ac nid cyfrif nifer y profiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Yn aml, mae ysgolion yn canolbwyntio ar wella lles pob disgybl trwy ddarparu gwahanol lefelau o ymateb yn unol ag anghenion disgyblion. Yn yr ysgolion gorau, mae athrawon yn defnyddio ystod gynhwysfawr o offer a holiaduron i asesu ac olrhain lles disgyblion a nodi eu cryfderau a meysydd anhawster posibl o ran hunan-barch neu hyder cymdeithasol.
- 10 Mae lles dinasyddion Cymru, gan gynnwys plant a phobl ifanc, yn uchel ar agenda pob awdurdod lleol a dyma un o'r prif flaenoriaethau yn eu cynlluniau strategol corfforaethol. Mae llawer o awdurdodau lleol yn gwneud ymrwymiad clir i rannu gwybodaeth drwy broses yr 'Hysbysiad Diogelu'r Cyhoedd' neu 'Ymgyrch Encompass', sy'n golygu y dylai ysgolion gael gwybod bron ar unwaith os bydd cysylltiad rhwng yr heddlu â theluoedd sydd â phlant oedran ysgol. Mae pob awdurdod lleol wedi llofnodi Cytundeb Rhannu Gwybodaeth Bersonol Cymru, sy'n eu helpu i rannu gwybodaeth bersonol yn effeithiol ac yn gyfreithlon, ac yn caniatáu i wasanaethau gydweithio er mwyn cefnogi pobl. Fodd bynnag, mae'r defnydd o brotocolau rhannu gwybodaeth rhwng awdurdodau lleol a gwasanaethau eraill ac asiantaethau allanol yn anghyson. Dywed arweinwyr ysgol nad ydynt bob amser yn dod i wybod am ddatblygiadau pwysig ym mywyd plant yn amserol. Mewn rhai achosion, mae hyn yn golygu y gall plant gyrraedd yr ysgol yn dilyn digwyddiad trawmatig, arwyddocaol nad yw'r ysgol yn gwybod amdano, ac mae hyn yn atal yr ysgol rhag paratoi'n briodol.

¹ Gweler yr eirfa

- 11 Mae gan holl wasanaethau addysg awdurdodau lleol drefniadau i drafod plant a phobl ifanc trwy gyfarfodydd cynllunio amlasiantaethol neu gyfarfodydd 'y tîm o amgylch y teulu'. Mae'r rhain yn effeithiol ar y cyfan wrth nodi a chefnogi disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Mae cyfarfodydd amlasiantaeth a drefnir gan ysgolion neu awdurdodau lleol yn ffordd werthfawr o gynllunio cymorth ac ymyriadau. Pan fydd y cyfarfodydd hyn yn rheolaidd, â phawb yn bresennol, gallant fod yn bwrpasol ac effeithiol. Fodd bynnag, yn rhy aml, nid yw gweithwyr achos o asiantaethau eraill yn mynychu'r cyfarfodydd hyn yn ddigon rheolaidd.
- 12 Mae ychydig o awdurdodau lleol wedi datblygu'u gwasanaeth Teuluoedd yn Gyntaf i greu gwasanaethau 'Cymorth Cynnar' neu 'Ganolfannau Cymorth Cynnar'. Mae'r canolfannau hyn yn cynnwys yr heddlu, addysg ac asiantaethau gwirfoddol. Bwriedir i'r rhain gynorthwyo teuluoedd nad ydynt yn gymwys ar gyfer gwasanaethau statudol. Mae'r rhain yn arbennig o ddefnyddiol i gefnogi plant a phobl ifanc sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Mewn llawer o awdurdodau lleol ac ardaloedd heddlu, mae gwasanaethau iechyd, addysg a'r heddlu yn gweithio'n strategol trwy'r Rhaglen Camau Cynnar gyda'n Gilydd. Er bod y rhaglen hon wedi cyrraedd camau gwahanol ledled Cymru, mae'n dwyn partneriaid ynghyd i gynllunio ymyriadau cynnar ac mae'n dangos arwyddion cynnar addawol.

Argymhellion

Dylai ysgolion:

- A1 Ddarparu cymorth targedig a chymorth ysgol gyfan i ddisgyblion agored i niwed, mewn partneriaeth â gwasanaethau eraill, ar sail dealltwriaeth o effaith profiadau niweidiol yn ystod plentyndod ar blant
- A2 Blaenoriaethu meithrin perthynas ymddiriedus a chadarnhaol gyda theuluoedd, sy'n eu hannog i rannu gwybodaeth bwysig gyda'r ysgol
- A3 Sicrhau bod manau tawel, anogol a chefnogol ar gael yn briodol i bob disgybl agored i niwed, yn enwedig y rhai sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod, ac yn arbennig i ddisgyblion uwchradd hŷn
- A4 Rhoi hyfforddiant a chymorth i holl staff ysgolion uwchradd, nid dim ond staff sy'n gwneud gwaith bugeiliol, i ddeall eu rôl fel oedolion ymddiriedus posibl i ddisgyblion agored i niwed
- A5 Sefydlu mecanweithiau i rannu gwybodaeth am ddisgyblion a theuluoedd agored i niwed yn gyfrinachol ac yn sensitif, gyda staff perthnasol

Dylai awdurdodau lleol a chonsortia rhanbarthol:

- A6 Rannu gwybodaeth berthnasol am ddisgyblion a theuluoedd agored i niwed yn brydlon gydag ysgolion
- A7 Cynorthwyo ysgolion i ddatblygu strategaethau sy'n ystyriol o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod er mwyn cefnogi disgyblion agored i niwed

Dylai Llywodraeth Cymru:

- A8 Hyrwyddo Cytundeb Rhannu Gwybodaeth Bersonol Cymru ac annog rhannu gwybodaeth am ddisgyblion a theuluoedd agored i niwed yn amserol gydag ysgolion

1 Cefnogaeth ysgol i ddisgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod

Arweinyddiaeth a dull ysgol gyfan

- 13 Mae ysgolion sy'n rhoi'r gefnogaeth orau i ddisgyblion agored i niwed, gan gynnwys y rhai sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod, yn sicrhau bod lles pob plentyn yn ganolog i'w gwaith. Yn yr ysgolion hyn, mae ffocws cryf ar ddarparu amgylchedd diogel ac anogol lle mae pob un o'r disgyblion a'r staff yn teimlo'n hapus. Mae arweinwyr yn yr ysgolion hyn yn adnabod eu disgyblion a'u teuluoedd yn dda, ac yn gweithio'n agored, yn gadarnhaol ac yn gynhyrchiol gyda nhw, heb farnu. Maent yn deall y rhwystrau sy'n wynebu disgyblion sydd wedi profi trawma a phrofiadau drwg, ac yn cydnabod yr heriau y mae angen i'r disgyblion hyn eu goresgyn i fod yn wydn, yn iach ac yn hapus. Mae llywodraethwyr yn yr ysgolion hyn yn sicrhau bod polisïau'r ysgol yn hyrwyddo cydraddoldeb i bawb, gan gynnwys gwahaniaethu cadarnhaol. Maent yn recriwtio staff sy'n rhannu gweledigaeth eu hysgol i annog disgyblion a meithrin perthnasoedd cadarnhaol gyda theuluoedd a'r gymuned.

Mae **Ysgol Gynradd Mount Stuart** yn gwasanaethu ardal Butetown yng Nghaerdydd ac mae'n ardal sydd â lefel uchel o amddifadedd. Mae tua 500 o ddisgyblion ar y gofrestr, sy'n cynnwys uned feithrin. Mae'r ysgol yn gymuned amrywiol sydd â 94% o ddisgyblion ethnig lleiafrifol, y mae 73% ohonynt yn siarad Saesneg fel iaith ychwanegol, lle caiff 28 o wahanol ieithoedd eu siarad. Mae cymuned yr ysgol yn sefydledig a chyfoethog o ran diwylliant a threftadaeth, ac mae'r prif grwpiau ethnig o dreftadaeth Somali, Indiaidd, Ymenaidd ac Arabaidd. Mae cymuned sy'n tyfu o deuluoedd o is-gyfanidir India hefyd.

Nod yr ysgol yw darparu amgylchedd gofalgwr ac anogol i gynorthwyo disgyblion a theuluoedd i ffynnu. Mae'r ysgol yn rhoi ffocws cryf ar ymgysylltu â rhieni, ac ar gynorthwyo'r teulu cyfan. Caiff hyn effaith gadarnhaol ar agwedd disgyblion at ddysgu, deilliannau a lles.

Mae nifer o heriau a chyfleoedd yn sgil cefndir yr ysgol. Mae llawer o rieni'n siarad bach iawn o Saesneg, ac mae'r ysgol yn gweithio'n galed i sicrhau bod y staff a gyflogir yn yr ysgol yn gallu siarad y prif grwpiau iaith. Mae arweinwyr yn hynod weladwy o gwmpas yr ysgol, ac yn sicrhau perthnasoedd cadarnhaol trwy bolisi drws agored gwirioneddol. Maent yn sicrhau bod rhieni â phryderon yn cael eu gweld ar unwaith ac mae tîm yr ysgol yn gweithio'n ddiflino i sicrhau ethos croesawgar a chefnogol.

Mae 'Athrawes Ymgysylltu â Theuluoedd' yn datblygu perthnasoedd cadarnhaol gyda rhieni trwy foreau coffi wythnosol lle daw rhieni i drafod ystod o faterion yn ymwneud â'r ysgol a'r gymuned. Mae'r Cyngor Rhieni yn cyfarfod â'r Athrawes Ymgysylltu â Theuluoedd bob hanner tymor i drafod materion yn ymwneud â'r cwricwlwm a phryderon gan rieni. Mae'r Athrawes Ymgysylltu â Theuluoedd yn sicrhau bod rhieni'n elwa ar ystod o gyrsiau a hyfforddiant a gynhelir yn yr ysgol. Mae'r rhain yn cynnwys dosbarthiadau rheolaidd Saesneg i Siaradwyr Ieithoedd

Eraill (SSIE), dosbarthiadau TG, cyrsiau ymddygiad cadarnhaol a chysiau lles. Cynhelir y cyrsiau hyn yn unol â chais y rhieni. Mae'r Athrawes Ymgysylltu â Theuluoedd yn cydlynu ystod o waith gyda rhieni a disgyblion hefyd. Er enghraifft, mae rhaglen llythrennedd teuluol lwyddiannus lle daw rhieni i'r ysgol i weithio ochr yn ochr â'u plentyndod yn unwaith yr wythnos ynghyd â rhieni eraill a'u plant.

Caiff ethos yr ysgol o ran parchu hawliau ac arfer adferol effaith gadarnhaol ar les staff a disgyblion. Ymgorfforir y gwaith dull adferol ar draws yr ysgol. Mae athrawon a staff cymorth yn rhoi pwys mawr ar feithrin, cynnal ac adfer perthnasoedd yn ystod amser cylch. Pan fydd problemau'n codi, ymdrinnir â nhw mewn modd adferol gan bob aelod o staff sydd i gyd wedi cael hyfforddiant helaeth.

Dysgu proffesiynol sydd wrth wraidd ethos cynhwysol yr ysgol. Mae pob un o'r staff wedi cael hyfforddiant ynglŷn â phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod, a chânt amser i ddatblygu ac ymarfer eu medrau mewn cynorthwyo plant. Mae cyfleoedd i staff ddatblygu a rhannu arbenigedd ar draws yr ysgol wedi cael effaith gadarnhaol ar ddisgyblion, staff a rhieni.

- 14 Yn yr ysgolion gorau, mae staff ar bob lefel yn arddangos ymddygiad cadarnhaol, ac yn cymhwyso dull cyson ac adferol wrth ymateb i her. Er bod arfer gref iawn mewn ychydig o ysgolion uwchradd yr ymwelwyd â nhw fel rhan o'r adolygiad hwn, mae arweinyddiaeth gref o ran cefnogi disgyblion sy'n cael eu heffeithio gan brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn fwy cyffredin mewn ysgolion cynradd.
- 15 Mewn lleiafrif o'r ysgolion cynradd, mae uwch arweinwyr ac athrawon yn rhoi amser i ymchwilio i faterion lles. Maent yn gwybod am effaith trawma ar blant ac yn defnyddio amser personol i ymchwilio a chynllunio darpariaeth. Er enghraifft, datblygodd un athrawes ddealltwriaeth o ddulliau amgen, fel defnyddio cerddoriaeth i hybu iechyd meddwl cadarnhaol, a chreodd raglen ar gyfer ei dosbarth. Mewn ychydig o ysgolion cynradd, mae arweinwyr yn defnyddio cyllid grant lleol i gydweithio â sefydliadau addysg uwch i ddarparu tystiolaeth ar gyfer ymchwil glinigol. Yn gyfnewid am hyn, caiff staff gyngor ac arweiniad i'w cynorthwyo i ddarparu rhaglenni ymgysylltu cymdeithasol. Bu Ysgol Gynradd Moorland yn gweithio gyda chwmni cyfraith teulu ac elusen i greu a chyhoeddi llyfr gyda dyfyniadau gan ddisgyblion am eu teimladau ynglŷn ag ysgaru a gwahanu, sef 'Splitting up – a child's guide to a grown up problem' (Mischon de Reya a Place2Be, 2016).

Yn **Ysgol Gynradd Bodnant**, mae'r pennaeth yn deall ac yn cefnogi pwysigrwydd lles emosiynol cadarnhaol, ac yn rhoi pwys mawr ar hyn yn agenda'r ysgol. Mae pob un o'r staff yn ymwybodol fod plant sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod ac anawsterau emosiynol yn gysylltiedig â'r cartref yn aml yn ei chael yn anodd ymgysylltu yn yr ysgol, ac fe gaiff hyn effaith negyddol ar ymddygiad, presenoldeb a'u gallu i ganolbwyntio ar ddysgu a defnyddio eu medrau hunangymorth. Mae'r ysgol yn mabwysiadu ethos teuluol, ac yn gweithio'n barhaus i ddatblygu perthnasoedd cadarnhaol gyda rhieni a gofalwyr.

Nod yr ysgol yw hyrwyddo gwydnwch, iechyd meddwl cadarnhaol, hunanwerth a hunan-barch trwy ystod o weithgareddau, gan gynnwys grwpiau cymorth

disgyblion, grwpiau anogaeth, cwnsela unigol, ioga i blant bach, cyfeillion iard chwarae, cymorth â rheoli dicter, a grŵp cyfoedion gwrthfwlio mewn cydweithrediad â Phrifysgol Bangor. Yr ysgol hefyd yw un o'r ysgolion cyntaf yng Ngogledd Cymru i gymryd rhan yng Ngwobr y Tywysog William, sy'n cynnig gweithgareddau adeiladu tîm a medrau bywyd yn ystod blwyddyn ysgol ar gyfer plant sy'n derbyn gofal a disgyblion agored i niwed.

Mae'r ysgol yn cyflogi cwnselydd sydd wedi ei hyfforddi i ddefnyddio ystod eang o ddulliau therapiwtig gyda disgyblion unigol. Mae'r cwnselydd, y rheolwr cyswllt â theuluoedd a'r cydlynnydd anghenion addysgol arbennig, gyda chymorth y pennaeth, yn gweithio gyda'i gilydd yn agos i gynorthwyo rhieni a disgyblion gartref a thrwy'r cyfnod pontio i'r ysgol. Mae'r ysgol wedi buddsoddi mewn hyfforddi athrawon a staff cymorth mewn trawma ac ymlyniad i ddeall yr angen i hyrwyddo perthnasoedd iach ymhlith disgyblion.

- 16 Mae ychydig o ysgolion uwchradd yn defnyddio tystiolaeth o ymchwil fel ysgogiad i ddiwygio eu polisi ymddygiad. Mae'r ysgolion hyn yn cydnabod bod angen newid y modd y mae staff ar bob lefel yn ymateb i ddisgyblion yn ymddieithrio, a'u hymddygiad gwael. Mae seicolegwyr addysg yn darparu datblygiad proffesiynol ar effaith niwrolegol trawma a phrofiadau niweidiol ar blant a phobl ifanc. Mae'r ysgolion hyn yn mabwysiadu polisi sy'n cynnwys cymorth a dulliau adferol, sy'n arwain at welliant eang yn ymddygiad disgyblion a'u hagweddau at ddysgu. Mewn ychydig o ysgolion, lle mae diffyg gweledigaeth i gefnogi lles disgyblion, nid oes gan arweinwyr ddealltwriaeth ddigon cadarn o'r heriau sy'n wynebu rhai o'u disgyblion neu'r sefyllfaoedd teuluol anodd y maent yn byw ynddynt. Nid ydynt yn rhagweithiol o ran ceisio arweiniad ar sut orau i gefnogi disgyblion agored i niwed neu feithrin eu gwydnwch. Mewn ychydig iawn o achosion, dangosant ddiddordeb cyfyngedig ym mywyd cartref disgyblion ac maent yn canolbwyntio'n unig ar roi her academaidd iddynt.
- 17 Mae arweinwyr effeithiol yn rhoi ffocws sylweddol ar gefnogi a hyrwyddo lles eu staff. Maent yn cydnabod bod gweithio gyda disgyblion a theuluoedd sy'n byw mewn sefyllfaoedd anodd a pheryglus neu sydd wedi profi trawma, yn gallu bod yn feichus yn emosiynol ac yn achosi straen i staff yr ysgol. Maent yn deall, os yw staff yn ymwybodol o'u lles eu hunain, ac yn gofalu amdano, y byddant yn gallu cefnogi lles eu disgyblion yn well. Yn yr ysgolion hyn, mae uwch arweinwyr yn cynnal sesiynau goruchwyllo a mentora rheolaidd ar gyfer eu hathrawon lle maent yn trafod ffyrdd o weithio gyda phlant amrywiol a'u teuluoedd. Mae ychydig o ysgolion eraill yn cynnal sesiynau meddylgarwch a ffitrwydd ar gyfer staff fel eu bod yn cael cyfleoedd i wella eu lles meddyliol a chorfforol.

Mae **Ysgol Gynradd Millbrook** wedi'i nodi o fewn yr awdurdod lleol am ei dull anogol ac am gynorthwyo disgyblion agored i niwed, gan eu galluogi i lwyddo i gyrraedd eu nodau personol. Bu ymchwil barhaus yr ysgol a ffocws cryf ar brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn allweddol i'r llwyddiant hwn.

Mae ymchwil ryngwladol yn UDA ac ymchwil ar lefel genedlaethol a lleol wedi ffurfio gweledigaeth yr ysgol a'i dull o gefnogi disgyblion agored i niwed neu ddisgyblion a allai fod wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod.

Mae staff ar bob lefel wedi cymryd rhan mewn hyfforddiant ac ymchwil ymwybodol o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod, ac sy'n ystyriol o drawma. Ymwelodd staff ag ysgolion eraill yn lleol, yn genedlaethol ac yn rhyngwladol. Rhannwyd ymchwil a chynhaliwyd hyfforddiant ar ddulliau sy'n ystyriol o drawma. Mae hyn wedi arwain at ddatblygu siarter lles i'r ysgol gyfan, sy'n cynorthwyo'r holl staff i sicrhau eu bod yn defnyddio'r dull cywir yn gyson i blentyn mewn angen. Er enghraifft, mae defnydd cyson o iaith gadarnhaol i ymgysylltu â disgyblion a chefnogi'u hemosiynau. Mae staff yn cydnabod pa mor bwysig yw perthnasoedd cadarnhaol wrth helpu i liniaru effaith trawma.

Mae'r ysgol yn cynnig pecyn cymorth pwrpasol, seiliedig ar dystiolaeth, ar gyfer lles disgyblion a theuluoedd. Mae sesiynau hyfforddiant emosiynol, cymorth llythrennedd emosiynol a sesiynau anogaeth ymyrraeth gynnar dan arweiniad yn rhai o'r gweithgareddau mae'r ysgol yn eu defnyddio i gefnogi lles. O ganlyniad, mae bron pob un o'r disgyblion yn teimlo eu bod yn cael cefnogaeth dda pan fyddant yn cael trawma.

Mae'r ysgol yn ymroi'n llwyr i'w gwaith partneriaeth ag amrywiaeth o asiantaethau ac yn eu cynnwys yn llawn mewn hyfforddiant ar brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod ac arferion sy'n ystyriol o drawma. Mae hyn wedi sicrhau bod darpariaeth gyson ar gael i deuluoedd. Mae'r ysgol yn rhoi pwyslais sylweddol ar ei pherthynas â phob rhanddeiliad a gyda sefydliadau partner.

Adnabod disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod

- 18 Mae gwahanol safbwyntiau proffesiynol ynglŷn ag adnabod disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod, ac yn enwedig cyfrif profiadau niweidiol yn ystod plentyndod, yn achosi cyfyng-gyngor i ysgolion. Mae adroddiadau lechyd Cyhoeddus Cymru (2015, 2016a, 2016b) yn canolbwyntio i raddau helaeth ar oedolion sydd wedi cael pedwar neu fwy o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Nid yw Canolfan Cymorth ACE Cymru, Comisiynydd Plant Cymru (2018) a sefydliadau eraill yn annog defnyddio nifer o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn faen prawf ar gyfer derbyn gwasanaethau a chymorth. Mae Llywodraeth Cymru yn ei gwneud yn glir mai ei blaenoriaeth yw helpu staff ysgol i ddeall effaith hirdymor bod yn agored i drawma, yn ogystal â ffurfiau eraill o helbulon yn ystod plentyndod. Yn gyffredinol, mae penaethiaid o'r farn bod ceisio gwybodaeth gan blant a theuluoedd am unrhyw brofiad drwg er mwyn eu sgorio yn ôl nifer y profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn annefnyddiol.
- 19 Mae arweiniad arolygu Estyn (2019a, 2019b) ar gyfer ysgolion cynradd ac uwchradd yn amlinellu'r agweddau ar gyfer arolygu, sy'n cynnwys pa mor dda y mae ysgolion yn hyrwyddo lles eu disgyblion, yn darparu gofal, cymorth ac arweiniad o ansawdd da ac yn monitro effeithiolrwydd eu gwaith. Dylai arweinwyr werthuso effaith eu gwaith, a dylai llywodraethwyr roi cyfrif am eu defnydd o adnoddau. Mae arweinyddiaeth dda yn golygu nodi arfer wan, rhoi mesurau ar waith i sicrhau gwelliannau, a rhannu arfer effeithiol a chryf. Heb fesurau cadarn i nodi, cefnogi ac olrhain cynnydd disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod a grwpiau eraill sy'n agored i niwed, ni fydd arweinwyr yn gadarn o ran eu dealltwriaeth o effeithiolrwydd eu gwaith.

- 20 Yn yr achosion gorau, mae ysgolion yn canolbwyntio ar wella lles pob un o'u disgyblion. Er bod cymorth ac ymyriadau targedig ac arbenigol i'r rhai sydd eu hangen fwyaf, mae darpariaeth gyffredinol ystyriol hefyd ar gyfer meithrin gwydnwch disgyblion a chryfhau eu deallusrwydd emosiynol. Mae hyn yn bwysig oherwydd gall profiadau niweidiol yn ystod plentyndod plant a phobl ifanc gael eu cuddio'n dda.

Mae **Cymuned Ddysgu Ebwy Fawr** yn ysgol pob oed 3-16 oed yng nghanol Glynebwy. Mae tua 900 o ddisgyblion yn y sector uwchradd, a 300 yn y sector cynradd.

Ar ôl gwerthuso'r polisi ymddygiad uwchradd newydd, cydnabu'r ysgol nad oedd yn gweithio'n dda i ryw 10% o ddisgyblion, a oedd yn parhau i ddangos ymddygiad ac agweddau heriol. Yn aml, roedd yr ymddygiadau hyn yn arwain at wrthdaro a gwaharddiadau. O edrych ar gefndir y disgyblion hyn, daeth yn amlwg y bu pob un ohonynt yn agored i drawma yn ifanc o ganlyniad i un profiad niweidiol yn ystod plentyndod neu fwy. Ffurfiwyd gweithgor i ddatblygu strategaethau a systemau ysgol i gefnogi'r disgyblion hyn sy'n agored i niwed a disgyblion eraill y nodwyd eu bod mewn perygl yn sgil lles gwael.

Creodd yr ysgol system olrhain fanwl sy'n nodi'r profiadau niweidiol yn ystod plentyndod y mae myfyrwyr unigol yn ymdopi â nhw. Wedyn, caiff disgyblion eu rhoi mewn tri grŵp, yn ôl nifer y profiadau niweidiol a gawsant, gan fod yr ymchwil yn dangos yn glir mai po fwyaf yw'r nifer, yna'r mwyaf tebygol yw'r effeithiau niweidiol.

Er bod y system grwpio yn gynhennus, mae'n galluogi'r ysgol i deilwra cymorth ar gyfer disgyblion. Mae myfyrwyr a ystyriwyd yn risg isel yn ymdopi'n dda o fewn systemau arferol yr ysgol ar y cyfan, ond mae angen bod yn wylidwrus ohonynt. Gofynnir i diwtoriaid dosbarth gadw golwg agos ar y myfyrwyr hyn. Cânt eu hannog i fynychu gweithgareddau fel y rhaglen meddylgarwch yn yr ysgol, a gynhelir gan aelod hyfforddedig o staff. Yn aml, mae myfyrwyr risg ganolig mewn perygl o gael eu gwahardd. Mae staff yr ysgol sydd wedi gwirfoddoli i weithredu fel mentoriaid personol yn darparu sesiynau un i un ar gyfer y disgyblion hyn bob wythnos. Mae staff yn y Ganolfan Lles a Chyflawniad ar y safle yn cynorthwyo myfyrwyr risg uchel sydd wedi cael profiadau niweidiol lluosog yn ystod plentyndod, sydd mewn perygl o gael eu gwahardd, a chael eu gwahardd yn barhaol. Mae cymorth yn cynnwys sesiynau rheoli dicter, sesiynau Agweddau Cymdeithasol ac Emosiynol ar Ddysgu, sesiynau gwaith cartref, rhaglen cadw'n iach, amserlen ddiwygiedig ac astudio tuag at Wobr Dug Caeredin.

Cydnabu uwch arweinwyr nad oedd cymorth yn yr ysgol yn darparu'r pecyn gofal cynhwysfawr sydd ei angen ar ei disgyblion risg ganolig i risg uchel. Felly, mae wedi datblygu partneriaethau amlasiantaethol manylach gyda phartneriaid allanol i sicrhau dull cymorth mwy cyflawn. Bellach, mae'r ysgol yn gweithio gyda'r heddlu, y gwasanaeth ieuencid, Teuluoedd yn Gyntaf, Ysbrydoli Blaenau Gwent, Iechyd Cyhoeddus Cymru, Coleg Gwent, Ymddiriedolaeth Cymunedau Blaenau Gwent, Gyrfa Cymru, Gwasanaeth Lles Addysg yr awdurdod lleol a'r Gwasanaethau Cwnsela yn yr ysgol.

Mae rhoi'r dull haenau hwn o gefnogi ar waith wedi cael effaith gadarnhaol ar

safonau lles. Mae nifer y gwaharddiadau wedi gostwng ar gyfer y myfyrwyr a nodwyd. Ni fu unrhyw waharddiadau parhaol yn Ysgol Ebwy Fawr am y ddwy flynedd ddiwethaf. Mae cyfraddau presenoldeb wedi codi ar gyfer y myfyrwyr a nodwyd. Mae'r canlyniadau o'r arolwg Agweddau Disgyblion Atyn Nhw eu Hunain a'r Ysgol wedi gwella'n sylweddol ar gyfer 85% o fyfyrwyr a nodwyd. Mae presenoldeb mewn nosweithiau rhieni ar gyfer myfyrwyr a nodwyd wedi gwella. Yn ogystal â gwelliannau yn lles y myfyrwyr hyn, bu gwelliannau sylweddol yn eu perfformiad ar ddiwedd cyfnod allweddol 4.

- 21 Mae ysgolion cynradd yn tueddu i fod mewn sefyllfa well nag ysgolion uwchradd i gasglu gwybodaeth am fywyd teuluol yn uniongyrchol gan rieni, gan eu bod yn elwa o gael cyswllt mwy rheolaidd â nhw. Yn gyffredinol, mae staff ysgolion cynradd yn adnabod eu teuluoedd yn dda. Dywed llawer o ysgolion cynradd a gymerodd ran yn yr arolwg eu bod yn aml yn cael gwybodaeth fuddiol am sefyllfaoedd domestig, gan fod rhieni'n teimlo'n ddigon hyderus i fynd at staff i roi gwybod iddynt am newidiadau pwysig, neu'u trafod. Maent yn nodi hefyd y gallant adnabod cyfnodau o straen neu galedi domestig yn gyflym pan fydd rhieni'n ymddieithrio â bywyd ysgol, pan fydd plant yn mynd yn dawel yn sydyn neu pan fyddant yn dangos newidiadau sydyn yn eu hwyliau.
- 22 Mae ysgolion cynradd mawr a chanolig mewn llawer o ardaloedd difreintiedig yn cyflogi swyddogion ymgysylltu â theuluoedd, swyddogion presenoldeb neu weithwyr cymorth. Yn aml, mae'r aelodau staff hyn yn ymweld â chartref y teulu cyn i blentyn ddechrau mewn dosbarth meithrin. Mae hyn yn galluogi ysgolion i nodi unrhyw broblemau posibl a thrafod eu pryderon gyda rhieni a gofawyr yn gynnar.
- 23 Mae lleiafrif o ysgolion uwchradd wedi sefydlu ffyrdd creadigol o gasglu gwybodaeth amserol am deuluoedd a sefyllfaoedd domestig trwy wahodd teuluoedd i'r ysgol am sgysiau anffurfiol a boreau coffi. Nid yw ychydig o ysgolion uwchradd yn datblygu'r perthnasoedd ymddiriedus hon gyda rhieni'n ddigon da. Weithiau, mae ganddynt ddisgwyliad afrealistig y bydd disgyblion yn mynd at staff i roi gwybodaeth iddynt, neu maent yn dibynnu ar asiantaethau eraill i rannu gwybodaeth. Yn ychwanegol, maent yn dibynnu ar wybodaeth a gasglwyd gan ysgolion cynradd, ac nid ydynt yn adeiladu ar y wybodaeth hon wrth i'r disgyblion hyn symud trwy'r ysgol.

Olrhain a monitro

- 24 Mae bron pob un o'r ysgolion yn nodi, yn olrhain ac yn monitro grwpiau cyffredin o ddisgyblion, fel y rhai sy'n gymwys am brydau ysgol am ddim a'r rhai sy'n derbyn gofal. Yn gyffredinol, maent yn olrhain safonau cyflawniad, presenoldeb ac ymddygiad y disgyblion hyn fel y maent yn gwneud ar gyfer yr holl ddysgwyr. Mae'r rhan fwyaf o ysgolion cynradd a mwyafrif yr ysgolion uwchradd yn defnyddio ystod o ddeunyddiau asesu addas i nodi anghenion cymdeithasol, emosiynol ac ymddygiadol disgyblion ac yn cynorthwyo eu disgyblion i fod yn ddysgwyr mwy gwydn, annibynnol a medrus.
- 25 Mae mwyafrif yr ysgolion uwchradd yn defnyddio arolygon fel arolwg Agweddau Disgyblion Atyn Nhw eu Hunain a'r Ysgol i nodi materion yn ymwneud â hunan-barch a hyder cymdeithasol. Gan amlaf, caiff adroddiad ysgol gyfan ei lunio, sy'n nodi gwendidau mewn carfanau, grwpiau blwyddyn neu'r ysgol gyfan. Mae hyn yn

galluogi arweinwyr i gynllunio strategaethau ac ymyriadau. Pan fydd ysgol lwyddiannus yn nodi angen newydd ond nid oes ganddi'r adnoddau i fynd i'r afael â'r angen ar hyn o bryd, mae'n dargyfeirio adnoddau, yn ailflaenoriaethu cymorth neu'n gweithio gyda phartneriaid allanol i wneud yn siŵr fod yr angen yn cael ei ddiwallu. Yn aml, nid yw ysgolion gwannach yn ymateb yn ddigon uniongyrchol i ganfyddiadau o arolygon ac nid ydynt yn cynllunio adnoddau na chymorth perthnasol.

- 26 Mae mwyafrif yr ysgolion cynradd yn gwneud defnydd cynhyrchiol o offer teilwredig i asesu cryfderau cymdeithasol ac emosiynol disgyblion, fel yr Holiadur Cryfderau ac Anawsterau² neu Raddfa Gorbryder Plant Spence'³. Fel rheol, caiff cydlynwyr anghenion addysgol arbennig hyfforddiant i ddefnyddio'r rhain. Yn ychwanegol, gallai ysgolion ddefnyddio asesiadau pwrpasol a rhaglenni ymyrraeth gymdeithasol sydd ar gael sydd wedi eu cymeradwyo gan wasanaeth seicoleg addysg awdurdodau lleol. Mae'r rhain yn cynnwys asesiad NBAR (Adolygiad Cenedlaethol o Ymddygiad a Phresenoldeb), proffilio Boxhall, Cynorthwydd Cymorth Llythrennedd Emosiynol, ac asesiadau a rhaglenni Thrive⁴.
- 27 Mae trefniadau i fonitro cynnydd disgyblion agored i niwed, gan gynnwys y rhai sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod, yn amrywio o un ysgol i'r llall, ond maent yn gadarn ar y cyfan. Mewn llawer o ysgolion uwchradd, mae arweinwyr bugeiliol yn cynnal cyfarfodydd wythnosol gyda staff cymorth ysgol i drafod lles disgyblion unigol. Mewn llawer o achosion, mae'r cyfarfodydd hyn yn canolbwyntio ar ymddygiad a phresenoldeb yn unig.
- 28 Mewn llawer o ysgolion cynradd, mae arweinwyr yn cynnal cyfarfodydd monitro ac atebolrwydd rheolaidd neu bob hanner tymor gydag athrawon dosbarth i drafod lles disgyblion, yn ogystal â'u cynnydd academiaidd. Mae cyfarfodydd rheolwyr llinell rhwng uwch arweinwyr bugeiliol ac arweinwyr canol mewn ysgolion uwchradd hefyd yn cynnwys trafodaethau am gyflawniad a lles disgyblion, ond yn tueddu i ganolbwyntio ar grwpiau o ddisgyblion yn hytrach nag unigolion.
- 29 Mae ychydig o ysgolion uwchradd yn defnyddio Cynlluniau Cymorth Bugeiliol (CCBau) disgyblion yn dda i gynorthwyo disgyblion agored i niwed. Er bod canllawiau Llywodraeth Cymru (2015) yn awgrymu y dylid creu CCBau ar gyfer disgyblion sydd mewn perygl o gael eu gwahardd, mae ychydig o ysgolion wedi gwneud defnydd rhagweithiol o CCBau i gynorthwyo eu disgyblion sydd fwyaf agored i niwed nad oes ganddynt unrhyw anawsterau ymddygiadol efallai.

Mae Ysgol Uwchradd Prestatyn yn defnyddio CCBau yn gynhyrchiol i gynorthwyo disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod, a disgyblion eraill sy'n agored i niwed. Mae CCBau yn cynnwys gwybodaeth gynhwysfawr sy'n cynorthwyo'r disgybl, staff ac yn aml, rhieni. Maent yn cynnwys gwybodaeth gefndir, meysydd cryfder, a meysydd pryder, gan gynnwys disgrifiadau am y modd y mae problemau'n ymddangos, ynghyd ag arweiniad ar

² Holiadur sgrinio ymddygiadol byr ar gyfer plant a phobl ifanc yw'r holiadur Cryfderau ac Anawsterau. Mae'n bodoli mewn sawl fersiwn i ddiwallu anghenion ymchwilwyr, clinigwyr ac addysgwyr.

³ Holiadur seicolegol wedi ei gynllunio i asesu difrifoldeb symptomau gorbryder mewn plant yw Graddfa Gorbryder Spence (datblygwyd gan Spence ym 1998).

⁴ Datblygwyd Dull Thrive gyda phedwar gweithiwr proffesiynol sydd â chefnidir ym meysydd gwaith cymdeithasol, seicotherapi ac addysg, ac fe'i seilir ar niwrowyddoniaeth a theori ymlyniad sefydledig.

sut i ddelio â sefyllfaoedd cyffredin, a strategaethau i staff ar sut i osgoi gwrthdaro a phroblemau posibl sy'n codi. Mae targedau'n synhwyrol a phriodol, ac mae dyddiadau adolygu yn gyson. Caiff rhieni a llawer o asiantaethau perthnasol eu cynnwys mewn creu adolygiad parhaus o'r CCB. Mae hyn wedi arwain at lai o waharddiadau ac ymgysylltu gwell â dysgu ymhlith disgyblion agored i niwed.

Trefniadau rhannu gwybodaeth a chydweithio

- 30 Fe wnaeth llawer o benaethiaid y cyfwelwyd â nhw nodi anghysondebau yn y ffordd y mae gwasanaethau eraill yn rhannu gwybodaeth gyda nhw am blant a theuluoedd agored i niwed. Maent o'r farn nad yw gweithdrefnau yn gysylltiedig ag Operation Encompass a chyhoeddi Hysbysiadau Diogelu'r Cyhoedd yn ddigon dibynadwy. Yn gyffredinol, caiff gwasanaethau cymdeithasol plant gysylltiad rheolaidd gydag ysgolion â phlant sy'n derbyn gofal neu ddisgyblion ar y gofrestr amddiffyn plant. Mae'n ofynnol iddynt ofyn am wybodaeth am gyflawniad academaidd a lles plentyn pan fydd teuluoedd yn cael asesiad statudol. Fodd bynnag, mae llawer o ysgolion yn nodi mai prin yw'r cyswllt ag ysgolion y tu hwnt i'r gweithgareddau statudol hyn. Yn yr un modd, er y gallai gweithwyr iechyd proffesiynol gasglu llawer o wybodaeth am blant a phobl ifanc fel rhan o'u gweithdrefnau asesu, er enghraifft trwy'r tîm datblygiad plant, dywed ysgolion nad ydynt yn rhannu gwybodaeth bwysig yn ddigon rheolaidd gyda nhw nac yn cynnal cyswllt â nhw tra'n darparu therapi neu ymyriadau i'w disgyblion. Yn aml, nid yw uwch arweinwyr yn ymwybodol fod eu disgyblion yn cael cymorth ar gyfer problemau iechyd meddwl.
- 31 Pan geir gwasanaeth effeithiol mewn awdurdod lleol sy'n cefnogi plant cyn-ysgol a theuluoedd, mae ysgolion cynradd yn elwa ar gael 'proffil bregusrwydd asesu disgyblion' ar gyfer eu dechreuwyr newydd yn y dosbarthiadau meithrin neu dderbyn. Mae'r proffil bregusrwydd yn offeryn sy'n rhoi sgôr i ddisgyblion ar sail ystod eang o ddangosyddion iechyd a lles. Po uchaf y sgôr, y mwyaf agored i niwed yw'r disgybl. Mae hyn yn helpu athrawon i gynllunio darpariaeth briodol ar gyfer y plant ifanc hyn wrth iddynt ddechrau ar eu haddysg.
- 32 Caiff mwyafrif yr ysgolion gyfleoedd addas i drafod a chynllunio cymorth ar gyfer disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod trwy gyfarfodydd cynllunio amlasiantaethol clwstwr. Mae aelodaeth fel arfer yn cynnwys cynrychiolaeth o wasanaethau cymdeithasol, gwasanaeth lles addysg a gwasanaeth seicoleg addysg yr awdurdod lleol, yn ogystal â chynrychiolaeth o wasanaeth nyrsio'r ysgol, Gyrfa Cymru, yr heddlu ac asiantaethau perthnasol eraill. Fodd bynnag, mae anghysondebau o ran pa mor aml y cynhelir y cyfarfodydd hyn, ac o ran pa mor llwyddiannus ydynt wrth wella cymorth ar gyfer disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Yn aml, mae'r bwlch amser rhwng cyfarfodydd yn rhy hir ac nid yw cynrychiolwyr o asiantaethau allweddol yn mynychu. Nid yw ysgolion bob amser yn cael gwybodaeth bwysig ac amserol. Mae hyn yn cyfyngu ar allu'r ysgolion i gynllunio ymyriadau a chymorth addas ar gyfer eu disgyblion. Yn aml, mae ysgolion yn teimlo eu bod yn gweithio gyda theuluoedd heb ddigon o gymorth ac arweiniad gan arbenigwyr eraill.
- 33 Mae'r cyfarfodydd cynllunio amlasiantaethol mwyaf llwyddiannus yn digwydd yn rheolaidd, bob pythefnos yn nodweddiadol, ac mae staff rheng flaen o ystod

gynhwysfawr o asiantaethau a gwasanaethau yn mynychu'n gyson. Mae ysgolion cryf yn mynnu rhannu gwybodaeth yn rheolaidd rhwng y rheiny sy'n cymryd rhan a gydag ysgolion partner eu clwstwr. Maent yn sicrhau bod camau gweithredu clir yn cael eu cymryd yn sgil cyfarfodydd, a bod pob asiantaeth yn deall yr hyn y mae angen iddynt ei wneud cyn y cyfarfod nesaf.

Mae gan **Ysgol Rhosymedre** hanes o weithio'n effeithiol gyda gwasanaethau cyhoeddus eraill a sefydliadau allanol i gynorthwyo disgyblion a theuluoedd agored i niwed. Mae'r uwch dîm arweinyddiaeth wedi sefydlu gweledigaeth o ofal ac anogaeth ar gyfer yr holl ddisgyblion, staff a theuluoedd a'r gred fod pawb yn haeddu'r cyfleoedd gorau, beth bynnag fo'u cefndir a'u hamgylchiadau.

Mae staff yn rhagweithiol wrth geisio cyngor, cymorth a syniadau oddi wrth ei gilydd a chan asiantaethau eraill. Mae cyfarfodydd staff wythnosol yn canolbwyntio ar anghenion cyfannol disgyblion, ac yn aml, eu teuluoedd. Mae'r ysgol yn gwneud cyfeiriadau priodol at wasanaethau plant, nyrs yr ysgol, gwasanaethau iechyd neu asiantaethau allanol fel Gweithredu dros Blant. Mae'r gwasanaethau hyn, yn eu tro, yn cynorthwyo'r ysgol i ddiwallu anghenion plant agored i niwed, ac yn aml, eu teuluoedd.

Mae uwch arweinwyr a staff allweddol wedi sefydlu llwybrau cyfathrebu gonest â'r holl bartneriaid allanol trwy herio gweithdrefnau, holi am benderfyniadau ac amlygu gwelliannau angenrheidiol. Mae perthnasoedd â'r partneriaid hyn yn seiliedig ar hanes profedig ac maent wedi'u hadeiladu ar ddisgwyliad cadarn o ymdrech a chyfrifoldeb cyfartal gan bawb.

Dysgu proffesiynol

- 34 Mae llawer o benaethiaid, athrawon a chynorthwyyr addysgu naill ai wedi cael hyfforddiant ar ymwybyddiaeth o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn uniongyrchol trwy Ganolfan Cymorth ACE neu drwy uwch swyddogion neu seicolegwyr addysg yn eu hawdurdod lleol neu gonsortiw m rhanbarthol. Mae staff yn gwerthfawrogi'r hyfforddiant hwn gan ei fod yn eu helpu i ddeall sut mae trawma yn effeithio ar blant a phobl ifanc. Mewn ychydig o achosion, mae llywodraethwyr a rhieni wedi cael hyfforddiant ymwybyddiaeth o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod hefyd.

Yn **Ysgol Parc Aberdâr**, mae gweledigaeth ysgol gyfan i nodi a mynd i'r afael ag anawsterau dysgwyr dan anfantais a dysgwyr agored i niwed, gan gynnwys y rhai sydd wedi dioddef trawma neu brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Bu'r pennaeth yn ymchwilio i effaith 'straen peryglus' ar blant, a bu'n arwain hyfforddiant ar gyfer yr holl staff a llywodraethwyr. O ganlyniad i hyn, datblygodd staff allu gwell i:

- adnabod arwyddion o straen peryglus mewn plant
- cefnogi a darparu ar gyfer plant sydd wedi eu heffeithio – gan sicrhau bod strategaethau y nodwyd eu bod yn effeithiol ar gyfer plant sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn cael eu defnyddio
- datblygu'r perthnasoedd hollbwysig rhwng oedolion a phlant a'r gwydnwch y bydd ei angen ar blant i oresgyn helbulon

Mae gan yr ysgol ddiwylliant o gymorth ar gyfer ei disgyblion, gan sicrhau amgylchedd sefydlog, diogel ac anogol i liniaru effeithiau profiadau niweidiol yn ystod plentyndod ar blant. Mae hyn yn cynnwys gweithgareddau i feithrin gwydnwch ac iechyd meddwl cadarnhaol, fel therapi cerdd a meddylgarwch.

- 35 Mewn llawer o ysgolion cynradd, mae uwch arweinwyr, athrawon a chynorthwywyr cymorth dysgu yn meddu ar y wybodaeth a'r cymwysterau perthnasol i gynorthwyo disgyblion agored i niwed. Mae staff mwyafrif o ysgolion cynradd ac uwchradd wedi eu hyfforddi i ddarparu cymorth ar gyfer dysgwyr agored i niwed trwy raglenni cymorth teilwredig. Mewn ychydig o ysgolion, mae cynorthwywyr cymorth dysgu yn ymgymryd â datblygiad proffesiynol i'w galluogi i gynnal rhaglenni arbenigol fel celf, cerddoriaeth neu therapi chwarae. Mae ychydig o ysgolion yn elwa ar wybodaeth cynorthwywyr cymorth sydd â graddau mewn meysydd fel addysg gynhwysol, datblygiad y plentyn neu seicoleg.
- 36 Mae'r rhan fwyaf o staff ysgol yn teimlo bod sesiynau dysgu proffesiynol ar broblemau ymlyniad ac anhwylder ymlyniad yn ddefnyddiol. Maent hefyd yn gwerthfawrogi'r cyfleoedd dysgu proffesiynol ar hyfforddiant emosiynau gyda phlant a phobl ifanc. Maent o'r farn fod dysgu proffesiynol yn y meysydd hyn yn galluogi iddynt ddeall yn well pam mae plant yn ymddwyn ac yn ymateb fel y maent, ac yn eu helpu i newid eu strategaethau pan fydd eu disgyblion yn camymddwyn, neu'n dawedog neu'n ymddieithrio.
- 37 Yn gyffredinol, mae athrawon a staff cymorth ar draws ysgolion cynradd ac uwchradd yn meddu ar wybodaeth a phrofiad addas o weithio gyda disgyblion agored i niwed. Yn aml, caiff staff ysgolion cynradd ystod eang o gyfleoedd dysgu proffesiynol i'w helpu i roi cymorth i ddisgyblion. Ychydig iawn o staff yn unig mewn ysgolion uwchradd sydd wedi cael hyfforddiant addas, neu'n meddu ar gymwysterau addas yn y maes hwn. Mae hyn oherwydd bod tuedd mewn ysgolion uwchradd i staff bugeiliol yn unig fynychu digwyddiadau dysgu proffesiynol yn gysylltiedig â dysgwyr agored i niwed. Mae hyn yn cynyddu gallu ychydig iawn o staff i gyflwyno ymyriadau, ond yn cyfyngu ar y cyfle i ddatblygu dull ysgol gyfan. Weithiau, mae staff mewn ysgolion uwchradd nad oes ganddynt gyfrifoldeb penodol am yr agwedd fugeiliol ar fywyd ysgol yn gweld eu rôl fel rôl addysgwr academiaidd yn unig. Mae cyfyngu cyfleoedd dysgu proffesiynol ynglŷn â chefnogi disgyblion agored i niwed i nifer fach iawn o staff yn gwaethygu'r sefyllfa hon.
- 38 Mae llawer o sefydliadau sy'n gweithio mewn meysydd yn gysylltiedig â phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn cefnogi ysgolion yn dda. Mae staff ysgol yn elwa ar hyfforddiant gan asiantaethau a sefydliadau arbenigol, er bod cyfle i fanteisio ar gymorth o'r fath yn amrywio ledled Cymru. Mae menter Sbectrwm Hafan Cymru yn darparu adnoddau ac arweiniad i ysgolion i'w gynorthwyo i gyflwyno dull ysgol gyfan o fynd i'r afael â chamdriniaeth ddomestig a hyrwyddo perthnasoedd iach. Mae Cymorth i Ferched Cymru yn darparu datblygiad proffesiynol defnyddiol am ddim i ysgolion hefyd. Gall staff ysgol elwa ar hyfforddiant Rhaglen STAR am ddeuddydd, sy'n eu helpu i gyflwyno gwersi'n ymwneud â chamdriniaeth mewn perthnasoedd. Mae Stonewall Cymru yn rhoi cyfleoedd datblygiad proffesiynol i athrawon ynglŷn â materion amrywiaeth. Mae elusen Gweithredu dros Blant Cymru yn darparu datblygiad proffesiynol ar gyfer staff perthnasol mewn ysgolion uwchradd i'w helpu i sgrinio ac adnabod pobl ifanc sydd â hunan-barch isel ac anawsterau iechyd

meddwl. Mae ychydig o ysgolion uwchradd yn cyflwyno 'Rhaglen y Felan' Gweithredu dros Blant. Nod y rhaglen hon yw lleihau arwyddion o hwyliau isel a meddyliau negyddol yng nghyfnod y glasoed a hyrwyddo atal. Mae cymorth a rhaglenni eraill, fel y rhai a ddarperir gan y gwasanaeth Teuluoedd wedi'u Heffeithio gan Garcharu (FABI) a rhaglen 'Walïau Anweledig' Barnardos Cymru, yn helpu ysgolion i gynllunio ymyriadau gwerthfawr ar gyfer plant a phobl ifanc y mae eu rhieni yn y carchar.

Cefnogaeth gyffredinol ar gyfer lles

- 39 Mae llai o gyfleoedd yn y mwyafrif o ysgolion uwchradd nag yn yr ysgolion cynradd i gefnogi lles trwy'r cwricwlwm. Y tu allan i wersi addysg bersonol a chymdeithasol (ABCh) penodol, gwasanaethau a chyflwyniadau achlysurol gan asiantaethau allanol ac elusennau, ni chaiff disgyblion ddigon o gyfleoedd rheolaidd i ddatblygu eu lles meddyliol na thrafod materion cymdeithasol ac emosiynol yn rheolaidd. Er y gallai fod darpariaeth gyffredinol werthfawr a chefnogol, fel clybiau brecwast a gwaith cartref ac ystafell y gall disgyblion fynd iddi os nad ydynt yn dymuno treulio amseroedd egwyl y tu allan, mae disgyblion uwchradd yn aml yn teimlo bod y rhain ar gyfer disgyblion iau yn bennaf, ac weithiau ar gyfer disgyblion Blwyddyn 7 yn unig. Nid oes digon o barthau tawel neu ardaloedd cyfforddus i ddisgyblion hŷn mewn ysgolion uwchradd eu defnyddio. Mae mwyafrif o ysgolion yn cynnwys manau tawel ar gyfer disgyblion ag angen addysgol arbennig fel Anhwylder y Sbectrum Awtistig. Fodd bynnag, cyfyngedig yw'r manau neu'r ddarpariaeth briodol ar gyfer disgyblion eraill sy'n agored i niwed, yn enwedig y rheiny sy'n byw mewn amgylcheddau peryglus ac anodd, lle gallant ymlacio a theimlo'n ddiogel.
- 40 Mewn llawer o ysgolion cynradd, mae athrawon dosbarth yn mabwysiadu dull cyffredinol o hyrwyddo gwydnwch emosiynol ac iechyd meddwl cadarnhaol. Maent yn defnyddio eu gwybodaeth, eu medrau a'u dealltwriaeth yn dda i gynllunio profiadau cyfoethog ar gyfer eu disgyblion. Maent yn dewis agweddau ar raglenni ymyriadau targedig yn ofalus wrth gynllunio'u gwersi. Maent yn defnyddio deunyddiau yn gysylltiedig â'r rhaglen Agweddau Cymdeithasol ac Emosiynol ar Ddysgu yn fedrus i hyrwyddo dysgu ac ymgysylltu â disgyblion, a chefnogi datblygiad cymdeithasol ac emosiynol disgyblion.
- 41 Mae gan lawer o ysgolion sydd wedi ymgymryd â dysgu proffesiynol ar weithgareddau therapiwtig fel meddylgarwch a hyrwyddo meddylfryd twf bolisi ysgol gyfan ar gyfer eu cyflwyno. Yn yr ysgolion hyn, mae disgyblion o'r meithrin i Flwyddyn 6 yn cymryd rhan mewn sesiynau lle maent yn dysgu am dechnegau ymlacio a sut i leddfu gorbryder. Gan amlaf, mae effaith y gweithgareddau hyn ar les meddyliol disgyblion yn dibynnu ar fedrau a dealltwriaeth yr oedolyn sy'n arwain y gweithgareddau.

Roedd **Ysgol Gyfun Gymraeg Llangynwyd** eisïau rhoi strategaethau i'w disgyblion i nodi nodweddion iechyd meddwl cadarnhaol a negyddol ochr yn ochr â'r gallu i drafod ac ymateb i'w hemosiynau mewn ffordd fwy cadarnhaol. Digwyddodd hyn o ganlyniad i adroddiad gan GIG Cymru a oedd yn datgan y byddai chwarter o'r boblogaeth yn cael problemau yn gysylltiedig ag iechyd meddwl ar ryw adeg yn ystod eu bywydau. Mae'r ysgol wedi arbrofi ag amrywiaeth o ffyrdd i hybu iechyd meddwl, ac mae bellach yn integreiddio rhai o'r mentrau mwyaf llwyddiannus yn y cwricwlwm.

Ar ddechrau Blwyddyn 7, mae disgyblion yn dysgu am egwyddorion meddylgarwch a buddion gweithgareddau ystyriol sydd wedyn yn cael eu rhoi ar waith fel rhan o bob cylch amserlen. Mae hyn yn rhoi cyfleoedd i ddysgwyr ddatblygu technegau ac yn eu hannog i'w defnyddio y tu hwnt i'r ystafell ddosbarth i hyrwyddo iechyd meddwl cadarnhaol.

- 42 Mewn llawer o ysgolion cynradd, mae athrawon yn darparu cyfleoedd dyddiol i ddisgyblion siarad am eu teimladau a rhannu eu gofidiau. Yn aml, gwneir hyn yn dda trwy weithgareddau amser cylch. Mewn ychydig o ysgolion, mae disgyblion yn rhoi eu henwau gerllaw teimladau ar fyrddau ar ddechrau'r diwrnod, ac wedyn mae staff cymorth yn monitro hyn ac yn ymateb yn unol â hynny. Yn aml, caiff disgyblion iau eu hannog i rannu eu gofidiau â'r 'Anghenfil Gofidiau' ('Worry Monster') neu'r pypedau 'Bwgi Becso', ac mae disgyblion hŷn yn deall y gallant rannu eu problem trwy roi nodyn ysgrifenedig yn y 'Blwch Sibrwd'.

Mae **Ysgol Llandinam** yn ysgol fach wledig â thri dosbarth, sy'n cynnal y Rhaglen Ysgolion Heddychlon. Nod y rhaglen yw cynyddu ymwybyddiaeth a dealltwriaeth disgyblion o achosion ac effeithiau gwrthdaro yn eu profiadau bywyd eu hunain a'u galluogi i ddatblygu hyder a strategaethau i ymdopi â'u teimladau eu hunain, a rhai pobl eraill. Trwy'r rhaglen, mae disgyblion yn datblygu medrau mewn datrys problemau, datrys gwrthdaro, cydweithio a chyfryngu, a dysgu am hawliau plant. Cyflwynir y sesiynau gan dîm o wirfoddolwyr hyfforddedig trwy amser cylch, gemau a gweithgareddau. Mae'r sesiynau'n cefnogi gwaith Llysgenhadon Gwych yr ysgol (hyfforddwyd trwy gynllun Llysgennad Plant Comisiynydd Plant Cymru) ar Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP) (1989). Daeth y sesiynau hyn i ben ag ymweliad gan ffoadur wnaeth chwalu rhai chwedlau am ffoaduriaid a helpu datblygu empathi disgyblion.

- 43 Mae nifer gynyddol o ysgolion ledled Cymru yn defnyddio CCUHP i hyrwyddo hawliau dynol plant neu ennill Gwobr Ysgol sy'n Parchu Hawliau. Ar hyn o bryd, mae 67 o ysgolion wedi ennill y wobwr arian, a 37 ysgol wedi ennill y wobwr aur. Mae llawer o'r ysgolion hyn yn defnyddio erthyglau'r Confensiwn i lywio cynllunio gwersi.

Mae **Ysgol Gynradd Garth** yn Ysgol sy'n Parchu Hawliau lle mae gan ddisgyblion lais cryf. Mae gan yr ysgol ddull cryf a chynhwysol sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn o ddiwallu anghenion lles yr holl ddisgyblion i'w helpu i oresgyn rhwystrau rhag dysgu a chyflawni eu llawn botensial. Mae'r ysgol yn llwyddo i wella cyrhaeddiad yr holl ddisgyblion, yn enwedig y plant hynny sydd dan anfantais trwy eu profiadau o amddifadedd cymdeithasol ac economaidd a phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod.

Mae cymuned yr ysgol yn gweithio'n galed i greu hinsawdd lle mae pob plentyn yn ffynnu, a lle mae cynhwysiant, cyfranogiad ac ymgysylltiad disgyblion agored i niwed yn hanfodol i wella cyrhaeddiad y disgyblion hynny, a gwella eu cyfleoedd mewn bywyd y tu hwnt i'r ysgol.

I helpu cyflawni'r weledigaeth i gefnogi lles pob disgybl, mae'r ysgol yn cyflogi arweinydd lles, sydd hefyd yn gydlynnydd anghenion dysgu ychwanegol a chynhwysiant.

Mae'r ysgol wedi sefydlu ymagwedd gyffredinol at les trwy weithio mewn partneriaeth â nifer o sefydliadau statudol ac elusennol allanol. Mae'r partneriaethau hyn wedi helpu gwella medrau staff yr ysgol i gynorthwyo disgyblion agored i niwed trwy gydol y diwrnod ysgol. Mae cymuned yr ysgol wedi ymgymryd â dysgu proffesiynol helaeth ynghylch ymlyniad, effaith trawma a hyfforddiant emosiynol. Mae athrawon a staff cymorth yn defnyddio'r wybodaeth a'r medrau y maent wedi eu caffael pan fyddant yn gweithio gyda disgyblion, ac yn ymateb iddynt, yn enwedig os byddant yn dangos arwyddion o ofid, gorbryder neu drawma.

Fel Ysgol sy'n Parchu Hawliau, mae cefnogi CCUHP wrth wraidd ei hethos, ac mae'n treiddio trwy bob agwedd ar fywyd yr ysgol. Caiff erthyglau o CCUHP eu hyrwyddo trwy fasgot ysgol, trwy arddangosfeydd, cysylltiadau â meysydd dysgu yn y cwricwlwm ac mewn gwasanaethau ysgol. Mae ymgorffori hawliau plant yn grymuso disgyblion ar draws yr ysgol trwy addysgu iddynt gwestiynu'r sefyllfa bresennol yn barhaus. Mae hyn yn eu galluogi i fyfrio'n wahanol ar eu hamgylchiadau personol. Mae gan ddisgyblion ymdeimlad gwell o sicrwydd, gan wybod bod oedolion yn yr ysgol a fydd yn fodlon rhoi amser i wrando arnynt, dangos empathi tuag atynt a rhoi cymorth neu arweiniad iddynt.

O ganlyniad i ymagwedd yr ysgol, mae gan ddisgyblion lefelau uwch o hunan-barch erbyn hyn ac maent yn fwy hyderus a gwydn. Mae eu hagweddau at ddysgu yn fwy cadarnhaol ac maent yn barod i gymryd cyfrifoldeb amdany'n nhw eu hunain, ac am eu gweithredoedd.

Cefnogaeth ac ymyrraeth dargedig

- 44 Mae ysgolion sy'n rhoi'r gefnogaeth orau i ddisgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod wedi sicrhau trefniadau cyllid i ddarparu adnoddau ychwanegol ac ymyriadau cymdeithasol. Mae ychydig o ysgolion yn defnyddio eu Grant Datblygu Disgyblion i gynnal grwpiau anogaeth. Cynhelir y grwpiau hyn mewn ystafelloedd dosbarth ar wahân ac mae disgyblion fel arfer yn eu mynychu am hanner diwrnod am gyfnodau rhwng wyth wythnos a chwe mis. Mae disgyblion yn dysgu sut i gymdeithasu, meithrin gwydnwch ac yn dysgu strategaethau ymdopi. Mae gweithgareddau'n cynnwys coginio, garddio a threfnu digwyddiadau cymdeithasol lle mae disgyblion yn gwahodd eu ffrindiau a'u rhieni am de. Yn aml, mae gan ddisgyblion a nodir ar gyfer grwpiau anogaeth anawsterau cymdeithasol, emosiynol ac ymddygiadol sylweddol ac maent fel arfer yn gwneud cynnydd da yn y math hwn o amgylchedd dysgu.

Mae **Ysgol Gynradd Oak Field** yn ysgol cyfrwng Saesneg 3-11 oed a gynhelir gan awdurdod lleol Bro Morgannwg. Mae'n gwasanaethu cymuned Gibbonsdown ac ardal ehangach Y Barri. Mae 193 o ddisgyblion ar y gofrestr. Mae tua 52% o ddisgyblion yn gymwys am brydau ysgol am ddim, sydd ymhellach uwchlaw'r cyfartaledd cenedlaethol. Nododd staff fod tua 31% o ddisgyblion wedi dioddef o leiaf ddau brofiad niweidiol yn ystod plentyndod.

Mae Oak Field yn cynnig ymyrraeth o fewn y ddarpariaeth o'r enw 'Anogaeth, Emosiynol, Lles a Medrau' i ddisgyblion y mae angen cymorth ychwanegol arnynt â'u datblygiad emosiynol a chymdeithasol. Mae'r ddarpariaeth hon yn cynnal

rhaglenni teilwredig ac unigoleddig sy'n gwella hunan-barch a medrau cymdeithasol disgyblion dros gyfnod, ac yn eu galluogi i elwa ar ddysgu prif ffrwd yn llwyddiannus. Cafodd Rhaglen Llwybrau Newydd yr ysgol ei chynllunio a'i datblygu i ddiwallu anghenion y rheiny y nodwyd eu bod yn ddisgyblion agored i niwed, y mae llawer ohonynt wedi cael nifer o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod.

Caiff y Rhaglen Llwybrau Newydd ei rheoli gan ddau aelod o staff y mae'r naill a'r llall ohonynt wedi cael hyfforddiant arbenigol. Mae grwpiau bach o ddisgyblion yn cymryd rhan mewn rhaglen deilwredig o weithgareddau, sydd wedi'i thargedu at ddatblygu medrau bywyd penodol, fel cydweithio. Nod llawer o'r gweithgareddau yw gwella hyder a galluedd hunanreoleiddio disgyblion. Mae gweithgareddau'n cynnwys dringo dan do, cyrsiau coginio sylfaenol, cyfeiriannu a thasgau meithrin tîm. Cynhelir sesiynau trafod wythnosol ochr yn ochr â'r gweithgareddau hyn lle caiff disgyblion gyfleoedd i fyfrio ar y cynnydd a wnaed.

Mae arweinwyr yn olrhain datblygiad disgyblion unigol yn ofalus gan ddefnyddio asesiadau athrawon, hunanasesiadau disgyblion a holiaduron lles cyn ac ar ôl ymyrraeth. Mae'r rhaglen wedi datblygu medrau cymdeithasol disgyblion yn sylweddol. Mae pob un o'r disgyblion sydd wedi cymryd rhan yn y rhaglen wedi dangos gwelliant mewn cymhelliant tuag at gyflawni nodau penodedig. Mae llawer o ddisgyblion wedi gwella eu medrau hunanreoleiddio, gan alluogi iddynt ymgymryd yn well â dysgu yn y brif ffrwd.

- 45 Yn aml, gall cynorthwywyr cymorth dysgu ddarparu sesiynau arddull therapiwtig teilwredig a thargedig ar gyfer disgyblion sydd wedi cael trawma. Mae nifer gynyddol o ysgolion yn comisiynu therapyddion cymwys i ddarparu ymyriadau arbenigol i grwpiau bach o ddisgyblion, fel therapi cŵn, therapi ceffylau⁵ a therapi celf. Mae Ysgol Uwchradd Prestatyn yn darparu sesiynau 'arlungio a siarad' buddiol ar gyfer disgyblion sy'n derbyn gofal ac yn trefnu cofrestriadau anffurfiol dyddiol gyda staff cymorth ar gyfer y rheiny sydd â phresenoldeb gwael. Mae'r Gwasanaeth Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed mewn ychydig o ardaloedd o Gymru yn hyfforddi staff ysgol i ddarparu cwnsela yn sgil profedigaeth.
- 46 Mewn ychydig o ysgolion uwchradd, mae arweinwyr yn cynorthwyo disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod trwy weithgareddau allgyrsiol a chyfleoedd i gymdeithasu â ffrindiau. Er enghraifft, mae Ysgol Uwchradd Pencoedtre yn darparu gwersi drymio ar gyfer grŵp o ddisgyblion agored i niwed, sy'n cryfhau eu hymgysylltiad â'r ysgol.
- 47 Mae pob awdurdod lleol yn cynnig cyfle i ysgolion fanteisio ar wasanaeth cwnsela yn yr ysgol. Mae ysgolion fel arfer yn ystyried y gwasanaeth hwn yn werthfawr iawn, ond maent yn pryderu ynglŷn â gostyngiad o ran argaeledd a rhestrau aros hir i allu cael cwnsela yn yr ysgol.
- 48 Mae ysgolion yn sylweddoli y gallai disgyblion sy'n byw mewn amgylchiadau anodd gael llawer llai o gyfleoedd i gymdeithasu ac efallai nad oes ganddynt hyder wrth

⁵ Mae therapi cŵn yn defnyddio cŵn i hybu iechyd meddwl, ac mae therapi ceffylau yn defnyddio ceffylau. Gall y ddau math hwn o therapi gynnig cwmni'ath, cysur ac ymdeimlad cryf o les i bobl.

geisio gwneud ffrindiau. Mae mwyafrif o ysgolion cynradd yn cynnal clybiau cyfeillgarwch targedig fel grŵp ‘cylch o ffrindiau’. Mae Ysgolion Coedwig yn sefydliad sy’n cymeradwyo ysgolion i gynnal clybiau a chyfleoedd dysgu a gynhelir mewn coetir neu amgylcheddau naturiol i gefnogi datblygiad perthynas rhwng y disgyblion a’r byd naturiol. Yn y clybiau hyn, mae’r gymhareb oedolyn i ddisgybl yn uchel fel arfer, sy’n cefnogi ethos cryf ac anogol ymhellach. Mae ychydig o ysgolion yn gwneud defnydd da o’u statws Ysgol Goedwig i alluogi disgyblion nad ydynt yn gwneud ffrindiau’n hawdd i weithio a chwarae gyda’i gilydd a meithrin hunan-barch.

Nododd Ysgol Gynradd y Santes Fair ym Mryn-mawr, Blaenau Gwent fod carfan fawr o fechgyn mewn un grŵp blwyddyn â lefelau lles isel trwy arolwg rheolaidd y mae’r ysgol yn ei ddefnyddio. O arsylwadau dosbarth, nodwyd materion cymdeithasol ac ymddygiadol hefyd. Penderfynodd staff y byddai ymyrraeth i fagu hyder a gwydnwch trwy chwaraeon yn fanteisiol. Dewisodd y bechgyn *taekwondo* fel gweithgaredd wythnosol gan ei fod yn datblygu syniadau fel disgyblaeth, ymroddiad a hunanamddiffyn.

Ailadroddodd y disgyblion hyn yr arolwg lles ar ddiwedd y flwyddyn ysgol. Roedd hunan-barch y disgyblion yn well, ac roeddent yn fwy cadarnhaol o lawer ynglŷn â’u profiad yn yr ysgol. Nododd staff gynnydd yn hyder y bechgyn, a’u sylw i waith. Bu gostyngiad yn nifer yr achosion o ymddygiad gwael, ac, at ei gilydd, mae agweddau’r bechgyn at ddysgu wedi gwella.

- 49 Yn aml, mae ysgolion mwy a’r rhai sydd â niferoedd uchel o ddisgyblion sy’n gymwys am brydau ysgol am ddim yn defnyddio eu Grant Datblygu Disgyblion i gyflogi staff i weithio gyda theuluoedd i gefnogi addysg eu plentyn. Mewn rhai achosion, mae’r gweithwyr cymorth hyn yn canolbwyntio’n fanwl ar weithio gyda rhieni i wella presenoldeb eu plant. Fodd bynnag, mae nifer gynyddol o ysgolion sydd â gweithwyr teuluol hynod gymwys neu brofiadol. Maent yn meithrin perthnasoedd cryf gyda theuluoedd, yn gweithio’n sensitif gyda nhw ac yn gwneud gwahaniaeth cadarnhaol i’w bywydau.

Mae Ysgol Gynradd Aberteifi wedi defnyddio cyllid Grant Datblygu Disgyblion i greu swydd Gweithiwr Bugeiliol Disgyblion i ddatblygu cysylltiadau â rhieni sy’n anodd eu cyrraedd. Mae’r unigolyn hwn hefyd yn cydlyn hyfforddiant staff gyda ffocws ar les disgyblion, mae’n cyflwyno rhaglen benodol i dargedu anghenion emosiynol disgyblion ac yn darparu sesiynau cwnsela yn yr ysgol ar gyfer disgyblion a rhieni. Mae’r Gweithiwr Bugeiliol Disgyblion yn gweithio’n agos iawn gydag ystod eang o asiantaethau arbenigol ac yn ceisio cymorth allanol arbenigol, lle bydd angen.

Mae’r Gweithiwr Bugeiliol Disgyblion wedi sefydlu perthnasoedd ymddiriedus gyda rhieni ac mae’n cynnal sesiynau ‘galw i mewn’ anffurfiol rheolaidd ar gyfer rhieni i drafod pryderon neu rannu gwybodaeth. Yn ychwanegol, mae’r Gweithiwr Bugeiliol Disgyblion yn ymweld yn rheolaidd â chartrefi rhieni nad ydynt yn teimlo’n gyfforddus yn dod i’r ysgol. Mae’r Gweithiwr Bugeiliol Disgyblion wedi cael ei hyfforddi i gyflwyno ystod eang o raglenni buddiol i blant a rhieni fel ei gilydd, fel ymdopi â phrofedigaeth, rheoli emosiynau negyddol a delio â thrais domestig. Mae’r Gweithiwr Bugeiliol Disgyblion hefyd yn cydlyn cyflwyno ystod eang o

raglenni ymyrraeth teilwredig a gyflwynir gan staff eraill yn yr ysgol. Mae'r rhain yn cynnwys cymorth ar gyfer rheoli dicter, hyfforddiant emosiynau, ymyriadau chwarae a rhaglen ar gyfer gwella hunan-barch disgyblion.

Mae'r ysgol wedi darparu hyfforddiant i'r holl staff hefyd, sy'n eu galluogi i ddefnyddio ystod o strategaethau i hyrwyddo ymgysylltu cadarnhaol ar lefel dosbarth. Mae pob un o'r disgyblion (gan gynnwys y rheiny sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod) yn elwa ar ddulliau cyson o ddatblygu eu gwydnwch a'u hiechyd meddwl cadarnhaol. Mae hyfforddiant ysgol gyfan yn y blynyddoedd diwethaf yn cynnwys hyfforddiant ar anhwylder ymlyniad, hyfforddiant emosiynau, dulliau adferol, a chynorthwyo plant rhieni sydd yn y carchar a'r rheiny sy'n cael eu hamlygu i gamdriniaeth ddomestig.

- 50 Mewn ysgolion bach iawn ac mewn ysgolion lle mae nifer y disgyblion sy'n gymwys am brydau ysgol am ddim yn isel, yn aml, prin yw'r staff ychwanegol sydd ar gael i gynorthwyo dysgwyr agored i niwed. Mae'r ysgolion bach gorau yn galluogi aelod o staff i gefnogi teuluoedd agored i niwed o hyd fel rhan o'u rôl ehangach. Er enghraifft, mae Ysgol Pennal yng Ngwynedd yn defnyddio'r unig gynorthwydd cymorth a gyflogir yn yr ysgol i gynorthwyo disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod.

Ar hyn o bryd, mae 18 disgybl ar y gofrestr yn **Ysgol Pennal**. Caiff disgyblion eu haddysgu mewn dau ddsbarth gan ddau athro amser llawn. Mae un deg saith y cant o ddisgyblion yn gymwys am brydau ysgol am ddim. Caiff dros hanner y disgyblion gymorth ychwanegol ar gyfer anghenion addysgol arbennig. Daw tua 56% o ddisgyblion o gartrefi Cymraeg, a'r Gymraeg yw'r iaith bob dydd yn yr ysgol. Mae'r ysgol yn cyflogi un cynorthwydd addysgu sydd wedi cael hyfforddiant sylweddol i gyflwyno ystod eang o ymyriadau gwerthfawr ar gyfer disgyblion agored i niwed.

Cyflwynir Rhaglen Talkabout i grwpiau bach i annog cyfeillgarwch a datblygu gallu disgyblion i wneud ffrindiau a magu hyder. Mae'r cynorthwydd dysgu'n darparu rhaglenni i reoli gorbryder a dicter disgyblion hefyd, lle bydd angen. Mae clwb 'Datguddio' yn gwella hunanddelwedd disgyblion trwy gelf, tra bod y clwb Anogaeth yn helpu disgyblion i ddatblygu medrau datrys problemau cryf.

Trwy'r rhaglenni cymorth a'r clybiau hyn, mae plant yn yr ysgol fach iawn hon yn datblygu hyder a gwydnwch, sy'n eu paratoi'n dda pan fyddant yn symud ymlaen i'r cam nesaf yn eu dysgu.

- 51 Mae gan y rhan fwyaf o ysgolion cynradd ystod gynhwysfawr o weithgareddau cyfoethogi am ddim sydd ar gael i bob disgybl yn ystod amser cinio ac ar ôl yr ysgol. Yn aml, mae'r rhain yn cynnwys clybiau chwaraeon, y celfyddydau creadigol, garddio, technoleg a choginio. Mae llai o gyfleoedd mewn ysgolion uwchradd, ac maent yn aml yn canolbwyntio ar bynciau, fel hanes neu gyfrifiadura, y celfyddydau mynegiannol neu weithgareddau chwaraeon. Mewn llawer o ysgolion uwchradd, mae clybiau llwyddiannus ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig, fel clwb gemau neu glwb ffilmiau. Mae'r rhain yn tueddu i fod ar gyfer disgyblion iau ac

nid ydynt fel arfer ar gyfer disgyblion yng nghyfnod allweddol 4. Mae ysgolion uwchradd sy'n rhoi'r gefnogaeth orau i ddisgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod neu'r rheiny sydd ag anawsterau cymdeithasol ac emosiynol yn annog y disgyblion hyn i gymryd rhan yn y gweithgareddau cyfoethogi hyn a sicrhau bod cyfleoedd yn briodol i oedran ar gael. Maent yn darparu manau diogel a thawel i ddisgyblion hyn eistedd a chymdeithasu hefyd. Mae'r rhan fwyaf o ysgolion yn ceisio helpu rhieni ag unrhyw gostau gweithgareddau allgyrsiol os na allant fforddio talu eu hunain. Mae anghysondeb o ran pa mor dda y mae ysgolion yn cyfathrebu â rhieni am y polisi hwn, ac o ran pa mor dda y maent yn ei weinyddu mewn ffordd nad yw'n trin disgyblion na rhieni yn annheg.

Oedolyn ymddiriedus

- 52 Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn archwilio effaith oedolion ar blant a phobl ifanc yn yr adroddiad diweddar ar brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod, [Ffynonellau gwydnwch a'u cysylltiadau lliniarol gyda'r niwed sy'n cael ei achosi gan brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod \(Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2018d\)](#). Mae'r awduron yn nodi: 'Mae'r llenyddiaeth ryngwladol yn dechrau dangos mai cael o leiaf un berthynas ddibynadwy, sefydlog a chefnogol ag oedolyn yw un o elfennau pwysicaf gwydnwch yn ystod plentyndod' (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2018d, tud. 35). Maent yn datgan y canlynol:

'Gall profiadau niweidiol yn ystod plentyndod effeithio ar ymddiriedaeth plant, ar eu sgiliau cyfathrebu ac ar eu hunan-barch, a gall effeithiau o'r fath eu hatal rhag ffurfio perthnasoedd cadarnhaol ag oedolion a chymheiriaid. Mae gan ysgolion a chymunedau rôl hanfodol i'w chyflawni wrth greu cyfleoedd i blant ddatblygu sgiliau personol a sgiliau perthynas yn ogystal â chreu ffrindiau cadarnhaol pan fydd profiadau niweidiol yn ystod plentyndod wedi effeithio arnynt' (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2018d, tud. 35).

- 53 Mae hyfforddiant y Ganolfan Cymorth ACE yn canolbwyntio'n fawr ar y syniad hwn, a thrwy hyn, maent yn annog ysgolion i sicrhau bod pob disgybl yn gallu troi at oedolion ymddiriedus, nid trwy'r berthynas arferol rhwng athro a disgybl yn unig.
- 54 Mae gan bron bob ysgol aelodau staff hyfforddedig sydd â phrofiad o wrando ar ddisgyblion agored i niwed, ac maent yn gwybod sut i ymateb mewn sefyllfaoedd sensitif a sut orau i gefnogi'r disgyblion hyn. Mewn ysgolion uwchradd, mae'r staff hyn yn aml yn gynorthwyr addysgu, yn fentoriaid dysgu neu'n staff bugeiliol. Yn yr ysgolion cryfach, mae disgyblion yn siarad yn gadarnhaol am sut gallant ymddiried yn eu penaethiaid, eu hathrawon a'u staff cymorth pan fyddant yn cael anawsterau. Mewn ysgolion cynradd, mae'r rhan fwyaf o ddisgyblion yn teimlo'n gyfforddus yn mynd at ystod eang o staff, ac yn siarad â nhw.
- 55 Mewn ysgolion uwchradd, mae anghysondeb o ran pa mor dda y mae pob un o'r staff yn mabwysiadu'r syniad o fod yn oedolyn ymddiriedus. Mewn lleiafrif o ysgolion uwchradd, mae disgyblion yn siarad yn gadarnhaol am gael amrywiaeth dda o oedolion y gallant droi atynt yn ystod y diwrnod ysgol, ac yn dweud bod staff yn eu hadnabod yn dda, yn rhoi amser addas iddynt ac yn gwrandao arnynt. Mewn ysgolion eraill, dywed disgyblion eu bod yn gallu nodi'r staff y gallent ymddiried ynddynt, a siarad â nhw, ond dywedon nhw hefyd pa staff na fyddai'n gallu eu cynorthwyo.

Dywed lleiafrif o benaethiaid uwchradd, er eu bod yn rhoi hyfforddiant ac arweiniad i athrawon ar faterion lles, fod yna athrawon o hyd nad ydynt yn gweld ei bod yn bwysig sicrhau eu bod yn bobl hawdd mynd atynt, a'u bod ar gael i'w disgyblion am resymau heblaw cymorth academaidd.

- 56 Mewn mwyafrif o ysgolion uwchradd, nid yw athrawon yn cael digon o wybodaeth bersonol gyfoes am eu disgyblion. Yn aml, mae staff cymorth sy'n gweithio'n fwy uniongyrchol a rheolaidd gyda disgyblion agored i niwed yn gwybod mwy amdanynt nag athrawon. Mae hyn oherwydd nad yw arweinwyr yn rhannu gwybodaeth am ddisgyblion yn ddigon rheolaidd gyda'u staff neu nid oes ganddynt systemau ar waith i gofnodi a rhannu gwybodaeth. Maent yn ei chael yn anos rhannu'r wybodaeth hon gyda grŵp mawr o staff y tu allan i ddefnyddio systemau gwybodaeth reoli diogel nad ydynt efallai'n addas ar gyfer gwybodaeth o'r fath. Yn ychwanegol, mae arweinwyr yn poeni am faterion cyfrinachedd gan y byddent yn rhannu gwybodaeth gyda phob un o'r staff, p'un a ydynt yn dod i gysylltiad â'r disgybl ai peidio. Fodd bynnag, mewn rhai ysgolion, caiff gwybodaeth ei rheoli'n dda o dan Brotoocol Rhannu Gwybodaeth clir a manwl sy'n cael ei lywodraethu gan bolisi. Mae'r rhain yn cynnwys canllawiau ynglŷn â chydysynio i rannu gwybodaeth.

Ymgysylltu â theuluoedd

- 57 Yn aml, mae ysgolion sy'n darparu cymorth cryf a chyson ar gyfer disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn darparu gweithgareddau cyfoethog ar gyfer eu teuluoedd hefyd. Yn yr ysgolion hyn, mae arweinwyr yn gweithio'n greadigol i nodi anghenion a diddordebau rhieni. Mae hyn yn amlycach mewn ysgolion cynradd na mewn ysgolion uwchradd. Mae adroddiad Estyn ynghylch [Cynnwys rhieni: Cyfathrebu rhwng ysgolion a rhieni plant oedran ysgol](#) (Estyn, 2018a) yn darganfod bod rhieni plant oedran ysgol uwchradd yn cael llai o ohebiaeth gan ysgol eu plentyn na rhieni plant mewn ysgol gynradd. Yn ychwanegol, mae ysgolion yn cyfathrebu ag un rhiant yn unig, mamau gan amlaf. Nid yw llawer o ysgolion yn cynnwys mamau a thadau'n gyfartal yn nysgu eu plentyn. Mae llawer o'r ysgolion cynradd yr ymwelwyd â nhw yn defnyddio ffyrdd creadigol o gynnwys eu rhieni. Er enghraifft, mae ychydig o ysgolion yn cynnal boreau coffi anffurfiol wythnosol i ymgysylltu â rhieni y mae mynychu cyfarfodydd ysgol neu nosweithiau rhieni yn heriol iddynt. Mae gweithgareddau eraill yn cynnwys digwyddiadau arbennig am ddim i ddenu teuluoedd, fel sesiynau cerfio pwmpenni i deuluoedd a sesiynau creu addurniadau Nadolig. Mae ysgolion yn defnyddio digwyddiadau o'r fath yn dda i feithrin perthnasoedd ymddiriedus gyda theuluoedd a darparu cyfleoedd anffurfiol i rieni gyfarfod a chymdeithasu â rhieni eraill a thrafod unrhyw faterion sy'n effeithio arnynt. Nododd un ysgol gynradd deuluoedd nad oeddent byth yn defnyddio'r llyfrgell leol, ac wedyn aeth â nhw i'r llyfrgell bob wythnos a chreu rota rhieni i gynnal sesiynau darllen stori ar gyfer y grŵp.
- 58 Yn aml yn y sector cynradd, mae staff ysgol perthnasol, fel swyddogion ymgysylltu â theuluoedd, yn cynnig cymorth hynod werthfawr i deuluoedd ar incwm isel. Maent yn rhoi cymorth ymarferol â llenwi ffurflenni a cheisiadau am fudd-daliadau, yn mynd â rhieni i fanciau bwyd ac yn eu cynorthwyo i ddarparu anrhegion Nadolig ar gyfer eu plant. Mae ychydig o ysgolion yn cynnal eu hundeb credyd eu hunain, sy'n hynod fuddiol ar gyfer teuluoedd incwm isel.

Mae **Ysgol Gynradd Moorland**, Caerdydd, yn rhoi pwyslais cryf a chyson ar ymgysylltu â theuluoedd i sicrhau amodau bywyd gwell ar gyfer ei disgyblion. Mae'r ysgol yn cyflogi swyddog ymgysylltu â theuluoedd sy'n darparu ystod o gymorth ymarferol ar gyfer teuluoedd sy'n ei chael yn anodd diwallu anghenion eu plant am amrywiaeth o resymau. Mae hyn wedi arwain at welliant sylweddol yn safonau cyflawniad a lles ei disgyblion ac o ran ennyn diddordeb rhieni yn nysgu eu plant.

Mae cymorth ac adnoddau ariannol yr ysgol yn cynnwys:

- cyflwyno talebau banc bwyd i deuluoedd sy'n wynebu tlodi bwyd
- darparu cyflenwadau bwyd trwy elusennau a sefydliadau eraill yn y gymuned leol
- gosod rheiliau gwisg ysgol, cotiau ac esgidiau i rieni fanteisio arnynt, os bydd angen
- darparu basged tlodi hylendid i deuluoedd gyfrannu ati, neu gymryd eitemau ohoni, yn ôl yr angen
- mynd gyda rhieni i gyfarfodydd cyngor ar fudd-daliadau neu ddyled ac wedyn eu cynorthwyo i gyllidebu a chynllunio'n ariannol
- sefydlu Undeb Credyd mewn ysgol, ac annog plant a theuluoedd i gynilo'n rheolaidd

Mae'r ysgol yn darparu cymorth ymarferol a chymdeithasol hefyd, gan gynnwys galwadau ffôn yn gynnar yn y bore i ddefro teuluoedd yn y bore, os gofynnir am hynny, a chasglu plant o gartref yn y bore os bydd rhieni neu frodyr a chwiorydd eraill yn sâl. Mae staff ynparu rhieni sy'n newydd i'r ysgol â rhieni eraill sydd efallai'n siarad yr un famiaith. Hefyd, mae staff yn annog rhieni i ddod i'r ysgol i wirfoddoli fel eu bod yn meithrin eu medrau ac yn magu hyder i fynd yn ôl i'r gweithle. Maent hefyd yn darparu pecynnau offer ysgrifennu ar gyfer teuluoedd a hoffai ymgymryd â gweithgareddau creadigol gartref ond nad oes ganddynt yr adnoddau priodol.

Mae'r ysgol yn darparu cymorth addysgol gwerthfawr trwy amrywiaeth eang o raglenni. Mae'r rhain yn cynnwys rhaglen 'Teuluoedd yn Dysgu Gyda'i Gilydd' (Families Learning Together), sef menter llythrennedd a rhifedd ar gyfer rhieni sydd â phlant yn y cyfnod sylfaen. Mae'r cwrs hwn yn annog rhieni i barhau â'u haddysg eu hunain mewn coleg lleol wedi iddynt gwblhau'r cwrs yn yr ysgol. Mae'r ysgol yn darparu dosbarthiadau Saesneg wythnosol hefyd ar gyfer teuluoedd nad oes ganddynt lawer o Saesneg, os o gwbl. Mae'r ysgol yn cynnal dosbarthiadau coginio poblogaidd ar gyfer rhieni, sy'n canolbwyntio ar sut i wneud prydau rhad ond maethlon i'r teulu. Mae'r ysgol yn cynnal rhaglen anogaeth i rieni hefyd, sy'n canolbwyntio ar feithrin perthnasoedd cadarnhaol gyda phlant trwy chwarae a grŵp 'Cysylltu Teuluoedd' ('Families Connect'). Menter Achub y Plant yw hon, sy'n canolbwyntio ar helpu rhieni i gynorthwyo eu plant i ddatblygu'n emosiynol ac yn academaidd.

Mae'r rhaglenni cymorth hyn yn grymuso hyder a gallu rhieni yn sylweddol i gefnogi dysgu eu plant gartref.

- 59 Mae ychydig o ysgolion uwchradd yn darparu gweithgareddau a gwasanaethau gwerth chweil ar gyfer teuluoedd sydd angen cymorth. Er enghraifft, gallent ddarparu cludiant i alluogi rhieni i fynychu nosweithiau rhieni neu gynnal digwyddiadau anffurfiol ar gyfer rhieni disgyblion ag anghenion addysgol arbennig. Cydnabu Cymuned Ddysgu Ebwy Fawr fod angen ymgysylltu â theuluoedd yn well, ac mae bellach yn darparu cyfres o ddsbarthiadau i weddu i ddiddordebau rhieni, fel sesiynau coginio, rhianta ac iechyd a ffitrwydd. Trwy'r gweithgareddau hyn, gall staff ymgysylltu â theuluoedd yn well a'u cyfeirio at ystod o wasanaethau cymorth.

2 Gwaith awdurdodau lleol gyda gwasanaethau eraill i gefnogi disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod

Cynllunio ac arweinyddiaeth gorfforaethol

- 60 Mae pob awdurdod lleol yng Nghymru o'r farn y dylid rhoi blaenoriaeth uchel i'r gwaith yn gysylltiedig â gwella lles. Gan amlaf, caiff y gwaith hwn ei gydlynu gan uwch swyddog fel pennaeth addysg cynorthwyol, y prif seicolegydd addysg neu'r pennaeth gwasanaethau cynhwysiant. Mae gan lawer o awdurdodau lleol fyrddau strategaeth lles neu grwpiau llywio sydd islaw'r Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus. Mae'r rhain yn cynnwys cynrychiolwyr o'r gwasanaeth gwella ysgolion, y gwasanaeth seicoleg addysg, y gwasanaeth cynhwysiant a'r gwasanaeth cyfiawnder ieuencid, yn ogystal â chynrychiolwyr o faes ieuchyd cyhoeddus, gofal cymdeithasol ac, mewn ychydig o achosion, yr heddlu. Mae ychydig o fyrddau hynod effeithiol hefyd yn gwahodd cynrychiolaeth o sefydliadau'r trydydd sector, fel yr NSPCC a Sbectwm Hafan Cymru. Mae hyn yn ychwanegu at, ac yn gwella, gwybodaeth a medrau'r bwrdd ac yn galluogi iddo fabwysiadu dull mwy cysylltiedig. Yn aml, caiff gwaith yn ymwneud â phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod ei gydlynu yng nghyd-destun ehangach ymagwedd haenog at les o fewn byrddau strategaeth o'r fath, gyda ffocws cyffredinol ar sefydlu ethos o wydnwch ac ymyriadau a strategaethau lles yn seiliedig ar dystiolaeth. Yn gyffredinol, o fewn y byrddau strategaeth hyn y caiff penderfyniadau am hyfforddiant a chyllid ar gyfer cymorth eu gwneud.

Mae **Sir y Fflint** yn awdurdod lleol peilot ar gyfer prosiect arloesol Camau Cynnar gyda'n Gilydd dan arweiniad Iechyd Cyhoeddus Cymru a Heddlu Gogledd Cymru. Ariennir y prosiect hwn gan Gronfa Trawsnewid y Swyddfa Gartref i baratoi'r heddlu a gweithlu'r sector statudol a gwirfoddol trwy roi'r wybodaeth, y medrau a'r hyder angenrheidiol iddynt nodi a helpu plant, pobl ifanc, teuluoedd ac oedolion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn effeithiol. Yn Sir y Fflint, mae Bwrdd Camau Cynnar gyda'n Gilydd troswaol, sy'n dod â phartneriaid y sector statudol a'r sector gwirfoddol at ei gilydd i ddarparu cydlyniad strategol. Mae'r bwrdd wedi hwyluso hyfforddiant ymwybyddiaeth o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod a bu ganddo rôl bwysig hefyd mewn sicrhau bod profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn cael eu hintegreiddio yn ffurflen gyfeirio amlasiantaeth Sir y Fflint ar gyfer gwasanaethau cymdeithasol.

- 61 Mewn ychydig o awdurdodau lleol, mae profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn amlwg yng nghynlluniau lles blynyddol y Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus. Er enghraifft, mae cynllun lles lleol Bro Morgannwg yn cynnwys gweithredu i 'ddatblygu dealltwriaeth well o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod i gymryd camau effeithiol i sicrhau bod pobl yn cael eu gwarchod, bod systemau cymorth ar waith a bod achosion sylfaenol profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn cael eu hatal' (Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Bro Morgannwg, 2018, tud.26). Mae Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Sir Fynwy yn cynnwys cam penodol o ran profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn amcan cyntaf ei gynllun lles lleol, sef 'Mynd i'r afael ag achosion profiadau niweidiol yn ystod plentyndod a pharhad problemau rhwng cenedlaethau mewn teuluoedd' (2018, tud.20).

- 62 Mae llawer o gynlluniau strategol o fewn gwasanaethau addysg mewn awdurdodau lleol yn cynnwys rhywfaint o ffocws ar ffactorau bregusrwydd, hyd yn oed os nad ydynt yn cyfeirio'n uniongyrchol at brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod. O fewn gwasanaethau addysg a gwasanaethau cymdeithasol mewn awdurdodau lleol, ychydig iawn o gynlluniau strategol sy'n cyfeirio'n eglur at brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Er enghraifft, mae atal y cylch profiadau niweidiol rhwng y cenedlaethau yn ymddangos yn strategaeth Ymyrraeth Gynnar ac Atal Gofal Cymdeithasol Conwy ac yn y model a ddatblygwyd ar gyfer Cymorth i Deuluoedd. Mae ychydig o gynlluniau strategaeth gwasanaethau addysg eraill yn cyfeirio at bedwar diben craidd y cwricwlwm a gynigir yn adroddiad yr Athro Graham Donaldson's (2015), sef 'Dyfodol Llwyddiannus', yn enwedig y nod y bydd plant a phobl ifanc yn 'unigolion iach a hyderus'. Nid yw ychydig iawn o awdurdodau lleol yn canolbwyntio ddigon yn eu cynlluniau strategol ar gefnogi lles disgyblion agored i niwed.

Trefniadau cydweithio

- 63 Mae byrddau diogelu lleol a rhanbarthol a phaneli rhianta corfforaethol yn cynnwys uwch gynrychiolwyr o faes iechyd cyhoeddus, yr heddlu a gwasanaethau eraill, fel gwasanaethau prawf, ochr yn ochr ag addysg. Maent yn darparu ysgogiad strategol i gynllunio cymorth ar gyfer pobl ifanc agored i niwed. Mae ychydig o fyrddau diogelu wedi nodi tueddiadau mewn achosion diogelu lleol ac wedi comisiynu ffrydiau gwaith defnyddiol ac ymyriadau ataliol i gefnogi teuluoedd agored i niwed. Er enghraifft, mae bwrdd diogelu lleol Sir y Fflint yn dyrannu adnoddau ac yn cydlynu cyflwyno ystod eang o weithgarwch, sy'n sicrhau bod ehangder materion diogelu yn parhau o fewn golwg. Maent wedi darparu adnoddau defnyddiol ar gyfer ysgolion i'w cynorthwyo i nodi achosion posibl o gam-fanteisio'n rhywiol ar blant a pherthnasoedd afiach. Mae'r bwrdd diogelu yn trafod themâu a materion mynych ac wedyn yn cynllunio hyfforddiant perthnasol ar gyfer staff cyflawni ar draws gwasanaethau.
- 64 Mae pob un o'r 22 awdurdod lleol yng Nghymru wedi llofnodi Cytundeb Rhannu Gwybodaeth Bersonol Cymru (WASPI). Mae'r Cytundeb yn set gyffredin o egwyddorion a safonau, sy'n cefnogi rhannu gwybodaeth bersonol i gyflwyno gwasanaethau i bobl Cymru. Mae llofnodi'r Cytundeb yn dangos ymrwymiad i gymhwyso'r egwyddorion hynny. Mae hyn yn helpu datblygu dull cyson ac yn gwella hyder fod gwybodaeth yn cael ei rhannu'n gyfreithlon, yn ddiogel ac yn effeithiol. Mae derbyn a llofnodi'r Cytundeb yn wirfoddol, ond anogir pob darparwr gwasanaeth cyhoeddus i ymuno. O dan fframwaith Cytundeb Rhannu Gwybodaeth Bersonol Cymru, mae arweiniad ac anogaeth i gyrff a sefydliadau cyhoeddus greu Protocolau Rhannu Gwybodaeth, sy'n cefnogi rhannu gwybodaeth bersonol yn rheolaidd ar y ddwy ochr at ddiben penodol. Mae gan ychydig o awdurdodau lleol Brotocolau Rhannu Gwybodaeth sy'n targedu rhannu gwybodaeth yn uniongyrchol i gynorthwyo disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Fodd bynnag, ychydig o awdurdodau lleol yn unig sydd â Phrotocolau Rhannu Gwybodaeth cynhyrchiol sy'n mynd y tu hwnt i'r gofyniad statudol ynglŷn â diogelu ac amddiffyn plant o dan Weithdrefnau Amddiffyn Plant Cymru Gyfan. Yn gyffredinol, mae Protocolau Rhannu Gwybodaeth ar waith mewn gwasanaethau blynyddoedd cynnar yn unig gan amlaf, fel Dechrau'n Deg, lle ceir mentrau i leihau nifer y bobl ifanc nad ydynt mewn addysg, cyflogaeth na hyfforddiant (NACH).

Mae **gwasanaeth TRAC** ar draws y chwe awdurdod lleol yng Ngogledd Cymru yn brosiect sydd wedi'i anelu at leihau nifer y bobl ifanc 11-24 mlwydd oed sydd â'r perygl uchaf o fod yn bobl ifanc NACH. Nod y prosiect yw gwneud hyn trwy ystod o ymyriadau sy'n ychwanegu at wasanaethau prif ffrwd, ond ddim yn eu dyblygu.

Caiff pobl ifanc sy'n gymwys ar gyfer y prosiect eu nodi trwy offeryn proffil dysgwyr, a gynhelir trwy ysgolion a cholegau. Mae'r offeryn yn defnyddio gwybodaeth fel ymddygiad, cyrhaeddiad, presenoldeb a gwaharddiadau er mwyn nodi pa bobl ifanc sy'n gymwys. Wedyn, caiff y wybodaeth hon ei rhannu'n dda rhwng llawer o ddarparwyr perthnasol sy'n cynllunio cymorth.

Mae'r ymyriadau a ddarperir i bobl ifanc gymwys yn cynnwys:

- cwnsela gan gwnselwyr a gweithwyr iechyd meddwl
- cymorth ar gyfer lles a phresenoldeb gan Weithwyr Cymorth Addysg
- cymorth gan weithwyr ieuenctid
- cymorth gan weithwyr chwaraeon
- cymorth gan Gyrfa Cymru

Mae canlyniadau cadarnhaol amrywiol i'r prosiect, fel lleoliadau gwaith ar gyfer pobl ifanc, sydd wedi arwain at swyddi parhaol, cynigion diamod o leoedd mewn colegau addysg bellach a pherthnasoedd teuluol cryfach.

- 65 Disgwylir i wasanaethau addysg ledled Cymru weithio ar y cyd â'r sector iechyd a gofal cymdeithasol yn bennaf, fel rhan o 'Raglen y 1000 Diwrnod Cyntaf' Cymru Well GIG Cymru. Nod y rhaglen hon yw rhoi'r dechrau gorau mewn bywyd i bob plentyn yng Nghymru. Mae'r rhaglen yn dod â phartneriaid ar draws gwasanaethau cyhoeddus, y trydydd sector a'r cyhoedd at ei gilydd i gefnogi a herio'i gilydd i feddwl a gweithio gyda'i gilydd yn wahanol. Mae hyn yn cynnwys y nod i sicrhau 'bod llai o blant yn cael eu hamlygu i brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn y 1000 diwrnod cyntaf' (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2018b). O ganlyniad i hyn, mae adrannau blynyddoedd cynnar gwasanaethau addysg wedi dechrau cydweithio â phartneriaid lleol i greu proffil bregusrwydd ar gyfer pob plentyn yn eu hawdurdod lleol. Adroddodd yr holl awdurdodau lleol a fu'n rhannu gwybodaeth am eu gwaith gyda'r rhaglen fod arwyddion cynnar o ddeilliannau cadarnhaol o ran ymgysylltu a chydweithredu â phobl ifanc a'u teuluoedd. Mae awdurdod lleol Torfaen wedi buddsoddi adnoddau a hyfforddiant ychwanegol yn ei amcan 1000 diwrnod cyntaf. Mae pob un o staff y blynyddoedd cynnar, yn cynnwys staff chwarae a'r rhai mewn darparwyr gofal plant, wedi cael hyfforddiant mewn profiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Mewn cynhadledd Dechrau'n Deg yn ddiweddar ar gyfer holl staff rheng flaen y blynyddoedd cynnar ar brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod, darparwyd gweithdai i ddangos effaith trais domestig, carcharu rhieni, camddefnyddio cyffuriau ac alcohol a phrofedigaeth ar blant ifanc.
- 66 Mae lleiafrif o awdurdodau lleol wedi sefydlu gwasanaeth cymorth cynnar neu ganolfan cymorth cynnar effeithiol. Mae sgrinio am gymorth cynnar wedi'u seilio ar deuluoedd sy'n arddangos ffactorau a allai arwain at brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod, ond sydd islaw'r trothwy ar gyfer asesiad gwasanaethau cymdeithasol statudol. Mae mynychder y ffactorau niweidiol hyn yn dangos yr angen am

ymyrraeth gynnar. Mae'r canolfannau cymorth cynnar hyn yn rhannu gwybodaeth yn ddiogel er mwyn cynnig gwybodaeth, cyngor a chymorth perthnasol i'r holl deuluoedd sydd wedi'u heffeithio gan brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod, sydd wedi'u teilwra yn unol â'u hanghenion. Bwriad y cymorth cynnar hwn yw atal yr angen am ymyrraeth statudol yn ddiweddarach. Mae partneriaid allweddol yn cynnwys 'Tîm o Amgylch y Teulu', gwasanaethau addysg yn cynnwys gwasanaethau'r blynyddoedd cynnar, gwasanaethau ieuencid yn cynnwys cyfiawnder ieuencid, Teuluoedd yn Gyntaf, yr heddlu a gwasanaethau tai awdurdodau lleol.

Cydnabu adolygiad **Cyngor Sir Fynwy** o'i raglen Teuluoedd yn Gyntaf rôl gadarnhaol gwaith ataliol ac ymyrraeth gynnar wrth leihau'r angen am ymyrraeth fwy dwys, a difrifol o bosibl, yn ddiweddarach. Roedd cydnabyddiaeth glir fod atal problemau rhag codi yn hytrach na mynd i'r afael â'u canlyniadau yn fwy effeithiol o ran gwella canlyniadau cymdeithasol a lleihau costau. Roedd Sir Fynwy eisiau gwella cymorth i blant, pobl ifanc a'u teuluoedd trwy sicrhau bod gwasanaethau'n gweithio'n well gyda'i gilydd mewn partneriaeth. Y nod cyffredinol yw sicrhau bod cymorth yn cael ei roi gan yr unigolyn cywir ar yr adeg gywir.

Cytunodd Bwrdd Rhaglen y Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus i ad-drefnu cyllid Teuluoedd yn Gyntaf i ddatblygu 'Tîm Meithrin Teuluoedd Cryf' (BSF) gyda blaenoriaeth allweddol i osgoi'r angen am ymyrraeth statudol. Fe wnaeth y tîm BSF alluogi llwybr cyfeirio ac ymyrraeth effeithiol rhwng yr holl wasanaethau gyda chyn lleied â phosibl o darfu i deuluoedd trwy Banel Cymorth Cynnar. Y nod yw sicrhau bod teuluoedd yn cael y cymorth cywir ar yr adeg gywir.

Mae datblygu a gweithredu Panel Cymorth Cynnar Sir Fynwy wedi helpu creu system gyfeirio dryloyw a theg, sy'n arwain at gyfeiriadau ar gyfer lefelau uwch o gymorth sy'n fwy priodol, fel gwasanaethau arbenigol. Mae'r Panel Cymorth Cynnar yn cynnwys ystod eang o ddarparwyr gwasanaeth Sir Fynwy sy'n gweithio gyda phlant, pobl ifanc a'u teuluoedd. Mae'r gwasanaethau hyn yn cynnig cymorth a chefnogaeth i wella lles emosiynol plant a phobl ifanc.

O ganlyniad i'r gwasanaeth hwn, bu gostyngiad yn nifer y teuluoedd sydd angen haen uwch o gymorth neu ymyrraeth statudol, a chynnydd yn nifer y teuluoedd sy'n derbyn cymorth cynnar priodol. O ganlyniad, bu cynnydd mewn canlyniadau cadarnhaol ar gyfer teuluoedd ar draws Sir Fynwy.

- 67 Mae gwaith ar lefel strategol rhwng iechyd cyhoeddus, gwasanaethau addysg a'r heddlu yn dechrau cael effaith gadarnhaol ar ddod â phartneriaid allweddol at ei gilydd trwy'r Rhaglen Camau Cynnar Gyda'n Gilydd, dan arweiniad yr heddlu. Diben y rhaglen hon yw canolbwyntio ar nodi ac ymyrraeth gynnar ar gyfer plant a phobl ifanc sy'n cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod a rhyngweithiadau'r heddlu â phobl agored i niwed. Ar ôl peilota'r Rhaglen Camau Cynnar Gyda'n Gilydd yn llwyddiannus mewn ychydig o awdurdodau lleol, mae'r rhaglen hon bellach yn cael ei chyflwyno ledled Cymru. Mae pob ardal heddlu yn gweithredu model cyflwyno gwahanol ac mae ar gam gwahanol o ran cynnydd. Mae ychydig o awdurdodau lleol yn dechrau cynnal trafodaethau ar lefel strategol gyda'r heddlu, tra bod awdurdodau eraill wedi cymryd camau sylweddol ymlaen o ran gweithio gyda'i gilydd. Er enghraifft, mae gan awdurdod lleol Bro Morgannwg heddwes cymunedol, sy'n

gweithio yn y tîm derbyn ac asesu, i asesu Hysbysiadau Diogelu'r Cyhoedd ar gyfer nodi profiadau niweidiol yn ystod plentyndod, ac mae'n defnyddio'r wybodaeth hon i sbarduno cymorth cynnar.

- 68 Mewn llawer o awdurdodau lleol, mae protocolau cytûn gyda'r heddlu lleol i rannu gwybodaeth berthnasol lle mae plentyn mewn perygl gydag ysgolion trwy Hysbysiadau Diogelu'r Cyhoedd. Mae Heddlu Gwent yn peilota Operation Encompass gyda phob ysgol yn ei ardal. Yn ymarferol, mae hyn yn golygu y bydd ysgolion yn cael rhybudd trwy alwad ffôn neu neges e-bost gan yr heddlu os bydd plentyn mewn ysgol wedi bod yn gysylltiedig yn uniongyrchol neu'n anuniongyrchol ag achos o drais domestig y noson flaenorol. Y bwriad yw cysylltu â'r ysgol cyn i'r plentyn gyrraedd ar ddechrau'r diwrnod er mwyn i staff allu gwneud cynlluniau i gefnogi'r plentyn trwy gydol y diwrnod. Fodd bynnag, dywed llawer o ysgolion nad yw'r arfer hon yn ddigon dibynadwy. Mewn ychydig o ardaloedd o Gymru, anaml y caiff arweinwyr ysgol Hysbysiadau Diogelu'r Cyhoedd gan yr heddlu.
- 69 Mae mwyafrif gwasanaethau addysg awdurdodau lleol yn cydweithio'n gryf ac yn effeithiol â gwasanaethau eraill. Yn Nhorfaen, mae'r strategaeth cymorth ieuencid yn cynnwys prosiectau sy'n cynorthwyo pobl ifanc sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod, fel y clwb byw yn annibynnol, caffii ieuencid a chlwb rhieni ifanc. Ym Mlaenau Gwent, mae'r gwasanaeth seicoleg addysg wedi peilota rhaglen gyda Theuluoedd yn Gyntaf, seicolegwyr clinigol ac ysgol gynradd, gan ddefnyddio rhaglen yn seiliedig ar ymlyniad gyda rhieni plant y nodwyd eu bod wedi cael profiadau niweidiol sylweddol yn ystod plentyndod. Mae'r rhaglen hon yn helpu rhieni i ddeall bod ymddygiadau eu plentyn yn aml yn mynegi anghenion perthynol. Mae awdurdod lleol Casnewydd wedi sicrhau cyllid ar gyfer prosiect newydd sy'n canolbwyntio ar ddigartrefedd ac atal pobl ifanc rhag bod yn NACH. Mae'r prosiect hwn yn cynnwys cydweithio rhwng gwasanaethau addysg, ieuencid a thai. Nod y prosiect yw lleihau effaith negyddol profiadau niweidiol yn ystod plentyndod ar deuluoedd ifanc yn y dyfodol, gan ei fod yn cydnabod bod y bobl ifanc hynny sydd mewn perygl o fod yn ddigartref yn debygol o fod wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod ac maent yn debygol o fod yn rhieni i blant a allai gael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn y dyfodol.
- 70 Mae gwasanaethau addysg awdurdodau lleol yn gwneud trefniadau gweithredol rheolaidd i drafod plant a phobl ifanc trwy gyfarfodydd cynllunio amlasiantaethol neu gyfarfodydd tîm o amgylch y teulu. Mae'r cyfarfodydd hyn yn cynnwys rhieni ac weithiau eu plant a chynrychiolwyr o wasanaethau iechyd, gwasanaethau cymdeithasol, gwasanaethau ieuencid, gwasanaethau tai, gwasanaethau troseddau ieuencid, plismona cymunedol a swyddogion lles addysg. Mae'r cyfarfodydd hyn yn trafod anghenion plentyn neu grŵp o blant pan gydnabyddir nad yw ymateb un asiantaeth yn debygol o ddiwallu eu hanghenion cyfannol a bod angen ymateb amlasiantaeth. Yn gyffredinol, maent yn ffordd o drafod a gweithredu strategaethau a chynlluniau ymatebol yn dilyn digwyddiadau neu anawsterau yn yr ysgol, neu i ymateb i bresenoldeb gwael. Er bod ysgolion yn gwerthfawrogi'r trefniadau hyn, mae llawer ohonynt yn teimlo bod trafodaethau'n cael eu cynnal yn hwyr iawn a bod diffyg cynllunio ar gyfer strategaethau rhagweithiol i gynorthwyo plant a phobl ifanc cyn i sefyllfaoedd waethygu. Mewn ychydig o awdurdodau lleol, nid yw trefniadau cynllunio amlasiantaethol yn ddigon effeithiol o ran sicrhau gwelliant mewn presenoldeb ysgol neu o ran lleihau gwaharddiadau.

Dysgu proffesiynol

- 71 Mae amrywiad ar draws y pedwar consortiwm rhanbarthol a'r 22 awdurdod lleol ledled Cymru o ran manteisio ar hyfforddiant y Ganolfan Cymorth ACE genedlaethol.
- 72 Mae Consortiwm Canolbarth y De (CCD) a'r Gwasanaeth Cyflawni Addysg (GCA) wedi sicrhau bod yr holl uwch swyddogion, penaethiaid a staff cynhwysiant perthnasol mewn ysgolion wedi cael yr hyfforddiant ymwybyddiaeth o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn uniongyrchol gan Ganolfan Cymorth ACE. Mae'r gwasanaethau seicoleg addysg ar draws y rhanbarthau hyn wedi cymryd rhan yn nigwyddiadau 'hyfforddi'r hyfforddwr' Canolfan Cymorth ACE. Mae hyn yn golygu y gallant ledaenu'r hyfforddiant wedi'i lywio gan brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod i gynrychiolwyr o'r rhan fwyaf o ysgolion yn ystod 2019.
- 73 Roedd y consortiwm Ein Rhanbarth Ar Waith (ERW) eisoes wedi rhoi strategaeth sylweddol ar waith i hyfforddi staff perthnasol yn ei holl ysgolion mewn ymwybyddiaeth o ymlyniad ac mewn hyfforddiant emosiynau er 2015. Mae'r ddwy thema hon yn cwmpasu materion yn ymwneud â thrawma mewn plentyndod a'r glasoed, a theimlwyd mai ychydig o waith diweddarau yn unig oedd ei angen ar staff ysgol. O ganlyniad, mae'r consortiwm wedi gwneud trefniadau addas gyda Chanolfan Cymorth ACE i hyfforddi 'Arweinwyr Dysgu' clwstwr sydd wedi lledaenu hyn o fewn eu clystyrau.
- 74 Yn rhanbarth GwE, mae staff yr awdurdodau lleol wedi cwblhau archwiliad o angen fel y gellir nodi gofynion hyfforddi yn lleol. Mae hyn oherwydd bod GwE yn cydnabod bod ychydig o awdurdodau lleol ac ysgolion eisoes wedi buddsoddi llawer o adnoddau mewn hyfforddiant perthnasol. Er enghraifft, fel rhan o'i gynnig i ysgolion, mae GwE yn cyflwyno cwrs sy'n arwain at ddiploma mewn arfer sy'n cael ei llywio gan drawma. Cwblhaodd staff o 23 ysgol y diploma yn llwyddiannus yn ystod 2018-2019 ac mae 27 ysgol arall wedi cofrestru staff i astudio ar gyfer y diploma ym mis Medi 2019.
- 75 Mae mwyafrif yr awdurdodau lleol yn darparu hyfforddiant priodol yn gysylltiedig â phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod, yn annibynnol ar y consortia rhanbarthol. Er enghraifft, maent yn cynnig hyfforddiant ar broblemau ymlyniad, hyfforddiant emosiynau a chynorthwyo plant sy'n derbyn gofal. Er bod awdurdodau lleol yn aml yn darparu hyfforddiant defnyddiol i staff ysgol a chydweithwyr mewn gwasanaethau eraill, nid yw'r hyfforddiant hwn bob amser yn cwmpasu'n briodol y canfyddiadau manwl a hynod addysgiadol o ymchwil gan lechyd Cyhoeddus Cymru (2015, 2016a, 2016b). Mae'r hyfforddiant a ddarperir gan Ganolfan Cymorth ACE yn sicrhau bod staff ysgol hyfforddedig yn datblygu dealltwriaeth gref o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod trwy gyfeirio at ymchwil lechyd Cyhoeddus Cymru. Mae hyn yn cynnwys deall effaith straen peryglus ar yr ymennydd, effaith trawma ar ddisgyblion a deall grym yr oedolyn ymddiriedus ac arwyddocâd gwaith ymyrraeth gynnar. Mae Canolfan Cymorth ACE yn datgan y dylid defnyddio canfyddiadau o ymchwil i lywio cynllunio er mwyn i ysgolion gyflwyno arfer wedi'i llywio gan drawma.

Cefnogi disgyblion sydd mewn perygl o gael eu gwahardd

- 76 Mae ychydig o awdurdodau lleol yn rhagweithiol ac yn greadigol yn y ffordd y maent yn cydweithio â gwasanaethau eraill i gynllunio symudiadau rheoledig a lleoliadau newydd ar gyfer disgyblion sydd mewn perygl o gael eu gwahardd, neu wedi cael eu gwahardd. Yn adolygiad thematig Estyn (2018b), [Defnydd effeithiol o symudiadau rheoledig mewn awdurdodau lleol ac ysgolion](#), canfuwn fod symudiad rheoledig yn fwy tebygol o lwyddo pan fydd ysgolion ac awdurdodau lleol yn gweithio'n dda gyda disgyblion a'u teuluoedd ac yn ei ddefnyddio fel strategaeth ymyrraeth gynnar. Yn gyffredinol, mae paneli cymedroli neu baneli symudiadau rheoledig gwasanaethau addysg yn ystyried cefndir disgyblion wrth wneud penderfyniadau ynglŷn â lleoliadau neu ddarpariaeth amgen. Mae gan y paneli gorau ddealltwriaeth gref o gyd-destun y plentyn a'r trawma a brofodd, felly gallant deilwra cymorth i ddiwallu angen unigol. Fodd bynnag, mewn gormod o achosion, nid yw'r protocol symudiadau rheoledig yn ddigon clir na chynhwysfawr i sicrhau bod anghenion plant a phobl ifanc sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn cael eu diwallu'n briodol. Wrth i hyfforddiant mewn bod yn ymwybodol o brofiadau niweidiol yn ystod hyfforddiant ac yn cael ei lywio gan brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod gael ei gyflwyno ledled Cymru, mae arweinwyr ac athrawon yn ennill dealltwriaeth well o ymlyniad a thrawma a'i effaith ar ddisgyblion sy'n agored i niwed. Mae'n rhy gynnar i werthuso p'un a yw'r hyfforddiant hwn wedi helpu i wella'r gwaith cynnar gyda disgyblion ai peidio i leihau gwaharddiadau neu'r cymorth ar gyfer disgyblion sy'n ymwneud â symudiadau rheoledig.
- 77 Bwriad Cynlluniau Cymorth Bugeiliol yw cefnogi disgyblion y mae angen cymorth a darpariaeth ychwanegol arnynt. Nod Cynllun Cymorth Bugeiliol yw cynnwys y disgybl, y teulu a chynrychiolydd o'r adran addysg yn yr her ar y cyd i wella cyrhaeddiad academiaidd, medrau cymdeithasol, ymddygiad a sicrhau cynhwysiant cymdeithasol ac addysgol. Dylai'r Cynllun Cymorth Bugeiliol nodi'r union gymorth ac ymyriadau i atal gwaharddiad neu'r angen i geisio darpariaeth amgen.
- 78 Nid yw llawer o awdurdodau lleol yn darparu canllawiau clir i ysgolion ar sut i ddefnyddio Cynlluniau Cymorth Bugeiliol i gefnogi disgyblion, ac nid ydynt yn casglu gwybodaeth gan ysgolion ar sut i'w defnyddio chwaith. Anaml y bydd Cynllun Cymorth Bugeiliol yn cyfeirio at brofiadau niweidiol posibl yn ystod plentyndod. Yn y rhan fwyaf o achosion, lle caiff Cynlluniau Cymorth Bugeiliol eu hannog gan yr awdurdod lleol, eu diben yw gwella ymddygiad yn unig. Ychydig o awdurdodau lleol yn unig sy'n annog ysgolion i ddefnyddio Cynlluniau Cymorth Bugeiliol fel rhan o'r ddewislen cymorth ar gyfer yr holl ddisgyblion sy'n agored i niwed sy'n arddangos ystod o anawsterau cymdeithasol ac emosiynol sy'n effeithio ar eu gallu i ymgysylltu ag addysg. Mae'r awdurdodau lleol prin hyn yn cydnabod y bydd llawer o'r unigolion hyn wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod a gwelir bod y Cynllun Cymorth Bugeiliol yn ddull rhagweithiol o gefnogi ymgysylltu parhaus gydag ystod o wasanaethau addysgol a chymorth.
- 79 Yn yr enghreifftiau gorau, mae cyfarfodydd cymorth bugeiliol ffocysedig yn yr ysgol yn cynnwys ysgolion, rhieni, staff o dimau cynhwysiant awdurdodau lleol ac asiantaethau priodol yn gweithio gyda'r teulu neu'r plentyn. Mae hyn oherwydd bod Cynlluniau Cymorth Bugeiliol yn cael eu defnyddio fel ffordd ragweithiol o fynd i'r afael â materion fel profiadau niweidiol yn ystod plentyndod a dylanwadau ehangach

neu fwy cymhleth ar ddatblygiad plentyn hefyd. Yn awdurdod lleol Abertawe, caiff ysgolion eu hannog i ddefnyddio Cynlluniau Cymorth Bugeiliol fel strategaeth briodol i gefnogi disgyblion sy'n agored i niwed neu'r rhai sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Caiff Cynlluniau Cymorth Bugeiliol eu holrhain a'u hadolygu gan swyddog awdurdod lleol, sydd wedyn yn cyfeirio ysgolion at asiantaethau cymorth priodol.

Atodiad 1: Sail y dystiolaeth

Mae'r canfyddiadau a'r argymhellion yn yr adroddiad hwn yn defnyddio tystiolaeth o'r canlynol:

- arolwg ar gyfer pob awdurdod lleol yng Nghymru
- ymweliadau ag ysgolion cynradd, uwchradd ac ysgolion pob oed, gan gynnwys trafodaethau â staff allweddol a grwpiau bach o ddisgyblion
- astudio rhaglenni ymyrraeth gymdeithasol, rhaglenni anogaeth a rhaglenni ymyrraeth eraill a gynigir gan sefydliadau masnachol, sefydliadau gwirfoddol ac elusennau
- cyfweiliadau â chynrychiolwyr consortia rhanbarthol, gwasanaethau cyhoeddus yng Nghymru, asiantaethau cymorth allanol ac elusennau
- Cyfarfod Panel Arbenigol Cymru Canolfan Cymorth ACE

O'r 11 ysgol gynradd, y naw ysgol uwchradd a'r ddwy ysgol pob oed a ddewiswyd ar gyfer ymweliadau, roedd dwy ysgol yn rhan o beilot Canolfan Cymorth ACE ar ddefnyddio offeryn parodrwydd ACE. Nododd AEM fod arfer gref yn y ddarpariaeth ar gyfer disgyblion sydd wedi cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod mewn pedair ysgol.

Yn yr ymweliadau hyn ag ysgolion, bu arolygwyr:

- yn adolygu polisïau, cynlluniau a dogfennau i gefnogi disgyblion sy'n agored i niwed
- yn cyfarfod â grwpiau cynrychioliadol o ddisgyblion
- yn cynnal trafodaethau â phenaethiaid ac uwch arweinwyr eraill
- yn cynnal trafodaethau ag arweinwyr sy'n gyfrifol am gynhwysiant
- yn cynnal trafodaethau â chynorthwyrwyr cymorth dysgu

Dyma'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw fel rhan o'r arolwg:

Ysgolion cynradd

Ysgol Gynradd Garth, Pen-y-bont ar Ogwr
Ysgol Gynradd Aberteifi, Ceredigion
Ysgol Gynradd Bodnant, Sir Ddinbych
Ysgol Gynradd Gymunedol Rhosymedre, Wrecsam
Ysgol Gynradd y Santes Fair, Blaenau Gwent
Ysgol Gynradd Aberdâr, Rhondda Cynon Taf
Ysgol Gynradd Millbrook, Casnewydd
Ysgol Gynradd Oakfield, Bro Morgannwg
Ysgol Gynradd Moorland, Caerdydd
Ysgol Gynradd Mount Stuart, Caerdydd
Ysgol Gynradd Pennal, Machynlleth, Gwynedd
Ysgol Llandinam, Powys

Ysgolion pob oed

Ysgol Bro Idris, Gwynedd
Cymuned Ddysgu Ebwy Fawr, Blaenau Gwent

Ysgolion uwchradd

Ysgol Gyfun Gymraeg Llangynwyd, Pen-y-bont ar Ogwr
Ysgol Gyfun Aberaeron, Ceredigion
Ysgol Uwchradd Prestatyn, Sir Ddinbych
Ysgol Rhiwabon, Wrecsam
Ysgol Gymunedol Glynrhedynog, Rhondda Cynon Taf
Ysgol Gyfun Trefynwy, Sir Fynwy
Ysgol Uwchradd Pencoedtre, Bro Morgannwg
Ysgol Uwchradd Willows, Caerdydd
Ysgol Uwchradd Caereinion, Powys

Casglwyd gwybodaeth hefyd trwy gyfweiliadau a chyswllt dros y ffôn ag asiantaethau perthnasol y nodwyd bod ganddynt rôl strategol mewn cyflwyno gwasanaethau ar gyfer disgyblion agored i niwed. Mae'r rhain yn cynnwys:

- Cyfarwyddwr Canolfan Cymorth ACE Cymru
- Arweinydd y Sector Addysg, Canolfan Cymorth ACE Cymru
- Cymorth i Ferched Cymru
- Ymgynghorydd Polisi ar gyfer Comisiynydd Plant Cymru
- Cyfarwyddwr FABI Gogledd Cymru (Teuluoedd sydd wedi eu heffeithio gan garcharu)
- Gwasanaeth gwella ysgolion rhanbarthol GwE
- Gwasanaeth gwella ysgolion rhanbarthol ERW
- Gwasanaeth gwella ysgolion rhanbarthol y GCA
- Gwasanaeth gwella ysgolion rhanbarthol CCD
- Cyfarwyddwr Rhaglen Graidd Cyswllt Ysgolion Cymru Gyfan

Atodiad 2: Tystiolaeth o ymchwil a pholisi ar effaith profiadau niweidiol yn ystod plentyndod

Mae ymchwil lechyd Cyhoeddus Cymru yn amlygu graddau problem profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yng Nghymru, er bod y canfyddiadau'n seiliedig ar oedolion sy'n adrodd yn ôl ar eu profiadau pan oeddent yn blant. Mae adroddiadau diweddar eraill yn adlewyrchu profiadau plant heddiw ac yn gwerthuso argaeledd ac ansawdd gwasanaethau i gefnogi plant a phobl ifanc sy'n cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod ar hyn o bryd neu yn y system ofal o ganlyniad i gael eu hamlygu i brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod.

Roedd 6,846 o blant yn derbyn gofal yng Nghymru (cyfradd o 109 o blant yn derbyn gofal fesul 10,000 o blant o dan 18 oed) ar 31 Mawrth 2019, sy'n gynydd o 7% o'r flwyddyn flaenorol⁶. Mae'r datganiad ystadegol ynghylch [Plant sy'n derbyn gofal](#) (Llywodraeth Cymru, 2019a) yn cynnwys manylion am y rheswm dros osod plant mewn gofal yn ôl y categori angen. Flwyddyn ar ôl blwyddyn, y rheswm mwyaf cyffredin pam mae plentyn yn dod yn blentyn sy'n derbyn gofal yw oherwydd camdriniaeth ac esgeulustod. Ar 31 Mawrth 2019, roedd 2,820 o blant ledled Cymru ar y Gofrestr Amddiffyn Plant, sef cyfradd o 45 fesul 10,000 o blant o dan 18 oed (Ystadegau Cymru, 2019).

Er bod ystadegau'n ymwneud â'r boblogaeth carchardai wedi eu cyhoeddi gan y Weinyddiaeth Gyfiawnder, cyfyngedig yw'r wybodaeth ynghylch â faint o garcharorion sy'n rhieni. Mae'r datganiad ystadegol ar gyfer 2018 ynghylch [Cyfrifiad Plant sy'n Derbyn Gofal a Chymorth Cymru, 2018](#), (Llywodraeth Cymru, 2019b), yn cynnwys ystadegau am allu rhianta, ond nid yw'n cynnwys manylion ar garcharu. Fodd bynnag, i fwy na hanner (55%) yr holl blant sy'n derbyn gofal a chymorth, cofnodwyd o leiaf un ffactor rhianta o bum ffactor cyffredin. Dyma'r ffactorau:

- rhieni'n camddefnyddio sylweddau neu alcohol
- anabledd dysgu rhieni
- salwch meddwl rhieni
- salwch corfforol rhieni
- camdriniaeth ddomestig

Yn ystod 2017-2018, fe wnaeth 11,365 o blant elwa ar gwnsela a ariennir gan awdurdodau lleol (Llywodraeth Cymru, 2018). Roedd y math mwyaf cyffredin o gyfeirio gan staff yn yr ysgol a staff addysg eraill, gan gyfrif am bron i hanner yr holl gyfeiriadau. Problemau teuluol oedd y math mwyaf cyffredin o broblem gychwynnol a'r brif broblem.

Fe wnaeth Grŵp Cynghori'r Gweinidog ar gyfer Gwella Canlyniadau i Blant gomisiynu'r NSPCC i archwilio'r modd y mae anghenion ieuchyd emosiynol ac ieuchyd meddwl plant a phobl ifanc sydd â phrofiad o ofal yn cael eu hasesu a'u cefnogi yng

⁶ Cymerwyd y data hwn o ystadegau arbrofol, sy'n cael eu profi ar hyn o bryd, a gallent newid.

Nghymru. Cyhoeddwyd y canfyddiadau mewn adroddiad [Gwrando. Gweithredu. Ffynnu. Iechyd Meddwl ac Emosiynol Plant a Phobl Ifanc sydd â Phrofiad o Ofal \(NSPCC, 2019\)](#). Y prif ganfyddiad oedd nad yw plant a phobl ifanc sydd â phrofiad o ofal yn cael y cymorth iechyd emosiynol ac iechyd meddwl sydd ei angen arnynt. Nododd yr adroddiad bedwar mater allweddol. Yn gyntaf, nid yw asesiadau iechyd meddwl yn asesu anghenion iechyd emosiynol ac iechyd meddwl plant a phobl ifanc sydd â phrofiad o ofal yn ddigonol. Yn ail, mae'n anodd i blant a phobl ifanc sydd â phrofiad o ofal fanteisio ar wasanaethau iechyd meddwl arbenigol ledled Cymru, o ganlyniad i'r trothwy cyfeirio uchel, ynghyd ag amseroedd aros hir. Yn drydydd, roedd pobl ifanc o'r farn nad oedd gofalwyr, athrawon a gweithwyr cymorth wedi cael digon o hyfforddiant i ddarparu cymorth digonol. Yn olaf, nododd pobl ifanc nad yw asiantaethau sy'n cefnogi plant a phobl ifanc sydd â phrofiad o ofal yn gweithio gyda'i gilydd yn effeithiol, gan olygu bod rhaid i bobl ifanc ailadrodd eu stori.

Mae'r briff yn argymhell y dylid defnyddio ymagwedd gysylltiedig at wasanaethau iechyd emosiynol ac iechyd meddwl, y dylai Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol ariannu adnoddau CAMHS dynodedig, ac y dylid darparu hyfforddiant ar gyfer oedolion sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc sydd â phrofiad o ofal.

Mae adroddiad Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg Cynulliad Cenedlaethol Cymru (2018), sef [Cadernid Meddwl: Adroddiad ar y newid mawr sydd ei angen o ran cefnogaeth ym maes iechyd emosiynol ac iechyd meddwl plant a phobl ifanc](#) yn seiliedig ar dystiolaeth ysgrifenedig a thystiolaeth lafar gan ystod o randdeiliaid allweddol, ac mae ganddo ddau nod. Y nod cyntaf oedd adeiladu ar [adroddiad](#) y Pwyllgor blaenorol ar wasanaethau iechyd meddwl arbenigol plant a'r glasoed (Cynulliad Cenedlaethol Cymru, Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 2014). Daw'r adroddiad i'r casgliad fod gwelliannau wedi cael eu gwneud, a bod Llywodraeth Cymru wedi buddsoddi'n sylweddol mewn gwasanaethau iechyd meddwl plant a'r glasoed, ond nad yw'r newidiadau hyn yn ddigon pellgyrhaeddol. Ail nod yr adroddiad oedd pennu a oedd gwasanaethau ymyrraeth gynnar, atal a gwydnwch ar waith i gefnogi lles emosiynol plant a phobl ifanc yng Nghymru. Mae'r adroddiad yn pwysleisio y gellid lleihau, neu osgoi, y gofid y mae llawer o blant a phobl ifanc mewn ysgolion a gofal sylfaenol ledled Cymru yn ei ddioddef, os gallant elwa ar y gefnogaeth gywir ar yr adeg gywir.

Mae'r adroddiad yn amlinellu un argymhelliad allweddol, sef fod Llywodraeth Cymru yn rhoi blaenoriaeth genedlaethol nodedig i les a gwydnwch emosiynol a meddyliol plant a phobl ifanc. Mae'r Pwyllgor yn galw ar Lywodraeth Cymru i wneud hyn trwy:

- ddarparu adnodd digonol, wedi'i glustnodi, i ysgolion ddod yn ganolfannau cymunedol sy'n cynnig cymorth traws-sector a thraws-broffesiynol ar gyfer gwydnwch emosiynol a lles meddwl, wedi'u cefnogi gan asiantaethau statudol ac asiantaethau'r trydydd sector, a'r sector iechyd yn fwyaf nodedig
- sicrhau bod iechyd emosiynol ac iechyd meddwl yn cael eu hymgorffori'n llawn yn y cwricwlwm newydd
- sicrhau bod pawb sy'n gofalu am blant a phobl ifanc, yn gwirfoddoli neu'n gweithio gyda nhw, yn cael eu hyfforddi mewn ymwybyddiaeth iechyd emosiynol ac iechyd meddwl, i fynd i'r afael â stigma, hybu iechyd meddwl da a chyfeirio at wasanaethau cymorth, lle bydd angen

- cyhoeddi adolygiad cynnydd annibynnol yn y maes hwn bob dwy flynedd, gan gynnwys plant a phobl ifanc drwyddi draw (Cynulliad Cenedlaethol Cymru, y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 2018, tud.65)

Ym mis Hydref 2018, cyhoeddodd Comisiynydd Plant Cymru (2018) bapur Sefyllfa ar y Polisi i ymateb i'r ymwybyddiaeth gynyddol gyffredinol o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod, ymchwil lechyd Cyhoeddus Cymru a datblygu cyllid Llywodraeth Cymru i helpu gweithwyr proffesiynol i fod yn ymwybodol o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Mae'r papur yn amlinellu'r problemau posibl, a chyfleoedd cadarnhaol posibl yn sgil roi profiadau niweidiol yn ystod plentyndod i ysgogi polisi cyhoeddus ar gyfer plant. Dangosir bod anghydraddoldeb cymdeithasol fel tlodi, tai gwael, gwahaniaethu a diffyg gobeithion yn arwain at straen sylweddol mewn perthnasoedd teuluol. Fodd bynnag, mae perygl mai ymddygiad unigol teuluoedd sy'n gyfrifol am broblemau cymdeithasol plant, fel trais a chaethiwed. Mae'r papur yn ei gwneud yn glir y dylai Llywodraeth Cymru roi'r flaenoriaeth amlycaf i newid amodau cymdeithasol.

Mae'r papur Sefyllfa Polisi yn datgan na ddylai gwasanaethau cyhoeddus ganolbwytio gormod ar gyfrif nifer y profiadau niweidiol yn ystod plentyndod y gallai plentyn eu cael. Mae'n disgrifio hyn fel 'ffordd gymharol fras o fesur trawma' (Comisiynydd Plant Cymru, 2018, tud.1). Mae gan blant a phobl ifanc raddau amrywiol o wydnwch ac efallai na fydd yr hyn sy'n hynod dramatig i un plentyn yn cael yr un effaith negyddol ar blentyn arall. Efallai na fydd plant eraill yn cael unrhyw brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod ond bod angen cefnogaeth arnynt o hyd. Ei gobaith yw na fydd gwasanaethau cyhoeddus yn cyfrif profiadau niweidiol yn ystod plentyndod er mwyn i blant a phobl ifanc allu elwa ar wasanaethau a chefnogaeth. Yn ychwanegol, dywed y papur fod rhaid cydymffurfio â chanllawiau arfer orau, cyfraith diogelu data a hawliau plant i breifatrwydd wrth geisio a storio gwybodaeth gan blant a phobl ifanc am eu profiadau gan ysgolion a lleoliadau eraill.

O ran manteision posibl i Gymru o fod yn genedl sy'n ymwybodol o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod, mae'r papur yn obeithiol y bydd dealltwriaeth well a mwy o awydd i helpu plant â'r ymddygiad mwyaf heriol. Gallai datblygu ysgolion sy'n ymwybodol o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod wneud iddynt fod yn fwy creadigol yn eu cefnogaeth i blant o gefndiroedd difreintiedig, ac felly atal perthnasoedd rhag chwalu a gwaharddiadau. Mae'r papur yn gweld y gallai'r ymwybyddiaeth a'r ddealltwriaeth gynyddol alluogi ad-drefnu gwasanaethau cyhoeddus o amgylch anghenion cydnabyddedig plant a phobl ifanc. Yn aml, mae'r rheiny sydd wedi cael nifer o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn ei chael yn anodd defnyddio'r gwasanaethau sydd eu hangen arnynt, fel Gwasanaethau lechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS) yn sgil absenoldeb pwysau neu gefnogaeth gan yr oedolion o'u cwmpas. Y gobaith yw y bydd gwasanaethau cyhoeddus yn ailffurfio eu trefniadau fel eu bod yn fwy hygyrch i'w poblogaeth leol. Mae'r papur yn tanlinellu pwysigrwydd yr 'oedolyn ymddiriedus'. Y gobaith yw y bydd gwybodaeth gynyddol am effaith niweidiol profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn cryfhau penderfynoldeb y rhai sy'n gweithio gyda phlant i helpu cefnogi perthnasoedd gyda theuluoedd a chymunedau.

Geirfa

Agweddau Cymdeithasol ac Emosiynol ar Ddysgu

Datblygwyd Agweddau Cymdeithasol ac Emosiynol ar Ddysgu, a ddechreuwyd yn wreiddiol fel cynllun peilot gan yr Adran Addysg a Sgiliau, i ddarparu adnoddau'r cwricwlwm ar gyfer gwaith yn y dosbarth ac ar gyfer grwpiau targedig llai i helpu plant rhwng 3 ac 16 oed i ddysgu a datblygu medrau personol a chymdeithasol.

Gwefan: <http://www.sealcommunity.org/>

Amser Cylch

Mae Amser Cylch yn weithgaredd poblogaidd, a ddefnyddir mewn ysgolion cynradd yn arbennig, i helpu datblygu perthnasoedd cadarnhaol rhwng plant. Ei nod yw rhoi offer iddynt ymgysylltu â'i gilydd, a gwrando ar ei gilydd.

Arfer adferol

Ysgol yn defnyddio dull adferol i ddatrys gwrthdaro ac atal niwed. Mae dulliau adferol yn galluogi'r rheiny sydd wedi cael niwed i gyfleu effaith y niwed ar y rhai sy'n gyfrifol, ac i'r rhai sy'n gyfrifol gydnabod yr effaith hon a chymryd camau i wneud iawn amdano.

Arfer wedi'i llywio gan brofiad niweidiol yn ystod plentyndod

Ysgolion sydd wedi cael hyfforddiant ar effaith profiadau niweidiol yn ystod plentyndod ar blant a phobl ifanc ac sydd wedi addasu eu darpariaeth a'u harferion i gefnogi eu disgyblion yn well (e.e. addasu polisi ymddygiad)

Cyfarfodydd Cynllunio Amlasiantaethol

Mae'r Cyfarfod Cynllunio Amlasiantaethol yn dod ag ymarferwyr perthnasol a rhieni at ei gilydd i fynd i'r afael ag anghenion plentyn neu berson ifanc. Mae'r tîm yn gweithio gyda'i gilydd i gynllunio cefnogaeth gydlynus gan asiantaethau i fynd i'r afael â phroblemau mewn ffordd gyfannol.

Cynhadledd Asesu Risg Amlasiantaethol

Cyfarfod amlasiantaethol yw Cynhadledd Asesu Risg Amlasiantaethol lle caiff gwybodaeth ei rhannu am yr achosion camdriniaeth ddomestig risg uchaf rhwng cynrychiolwyr o'r heddlu lleol, ymarferwyr iechyd, amddiffyn plant, ymarferwyr tai, Cynghorwyr Trais Domestig Annibynnol, ymarferwyr prawf ac arbenigwyr eraill o'r sectorau statudol a gwirfoddol. Y nod yw cefnogi rhywun sydd wedi dioddef camdriniaeth, sy'n cynnwys cynllunio i liniaru risgiau yn y dyfodol.

Cynllun Cymorth Bugeiliol (CCB)	Rhaglen yn yr ysgol yw Cynllun Cymorth Bugeiliol, a'i bwriad yw helpu plentyn i wella'i fedrau cymdeithasol, emosiynol ac ymddygiadol. Bydd y CCB yn nodi targedau manwl i'r plentyn weithio tuag atynt a dylai gynnwys y plentyn a'r rhieni yn y broses ddrafftio ac adolygu.
Cynorthwywyr Cymorth Llythrennedd Emosiynol	Cynorthwywyr Addysgu yw Cynorthwywyr Cymorth Llythrennedd Emosiynol sydd wedi eu hyfforddi i roi cymorth i blant sy'n cael anawsterau yn deall a rheoli eu hemosiynau a'u hymddygiadau eu hunain. Cânt eu hyfforddi a'u goruchwyllo gan Seicolegwyr Addysg ac mae rhwydwaith cenedlaethol yn cwmpasu Cymru a Lloegr. Mae rhagor o fanylion, adnoddau a dolenni ychwanegol ar gael yn: https://www.elsanetwork.org/
Cytundeb Rhannu Gwybodaeth Bersonol Cymru (WASPI)	Mae sefydliadau sy'n ymwneud yn uniongyrchol ag addysg, diogelwch, atal troseddau a lles cymdeithasol pobl yng Nghymru wedi croesawu Cytundeb Rhannu Gwybodaeth Bersonol Cymru fel offeryn i'w helpu i rannu gwybodaeth bersonol â'i gilydd yn effeithiol ac yn gyfreithlon.
Grwpiau Anogaeth	Nod y dull annog yw nodi profiadau anogaeth gynnar a gollwyd a rhoi i blant a phobl ifanc y medrau cymdeithasol ac emosiynol a all eu helpu i wella perthnasoedd â chyfoedion, datblygu gwydnwch a chynyddu hyder.
Gwobr Ysgol sy'n Parchu Hawliau	Cynhelir y fenter hon gan UNICEF UK, sy'n annog ysgolion i sicrhau bod Confensiwn y CU ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP) yn ganolog i'w hethos a'i chwricwlwm. Gwefan: https://www.unicef.org.uk/rights-respecting-schools/
Hysbysiadau Diogelu'r Cyhoedd	Rhaid i heddweision a staff sy'n dod i wybod am blant a phobl ifanc sydd naill ai'n dystion i drosedd neu gamdriniaeth neu wedi dioddef trosedd neu gamdriniaeth, gwblhau cyfeiriad Hysbysiad Diogelu'r Cyhoedd. Bydd hyn yn cael ei rannu ag asiantaethau eraill fel Gwasanaethau Plant, iechyd ac addysg.

Lego® therapy	<p>Rhaglen datblygiad cymdeithasol ar gyfer plant ag anhwylder y sbectrwm awtistig neu anawsterau cyfathrebu cymdeithasol eraill. Mae'n defnyddio hoffter plant am chwarae â Lego® i'w helpu i ddatblygu medrau cyfathrebu a chymdeithasol.</p> <p>Gwefan: https://www.welovebricks.com/lego-therapy/</p>
Operation Encompass	<p>Sefydliad elusennol yw Operation Encompass a sefydlwyd yn 2011 i gynorthwyo plant sydd wedi profi Camdriniaeth Ddomestig. Mae'n darparu cyfrwng cyfathrebu effeithlon a chyfrinachol rhwng heddluoedd ac Oedolion Allweddol mewn ysgolion er mwyn i'r Oedolyn Allweddol allu adnabod sefyllfa'r plentyn ar unwaith ac yn gynnil, gan sicrhau bod amgylchedd diogel a llawn cydymdeimlad yn cael ei ddarparu, ac yr eir i'r afael ag effeithiau ehangach camdriniaeth.</p> <p>Gwefan: https://www.operationencompass.org/</p>
Profiad niweidiol yn ystod plentyndod	<p>Digwyddiadau sy'n achosi straen neu ddigwyddiadau trawmatig, yn cynnwys camdriniaeth neu esgeulustod. Gallent gynnwys trafferthion ar yr aelwyd fel gweld achosion o drais domestig neu dyfu i fyny gydag aelodau o'r teulu sydd ag anhwylderau defnyddio sylweddau, salwch meddwl, neu sydd yn y carchar.</p>
Proffil Boxall	<p>Datblygwyd Proffil Boxall fel rhan o'r symudiad Anogaeth. Mae Proffil Boxall yn offeryn asesu ag iddo ddau ran sydd wedi'i gynllunio i olrhain cynnydd datblygiad gwybyddol a nodweddion ymddygiadol plant a phobl ifanc trwy eu haddysg. Gellir ei ddefnyddio fel Asesiad ar gyfer Nodi'n Gynnar; gyda Gosod Targedau ac ymyrraeth; wrth olrhain cynnydd a; gyda'r ddynameg dosbarth cyfan.</p> <p>Gwefan: https://www.nurtureuk.org/</p>
Prosiect Cenedlaethol Adolygu Ymddygiad a Phresenoldeb	<p>Prosiect wedi'i gynllunio i helpu'r awdurdodau lleol ym Mhen-y-bont ar Ogwr a Bro Morgannwg i ddatblygu ymagwedd gynhwysfawr at ddatblygiad ymddygiadol, cymdeithasol ac emosiynol plant a phobl ifanc</p>
Rhaglen Camau Cynnar Gyda'n Gilydd	<p>Mae'r rhaglen yn bartneriaeth amlasiantaethol rhwng lechyd Cyhoeddus Cymru, pob un o'r pedwar heddlu a sefydliadau partner allweddol o ran plismona bregusrwydd gyda ffocws ar brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod.</p>

**Rhaglen STAR
(Diogelwch, Ymddiriedaeth
a Pharch)**

Ystod o adnoddau, hyfforddiant a chefnogaeth i ysgolion a gynigir gan Cymorth i Ferched Cymru i weithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc

**Rhaglenni ymyrraeth
gymdeithasol ac emosiynol**

Rhaglenni ysgol gyfan / dosbarth cyfan neu unigol a grŵp sy'n hyrwyddo medrau cymdeithasol ac emosiynol sy'n ategu dysgu effeithiol, ymddygiad cadarnhaol, presenoldeb rheolaidd ac iechyd emosiynol da.

Straen peryglus

Gall hyn ddigwydd pan fydd plentyn yn profi trawma cryf, mynych neu estynedig fel camdriniaeth, esgeulustod, trais, beichiau cronedig o galedi cymdeithasol ac economaidd heb gefnogaeth oedolyn.

Talkabout

Cyfres o raglenni cyfathrebu cymdeithasol yw Talkabout, a ddatblygwyd gan y Therapydd Lleferydd ac Iaith, Alex Kelly, i'w defnyddio'n benodol gyda phlant a phobl ifanc sydd ag anhwylder y sbectrwm awtistig ac anawsterau cyfathrebu cymdeithasol eraill. Mae'n adnodd ymarferol sydd wedi'i anelu at wella Medrau Cyfathrebu Cymdeithasol, fel: Gwrando, Medrau Sgwrsio, Iaith y Corff, Ymwybyddiaeth a Phendantrwydd.

Am fwy o wybodaeth, gweler:

<http://alexkelly.biz/talkabout-faq/>

Teuluoedd yn Gyntaf

Mae pob awdurdod lleol yng Nghymru yn gweinyddu gwasanaeth Teuluoedd yn Gyntaf. Mae'r gwasanaeth yn dod ag ystod lawn gweithwyr proffesiynol cynghorau at ei gilydd i asesu a chefnogi plant, pobl ifanc a'u teuluoedd.

Ymlyniad

Bond emosiynol dwfn a chadarn yw ymlyniad, sy'n cysylltu un unigolyn ag un arall ar draws amser a gofod (Ainsworth, 1973, Bowlby, 1969)...Caiff ymlyniad ei nodweddu gan ymddygiadau penodol, fel ceisio bod yn agos at ffigur yr ymlyniad pan fydd rhywun yn teimlo'n ofidus neu dan fygythiad (Bowlby, 1969)...Mae ymddygiad ymlyniad mewn oedolion tuag at y plentyn yn cynnwys ymateb yn sensitif ac yn briodol i anghenion y plentyn.

**Ysgol sy'n ystyriol o
drawma**

Ysgolion sy'n cydnabod ac yn ymateb i effaith straen peryglus ar blant.

Niferoedd – meintiau a chyfrannau

bron pob un =	gydag ychydig iawn o eithriadau
y rhan fwyaf =	90% neu fwy
llawer =	70% neu fwy
mwyafrif =	dros 60%
hanner =	50%
tua hanner =	yn agos at 50%
lleiafrif =	islaw 40%
ychydig =	islaw 20%
ychydig iawn =	llai na 10%

Cyfeiriadau

Ainsworth, M. D. S. (1973) The development of infant-mother attachment. In: B. Cardwell and H. Ricciuti (eds.) *Review of child development research: Volume 3*, 1-94. Chicago: Prifysgol Chicago. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED122924.pdf> [Darllenwyd 5 Rhagfyr 2018]

Bellis M. A., Hughes, K., Ford, K., Hardcastle, K. A., Sharp, C. A., Wood, S., Hamolova, L. and Davies, A. (2018) Adverse childhood experiences and sources of childhood resilience: a retrospective study of their combined relationships with child health and educational attendance. [Ar-lein]. *BMC Public Health* **18**(792), 1-12. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-018-5699-8> [Darllenwyd 5 Rhagfyr 2018]

Bowlby, J. (1969) *Attachment and loss: Volume 1*. New York: Basic Books

Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Bro Morgannwg (2018) *Ein Bro-Ein Dyfodol*. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://www.valepsb.wales/Documents/Welsh-Well-being-Plan/Full-Online-Version-WELSH.pdf> [Darllenwyd 14 Ebrill 2019]

Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Sir Fynwy (2018) *Cynllun Llesiant Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Sir Fynwy*. [Ar-lein]. Ar gael o: https://www.monmouthshire.gov.uk/app/uploads/2018/05/Monmouthshire-PSB-Well-being-plan_cym.pdf [Darllenwyd 30 Ebrill 2019]

Comisiynydd Plant Cymru (2018) *Papur Sefyllfa Polisi: Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod*. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://www.childcomwales.org.uk/wp-content/uploads/2018/10/ACEs-Position-Paper-CCFW-Sally-Holland.pdf> [Darllenwyd 1 Tachwedd 2018]

Confensiwn Y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (1989). [Ar-lein]. Ar gael o: <https://www.ohchr.org/Documents/ProfessionalInterest/crc.pdf> [Darllenwyd 28 Hydref 2018]

Cynulliad Cenedlaethol Cymru (2015) *Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru)*. Caerdydd: Cynulliad Cenedlaethol Cymru

Cynulliad Cenedlaethol Cymru, y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg (2014) *Ymchwiliad i Wasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS)*. Caerdydd: Cynulliad Cenedlaethol Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: <http://senedd.cynulliad.cymru/documents/s34408/Adroddiad%20Tachwedd%202014.pdf> [Darllenwyd 28 Hydref 2018]

Cynulliad Cenedlaethol Cymru, y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg (2018) *Cadernid Meddwl: Adroddiad ar y newid mawr sydd ei angen o ran cefnogaeth ym maes iechyd emosiynol ac iechyd meddwl plant a phobl ifanc yng Nghymru*. Caerdydd: Cynulliad Cenedlaethol Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://www.assembly.wales/laid%20documents/cr-ld11522/cr-ld11522-w.pdf> [Darllenwyd 31 Hydref 2018]

Donaldson, G. (2015) *Dyfodol Llwyddiannus: Adolygiad Annibynnol o'r Cwricwlwm a'r Trefniadau Asesu yng Nghymru*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2018-03/dyfodol-llwyddiannus.pdf> [Darllenwyd 28 Hydref 2018]

Estyn (2018a) *Cynnwys rhieni: Cyfathrebu rhwng ysgolion a rhieni plant oedran ysgol*. Caerdydd: Estyn. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://www.estyn.llyw.cymru/sites/www.estyn.gov.wales/files/documents/Involving%20parents%20-%20cy.pdf> [Darllenwyd 11 Ionawr 2019]

Estyn (2018b) *Symudiadau Rheoledig: Defnydd effeithiol o symudiadau rheoledig mewn awdurdodau lleol ac ysgolion*. Caerdydd: Estyn. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://www.estyn.llyw.cymru/sites/www.estyn.gov.wales/files/documents/Managed%20moves%20-%20how%20used%20by%20LAs%20and%20schools%20report%20cy.pdf> [Darllenwyd 11 Ionawr 2019]

Estyn (2019a) *Llawlyfr arweiniad ar gyfer arolygu ysgolion cynradd*. Caerdydd: Estyn. [Ar-lein]. Ar gael o: https://www.estyn.llyw.cymru/sites/www.estyn.gov.wales/files/documents/Guidance%20handbook%20for%20the%20inspection%20of%20primary%20schools%20-%202019%20cy_0.pdf [Darllenwyd 6 Mehefin 2019]

Estyn (2019b) *Llawlyfr arweiniad ar gyfer arolygu ysgolion uwchradd*. Caerdydd: Estyn. [Ar-lein]. Ar gael o: https://www.estyn.gov.wales/sites/www.estyn.gov.wales/files/documents/Guidance%20handbook%20for%20the%20inspection%20of%20secondary%20schools%20-%202019%20cy_0.pdf [Darllenwyd 6 Mehefin 2019]

Iechyd Cyhoeddus Cymru (2015) *Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod a'r effaith ar ymddygiadau sy'n niweidiol i iechyd ymysg poblogaeth Cymru sy'n oedolion*. Caerdydd: Iechyd Cyhoeddus Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: [http://www2.nphs.wales.nhs.uk:8080/PRIDDocs.nsf/7c21215d6d0c613e80256f490030c05a/d488a3852491bc1d80257f370038919e/\\$FILE/ACE%20Report%20FINAL%20%28E%29.pdf](http://www2.nphs.wales.nhs.uk:8080/PRIDDocs.nsf/7c21215d6d0c613e80256f490030c05a/d488a3852491bc1d80257f370038919e/$FILE/ACE%20Report%20FINAL%20%28E%29.pdf) [Darllenwyd 14 Medi 2018]

Iechyd Cyhoeddus Cymru (2016a) *Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod a'u cysylltiad â chlefydau cronig a'r defnydd o'r gwasanaeth iechyd ymysg poblogaeth Cymru sy'n oedolion*. Caerdydd: Iechyd Cyhoeddus Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: http://www.audit.wales/sites/default/files/seminar_documents/ACE_Chronic_Disease_report_cym.pdf [Darllenwyd 14 Medi 2018]

Iechyd Cyhoeddus Cymru (2016b) *Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod a'u cysylltiad â Lles Meddwl ymysg poblogaeth oedolion Cymru*. Caerdydd: Iechyd Cyhoeddus Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://www.rsph.org.uk/uploads/assets/uploaded/0ac5e8b7-3a2c-4df2-896d12d58a41cfb5.pdf> [Darllenwyd 14 Medi 2018]

Iechyd Cyhoeddus Cymru (2016c) *Cyflwyno Cymru Well Wales*. [Ar-lein]. Ar gael o: <http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/tudalen/88541> [Darllenwyd 30 Mawrth 2019]

Iechyd Cyhoeddus Cymru (2018a) *Canolfan Cymorth ACE: Mynd i'r afael â Phrofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod*. [Ar-lein]. Ar gael o: <http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/page/96400> [Darllenwyd 9 Ionawr 2019]

Iechyd Cyhoeddus Cymru (2018b) *Cydweithrediaeth y 1000 Diwrnod Cyntaf* [Ar-lein]. Ar gael o: <http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/tudalen/97448> [Darllenwyd 6 Mehefin 2019]

Iechyd Cyhoeddus Cymru (2018c) *Adroddiad newydd yn amlygu effaith niweidiol trawma yn ystod plentyndod ar addysg – a'r hyn sy'n amddiffyn rhai plant rhag hynny*. [Ar-lein]. Ar gael o: <http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/newyddion/49277> [Darllenwyd 30 Mawrth 2019].

Iechyd Cyhoeddus Cymru (2018d) *Ffynonellau gwydnwch a'u cysylltiadau lliniarol gyda'r niwed sy'n cael ei achosi gan brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod*. Caerdydd: Iechyd Cyhoeddus Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: [http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/888/ACE%20&%20Resilience%20Report%20\(W_final2\).pdf](http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/888/ACE%20&%20Resilience%20Report%20(W_final2).pdf) [Darllenwyd 30 Mawrth 2019]

Llywodraeth Cymru (2015) *Gwahardd o ysgolion ac unedau cyfeirio disgyblion*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2018-03/gwahardd-o-ysgolion-ac-unedau-cyfeirio-disgyblion.pdf> [Darllenwyd 14 Ebrill 2019]

Llywodraeth Cymru (2018) *Datganiad Ystadegol Cyntaf: Cwnsela i Blant a Phobl Ifanc, 2017-18*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://llyw.cymru/sites/default/files/statistics-and-research/2019-03/cwnsela-ar-gyfer-plant-a-phobl-ifanc-medi-2017-i-awst-2018-783.pdf> [Darllenwyd 8 Gorffennaf 2019]

Llywodraeth Cymru (2019a) *Ystadegau Arbrofol: Plant sy'n derbyn gofal gan awdurdodau lleol, 2017-18*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://gweddi.gov.wales/docs/statistics/2018/181122-children-looked-after-local-authorities-2017-18-en.pdf> [Darllenwyd 16 Mai 2019]

Llywodraeth Cymru (2019b) *Cyfrifiad Plant sy'n Derbyn Gofal a Chymorth Cymru, 2018 (Ystadegau Arbrofol)*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru. [Ar-lein]. Ar gael o: https://gov.wales/sites/default/files/statistics-and-research/2019-02/wales-children-receiving-care-and-support-census-2018-experimental-statistics_1.pdf [Darllenwyd 8 Gorffennaf 2019]

Mishcon De Reya a Place2Be (2016) *Splitting Up: A Child's Guide to a Grown Up Problem*. London: Mishcon de Reya LLP

NSPCC (2019) *Gwrando. Gweithredu. Ffynnu. Iechyd Meddwl ac Emosiynol Plant a Phobl Ifanc sydd â Phrofiad o Ofal*. Llundain: NSPCC. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://www.nspcc.org.uk/globalassets/documents/policy/listenactthrivewelsh.pdf> [Darllenwyd 6 Mehefin 2019]

Ystadegau Cymru (2019) *Plant ar gofrestrau amddiffyn plant ar 31 Mawrth fesul 10,000 o'r boblogaeth dan 18 oed yn ôl awdurdod lleol a blwyddyn*. [Ar-lein]. Ar gael o: <https://statscymru.llyw.cymru/Catalogue/Health-and-Social-Care/Social->

[Services/Childrens-Services/Service
Provision/childrenlookedafterat31marchper10000populationagedunder18-by-
localauthority-year](#) [Darllenwyd 8 Gorffennaf 2019]