Cymru sy'n Ystyriol o Drawma: Dull Cymdeithasol o Ddeall, Atal a Chefnogi Effeithiau Trawma ac Adfyd

Hyb ACE Cymru a Straen Trawmatig Cymru

Ymgynghoriad – Crynodeb o'r Ymatebion

Mehefin 2022

Mae'r ddogfen hon hefyd ar gael yn Saesneg.

This document is also available in English.

Trosolwg

Mae'r ddogfen hon yn amlinellu'r ymatebion a dderbyniwyd i'r ddogfen ymgynghori 'Cymru sy'n Ystyriol o Drawma: Dull Cymdeithasol o Ddeall, Atal a Chefnogi Effeithiau Trawma ac Adfyd' a gynhyrchwyd gan Hyb ACE Cymru a Straen Trawmatig Cymru. Gwahoddwyd safbwyntiau fel rhan o gyfnod ymgynghori a agorodd ar 16eg Mawrth 2022 ac a ddaeth i ben ar 17eg Mehefin 2022.

Gellir cyfeirio ymholiadau am yr adroddiad hwn at:

Hyb ACE Cymru
Polisi ac Iechyd Rhyngwladol,
Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Lles
Iechyd Cyhoeddus Cymru
Llawr 5
2 Capital Quarter,
Stryd Tyndall
Caerdydd
CF10 4BZ
E-bost: ACE@wales.nhs.uk

Hoffai Hyb ACE Cymru a Straen Trawmatig Cymru ddiolch i'r rhai a roddodd o'u hamser i ymateb i'r ymarfer ymgynghori hwn.

1. Cyflwyniad

Mae Hyb Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACE) Cymru a Straen Trawmatig Cymru wedi cydweithio ar gyd-gynhyrchu Fframwaith Arfer Trawma Cenedlaethol i Gymru sy'n cwmpasu pob grŵp oedran a phob math o adfyd a digwyddiadau trawmatig. Nod y fframwaith yw helpu pobl, sefydliadau a systemau i atal adfyd a thrawma a'u heffeithiau negyddol cysylltiedig. Bydd yn hwyluso datblygiad dull systemau cyfan o gefnogi anghenion pobl sydd wedi profi adfyd a thrawma ac yn ceisio dod â chysondeb a chydlyniad i gefnogi'r ymdrech honno a sicrhau ei bod yn diwallu anghenion y rhai yr effeithir arnynt gan drawma. Mae hyn yn ymestyn o'r angen am ymatebion empathig, tosturiol ar draws holl gymdeithas Cymru ac ymyriadau mwy acíwt ac arbenigol y gall fod eu hangen i gefnogi'r rhai sydd ag anghenion clinigol yn dilyn profiadau o drawma. Mae'r fframwaith yn darparu diffiniadau cytûn a chysondeb o ddealltwriaeth o'r hyn a olygir gan y gwahanol lefelau o ymarfer wrth atal adfyd a thrawma a chefnogi pobl y mae'n effeithio arnynt. Mae'r Fframwaith wedi'i ddatblygu mewn partneriaeth â Llywodraeth Cymru.

Daethpwyd â Grŵp Cyfeirio Arbenigol (Atodiad A) ynghyd i gynghori a chefnogi'r gwaith hwn; mae hyn yn cynnwys pobl sydd â phrofiad o fyw, ymarferwyr o ystod o sectorau, arweinwyr clinigol ac anghlinigol, ac academyddion, i sicrhau bod y fframwaith yn cael ei gydgynhyrchu'n wirioneddol ac sy'n rhoi dynoliaeth wrth ei galon.

2. Proses Ymgynghori

Cyn yr Ymgynghoriad Cyhoeddus

Wrth ddatblygu'r fframwaith drafft, sicrhawyd y ceisiwyd barn gan amrywiaeth o randdeiliaid, gan gynnwys amrywiaeth o fforymau mewnol Llywodraeth Cymru. Yn ogystal, defnyddiwyd cyfleoedd presennol trwy brosesau ymgysylltu â rhanddeiliaid sefydledig i ddatblygu'r ymgynghoriad drafft. Roedd y grwpiau hyn yn cynnwys cynrychiolwyr o'r sectorau cyhoeddus a phreifat, y trydydd sector, unigolion a chymunedau (Atodiad B).

Ymgynghoriad Cyhoeddus

Roedd y dulliau a ddefnyddiwyd i gasglu ymatebion i'r broses ymgynghori yn cynnwys:

- Ymgynghoriad cyhoeddus (Mawrth – Mehefin 2022)
- Cyfarfodydd wedi'u targedu a thrafodaethau gyda sectorau a grwpiau cynrychiadol
- Digwyddiadau gweithdy ffurfiol wyneb yn wyneb (Mai a Mehefin 2022)
- Digwyddiad ar-lein (Mehefin 2022)

Ymgynghoriad Cyhoeddus

Gwahoddwyd safbwyntiau fel rhan o gyfnod ymgynghori a agorodd ar 16eg Mawrth 2022 ac a ddaeth i ben ar 17eg Mehefin 2022. Anfonwyd y ddogfen ymgynghori drwy e-bost at randdeiliaid Hyb ACE Cymru a Straen Trawmatig Cymru. Anfonwyd yr e-byst hyn at dros 1000 o dderbynwyr o sbectrwm eang o sefydliadau, gan gynnwys sefydliadau'r sector cyhoeddus a'r trydydd sector, yn ogystal â'r rhai ag arbenigedd proffesiynol, yn enwedig mewn gwasanaethau iechyd meddwl plant ac oedolion. Yn ogystal, cynhaliwyd yr ymgynghoriad ar Wefan Hyb ACE Cymru ac fe wnaeth e-byst a chyfryngau cymdeithasol gan Hyb ACE Cymru a Straen Trawmatig Cymru gyfeirio pobl yno i weld y dogfennau. Defnyddiwyd negeseuon trydar a nodiadau atgoffa Facebook i hysbysebu'r digwyddiadau y gallai pobl gofrestru i'w mynychu yn ogystal â modd cyfri i lawr i ddyddiad cau'r ymgynghoriad. Anfonwyd nodiadau atgoffa penodol ar y diwrnodau cyn y dyddiad cau i rybuddio'r cyhoedd pan oedd yr ymgynghoriad wedi dod i ben. Roedd yr ymatebwyr yn gallu cyflwyno eu barn a'u sylwadau drwy e-bost gan ddefnyddio taflen ymateb.

Cyfarfodydd a Thrafodaethau wedi'u Targedu gyda Sectorau a Grwpiau Cynrychiadol

Yn ogystal, ymgysylltwyd ag ystod o randdeiliaid yn ystod y cyfnod ymgynghori (Atodiad C). Cynhaliwyd yr ymgysylltu hwn mewn amrywiaeth o ffyrdd gan gynnwys cyfarfodydd sector-benodol y gwahoddwyd Hyb ACE Cymru a Straen Trawmatig Cymru i gyflwyno ynddynt, yn fewnol o fewn meysydd polisi Llywodraeth Cymru a chyda rhwydweithiau a grwpiau allanol. Roedd gweithdai wedi'u targedu a chyfarfodydd gyda grwpiau a sefydliadau penodol yr oedd angen trafodaeth fanylach ar eu mewnbwn nag yn y gweithdai cyhoeddus mwy traws-sector. Roedd y rhain yn cynnwys, er enghraifft, trafodaeth a oedd yn cynnwys, er enghraifft, profiadau o dlodi, ymyleiddio hiliol, a grwpiau ymylol eraill yng nghymunedau Cymru, neu sy'n cynrychioli pryderon penodol megis rhwystrau i gymorth i bobl â phrofiad o ofal,

ffoaduriaid a phobl sydd wedi'u dadleoli, y rhai â chyflyrau niwroamrywiol, a sefydliadau sy'n gweithio'n uniongyrchol gyda phlant a phobl ifanc.

Digwyddiadau Gweithdy Ffurfiol Personol

Yn ystod y cyfnod ymgynghori, cynhaliwyd pedwar gweithdy ymgynghori ffurfiol ledled Cymru (Atodiad D); cyrhaeddodd y rhain dros 300 o bobl. Hysbysebwyd y gweithdai ar gyfryngau cymdeithasol, trwy randdeiliaid a thrwy sgyrsiau wedi'u targedu gyda phartneriaid allweddol yn lleol ac yn rhanbarthol i annog y cyfranogiad mwyaf posibl ar draws gweithwyr proffesiynol yn y sectorau cyhoeddus/preifat, sefydliadau cymunedol, ac unigolion. Dechreuodd pob sesiwn gyda chyflwyniad o'r fframwaith, yna gofynnwyd i gyfranogwyr drafod cwestiynau'r ymgynghoriad ar fyrddau a darparu adborth ysgrifenedig ar rai ohonynt neu bob un ohonynt. Casglwyd a dadansoddwyd yr adborth o ran ymatebion i bob un o'r deg cwestiwn gyda themâu allweddol wedi'u crynhoi. Ym mhob digwyddiad, anogwyd defnydd o'r Gymraeg, a darparwyd cyfieithu ar y pryd. Dewiswyd pob lleoliad ar sail hygyrchedd a chyfleusterau i gefnogi'r rhai ag unrhyw anghenion penodol i fynychu.

Digwyddiad Ar-lein

Cynhaliwyd un digwyddiad ar-lein ar 6 Mehefin, a hysbysebwyd gan Straen Trawmatig Cymru a Hyb ACE Cymru ar gyfryngau cymdeithasol a thrwy e-byst wedi'u targedu. Denodd y digwyddiad dros 40 o gyfranogwyr o amrywiaeth o sectorau ond gyda chynrychiolaeth gref o sefydliadau arbenigol ym maes iechyd ac iechyd meddwl. Y fformat ar gyfer y digwyddiad hwn oedd cyflwyniad a sesiwn holi ac ateb.

3. Crynodeb o'r Ymatebion i'r Ymgynghoriad

Mae'r adran hon yn rhoi crynodeb o adborth, o'r ymatebion ysgrifenedig i'r ymgynghoriad ac adborth o'r digwyddiadau personol. Cafwyd 76 o ymatebion ysgrifenedig i'r ymgynghoriad (mae rhestr o ymatebwyr fesul sefydliad i'w gweld yn Atodiad E); roedd 8 o ymatebwyr yn dymuno aros yn ddienw. Cafwyd ymatebion i'r ymgynghoriad gan amrywiaeth o sefydliadau a darparwyr gwasanaethau, ac o ganlyniad, roedd yr adborth yn cynnwys amrywiaeth o safbwyntiau a oedd yn gwrthdaro ar adegau. Ceisiodd y dadansoddiad adlewyrchu'r ystod lawn o sylwadau a chael cydbwysedd rhwng safbwyntiau amrywiol. Ar y cyfan, roedd y sylwadau'n cefnogi strwythur y ddogfen, y naws, yr egwyddorion a lefelau ymarfer. Roedd adborth adeiladol yn canolbwyntio ar iaith, terminoleg a fframio ystyr yn ogystal â rhai meysydd

ychwanegol defnyddiol iawn i'w cynnwys. Cyflwynir yr adroddiad hwn yn unol â deg cwestiwn yr ymgynghoriad, fodd bynnag, nid yw'n ceisio cynnwys yr holl sylwadau ond yn hytrach crynhoi themâu a materion allweddol.

C1: Cyn darllen y ddogfen hon, pa mor gyfarwydd oeddech chi â'r cysyniad o ddull sy'n ystyriol o drawma? A ydych yn cytuno y dylai fod yn flaenoriaeth i bawb yng Nghymru?

O'r ymatebion ysgrifenedig, roedd y mwyafrif helaeth o'r ymatebwyr yn gyfarwydd â'r cysyniad o ddull sy'n ystyriol o drawma, fodd bynnag nodwyd bod y fframwaith yn rhoi mwy o eglurder a diffiniad â ffocws clir. Y consensws oedd y dylai dull sy'n ystyriol o drawma fod yn flaenoriaeth ledled Cymru, gan y gall trawma effeithio ar y ffordd y mae unigolion yn rhyngweithio â darparu gwasanaethau a gall diffyg ymateb sy'n ystyriol o drawma greu rhwystrau i ymgysylltu. Yn y digwyddiadau personol, sylwodd rhanddeiliaid y bydd diffiniadau'n amrywio o le i le ac ar draws gwahanol broffesiynau, felly mae eglurder yn hanfodol, hefyd mae angen dull 'Cymru gyfan' i sicrhau cysondeb. Yn olaf, teimlwyd y dylai'r fframwaith fod yn sail i'r holl ddeddfwriaeth ac arferion yng Nghymru a bod yn destun monitro ac adolygu.

C2: Hoffem wybod eich barn am nodau'r fframwaith hwn, yn benodol a yw'n adlewyrchu'r profiad o adfyd a thrawma.

O'r ymatebion ysgrifenedig, teimlai llawer o ymatebwyr fod nodau'r fframwaith yn gynhwysfawr ac yn llawn gwybodaeth, dywedwyd hefyd y dylid canmol y fframwaith am ei sensitifrwydd a'i ymwybyddiaeth. Awgrymwyd nad yw'n glir hefyd sut y bydd ymddiriedaeth a 'chydgysylltu' yn cael eu cyflawni rhwng gwasanaethau, y byddai'n ddefnyddiol i'r nodau gynnwys llwybr clir ar gyfer rhannu gwybodaeth rhwng gwasanaethau. Nodwyd hefyd, er ei bod yn gadarnhaol gweld ymagwedd rhychwant oes at drawma, roedd angen i bwysigrwydd cymhwyso dull cyfan, gan gynnwys adferiad a grymuso i grwpiau oedran hŷn, fod yn glir. Amlygwyd babanod, plant a phobl ifanc hefyd fel grŵp y mae angen cyfeirio'n benodol ato yn y ddogfen. O'r digwyddiadau personol, cytunwyd bod y nodau'n adlewyrchu'r profiad o adfyd/trawma ond roedd angen mwy o waith i egluro beth yw ail-drawmateiddio a'r angen i wahanu'r person oddi wrth y trawma.

C3: A oes unrhyw beth ar goll yn y dull cyffredinol a nodir yn y ddogfen hon?

O'r ymatebion ysgrifenedig, tynnodd ymatebwyr sylw at sawl maes lle'r oedd angen mwy o fanylion. Un oedd bod angen canolbwyntio ar gymorth staff sy'n ystyriol o drawma ac mae angen i hyn gael ei wreiddio mewn sefydliadau sy'n ystyriol o drawma. Gallai cymorth staff fod ar ffurf hyfforddiant ond hefyd cymorth emosiynol ac ymyrraeth arbenigol pan fo angen, i gydnabod y gall staff hefyd fod ag ACEs a thrawma yn eu cefndir ond y gallent hefyd ddioddef o drawma mechnïol. Maes arall a amlygwyd fel un ar goll oedd cyfeiriad at yr effaith ar ymddygiad unigolyn os yw profiadau trawmatig wedi effeithio arnynt a sut y gall y dull sy'n ystyriol o drawma helpu eraill i ddeall yr ymddygiadau hynny. Nodwyd y byddai'n ddefnyddiol gweld mwy o bwyslais ar gynnwys cymunedau er mwyn sicrhau eu bod yn allweddol i unrhyw ddatblygiad gwasanaeth. Yn olaf, bod angen i'r ddogfen fod yn gliriach o ran sut y mae'n cyd-fynd â deddfwriaeth.

Yn y digwyddiadau personol, tynnodd rhanddeiliaid sylw hefyd at bwysigrwydd cefnogi staff. Hefyd, y gallai gweithio mewn ffordd sy'n fwy ystyriol o drawma gynnwys yr angen am fwy o adnoddau ac y gallai arwain at 'symud i fyny' yn erbyn fframweithiau sy'n cystadlu. Dywedwyd bod angen i'r fframwaith bwysleisio cymhlethdod anghenion unigol (camddefnyddio sylweddau/ceiswyr lloches/anghenion arbennig/iaith) a hefyd y dylid egluro manteision y dull hwn.

C4: Gan feddwl am y diffiniad o ddull sy'n ystyriol o drawma a gynigir yn y ddogfen hon, a oes unrhyw beth ar goll?

O'r ymatebion ysgrifenedig, disgrifiwyd y diffiniad a ddarparwyd gan y fframwaith fel un cynhwysfawr, eang, helaeth, wedi'i archwilio'n dda ac yn gynhwysol. Fodd bynnag, awgrymwyd y gallai fod yn ddefnyddiol datblygu acronym neu ddiffiniad cryno i gynorthwyo dealltwriaeth well. Cryfder pellach yn y diffiniad a nodwyd yw y gall adferiad gymryd llwybr aflinol, fodd bynnag, teimlwyd bod diffyg pwyslais ar rymuso'r unigolyn sydd wedi profi'r trawma o fewn y diffiniad, gyda ffocws ar y rhai o gwmpas yn cydnabod effeithiau trawma a 'gwneud ef' i'r unigolyn. Dywedwyd hefyd nad yw'r diffiniad yn crybwyll y gallai effaith trawma ddod i'r amlwg mewn anghenion lluosog a chymhleth y mae angen mynd i'r afael â hwy drwy bartneriaeth ac ar sail anghenion. Awgrym pellach oedd disodli 'creu cyfleoedd' gyda 'hwyluso cyfleoedd', teimlwyd bod hyn yn fwy priodol gan fod hyn yn rhoi cyfle i'r unigolyn hunan-ddatblygu. Teimlwyd hefyd y byddai enghreifftiau ffuglennol drwyddi yn ddefnyddiol.

Roedd adborth o'r digwyddiadau personol yn cynnwys y dylai gwytnwch fel gair/cydsyniad gael ei ychwanegu. Hefyd, bod peth o'r iaith a ddefnyddir yn cyfleu patholeg er enghraifft 'arwyddion a symptomau'. Gwerthfawrogwyd y cyfeiriad at y gymuned gyfan ym mharagraff 4. O ran yr iaith dylai 'i bobl' fod 'gyda phobl' a dylid defnyddio taith yn lle llwybr. Teimlwyd y dylai trawma ac ymateb sy'n ystyriol o drawma gael eu cysylltu'n well â hawliau dynol ac nad yw gorthrwm cymhlethu a lluosog yn ddigon amlwg yn y diffiniad. Hefyd, bod angen i'r diffiniad o drawma fod yn gryfach a thynnu ar ddiffiniadau mwy cynhwysol eraill (e.e., fframwaith trawma ar gyfer pobl ag anableddau dysgu). Yn olaf, bod angen i'r paragraff cryf sy'n ymwneud â phenderfynyddion cymdeithasol hidlo drwy'r ddogfen gyfan.

C5: Ategir y dull a nodir yn y fframwaith hwn gan 5 egwyddor ymarfer; ydyn nhw'n gywir? A oes unrhyw beth arall y dylid ei gynnwys?

Yn yr adborth ysgrifenedig, disgrifiwyd y pum egwyddor arfer a nodwyd yn y fframwaith fel rhai da, rhagorol, ac wedi'u hystyried yn ofalus er bod un ymatebwr wedi awgrymu y gallai fod yn ddefnyddiol eu rhifo. Ymhlith y diwygiadau a awgrymwyd i'r egwyddorion roedd mwy o bwyslais ar staff a chymorth staff; aralleirio 'Dull cyffredinol nad yw'n gwneud unrhyw niwed' i 'Ymrwymiad i ddiogelwch personol'; ac ychwanegu'r term 'croestoriadedd' at y pumed egwyddor i sicrhau bod y dull yn ymateb i feysydd lluosog o ymyleiddio ac i sicrhau ei fod yn cyd-fynd â dull cyfannol sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn. Pwysleisiwyd bod yr egwyddor o weithio tuag at gydlyniant cymunedol yn bwysig gan fod perygl i deuluoedd gael eu hamlygu fel rhai sydd â phroblemau ynghylch trawma/ACEs, adleisiwyd hyn gan ymatebwr arall a nododd fod cydnabod cefnogi rôl rhwydweithiau cymunedol anffurfiol yn ogystal ag ymateb y sefydliad yn gadarnhaol.

Roedd adborth o'r digwyddiadau personol yn cynnwys y farn bod yr egwyddorion yn dda, ond bod y ffeithluniau'n rhy amleiriog. Nodwyd hefyd y gallai'r term 'peidio â gwneud niwed' fod yn frawychus i staff anfeddygol a llai profiadol. Sylwyd nad yw'r duedd i grwpio unigolion gyda'i gilydd fel 'BAME' yn cydnabod y gwahanol brofiadau diwylliannol a fyddai'n llywio'r ymateb mwyaf priodol ac mae angen sicrhau bod cynrychiolaeth amrywiol. Nodwyd hefyd fod y broses fewnfudo yn drawmatig. Yn olaf, mae angen edrych ar sut mae'r egwyddorion yn ffitio i mewn i fframweithiau sector-benodol.

C6: Mae gan y fframwaith ymarfer sy'n ystyriol o drawma bedair lefel ymarfer. A yw'r gwahaniaeth rhwng pob un o'r lefelau hyn yn glir, ac a allwch chi weld at bwy y gallent gael eu hanelu?

Yn yr adborth ysgrifenedig, roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr yn teimlo bod y lefelau'n glir ac wedi'u hesbonio'n dda. Fodd bynnag, teimlwyd y byddai enghreifftiau o wasanaethau, unigolion a sefydliadau ar bob lefel practis yn ddefnyddiol, hefyd y gydnabyddiaeth y gallai unigolion fod yn cyrchu lefelau ymarfer gwahanol ar yr un pryd. Teimlwyd hefyd ei bod yn bwysig bod y lefelau ymarfer yn 'siarad ar draws' â'i gilydd fel bod cysondeb a chydgysylltu o ran darpariaeth. Awgrymwyd y gallai fod tagfa, gyda llawer o lefelau 1-3 ond diffyg lefel 4 ac yn olaf, y byddai'n ddefnyddiol darparu pecynnau hyfforddi sy'n gallu cefnogi darpariaeth yn ôl pob un o'r lefelau practis.

Yn y digwyddiadau personol, awgrymwyd bod y gair 'lefel' yn creu hierarchaeth o gynnig, ac y gallai 'sbectrwm gwasanaeth' fod yn ymadrodd amgen. Ategwyd hyn gan grŵp arall a awgrymodd y gallai strwythuro hierarchaidd y lefelau fod yn broblematig, ac efallai y byddent yn cael eu cyflwyno'n well o ran continwwm gan ei bod yn aml yn briodol i sefydliadau fodoli ar sawl lefel. Amlygwyd bod angen gwneud yn siŵr, wrth symud rhwng lefelau, nad yw cefnogaeth o lefelau eraill yn diflannu a sicrhau bod cyllid yn cael ei ddyrannu i gefnogi pob lefel. Hefyd, yr angen i ddarparu mwy o fanylion am yr hyn sydd angen ei sefydlu ar bob lefel, gan gynnwys hyfforddiant a chymorth/goruchwyliaeth mewn ffyrdd mesuradwy, er enghraifft meincnod o ran sut olwg sydd ar lefelau a beth y gellir ei ddisgwyl. Sylwadau eraill oedd y gallai fod amlinelliad o wahaniaethau unigol a sefydliadol; bod angen fersiynau hygyrch o'r ddogfen ac y dylid ychwanegu categori ar gyfer arweinwyr cymunedol, grwpiau ffydd ac ati gyda sgiliau trawma a rhai wedi'u datblygu o ran trawma. Yn olaf, mae'n rhaid i dimau gwasanaeth newydd sy'n darparu cymorth nodi pa lefel o'r model y maent yn anelu at weithio tuag ato a all wedyn gefnogi mapio gwasanaethau'n lleol.

C7: O fewn y lefelau practis, a yw'r cymorth y gellid ei gael ar bob lefel yn glir, ac a oes gennych unrhyw enghreifftiau pellach o sut beth yw da mewn perthynas â hyn?

Yn yr ymatebion ysgrifenedig, roedd llawer o ymatebwyr yn teimlo bod cymorth ar bob lefel yn glir, nododd rhai ymatebwyr fod 'cymorth ar gael yn y gweithle i bawb sydd ei angen' gan

nodi bod y cymorth sydd ar gael yn aml yn annigonol, a bod rhwystrau i gael mynediad at gymorth. Awgrymwyd y dylid gwneud staff newydd yn ymwybodol y gallent ddod i gysylltiad â digwyddiadau trawmatig ac o fewn y lefel sy'n ymwybodol o drawma byddai rhywfaint o fudd mewn amlygu beth mae'r amlygiad hwn yn ei olygu, beth allai godi o ganlyniad a pha gymorth sydd ar gael i ddelio ag ef.

Awgrymwyd y gallai 'da' mewn perthynas â hyn fod i'r rhai sy'n ystyriol o drawma allu gwybod ble i ddod o hyd i'r wybodaeth i'w cyfeirio'n effeithiol at wasanaethau sy'n cael effaith pan gânt eu cyrchu pan fyddant yn cydnabod profiadau posibl o drawma. Gallai 'da' hefyd gynnwys sefydliadau sydd â'r gallu i ddarparu'r lefel gywir o gymorth ar yr adeg gywir mewn ymateb i gynnydd posibl mewn atgyfeiriadau pan fydd dealltwriaeth ac ymwybyddiaeth o fod yn ystyriol o drawma wedi'u gwreiddio a bod pobl yn cydnabod yr angen am y cymorth hwnnw fel ymyrraeth gynnar. Yn olaf, awgrymwyd y gallai enghreifftiau da yn erbyn drwg neu rai sy'n ystyriol o drawma o'i gymharu â rhai nad ydynt yn ystyriol o drawma fod yn dda, fel arall, gallai enghreifftiau o astudiaethau achos ffuglen neu bortreadau bychain fod yn ddefnyddiol.

Yn y digwyddiad wyneb yn wyneb, awgrymwyd y byddai colofn o 'sut olwg sydd ar dda' yn ddefnyddiol. Hefyd, holwyd sut y byddai hyn yn cael ei weithredu.

C8: Wrth feddwl am sefydliadau a systemau sy'n ystyriol o drawma, a yw'n amlwg sut mae'r diffiniad, y 5 egwyddor, a'r fframwaith ymarfer yn berthnasol?

Yn yr ymatebion ysgrifenedig roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr yn teimlo ei bod yn glir, fodd bynnag, er ei bod yn glir sut y maent yn gweithio mewn theori, gallai cynllun gweithredu/diagram llif o sut y byddai'r cyfan yn gweithio'n ymarferol fod yn ddefnyddiol. Yn benodol, sut mae asiantaethau'n cydweithio â 'phŵer cyfartal' ac yn herio gweithio mewn seilo. Yn ogystal, awgrymwyd y byddai goblygiadau o ran adnoddau, yn ariannol ac yn ffisegol, i alluogi gwasanaethau a sefydliadau i ymateb yn effeithiol. Awgrymwyd bod angen i'r fframwaith ddarllen ar draws i arferion gweithredol presennol a modelau gofal sy'n ystyriol o drawma. Dylai fod dolenni i offer ac adnoddau i gefnogi'r gweithlu a'u defnydd o'r fframwaith

Yn yr adborth o'r digwyddiad wyneb yn wyneb, cwestiynwyd a fyddai ffrydiau penodol ar gyfer yr holl nodweddion gwarchodedig, hefyd a fyddai newid deddfwriaethol i danategu'r fframwaith.

C9: Nod y fframwaith ymarfer yw rhoi enghreifftiau o'r dull y mae'n ei amlinellu; a yw'n cyflawni hyn yn naws, iaith a chynwysoldeb profiadau bywyd amrywiol?

Yn yr adborth ysgrifenedig, teimlai'r rhan fwyaf o'r ymatebwyr fod nodau'r fframwaith yn enghraifft o'r dull y mae'n ei osod, gydag un ymatebwr yn awgrymu ei fod yn gynhwysol o ran iaith, tôn a chynnwys. Fodd bynnag, awgrymwyd na chyfeiriwyd yn ddigonol at groestoriadedd ac amrywiaeth, ac nid yw ychwaith yn cyfrif am ddioddefwyr trawma sy'n profi rhwystrau lluosog i gael mynediad at wasanaethau cymorth e.e., menywod sy'n cael eu hecsbloetio gan y diwydiant rhyw. Awgrymwyd hefyd bod angen ei gyflwyno mewn sawl ffordd er mwyn i wahanol grwpiau ddeall a phrosesu'r wybodaeth, er enghraifft fersiwn hawdd ei darllen. Awgrymwyd hefyd y gallai'r elfen profiad bywyd elwa gyda rhai astudiaethau achos byr, dienw yn nodi effeithiau eang trawma a lle mae ymyriadau wedi gweithio i fynd i'r afael â hyn. Ymhellach, mae angen ystyried staff a all adnabod eu profiadau eu hunain o drawma oherwydd y dull hwn a sicrhau bod cymorth ar gael iddynt allu prosesu hyn.

C10: Rydym am ddeall eich barn ar weithredu'r fframwaith. Beth yw'r heriau i roi hyn ar waith, a beth arall y gallai fod angen i chi ei wneud?

Yn yr adborth ysgrifenedig, mae heriau a nodwyd yn cynnwys rhoi digon o amser i wreiddio'r fframwaith hwn a sicrhau argaeledd a hygyrchedd adnoddau. Fodd bynnag, nodwyd y bydd angen cael mynediad at hyfforddiant da sy'n ystyriol o drawma am gost resymol, er y bydd hyfforddiant ychwanegol yn gofyn am adnoddau dynol ychwanegol, a gallai hyn fod yn her. Hefyd, bydd gofal sy'n ystyriol o drawma a gofal uwch yn gofyn am arferion myfyriol rheolaidd, parhaus sydd wedi'u gwreiddio ac sy'n ystyriol o drawma a gallai sefydliadau gael trafferth gyda chost ac adnoddau staffio i roi'r fframwaith ar waith felly efallai y bydd angen cymorth gydag adnoddau ariannol ychwanegol. Nodwyd hefyd ei bod yn hanfodol ystyried proses o werthuso gyda mecanwaith clir ar gyfer adolygu gweithrediad.

O gofio bod rhaid i'r fframwaith fod yn berthnasol i wasanaethau datganoledig a heb eu datganoli yng Nghymru, nodwyd y bydd angen ystyried yn ofalus sut i weithredu'n gyson a sut y gellir gwreiddio hyn o fewn dysgu a datblygu sefydliadol. Gallai fod yn her mewn ymgysylltu strategol ar draws cyrff partneriaeth, gan sicrhau ymagwedd gyffredin yn ogystal â heriau o ran sut i gyfathrebu'r wybodaeth, gan ddefnyddio amrywiaeth o ddulliau ond hefyd sicrhau mecanweithiau cymorth cadarn a phriodol i ymateb i lefel yr angen unwaith y bydd ymwybyddiaeth a dealltwriaeth yn cael eu codi. At hynny, nid yw'r system bresennol yn

cefnogi CPTSD ac eithrio gyda meddyginiaeth ac mae angen mannau mwy tosturiol sydd yn gyfarwydd ac sy'n teimlo'n ddiogel, dan oruchwyliaeth rhywun sy'n deall ac sydd â phrofiad bywyd. Yn olaf, pwy fydd yn monitro ac yn rheoleiddio ansawdd y ddarpariaeth a'r awgrym bod angen i'r dull hwn gael ei ategu gan ddeddfwriaeth.

Yn y digwyddiadau personol, roedd yr heriau a nodwyd yn cynnwys amser, arian ac adnoddau a newid safbwyntiau staff. Mae heriau eraill yn cynnwys cydweithio ag asiantaethau heb yr un ethos a'r potensial i asiantaethau eraill ail-drawmateiddio cleientiaid neu ddefnyddwyr gwasanaeth; mae mynediad at wasanaethau iechyd meddwl yn broblematig a bydd hyn yn cael effaith ar systemau eraill; ni fydd un dull sy'n addas i bawb yn gweithio a gall arwain at rywun yn cael ei labelu fel rhywun nad yw'n fodlon ymgysylltu. Yn olaf, mae angen i'r gweithlu deimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi ac mae angen i'r rhai sy'n gwneud penderfyniadau fod yn rhydd i wneud penderfyniadau da sy'n ystyriol o drawma heb rwystrau.

4. Ymateb Hyb ACE Cymru a Straen Trawmatig Cymru

Consensws llethol yr adborth oedd bod dull sy'n ystyriol o drawma yn cael ei groesawu, ac mewn llawer o achosion roedd eisoes yn cael ei hyrwyddo o fewn sefydliadau. Hefyd, roedd y mwyafrif o'r ymatebwyr yn teimlo y dylai defnyddio dull sy'n ystyriol o drawma fod yn flaenoriaeth ledled Cymru. At hynny, cafodd y fframwaith ymateb hynod gadarnhaol gydag un ymatebwr yn ei ganmol am ei 'dull gwybodus, uchelgeisiol a chyfannol at liniaru effaith adfyd, trawma a thrallod'.

Roedd yr ymatebion yn gadarnhaol ar y cyfan ac yn cydnabod cyfraniad y ddogfen fframwaith, roedd nifer o themâu cyson yn yr adborth, ac mae'r rhain wedi'u hymgorffori fel newidiadau i'r ddogfen fframwaith.

Iaith

Roedd adborth yn pwysleisio pwysigrwydd iaith gynhwysol. Nododd rhai ymatebwyr fod yr iaith a ddefnyddir yn y fframwaith wedi'i hanelu at gynulleidfa broffesiynol. Er mwyn sicrhau mynediad cyfartal, bydd crynodeb, dogfennau ategol ac adnoddau eraill mewn iaith clir ar gyfer amrywiaeth o gynulleidfaoedd, gan gynnwys poblogaethau penodol megis plant a phobl ifanc, yn cyd-fynd â'r fframwaith.

Oedran

Er bod y fframwaith yn cynnwys oedran, nodwyd nad oedd hyn bob amser yn amlwg yn y testun ac mae cyfeiriadau ychwanegol wedi'u cynnwys, er enghraifft, babanod, plant a phobl ifanc.

Darganfod y cydbwysedd rhwng gwahanol ddulliau damcaniaethol, ideolegol ac ymarferol

Mae'r fframwaith wedi'i gryfhau i adlewyrchu patrymau a modelau gwahanol yn ogystal â'r llu o ffactorau a all gyfrannu at drawma a gafodd eu cynnwys yn yr ymatebion. Mae'r fframwaith yn cydnabod bod cryfderau a chyfyngiadau i lawer o'r gwahanol ddulliau, ac yn cyflwyno safbwynt cytbwys yn seiliedig ar hyn. Tynnodd ymatebwyr sylw hefyd at yr angen i fod yn ymwybodol o groestoriad ac amrywiaeth a phwysigrwydd y rhain i ddeall cymhlethdod aml-ddimensiynol y profiad o adfyd a thrawma ac mae'r fframwaith wedi'i ddiwygio i adlewyrchu hyn.

Ymagwedd gynhwysol sy'n seiliedig ar gryfderau

Mae newidiadau eraill a wnaed i'r fframwaith yn adlewyrchu'r angen i gydnabod bod pobl o bob oed a chefndir yn cael eu heffeithio gan adfyd a phrofiadau trawmatig ac nad oes rhaid i bobl brofi trawma neu adfyd i fod ag anghenion sylweddol a phrofi trallod emosiynol. Ymhellach, bydd ymateb ac anghenion pobl yn cael eu llunio gan ffactorau sy'n cydfodoli. O ganlyniad, cafodd y fframwaith ei ddiweddaru i adlewyrchu'r angen am ddull seiliedig ar gryfderau, cydnabyddiaeth na fydd pobl bob amser yn dilyn llwybr llinellol ac y gallai fod rhwystrau o ran cael gafael ar gymorth.

Nodau'r Fframwaith

Mae'r adran nodau wedi'i diwygio i un nod sengl a phum amcan. Mae newidiadau i'r amcanion yn cynnwys cydnabyddiaeth o bwysigrwydd cysondeb drwy wasanaethau, sefydliadau a sectorau a'r angen i gael systemau effeithiol a diogel ar gyfer rhannu gwybodaeth. O ran y lefelau ymarfer, gan adlewyrchu adborth, nodir bod y lefelau yn cynrychioli sbectrwm yn hytrach na hierarchaeth, i gydnabod y bydd llawer o bobl yr effeithir arnynt gan ddigwyddiadau trawmatig angen cymorth o wahanol lefelau ar yr un pryd.

Cyd-destun Deddfwriaethol a Pholisi

Mae cyfeiriadau at gyd-destun ehangach y fframwaith wedi'u cryfhau a'u datblygu, gan gynnwys cyfeiriad at ddull gweithredu seiliedig ar hawliau dynol a hawliau plant yn ogystal â

fframweithiau deddfwriaethol, polisi ac eraill ehangach. Mae'r rhain yn cynnwys deddfwriaeth fel Deddf Cydraddoldeb 2010; Deddfwriaeth Gymreig: er enghraifft Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014; offerynnau rhyngwladol megis Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn; a pholisi yng Nghymru ac yn ehangach gan gynnwys Mwy na Geiriau a'r Fframwaith Cymryd Amser.

Gweithredu

Mewn ymateb i'r cwestiwn olaf ynghylch gweithredu, rydym yn glir ynghylch yr angen am fersiwn Saesneg clir a mwy hygyrch, yn ogystal â dogfen wedi'i chydgynhyrchu ar gyfer plant a phobl ifanc. Yn ogystal, mae'n amlwg y byddai portreadau, astudiaethau achos neu animeiddiadau yn bwysig i ddod â'r Fframwaith yn fyw. Bydd yr holl ymatebion hyn, a'r awgrymiadau ychwanegol a gyflwynwyd yn awr yn cael eu cyflwyno i gam gweithredu'r gwaith hwn. Byddwn hefyd yn ceisio sefydlu strwythur llywodraethu sy'n galluogi ffrydiau gwaith penodol ar feysydd y gallai fod angen ffocws manylach arnynt a byddwn yn edrych i'r Grŵp Gweithredu i roi cyngor ar yr hyn y dylent fod a phwy ddylai gymryd rhan.

Atodiad A: Aelodaeth y Grŵp Cyfeirio Arbenigol (Wedi'u rhestru yn nhrefn yr wyddor)

Enw	Sefydliad	Rôl
Caroline Hughes	Prifysgol Glyndŵr Wrecsam	Deon Cysylltiol
Ciaran Humphries	Iechyd Cyhoeddus Cymru	Ymgynghorydd Iechyd y Cyhoedd
Clare Crole-Rees	Straen Trawmatig Cymru	Arweinydd Therapïau Seicolegol
Dave Williams	Straen Trawmatig Cymru; Llywodraeth Cymru; Cyngor Trawma y DU	Seiciatrydd Ymgynghorol
David Pearce	Llywodraeth Cymru	Arweinydd Polisi (Is-adran Plant a Theuluoedd)
Elizabeth Gregory	AB BIP	Seicolegydd Ymgynghorol yn CAMHS
Emma Wools	Comisiynydd yr Heddlu a Throseddu	Dirprwy Gomisiynydd yr Heddlu a Throseddu
Ewan Hilton	Platfform	Prif Weithredwr
Jo Hopkins (Cyd-Gadeirydd)	Hyb ACE Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru	Cyfarwyddwr Rhaglen ACEs, Cyfiawnder Troseddol ac Atal Trais
Joanne Maddaford	Llywodraeth Cymru	Arweinydd Polisi (Grŵp Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol)

Yr Athro Jon Bisson (Cyd-Gadeirydd)	Straen Trawmatig Cymru; Ysgol Meddygaeth Prifysgol Caerdydd	Cyfarwyddwr Straen Trawmatig Cymru; Athro Clinigol mewn Seiciatreg.
Julia James	MIND Cymru	Rheolwr Rhaglen
Michael Davitt	Aelod o'r Cyhoedd/Person gyda phrofiad byw	Cynrychiolydd Grŵp Cynghori Cyhoeddus TSW
Nicola Evans	Llywodraeth Cymru	Arweinydd Polisi (Anghydraddoldebau Iechyd a Chymunedau Iechyd)
Nicola Massie	Pwyllgor Rheoli Therapïau Seicolegol Cenedlaethol	Seicolegydd Ymgynghorol
Sara Dodds	Llywodraeth yr Alban	Uned ACE a Gwydnwch
Sarah Crawley	Barnardo's Cymru	Cyfarwyddwr
Sue O'Leary	MIND Cymru	Pennaeth Gweithrediadau
Suzanne Duvalle	Diverse Cymru	Rheolwr Iechyd Meddwl BME
Tegan Brierley Sollis	Prifysgol Glyndwr Wrecsam	Cynorthwy-ydd Addysgu; Arweinydd Prosiect Prifysgol TrACE
Tom Hoare	Straen Trawmatig Cymru	Arweinydd Therapïau Seicolegol (Plant a Phobl Ifanc)
Vicky Jones	Hyb ACE Cymru	Dirprwy Arweinydd

Atodiad B: Ymgysylltu â Rhanddeiliaid Cyn-Ymgynghoriad

Uned Atal Trais, Iechyd Cyhoeddus Cymru
Diverse Cymru
Platfform
NSPCC
Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru

Atodiad C: Ymgynghoriad Ymgysylltu â Rhanddeiliaid

Platfform
CLlLC
Iechyd Cyhoeddus Cymru, Rhwydwaith Diogelu Cenedlaethol
Y Swyddfa Gartref
Partneriaeth Ymfudo Strategol Cymru

Atodiad D: Digwyddiadau Ymgysylltu â Rhanddeiliaid yn Bersonol

Digwyddiad	Cyrchfan	Dyddiad

1	Aberystwyth	4 Mai 2022
2	Casnewydd	19 Mai 2022
3	Abertawe	25 Mai 2022
4	Llandudno	7 Mehefin 2022

Atodiad E: Ymatebwyr i'r Ymgynghoriad

	Sefydliad
1	BIP Caerdydd a'r Fro (Unigol)
2	Anhysbys
3	Cartrefi Conwy
4	Uned Cyswllt yr Heddlu (Unigol)
5	Timau Iechyd y Cyhoedd, Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr
6	Coleg Penybont
7	BIP Caerdydd a'r Fro
8	Prifysgol Aberystwyth/Y Wallich
9	Dewis Choice, Canolfan Oedran, Rhywedd a Chyfiawnder Cymdeithasol, Prifysgol Aberystwyth
10	Ffynnu Cymorth i Fenywod
11	Cymdeithas Gofal Sir Benfro
12	Coleg Gwent
13	AALl Bro Morgannwg
14	GIG
15	Y Wallich
16	Anhysbys
17	Castell-nedd Port Talbot
18	Gwasanaeth Eiriolaeth Ieuenctid Cenedlaethol
19	Teulu a Therapïau, BIP Aneurin Bevan
20	Bwrdd Cyfiawnder Ieuenctid Cymru a Lloegr
21	Ymateb Unigol
22	Hafan Cymru
23	Llwybrau Newydd
24	Anhysbys
25	Anhysbys
26	Cyngor Bwrdeistref Sirol Conwy
27	Cymdeithas Seicolegol Prydain
28	Cymdeithas Genedlaethol y Prif Seicolegwyr Addysg – Cymru (NAPEP-C)
29	Adran Seicoleg, Cyfarwyddiaeth Oedolion Hŷn, BIP Aneurin Bevan

30	Adferiad
31	Coleg Sir Benfro
32	Liberty Care Ltd, Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan, Gwasanaethau Seicolegol Anabledd Dysgu
33	Stepping Stones, Gogledd Cymru
34	Bwrdd Iechyd Meddwl Rhiant-Babanod Gwent, BIP Aneurin Bevan
35	Sefydliad Seicotherapi Cymru
36	NSPCC Cymru
37	Pwyllgor Gwasanaethau Iechyd Arbenigol Cymru (WHSSC)
38	Y Samariaid, Cymru
39	Iechyd Cyhoeddus Cymru, Gofal Integredig Aberaeron Cymru
40	Tai ClwydAlyn Cyf
41	Cyfeillion y Teulu
42	Gwasanaeth Ymlyniad Gwent, BIP Aneurin Bevan
43	Gwasanaeth Iechyd Seicolegol Plant a Theuluoedd, BIP Aneurin Bevan
44	Gofal Cymdeithasol Cymru
45	Is-adran Plant a Theuluoedd, Llywodraeth Cymru
46	Anhysbys
47	Llwybrau Newydd
48	Cyfarwyddiaeth Iechyd Cyhoeddus Hywel Dda, BIP Hywel Dda
49	Gwasanaethau Seicoleg a Seicolegol Iechyd Meddwl Oedolion, Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr
50	Ysgolion sy'n Ystyriol o Drawma, DU
51	Home-Start Cymru
52	Gwasanaeth Seicolegol Addysgol a Phlant, Gwasanaethau Addysg a Phlant Sir Gaerfyrddin
53	Coleg Brenhinol y Seiciatryddion
54	Llamau
55	Plant yng Nghymru
56	Project Unity, NYAS
57	Cymorth i Fenywod Cymru
58	Cyngor Sir Fynwy
59	Anhysbys
60	Anhysbys

61	Y Wallich
62	Comisiynydd Plant Cymru
63	BIP Bae Abertawe
64	Coleg Cambria
65	Bwrdd Clinigol Iechyd Meddwl (MHCB)
66	Canolfan Gyfreithiol Plant Cymru a'r Arsyllfa ar Hawliau Dynol Plant
67	Achub y Plant/Platform
68	Seicolegwyr ar gyfer Newid Cymdeithasol Cymru
69	Sefydliad Anna Phillips
70	Platfform
71	Barnardo's
72	Addysg Oedolion Cymru
73	Gwasanaethau Plant Powys
74	Seicoleg Iechyd Corfforol, BIP Aneurin Bevan
75	Anhysbys
76	Swyddfa Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol