Hyb ACE Cymru
ACE Hub Wales

Bod yn Ystyriol o Drawma: Iaith, Ystyr a Diwylliant yng Nghymru

Crynodeb

Mae fframweithiau ystyriol o drawma yn dibynnu ar iaith, ond nid yw iaith yn niwtral, yn gyffredinol, nac yn gyfartal. Mae pobl yn ymgysylltu ag ystyr cyn iddynt ymgysylltu â therminoleg. Os ydym eisiau dulliau ystyriol o drawma sy'n seiliedig ar dir, rhaid i ni ganolbwyntio llai ar orfodi iaith ragnodol a mwy ar gefnogi dealltwriaeth, cyfieithu a chreu ystyr.

Dros y ddau ddegawd diwethaf, mae dulliau ystyriol o drawma wedi cael eu hymgorffori fwyfwy mewn polisi ac ymarfer ar draws ystod eang o sectorau yng Nghymru. Yn ganolog i'r dulliau hyn mae iaith. Mae'r termau a ddefnyddir i ddisgrifio trawma, diogelwch, ymddiriedaeth ac adferiad yn siapio sut mae gweithwyr proffesiynol yn deall profiadau o adfyd a sut mae systemau yn ymateb iddynt. Fodd bynnag, mae'n bwysig cofio nad yw iaith yn niwtral nac yn cael ei deall yn gyffredinol, ac wrth i gysyniadau ystyriol o drawma symud o ymchwil arbenigol i bolisi prif ffrwd, mae'r derminoleg sy'n gysylltiedig â nhw yn aml wedi teithio'n gynt na dealltwriaeth gyffredin.

Mae'r papur hwn yn archwilio'r rhan y mae iaith yn ei chwarae mewn gwaith ystyriol o drawma. Yn hytrach na cheisio diffinio'r derminoleg 'gywir', mae'n archwilio sut mae iaith ystyriol o drawma yn cael ei deall, ei dehongli a'i phrofi ar draws gwahanol gyd-destunau. Wrth wneud hynny, mae'n ystyried y risgiau o iaith ragnodol neu iaith a ddeallir yn wael ac yn dadlau bod ymgysylltu ystyrlon ag egwyddorion ystyriol o drawma yn dibynnu ar gefnogi dealltwriaeth gyffredin ledled Cymru.

Cynnwys

Bod yn Ystyriol o Drawma: Iaith, Ystyr a Diwylliant yng Nghymru	1
Crynodeb	1
Amrywiadau o Ran Polisïau Ystyriol o Drawma	2
Iaith fel Rhwystr	3
Y 'buzzwordification' o egwyddorion ystyriol o drawma	3
Dryswch ar draws sectorau a gwrthod	4
Iaith, Diwylliant, a Chreu Ystyr	5
Goblygiadau i Bolisi ac Ymarfer	7
Casgliad	8
Cyfeiriadau	9

Amrywiadau o Ran Polisïau Ystyriol o Drawma

Wedi'i wreiddio'n wreiddiol mewn cyd-destunau clinigol a therapiwtig, mae'r cysyniad o drawma wedi ehangu i lawer o sectorau, gan gynnwys addysg, tai, gofal iechyd, cyfiawnder troseddol, gwyddoniaeth datblygu, a gofal cymdeithasol (Champine et al., 2019). Mae fframweithiau polisi wedi chwarae rhan ganolog yn yr ehangu hwn. Ers dechrau'r 2000au, mae sawl model a fframwaith ystyriol o drawma wedi dod i'r amlwg yn rhyngwladol (Harris & Fallot, 2001; Cymdeithas Gwasanaethau Camddefnyddio Sylweddau ac Iechyd Meddwl [SAMHSA], 2014; Rhaglen Trawsnewid Trawma Genedlaethol, 2023). Er bod pob un ohonynt yn defnyddio terminoleg ychydig yn wahanol, mae'r modelau a'r fframweithiau hyn yn rhannu egwyddorion cyffredin ac yn pwysleisio'n gyson nad yw ymarfer ystyriol o drawma yn brotocol anhyblyg, ond canllawiau lefel uchel i'w haddasu i gyd-destunau sefydliadol a diwylliannol lleol.

Yng Nghymru, mae Fframwaith Cymru sy'n Ystyriol o Drawma (Hyb ACE Cymru a Straen Trawmatig Cymru, 2022) yn darparu diffiniad cenedlaethol o'r dull ystyriol o drawma, a set o bum egwyddor sylfaenol y gellir eu cymhwyso ar draws pob sector. Mae'r fframwaith hwn yn gam allweddol wrth greu newid systemig, ar draws sectorau, ac wrth hyrwyddo cysondeb mewn iaith ac ymarfer ar draws gwasanaethau. Mae sylwebaeth bellach yn ei ddisgrifio fel mudiad cymdeithasol, yn hytrach na dim ond model gweithredu (Hopkins et al., 2024), un sy'n galw am ddealltwriaeth gynhwysol a diwylliannol ymwybodol o adfyd, gan gynnwys ymfudo, ceisio noddfa, a hiliaeth (Hopkins, 2024). Atgyfnerthir yr ymrwymiad cenedlaethol hwn gan ddeddfwriaeth a pholisi ehangach Cymru, gan gynnwys Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) Llywodraeth Cymru (2015) a *Cymru iachach* (Llywodraeth Cymru, 2018), y mae'r ddau ohonynt yn pwysleisio atal, tegwch a newid systemig.

Mae'r twf hwn wedi cyd-fynd ag ehangiad cyflym iaith ystyriol o drawma, gyda thystiolaeth yn awgrymu y gall rhyngweithiadau gofal effeithio'n sylweddol ar ymddiriedaeth, trawma, a phryderon sy'n gysylltiedig ag iechyd (Hart et al., 2025).

Er gwaethaf hyn, mae heriau sylweddol yn parhau. Yn gyntaf, er gwaethaf y diffiniadau a ddarperir mewn fframweithiau, mae'r llenyddiaeth yn datgelu diffyg consensws cyffredinol yn y ffordd y mae sectorau'n dehongli ac yn cymhwyso'r iaith hon (Addis et al., 2022; Bailey et al., 2019; Bloomfield et al., 2020; Lee et al., 2021; Bendall et al., 2021). Er enghraifft, defnyddir termau fel gofal ystyriol o drawma, ymarfer ystyriol o drawma, systemau ystyriol o drawma, a dulliau ystyriol o drawma, ond nid ydynt bob amser yn cael eu gweithredoli yn glir (Walker et al., 2021; Casingcasing et al., 2025; Hanson et al., 2018). Mae hyn wedi'i nodi fel prif rwystr i weithredu gofal ystyriol o drawma (Branson et al., 2017; Hart et al., 2025; Hanson & Lang, 2016; Hopper et al., 2010; Wall et al., 2016).

Mae hyn yn codi cwestiwn pwysig: beth sy'n digwydd pan fydd iaith sy'n bwriadu creu dealltwriaeth gyffredin yn dechrau darnio, gwanhau neu ddieithrio? Pan fydd iaith yn cael ei symleiddio, yn orfodol, neu'n sefydliadol heb ddyfnder digonol, gall golli ei phŵer i herio systemau ac yn hytrach mae'n gweithredu fel cydymffurfiaeth berfformiadol.

Cwyd y ddogfen hon o'r tensiwn hwn, gan geisio archwilio sut mae iaith ystyriol o drawma yn cael ei deall, ei phrofi a'i gweithredu ar draws cyd-destunau. Os yw dulliau ystyriol o drawma am fod yn fudiad cymdeithasol gwirioneddol, mae'n rhaid i ni archwilio sut mae iaith yn esblygu mewn gwahanol sectorau, sut mae'n cael ei dehongli, lle mae'n cwrdd â gwrthwynebiad, a sut y gellir cadw ystyr pan fydd terminoleg yn newid.

Mae gwaith ystyriol o drawma yn dibynnu ar iaith, ond nid yw iaith yn niwtral, yn gyffredinol, nac yn gyfartal. Os ydym am gefnogi gweithrediad ystyrlon, traws-sector yng Nghymru, rhaid i ni beidio â chanolbwyntio ar y geiriau a ddefnyddiwn yn unig, ond ar sut mae'r geiriau hynny'n cael eu clywed.

Iaith fel Rhwystr

Wrth i ddulliau ystyriol o drawma ehangu ar draws polisi ac ymarfer, felly hefyd yr iaith sy'n cyd-fynd â nhw. Eto, nid yw'r lledaeniad cyflym hwn bob amser yn cael ei gyfateb â dealltwriaeth gyffredin.

Y 'buzzwordification' o egwyddorion ystyriol o drawma

Un her yw amwysedd cysyniadol. Er enghraifft, mae Hanson a Lang (2016) yn disgrifio gofal ystyriol o drawma fel 'cysyniad amorffaidd' – wedi'i ddiffinio mor eang fel bod ganddo'r perygl o gwmpasu bron unrhyw fath o ymarfer moesegol neu dosturiol. Cefnogir hyn hefyd gan Sweeney a Taggart (2018), a nododd fod rhai ymarferwyr yn dehongli gofal ystyriol o drawma fel ychydig mwy na chyfarwyddyd i 'fod yn fwy neis', yn hytrach na galwad am newid systemig. Pan fydd iaith yn dod yn llaw-fer am ewyllys da, mae'n colli ei dyfnder strwythurol a pherthynol.

Mae'r amwysedd hwn yn cyfrannu at yr hyn y gellid ei ddisgrifio fel y 'buzzwordification' o waith ystyriol o drawma. Oherwydd wrth i'r derminoleg ddod yn brif ffrwd, mae'n peryglu cael ei gwanhau. Gall cysyniadau sy'n tarddu o fewnwelediad beirniadol a phrofiadau byw gael eu symleiddio i fodiwlau hyfforddi, datganiadau polisi, neu feini prawf achredu (Cherry, 2026a). Er enghraifft, mae Casingcasing et al. (2025) yn tynnu sylw at anghysondebau yn y ffordd y mae gofal ystyriol o drawma yn cael ei gysyniadu i brotocolau, modelau gwasanaeth, a safonau sefydliadol mewn lleoliadau iechyd meddwl yn y DU. Trafodir canfyddiadau tebyg mewn rhai lleoliadau yn yr Unol Daleithiau hefyd (Goodman, et al., 2016). Heb eglurder cysyniadol, gall sefydliadau hawlio aliniad wrth weithredu arferion gwahanol iawn.

Cefnogir hyn hefyd gan y gwaith gan Ahmed (2012), sy'n disgrifio sut y gall datganiadau sefydliadol weithredu fel rhai diberfformiadol: datganiadau sy'n enwi trawsnewidiad ond yn methu â'i weithredu. Er enghraifft, pan fydd sefydliadau'n labelu eu hunain fel un ystyriol o drawma, yn cyhoeddi ymrwymiadau, neu'n ymgorffori'r derminoleg mewn strategaethau, gall y gweithredoedd hyn edrych fel cynnydd. Eto, os yw strwythurau a normau o fewn y sefydliad hwnnw yn parhau i fod yn ddigyfnewid, mae'r iaith yn cysgodi sefydliadau rhag beirniadaeth yn hytrach na gyrru newid. Yn y cyd-destun hwn, mae iaith ystyriol o drawma yn teithio yn gynt nag ystyr, ac mae'r pwyslais yn symud o drawsnewid systemau i ddangos cydymffurfiaeth.

Mae gweithredu gwael yn cymhlethu'r darlun ymhellach. Er enghraifft, archwiliodd Cull et al. (2025) drafodaethau ystyriol o drawma mewn gofal mamolaeth yn y DU, gan ddangos y gall hyd yn oed defnydd da o iaith ystyriol o drawma gynhyrchu risgiau moesegol ac emosiynol. Mae sgyrsiau am drawma yn gofyn am amser, sgiliau, sensitifrwydd diwylliannol, a llwybrau atgyfeirio digonol. Heb y rhain, gall enwi trawma achosi trallod, stigma, neu ganlyniadau anfwriadol. Amlyga hyn y pwynt hwn: hyd yn oed pan fo iaith yn bodoli, nid yw'n gweithio os yw'n cael ei gweithredu'n wael.

Dryswch ar draws sectorau a gwrthod

Yn ogystal, mae'r perygl o ystyr tybiedig ar draws sectorau hefyd yn parhau. Nid yw iaith, a disgwrs iaith, yn bodoli yn annibynnol ar gyd-destun (Canning and Walker, 2024). Mae hyn yn golygu y gall yr un derminoleg weithredu'n wahanol ar draws sectorau oherwydd normau proffesiynol, pwysau sefydliadol, neu ddiwylliannau lleol. Er enghraifft, efallai fod athro, swyddog heddlu, swyddog tai, ac arweinydd polisi oll yn defnyddio'r term 'ystyriol o drawma', ond gan ddal dealltwriaeth sylfaenol wahanol o'r hyn mae'n ei olygu.

Gwelwyd y darnio hwn gan Menschner e Maul (2016), a arsylwodd fod terminoleg ystyriol o drawma yn anghyson ar draws lleoliadau iechyd, addysg a gofal cymdeithasol a oedd yn creu rhwystrau i weithio mewn partneriaeth. Yng Nghymru, canfu adolygiad o bolisi ACE (Llywodraeth Cymru, 2021) fod gweithwyr proffesiynol yn dehongli termau fel ystyriol o ACE mewn gwahanol ffyrdd – o ymwybyddiaeth sylfaenol i ddisgwyliadau o ailgynllunio gwasanaethau. Yn yr un modd, nododd adroddiad Hwb ACE Cymru (Walker et al., 2021) amrywiad yn y ffordd y disgrifiodd sefydliadau eu hunain (ymwybodol o drawma, '*trauma-enhanced*', ystyriol o drawma, arbenigwr trawma), heb ddiffiniadau cyffredinol sy'n llywio'r defnydd, gan ddangos y risg o ddrifft iaith a gorgyffwrdd cysyniadol.

Ar ben hynny, ar lefel berthynol, gall iaith ystyriol o drawma hefyd gael ei phrofi fel un sy'n moesoli neu'n cael ei gorfodi. Er enghraifft, mewn rhai diwylliannau proffesiynol fel plismona neu gyfiawnder ieuenctid, gall yr iaith hon deimlo'n rhy academaidd, emosiynol agored neu'n groes i normau sefydledig o gryfder neu awdurdod. Gallai gwrthod yr iaith hon gan weithiwr proffesiynol gael ei ystyried fel gwrthodiad o'r egwyddorion o'r tu allan, ond efallai fod unigolion yn dal i feddu ar lawer o egwyddorion sylfaenol gofal ystyriol o drawma wrth ddefnyddio iaith amgen. Felly, pan fydd iaith yn dod yn arwydd o rinwedd yn hytrach nag yn offeryn i fyfyrio ar y cyd, mae'n gallu arwain at greu deinameg 'ni a nhw'.

Mae effaith gronnol y materion hyn yn sylweddol. Gall iaith ystyriol o drawma ddod yn wanedig, perfformiadol, anghyson, neu fe allai ddieithrio, gan greu dryswch ar draws sectorau a'r materion ynddynt. Trwy geisio uno ymarfer trwy derminoleg, gallwn flaenoriaethu cydymffurfiaeth ieithyddol dros eglurder cysyniadol. Pan fydd hyn yn digwydd, gall yr iaith a fwriedir i gefnogi ymarfer ystyriol o drawma guddio ei ystyr, gwanhau ei weithredu, a chreu rhwystrau i ymgysylltu.

Iaith, Diwylliant, a Chreu Ystyr

Mae'r heriau hyn yn codi cwestiwn sylfaenol ar gyfer ymarfer ystyriol o drawma: beth yn union sydd angen ei rannu er mwyn i ddulliau ystyriol o drawma weithredu'n effeithiol? Er bod fframweithiau yn aml yn pwysleisio pwysigrwydd terminoleg gyffredin, efallai y byddai'n fwy cywir awgrymu bod ymarfer ystyriol o drawma yn gofyn am gyd-ddealltwriaeth gysyniadol yn hytrach nag iaith gyffredin. Mewn geiriau eraill, yr hyn sydd bwysicaf yw nid a yw unigolion yn defnyddio termau yr un fath, ond a ydynt yn deall ac yn defnyddio'r egwyddorion sylfaenol y bwriedir i'r termau hynny eu cynrychioli.

Er enghraifft, mae'n bwysig cofio nad yw iaith yn niwtral ac yn hytrach mae wedi'i hymgorffori mewn cyd-destunau cymdeithasol a diwylliannol sy'n siapio sut mae geiriau'n cael eu dehongli a'u defnyddio. Mae Luckhurst (2008) yn disgrifio'r berthynas rhwng trawma ac iaith fel 'cwlwm cymhleth' sy'n rhwymo amrywiol linynnau o wybodaeth ar draws disgyblaethau. Yn yr un modd, mae Painter (2025) yn tynnu sylw at y ffaith bod iaith yn gweithredu o fewn cyfyngiadau a normau diwylliannol, gan weithredu fel mecanwaith y mae aelodau o gymuned yn cyfathrebu ac yn ffurfio bondiau cymdeithasol. Mae gan gymunedau proffesiynol (e.e., addysg, plismona, gofal iechyd, a gofal cymdeithasol) eu traddodiadau a'u normau ieithyddol eu hunain, a gall terminoleg sy'n atseinio ag un sector deimlo'n anghyfarwydd, yn llawn tyndra, neu wedi'i gorfodi o'r tu allan mewn un arall. Felly, efallai na fydd mynnu terminoleg unffurf ar draws sectorau proffesiynol amrywiol yn cynhyrchu'r ddealltwriaeth gyffredin y mae llunwyr polisi yn bwriadu ei chael. Mae cydnabod y dimensiwn diwylliannol hwn yn helpu i egluro pam y gall iaith ystyriol o drawma weithiau achosi gwrthwynebiad ymhlith ymarferwyr sy'n cefnogi ei gwerthoedd sylfaenol yn fras. Mae hyn oherwydd efallai nad yw gwrthwynebiad yn y cyd-destunau hyn yn cynrychioli gwrthod egwyddorion ystyriol o drawma eu hunain, ond anghysur gyda therminoleg sy'n ymddangos fel petai wedi'i datgysylltu oddi wrth hunaniaethau neu arferion proffesiynol lleol.

Problem allweddol arall a drafodwyd yn yr adran flaenorol yw bod iaith ystyriol o drawma yn aml yn cael ei chyflwyno i amgylchedd proffesiynol cyn i'r sylfeini cysyniadol sylfaenol gael eu deall yn llawn. Mewn llawer o systemau, mae gweithwyr proffesiynol yn cael eu hannog i fabwysiadu termau neu fframweithiau heb ymgysylltu'n ddwfn â'r rhesymeg ddamcaniaethol sy'n sail iddynt yn gyntaf. Gall hyn arwain at fabwysiadu iaith heb unrhyw newid mewn dealltwriaeth neu ymarfer. Fel y rhybuddia Lisa Cherry, pan fyddwn yn blaenoriaethu iaith gyffredin heb amddiffyn yr ystyr cyffredin, mae'r cysyniad ei hun yn cael ei wanhau (Cherry, 2026a). Efallai fod yr iaith yn bresennol, ond nid yw'r ethos.

Cefnogir hyn gan waith empirig sy'n archwilio gweithredu ystyriol o drawma, gyda Branson et al. (2017) yn canfod nad oedd consensws ar draws diffiniadau o fframweithiau cyfiawnder ieuenctid ystyriol o drawma wedi'i gyflawni'n bennaf trwy derminoleg gyffredin ond trwy gytundeb ar egwyddorion sylfaenol fel diogelwch, ymddiriedaeth, cydweithredu a grymuso. Dengys hyn, felly, er nad yw gweithwyr proffesiynol yn defnyddio geirfa gyffredin, gellir cyflawni nodau gofal ystyriol o drawma os yw'r ddealltwriaeth yn bresennol.

Mae ystyriaeth bellach yn ymwneud â'r rhan y mae iaith yn ei chwarae wrth siapio a yw unigolion yn teimlo eu bod wedi'u cynnwys mewn gofodau proffesiynol neu sefydliadol, gyda chorff cynyddol o ymchwil yn tynnu sylw at bwysigrwydd 'perthyn' fel angen dynol sylfaenol (Baumeister & Leary, 1995), gan ddylanwadu ar ymgysylltu, lles, a chyfranogiad ar draws cyd-destunau cymdeithasol. O fewn amgylcheddau sefydliadol, nid yw perthyn yn awtomatig ond rhaid ei feithrin trwy ddiwylliannau cynhwysol, perthnasoedd cefnogol, a chydnabyddiaeth o brofiadau

amrywiol (Allen, 2025). Pan fydd unigolion yn teimlo bod eu safbwyntiau a'u ffyrdd o gyfathrebu yn cael eu gwerthfawrogi, maent yn fwy tebygol o ymgysylltu'n ystyrlon â'r systemau y maent yn gweithredu ynddynt.

I'r gwrthwyneb, gellir tanseilio perthyn pan fydd rhai mathau o iaith yn dod yn fwy dominyddol. Er enghraifft, yn nhrafodaethau Cherry (2025) gyda myfyriwr ôl-raddedig sy'n astudio profiadau athrawon newydd o gefndiroedd dosbarth gweithiol, canfuwyd bod amgylcheddau proffesiynol yn aml yn creu 'trothwy' rhwng statws mewnol ac allanol mewn perthynas â'u disgwrs.
Mae mewnwelediadau tebyg yn cael eu hadlewyrchu mewn gwaith ehangach ar berthyn a pherthnasedd, sy'n pwysleisio bod unigolion yn datgysylltu pan fyddant yn teimlo'n anweledig neu wedi'u camddeall o fewn amgylcheddau sefydliadol (Gilani & Thomas, 2025).

Mae'r mewnwelediadau hyn yn berthnasol yn uniongyrchol i ymarfer ystyriol o drawma. Os yw systemau ystyriol o drawma yn ceisio hyrwyddo diogelwch, ymddiriedaeth a chysylltiad, rhaid iddynt hefyd ystyried a yw'r iaith a ddefnyddir yn y systemau hynny yn cefnogi neu'n tanseilio ymdeimlad o berthyn i'r rhai sy'n ymwneud â hi. Gall iaith sy'n teimlo'n anhygyrch, yn rhy dechnegol, neu wedi'i datgysylltu o brofiad byw greu pellter rhwng ymarferwyr, llunwyr polisi, a defnyddwyr gwasanaeth. Ar y llaw arall, gall iaith sy'n teimlo'n ddilys a pherthnasol gryfhau ymgysylltiad a dealltwriaeth gyffredin. Mae hyn, felly, yn cryfhau'r ddadl ganlynol: yn hytrach na gofyn am ymlyniad wrth derminoleg ragnodol, gall fod yn fwy cynhyrchiol canolbwyntio ar sefydlu dealltwriaeth gyffredin o egwyddorion craidd wrth ganiatáu i weithwyr proffesiynol fynegi'r rhain mewn ffyrdd sy'n atseinio â'u diwylliannau a'u harferion presennol. Gall gwneud hyn ei hun fod yn weithred sylfaenol sy'n ystyriol o drawma.

Fodd bynnag, nid yw hyn yn golygu y dylid rhoi'r gorau i iaith neu fod eglurder cysyniadol yn ddibwys. Yn hytrach, mae'n tynnu sylw at yr angen i wahaniaethu rhwng ystyr a geiriad. Os yw ymarfer ystyriol o drawma yn cael ei ddeall trwy derminoleg anhyblyg yn unig, mae risg y gall gweithwyr proffesiynol ganolbwyntio ar hyn yn hytrach nag ymgysylltu â'r egwyddorion.

Gyda'i gilydd, mae'r safbwyntiau hyn yn awgrymu nad safoni'r derminoleg ddylai'r prif nod fod, ond meithrin dealltwriaeth gyffredin. Mae'n afrealistig rheoli sut mae gweithwyr proffesiynol ar draws sectorau amrywiol yn siarad am ymarfer ystyriol o drawma. Fodd bynnag, yr hyn y gellir ei gefnogi yw deialog sy'n caniatáu i ymarferwyr archwilio ar y cyd beth mae egwyddorion craidd fel diogelwch, grymuso ac ymddiriedaeth yn ei olygu yn eu cyd-destunau penodol.

Yn yr ystyr hwn, mae'r cwestiwn canolog yn symud o'r canlynol: a yw pobl yn defnyddio'r iaith 'gywir'; i hyn: a ydyn nhw'n deall yr ystyr y tu ôl i'r cysyniadau sy'n cael eu trafod. Gall dealltwriaeth gyffredin fodoli hyd yn oed pan fo'r eirfa yn wahanol. Trwy flaenoriaethu'r broses o greu ystyr dros gydymffurfiaeth ieithyddol, gall systemau ystyriol o drawma fod mewn sefyllfa well i feithrin ymgysylltiad gwirioneddol, ymddiriedaeth berthnasol, a newid cynaliadwy.

Goblygiadau i Bolisi ac Ymarfer

Mae'r drafodaeth trwy gydol y papur hwn yn awgrymu nad yr her i systemau ystyriol o drawma yw mabwysiadu terminoleg gyffredin, ond meithrin dealltwriaeth gyffredin. Felly, mae sicrhau bod fframweithiau cenedlaethol yng Nghymru yn cael eu trosi'n ystyrlon i gyd-destunau lleol yn gofyn am strategaethau bwriadol sy'n blaenoriaethu dehongliad, deialog, a dysgu parhaus yn hytrach na chydymffurfiaeth ieithyddol lem.

Mae un goblygiad yn ymwneud â'r berthynas rhwng fframweithiau cenedlaethol ac arferion lleol. Mae canllawiau cenedlaethol, fel Fframwaith Cymru sy'n Ystyriol o Drawma (2022), yn darparu sylfaen werthfawr ar gyfer sefydlu egwyddorion cyffredin ar draws sectorau yng Nghymru. Fodd bynnag, rhaid dehongli'r fframweithiau hyn o fewn diwylliannau ac amgylcheddau proffesiynol amrywiol. Yn hytrach na disgwyl iaith anffurf, dylai polisi gefnogi prosesau lle gall ymarferwyr gyfieithu egwyddorion i iaith ac arferion sy'n atseinio yn eu cyd-destunau eu hunain. Wrth wneud hynny, mae fframweithiau yn gweithredu llai fel sgriptiau rhagnodol ac yn fwy fel canllawiau deongliadol sy'n galluogi perchnogaeth leol wrth gynnal gwerthoedd craidd.

Mae ail oblygiad yn ymwneud â'r risg o iaith yn cael ei datgysylltu oddi wrth ymarfer. Fel y trafodwyd, gellir mabwysiadu terminoleg ystyriol o drawma yn symbolaidd heb newidiadau cyfatebol i ddiwylliant neu ymddygiad sefydliadol. Er mwyn mynd i'r afael â hyn, mae Cherry yn dadlau bod yn rhaid i ymarferwyr ymgysylltu'n feirniadol â tharddiad a bwriadau cysyniadau ystyriol o drawma, gan annog gweithwyr proffesiynol i ddarllen gwaith sylfaenol, myfyrio ar ei oblygiadau, a chwestiynu sut mae'r egwyddorion hyn yn cael eu trosi i'w hymarfer eu hunain (Cherry, 2026b). Mae datblygu'r dyfnder hwn o ddealltwriaeth yn hanfodol os yw iaith ystyriol o drawma am aros yn gysylltiedig â'i phwrpas gwreiddiol yn hytrach na dod yn ddisgrifydd arwynebol.

Ar lefel sefydliadol, mae gweithredu yn gofyn am fwy na hyfforddiant rhagarweiniol. Dengys ymchwil yn gyson nad yw un sesiwn hyfforddi yn ddigonol i drawsnewid diwylliannau proffesiynol neu ddarparu gwasanaethau (Bluestone et al., 2013). Mae Fallot & Harris (2015) yn pwysleisio bod ymarfer ystyriol o drawma yn dibynnu ar strwythurau sefydliadol sy'n cefnogi myfyrio, ymarfer perthynol, a lles staff. Heb y cymorth strwythurol hwn, gall sefydliadau fabwysiadu iaith gofal ystyriol o drawma wrth gynnal systemau sy'n gwrth-ddweud ei egwyddorion.

Yn ogystal, mae Checkland (1981) hefyd yn dadlau bod yn rhaid i ni ddeall sut mae gwahanol elfennau yn rhyngweithio ac yn dylanwadu ar ei gilydd mewn amgylchedd ehangach. Yn yr un modd, mae Brennen et al. (2024) a Scarff et al. (2023) yn tynnu sylw at y ffaith bod yn rhaid i ymrwymiadau polisi gyd-fynd â buddsoddiadau mewn ansawdd hyfforddiant, datblygu'r gweithlu, a strwythurau goruchwylio. Yng nghyd-destun ymarfer ystyriol o drawma, mae hyn yn awgrymu bod yn rhaid i iaith, polisi, gweithluoedd a diwylliant sefydliadol esblygu gyda'i gilydd. Heb y mecanweithiau hyn, mae perygl bod iaith gofal ystyriol o drawma yn cael ei datgysylltu oddi wrth ymarfer bob dydd.

Mae hefyd yn bwysig bod polisïau yn cydnabod pwysigrwydd cynhwysiant a dehongliad diwylliannol wrth weithredu fframweithiau ystyriol o drawma. Mae Adroddiad Hyb ACE Cymru, *Ydych Chi'n Gweld Fy Nhrawma?* (Bahadur a Khan, 2025), yn tynnu sylw at y ffaith na all yr egwyddor o 'Gynhwysiant' yn Fframwaith Cymru sy'n Ystyriol o Drawma (2022) fodoli fel ymrwymiad ysgrifenedig yn unig. Yn hytrach, rhaid ei ddehongli'n weithredol a'i gymhwyso mewn ffyrdd sy'n cydnabod profiad byw cymunedau amrywiol, gan gynnwys effeithiau hiliaeth, mudo a thrawma hanesyddol. Mae'r adroddiad, felly, yn argymell cyd-gynhyrchu gydag unigolion sydd â phrofiad byw er mwyn

trosi egwyddorion yn ganllawiau ystyrlon i ymarferwyr. Mae hyn yn atgyfnerthu'r ddadl ehangach na ellir tybio iaith gyffredin, yn hytrach, rhaid adeiladu ystyr cyffredin ar y cyd.

Yn olaf, mae'r dadansoddiad hwn yn tynnu sylw at bwysigrwydd cefnogi unigolion nad oes ganddynt yr iaith i fynegi cysyniadau ystyriol o drawma. Gall gweithwyr proffesiynol eisoes ddangos llawer o werthoedd ystyriol o drawma yn eu gwaith, hyd yn oed os nad ydynt yn defnyddio'r derminoleg gysylltiedig. Gall creu cyfleoedd ar gyfer dysgu, myfyrio a deialog helpu i bontio'r bwlch, gan alluogi ymarferwyr i gysylltu arferion presennol â fframweithiau cysyniadol sy'n dod i'r amlwg. Mae annog chwilfrydedd, ymgysylltu beirniadol, ac ymchwil bellach i egwyddorion ystyriol o drawma ar draws amgylchedd proffesiynol yn caniatáu i ystyr ddatblygu'n organig, yn hytrach na chael ei gorfodi trwy eirfa ragnodol.

Mae'r goblygiadau hyn yn pwyntio tuag at raglen waith ehangach sy'n symud y tu hwnt i ddiffinio iaith ystyriol o drawma ac yn hytrach yn archwilio sut mae egwyddorion trawma yn cael eu deall, eu cyfieithu a'u hymgorffori ar draws sectorau. Gall gwaith o'r fath lywio'r broses o ddatblygu canllawiau a fframweithiau pellach yng Nghymru sydd wedi'u cynllunio i gryfhau dealltwriaeth gyffredin wrth barchu'r amrywiaeth o gyd-destunau proffesiynol a diwylliannol y mae arferion ystyriol o drawma yn datblygu.

Casgliad

I grynhoi, wrth i ddulliau ystyriol o drawma barhau i ehangu ar draws polisi ac ymarfer, rhaid i sylw nawr symud o hyrwyddo'r iaith i sicrhau bod ei hystyr yn cael ei deall a'i hymgorffori go iawn. Er bod fframweithiau cenedlaethol yn chwarae rhan bwysig wrth fynegi egwyddorion cyffredin, mae eu llwyddiant yn dibynnu yn y pen draw ar sut mae'r egwyddorion hynny'n cael eu dehongli, eu cyfieithu a'u defnyddio.

Wrth symud ymlaen, dylai ymdrechion ganolbwyntio ar gryfhau dealltwriaeth gyffredin yn hytrach na gorfodi terminoleg unffurf. Mae hyn yn cynnwys annog ymarferwyr i ymgysylltu'n ddyfnach â'r theori a'r sylfaen dystiolaeth sylfaenol; cefnogi sefydliadau i symud y tu hwnt i hyfforddiant untro; a sicrhau bod fframweithiau yn cydnabod bodolaeth 'tafodieithoedd' lluosog o ymarfer ystyriol o drawma, wedi'u llunio gan ddiwylliannau, hunaniaethau a normau proffesiynol gwahanol leoliadau.

Trwy flaenoriaethu ystyr, dysgu a chyfieithu cyd-destunol, gall fframweithiau ystyriol o drawma osgoi dod yn setiau statig o derminoleg ac, yn hytrach, weithredu fel canllawiau esblygol ar gyfer ymarfer. Mae'r papur hwn, felly, yn fan cychwyn ar gyfer gwaith pellach sy'n archwilio sut gellir deall egwyddorion ystyriol o drawma ar draws sectorau mewn ffyrdd sy'n aros yn ffyddlon i'w bwriad gwreiddiol wrth barhau i fod yn hygyrch ac ystyrlon i'r rhai sy'n gyfrifol am eu gweithredu.

Cyfeiriadau

Hyb ACE Cymru a Straen Trawmatig Cymru. 2022). *Cymru sy'n Ystyriol o Drawma: Dull Cymdeithasol o Ddeall, Atal a Chefnogi Effeithiau Trawma ac Adfyd.* https://traumaframeworkcymru.com/wp-content/uploads/2022/07/Cymru-syn-Ystyriol-o-Drawma.pdf

Addis, S., Brierley-Sollis, T., Jones, V., & Hughes, C. (2022). *'Trauma-informed': Identifying Key Language and Terminology through a Review of the Literature.* https://traumaframeworkcymru.com/resource/trauma-informed-identifying-key-language-and-terminology-through-a-review-of-the-literature/

Ahmed, S. (2012). *On Being Included: Racism and Diversity in Institutional Life.* Duke University Press. https://doi.org/10.2307/j.ctv1131d2g

Allen, K. (2025). School Belonging: Evidence, Experts, and Everyday Gaps. *Educational Psychology Review, 37. https://doi.org/10.1007/s10648-025-10055-x*

Bahadur, S., & Khan, S. (2025). *Do you see my Trauma?. https://acehubwales.com/wp-content/uploads/2024/03/DoYouSeeMyTraumaReportENG.pdf*

Bailey, C., Klas, A., Cox, R., Bergmeier, H., Avery, J., & Skouteris, H. (2019). Systematic review of organisation-wide, trauma-informed care models in out-of-home care (OoHC) settings. *Health & Social Care in the Community, 27*(3), 10-22. https://doi.org/10.1111/hsc.12621

Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin, 117*(3), 497-529. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0033-2909.117.3.497

Bendall, S., Eastwood, O., Cox, G., Farrelly-Rosch, A., Nicoll, H., Peters, W., Bailey, A. P., McGorry, P. D., & Scanlan, F. (2021). A Systematic Review and Synthesis of Trauma-Informed Care Within Outpatient and Counselling Health Settings for Young People. *Child Maltreatment, 26*(3), https://doi.org/10.1177/1077559520927468

Berring, L. L., Holm, T., Hansen, J. P., Delcomyn, C. L., Sondergaard, R., & Hvidhjelm, J. (2024). Implementing Trauma-Informed Care – Settings, Definitions, Interventions, Measures, and Implementation across Settings: A Scoping Review. *Healthcare (Basel), 12*(9). https://doi.org/10.3390/healthcare12090908

Bloomfield, M. A. P., Yusuf, F. N. I. B., Srinivasan, R., Kelleher, I., Bell, V., & Pitman, A. (2020). Trauma-informed care for adult survivors of developmental trauma with psychotic and dissociative symptoms: a systematic review of intervention studies. *The Lancet Psychiatry, 7*(5), 449-462. https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30041-9

Bluestone, J., Johnson, P., Fullerton, J., Carr, C., Alderman, J., & BonTempo, J. (2013). Effective in-service training design and delivery: evidence from an integrative literature review. *Human resources for health, 11.* https://doi.org/10.1186/1478-4491-11-51

Branson, C. E., Baetz, C. L., Horwitz, S. M., & Hoagwood, K. E. (2017). Trauma-informed juvenile justice systems: A systematic review of definitions and core components. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 9*(6), 635-646. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/tra0000255

Brennan, N., Burns, L., Mattick, K., Mitchell, A., Henderson, T., Walker, K., & Gale, T. (2024). How prepared are newly qualified allied health professionals for practice in the UK? A systematic review. *BMJ open,* 14(5). https://doi.org/10.1136/bmjopen-2023-081518

Canning, P., & Walker, B. (2024). *Discourse Analysis: A Practical Introduction (1st ed).* Routledge. https://doi.org/10.4324/9781003351207

Casingcasing, M. L., Winship, G., Segarra, N., Beach, S., & Rennick-Egglestone, S. (2025). How is trauma-informed care conceptualised in UK mental health services? Systematic scoping review protocol. *NIHR open research, 5*. https://doi.org/10.3310/nihropenres.13945.1

Champine, R. B., Lang, J. M., Nelson, A. M., Hanson, R. F., & Tebes, J. K. (2019). Systems Measures of a Trauma-Informed Approach: A Systematic Review. *Am J Community Psychol, 64*(3-4), 418-437. https://doi.org/10.1002/ajcp.12388

Checkland, P. B. (1981). *Systems Thinking, Systems Practice*. John Wiley.

Cherry, L. (2025). *Belonging Across Disciplines*. https://www.lisacherry.co.uk/blog/belonging-across-disciplines

Cherry, L. (2026a). *Part One – Trauma Informed Practice as the New Tick Box*. https://substack.com/@drlisacherry/p-185040187

Cherry, L. (2026b). *Part Three – Trauma Informed Practice as the New Tick Box. https://substack.com/@drlisacherry/p-186482328*

Cull, J., Thomson, G., Downe, S., Fine, M., & Topalidou, A. (2025). How should trauma discussions be approached in maternity care? Perspectives from a qualitative study with women, voluntary sector representatives and healthcare providers in the UK. *BMJ open, 15*(2). https://doi.org/10.1136/bmjopen-2024-097815

Fallot, R. D., & Harris, M. (2001). A trauma-informed approach to screening and assessment. *New Directions for Mental Health Services, 2001*(89), 23-31. https://doi.org/10.1002/yd.23320018904

Fallot, R. D., & Harris, M. (2015). *Creating Cultures of Trauma-Informed Care: A Self-Assessment and Planning Protocol*.

Gilani, D., & Thomas, L. (2025). Understanding the factors and consequences of student belonging in higher education: a critical literature review. *Journal of Learning Development in Higher Education. https://doi.org/10.47408/jldhe.vi34.1385*

Goodman, L. A., Sullivan, C. M., Serrata, J., Perilla, J., Wilson, J. M., Fauci, J. E., & DiGiovanni, C. D. (2016). Development and validation of the Trauma-Informed Practice Scales. *Journal of Community Psychology, 44*(6), 747-764. https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/jcop.21799

Hanson, R. F., & Lang, J. (2016). A Critical Look At Trauma-Informed Care Among Agencies and Systems Serving Maltreated Youth and Their Families. *Child Maltreatment, 21*(2), 95-100. https://doi.org/10.1177/1077559516635274

Hanson, R., Lang, J., Goldman-Fraser, J., Agosti, J., Donisch, K., & Gewritz, A. (2018). Trauma-Informed Care: Definitions and Statewide Initiatives. In J. B. Klika & J. Conte (Eds), *The Apsac Handbook on Child Maltreatment* (pp. 272-291). Los Angeles: Sage Publications inc.

Hart, L. D., Kallepali, P., Castater, C. A., Strong, J., Bilton, J. N., & Smith, R. N. (2025). A Scoping Review of Trauma-Informed Language in the Care of Injured Patients. *Journal of Surgical Research, 308*, 264-269. https://doi.org/10.1016/j.jss.2025.02.037

Hopkins, J. (2024). Shifting focus – the need to prioritise an inclusive public health approach to trauma. *European Journal of Public Health, 34*(3). https://doi.org/10.1093/eurpub/ckae144.2050

Hopkins, J., Blakeborough, N., Bromwell, J., Hopkins, L., Roane, B., Sollis, T. B., & Hughes, C. (2024). Transforming systems and improving lives – the social movement of compassion in Wales. *European Journal of Public Health, 34*(3). https://doi.org/10.1093/eurpub/ckae144.548

Hopper, E. K., Bassuk, E. L., & Olivet, J. (2010). Shelter from the Storm: Trauma-Informed Care in Homelessness Services Settings. *The Open Health Services and Policy Journal, 3,* 80-100.

Lee, E., Kourgiantakis, T., Lyons, O., & Prescott-Cornejo, A. (2021). A trauma-informed approach in Canadian mental heath policies: A systematic mapping review. *Health Policy, 25*(2), 889-914. https://doi.org/10.1016/j.healthpol.2021.04.008

Llywodraeth Cymru. (2015). *Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015: yr hanfodion.* https://www.llyw.cymru/deddf-llesiant-cenedlaethaur-dyfodol-cymru-2015-yr-hanfodion-html

Llywodraeth Cymru. (2018). *Cymru iachach: cynllun hirdymor ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol.* https://www.llyw.cymru/cymru-iachach-cynllun-hirdymor-ar-gyfer-iechyd-gofal-cymdeithasol

Llywodraeth Cymru. (2021). *Adolygiad o'r polisi ynghylch Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod: adroddiad.* https://www.llyw.cymru/adolygiad-or-polisi-ynghylch-profiadau-niweidiol-yn-ystod-plentyndod-adroddiad-html

Luckhurst, R. (2008). The Trauma Question (1st ed). *Routledge.* https://doi.org/10.4324/9780203607305

Menschner, C., & Maul, A. (2016). *Key Ingredients for Successful Trauma-Informed Care Implementation.* https://www.chcs.org/media/ATC_whitepaper_040616.pdf

National Trauma Transformation Programme. (2023). *A Roadmap for Creating Trauma-Informed and Responsive Change.* https://www.traumatransformation.scot/implementation/

Painter, S. (2025). *The Interplay of Language and Culture: Bridging Communication Gaps.* https://www.lovetoknow.com/life/lifestyle/how-does-language-affect-culture-explaining-connection

Scarff, C. E., Bearman, M., Chiavaroli, N., & Trumble, S. (2023). Assessor discomfort and failure to fail in clinical performance assessments. *BMC medical education, 23*(1), 901. https://doi.org/10.1186/s12909-023-04688-1

Substance Abuse and Mental Health Services Association [SAMHSA]. (2014). *SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach.* https://coresonline.org/sites/default/files/documents/samhsas_concept_of_trauma_and_guidance_for_a_trauma-informed_approach.pdf

Sweeney, A., & Taggart, D. (2018). (Mis)understanding trauma-informed approaches in mental health. *Journal of Mental Health, 27*(5), 383-387. https://doi.org/10.1080/09638237.2018.1520973

Walker, A., Jones, V. J., & Hopkins, J. C. (2021). *An exploration of the trauma informed terminology and approaches being used by significant projects, programmes and interventions in Wales.* https://traumaframeworkcymru.com/resource/an-exploration-of-the-trauma-informed-terminology-and-approaches-being-used-by-significant-projects-programmes-and-interventions-in-wales/

Wall, L., Higgins, D., & Hunter, C. (2016). *Trauma-informed care in child/family welfare services.*

Hyb ACE Cymru
ACE Hub Wales

www.hybacecymru.com

© 2026 Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru. Gellir atgynhyrchu'r deunydd a gynhwysir yn y ddogfen hon o dan delerau'r Drwydded Llywodraeth Agored (OGL) www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/ cyn belled â'i fod yn cael ei wneud yn gywir ac nad yw'n cael ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol. Dylid cydnabod i'w nodi i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru. Mae'r hawlfraint o ran y trefniant teipograffyddol, y dylunio a'r cynllun yn eiddio i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.