De Cymru
Comisiynydd yr Heddlu a Throseddu
Police and Crime Commissioner
South Wales

GIG CYMRU
NHS WALES
Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

Gwerthusiad o beilot Hyfforddiant Plismona Pobl sy'n Agored i Niwed mewn Dull wedi'i Lywio gan Brofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACE) (AIAPVT)

3

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

Gwerthusiad o beilot Hyfforddiant Plismona Pobl sy'n Agored i Niwed mewn Dull wedi'i Lywio gan Brofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACE) (AIAPVT)

Awduron

Dr Kat Ford[1,2], Annemarie Newbury[1], Zoe Meredith[1], Jessica Evans[1] a Janine Roderick[3].

[1]Polisi, Ymchwil a Datblygiad Rhyngwladol, Iechyd Cyhoeddus Cymru. [2]Hot House, Ysgol Gwyddorau Gofal Iechyd, Prifysgol Bangor3 Rôl ar y cyd Polisi, Ymchwil a Datblygu Rhyngwladol a Chomisiynydd yr Heddlu a Throseddu De Cymru.

Cydnabyddiaeth

Ariannwyd y gwerthusiad hwn trwy Gronfa Arloesi'r Heddlu y Swyddfa Gartref a Chomisiynydd yr Heddlu a Throseddu De Cymru (Cyfeirnod 2016-039). Hoffem ddiolch i holl staff Heddlu De Cymru a wirfoddolodd i gymryd rhan yn y gwerthusiad hwn. Hoffem hefyd ddiolch i'r darparwyr hyfforddiant am gwblhau cyfweliad fel rhan o'r gwerthusiad.

Hoffem ddiolch hefyd i Dr Alisha Davies (Pennaeth Ymchwil a Datblygu, Polisi, Ymchwil a Datblygu Rhyngwladol, Iechyd Cyhoeddus Cymru) am ei sylwadau ar ddrafftiau cynharach a Christopher Davies, Charlotte Gray ac Emma Barton am eu cymorth wrth gynhyrchu'r adroddiad. Yn olaf, hoffem ddiolch i Hayley yn Jenney Creative am ddylunio'r adroddiad.

Acronymau a ddefnyddir yn yr adroddiad hwn

ACE	**Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod:** Mae ACE yn brofiadau ingol sy'n digwydd yn ystod plentyndod sy'n niweidio plentyn yn uniongyrchol (e.e. camdriniaeth) neu'n effeithio ar yr amgylchedd lle maent yn byw (e.e. cael eu magu mewn tŷ lle mae trais yn y cartref).
BCU	**Uned Reoli Sylfaenol:** Mae strwythur ardal heddlu wedi'i rannu'r ddaearyddol yn ardaloedd gweithredol llai. Mae gan Heddlu De Cymru bedair BCU: Canol, Dwyreiniol, Gogleddol a Gorllewinol
NCALT	**Canolfan Genedlaethol Technolegau Dysgu Cymhwysol:** Fe'i sefydlwyd i gynorthwyo 43 o heddluoedd y Swyddfa Gartref yng Nghymru a Lloegr a'r gymuned blismona ehangach wrth fabwysiadu methodolegau dysgu amgen.
NPT	**Tîm Plismona Cymdogaeth:** Dull lleol i blismona sy'n cynnwys Swyddogion yr Heddlu, Swyddogion Cymorth Cymunedol yr Heddlu (PCSOs), Cwnstabliaid Arbennig, staff yr heddlu a gwirfoddolwyr.
PC	**Cwnstabl yr Heddlu:** Swyddog heddlu o'r rheng isaf.
PCSO	**Swyddog Cymorth Cymunedol yr Heddlu:** Staff Lifrai sy'n cefnogi Swyddogion yr Heddlu ac yn gweithio i dawelu meddwl y cyhoedd, rhoi cyngor atal troseddu a chynorthwyo gydag ymholiadau.
PPN	**Hysbysiad Diogelu'r Cyhoedd:** Dogfen rhannu gwybodaeth lle mae staff HDC yn cofnodi pryderon am ddiogelu.
PPU	**Uned Diogelu'r Cyhoedd:** Uned yr heddlu sy'n darparu llywodraethu ac sy'n goruchwylio materion diogelu. Mae ei dyletswyddau'n cynnwys datblygu strategol o ran diogelu plant (gan gynnwys cam-fanteisio'n rhywiol ar blant), cam-drin yn y cartref, oedolion sy'n agored i niwed, pobl goll, trais rhywiol a throseddau rhywiol difrifol. Mae'r holl PPNs a gyflwynir gan Swyddogion yr Heddlu a staff yn cael eu hasesu o ran risg mewn PPU.
PS	**Rhingyll yr Heddlu:** Rheng uwch weithredol sy'n gyfrifol am oruchwylio shifft o gwnstabliaid a dyrannu dyletswyddau.
HDC	**Heddlu De Cymru:** Y mwyaf o bedwar heddlu tiriogaethol yng Nghymru.

Cynnwys

Crynodeb Gweithredol 3

1. Cefndir 6
   - 1.1. Profiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACEs) a gwytnwch 6
   - 1.2. Plismona yn y DU 6
   - 1.3. Rhaglen Hyfforddiant Plismona Pobl sy'n Agored i Niwed mewn Dull wedi'i Lywio gan ACE (AIAPVT) 7

2. Dulliau 10
   - 2.1. Holiaduron gwerthuso ac offer ARTIC 10
   - 2.2. Cyfweliadau 11
   - 2.3. Dadansoddi data 12

3. Holiadur a Chanlyniadau ARTIC 13
   - 3.1. Gofal ac ymarfer wedi'i lywio gan ACE/Trawma 13
   - 3.2. Hyder i weithredu mewn ffordd wedi'i llywio gan ACE 16
   - 3.3. Ymwybyddiaeth/Ymgysylltu â gwasanaethau cefnogi staff 18
   - 3.4. Agweddau tuag at gyflwyno'r hyfforddiant 19
   - 3.5. Effaith yr hyfforddiant ar ymarfer yr heddlu 19

4. Canfyddiadau ansoddol o gyfweliadau dilynol ar ôl hyfforddiant 21
   - 4.1. Effaith hyfforddiant ar wybodaeth a sgiliau staff 21
   - 4.2. Effaith hyfforddiant ar blismona 22
   - 4.3. Effaith hyfforddiant ar weithio amlasiantaeth 24
   - 4.4. Ystyriaethau ar gyfer datblygu hyfforddiant yn y dyfodol 24
   - 4.5. Cyflwyno'r hyfforddiant 26
   - 4.6. Cyflwyno'r hyfforddiant 27

5. Trafodaeth ac argymhellion 30

Atodiad 1 – Hyfforddiant Plismona Pobl sy'n Agored i Niwed mewn Dull wedi'i Lywio gan Brofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (AIAPVT) 34

Atodiad 2 - Tablau data 36

Cyfeiriadau 44

Crynodeb Gweithredol

Yn y blynyddoedd diwethaf mae galw am blismona yn y DU wedi cynyddu ar gyfer digwyddiadau sy'n ymwneud â llesiant cymhleth, diogelwch y cyhoedd a phobl sy'n agored i niwed. Nododd ymchwil ar yr ymateb i bobl sy'n agored i niwed gan Heddlu De Cymru (HDC) fod angen hyfforddi staff i ddeall effaith Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACEs) a thrawma i sicrhau bod ganddynt y sgiliau cywir i gynorthwyo unigolion sy'n agored i niwed mewn cyfnod o argyfwng ac angen.[1] Mewn ymateb i'r canfyddiadau hyn, datblygwyd Hyfforddiant Plismona Pobl sy'n Agored i Niwed mewn Dull wedi'i Lywio gan Brofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (AIAPVT) gan gydlynwyr ACE o NSPCC a Barnardo's. Roedd yr hyfforddiant yn cwmpasu effaith trawma ar ddatblygiad; yn diffinio ACEs ac yn amlinellu eu heffaith ar ganlyniadau bywyd; sgiliau tactegol ar gyfer gweithio gyda thrawma a hyrwyddo gwytnwch mewn plant. Roedd yr hyfforddiant yn orfodol ac yn cael ei gyflwyno i'r holl staff rheng flaen gan gynnwys timau plismona gweithredol a chymdogaeth mewn ardal beilot yn Ne Cymru dros ddau fis yn 2017. Nod yr hyfforddiant oedd rhoi dealltwriaeth i staff HDC o effaith ACEs ac ymyriadau wedi'u llywio gan drawma yn ogystal ag opsiynau tactegol i gynyddu cymhwysedd a hyder yr heddlu wrth ymateb i bobl sy'n agored i niwed.

Er mwyn llywio datblygiad yr hyfforddiant peilot, darparu sylfaen i fonitro cynnydd a deall potensial ar gyfer cyflwyno a darparu'n ehangach, cynhaliwyd gwerthusiad annibynnol o'r AIAPVT gan Iechyd Cyhoeddus Cymru. Roedd y gwerthusiad yn cynnwys holiaduron cyn ac ar ôl yr hyfforddiant a graddfa ddilysedig i fesur Agweddau Cysylltiedig â Gofal wedi'i Lywio gan Drawma (ARTIC-35) gyda chyfranogwyr hyfforddiant a chyfweliadau un i un dilynol gyda nifer o gyfranogwyr a ddewiswyd ar hap (n=15) , darparwyr hyfforddiant (n=3) a staff ehangach HDC (n=2) yn ymwneud â'i gyflwyno. Nod y gwerthusiad oedd archwilio a yw cyfranogiad yn arwain at fwy o ymwybyddiaeth o ACE ac i archwilio'r effaith ar ymarfer plismona, gan gynnwys hyder staff wrth ymateb i bobl sy'n agored i niwed. Roedd hefyd yn ceisio deall sut y gellid cyflwyno'r hyfforddiant ar draws y llu ehangach ac i rolau staff gwahanol.

Cymerodd 151 o staff HDC ran yn y gwerthusiad a chwmpasodd ystod o rolau a rhengoedd. Roedd chwech o bob deg (57%) o'r cyfranogwyr yn gweithio mewn rôl ymateb, roedd hyd y gwasanaeth yn HDC yn amrywio o ddau fis i 27 mlynedd gyda chyfartaledd o naw mlynedd.

Canfyddiadau allweddol

Ymwybyddiaeth ac agweddau tuag at ofal wedi'i lywio gan drawma ac ACEs

- Nododd y ffigurau llinell sylfaen (cyn hyfforddiant) sgorau cymedrol mewn agweddau tuag at ofal wedi'i lywio gan drawma (sgorau ARTIC), gyda menywod, PCSOs a chyfranogwyr â gwasanaeth o lai na thair blynedd yn cael sgorau sylweddol uwch, gan nodi ymwybyddiaeth uwch ac agweddau da tuag at ofal wedi'i lywio gan drawma.
- Yn dilyn hyfforddiant, roedd sgorau ARTIC yn sylweddol uwch, ac nid oedd gwahaniaethau sylweddol yn ôl rhyw, rôl swydd a hyd gwasanaeth yn parhau.
- Yn dilyn hyfforddiant, adroddodd cyfranogwyr am well hyder wrth ymateb i bobl sy'n agored i niwed. Gwellodd pob graddfa hyder ar ôl yr hyfforddiant. Roedd y staff a ymgymerodd â'r ail sesiwn o hyfforddiant (rhan 2) yn nodi'r hyder uchaf wrth ddeall ACEs a dulliau wedi'u llywio gan ACEs.

Agweddau tuag at ddefnyddio gwasanaethau cymorth

- Dywedodd un o bob pedwar (26.7%) o'r cyfranogwyr eu bod wedi defnyddio gwasanaeth cymorth sydd ar gael i staff sydd wedi'u cyflogi gan HDC cyn iddynt fynychu'r hyfforddiant.
- Yn dilyn yr hyfforddiant, gofynnwyd i staff HDC a oeddent yn teimlo'n fwy neu'n llai tebygol o geisio cymorth ar ôl mynychu digwyddiad trawmatig. Adroddodd staff HDC eu bod yn fwy tebygol o geisio cymorth, a hynny gan wasanaethau cymorth ffurfiol a rhwydweithiau cymorth anffurfiol hy cymorth gan gydweithwyr.

Effeithiau ar blismona

- Nododd yr holl gyfranogwyr a gafodd gyfweliad (amser dilyn i fyny ar gyfartaledd yn 7 wythnos, 10% o staff a hyfforddwyd) effeithiau positif yr hyfforddiant ar eu plismona. Roedd staff yn cydnabod newidiadau positif yn eu barn eu hunain tuag at unigolion, ymateb mwy pwyllog yn eu hymddygiad wrth ymateb i alwadau a defnyddio mwy o drywyddau ymholi i ddeall achosion sylfaenol ymddygiad.
- Nododd llawer o staff fod hyfforddiant wedi eu harwain i newid eu syniadau ynglŷn â'u hymateb i unigolion yr oeddent yn flaenorol wedi'u hystyried yn broblemus a/neu yn gyfwynebol.
- Dywedodd y cyfranogwyr, o ganlyniad i'w gwell dealltwriaeth, roeddent yn cynnwys gwybodaeth fanylach (hy risgiau a arsylwyd) ar y PPNs a gyflwynwyd ganddynt yn dilyn yr hyfforddiant. Fodd bynnag nid oedd y gwerthusiad yn gallu cadarnhau hyn nac archwilio unrhyw effaith y gallai hyn ei chael ar gyflwyno PPNs a chanlyniadau ar gyfer yr unigolion agored i niwed.
- Dywedodd rhai staff eu bod wedi cyflwyno atgyfeiriadau cymorth cynnar o ganlyniad i'r hyfforddiant.
- At hynny, dywedodd y cyfranogwyr eu bod yn teimlo bod yr hyfforddiant yn darparu dealltwriaeth fwy unedig o wasanaethau eraill a fyddai'n helpu i wella perthnasoedd â gwasanaethau eraill. Dywedodd staff hefyd eu bod yn teimlo y byddai sefydliadau eraill yn elwa o hyfforddiant tebyg.
- Adroddodd y cyfranogwyr fwy o ddealltwriaeth o'r cymorth ychwanegol sydd ar gael yn y gymuned leol ac am hyder cynyddol i geisio cymorth a gwneud atgyfeiriadau cymorth cynnar yn ôl yr angen.

Goblygiadau ar gyfer darparu'n fwy eang

- Nododd yr holl gyfranogwyr a gafodd gyfweliad eu bod yn teimlo y dylai'r hyfforddiant fod yn orfodol i staff HDC i sicrhau bod y dull wedi'i lywio gan ACEs tuag at blismona yn cael ei fabwysiadu ar draws yr heddlu, a chysondeb o ran ymateb. Teimlwyd y gallai rhai rolau staff hy AD ac uwch reolwyr gael fersiynau cryno o'r hyfforddiant.
- Dywedodd y cyfranogwyr yn yr hyfforddiant eu bod yn ystyried bod cefndir gwaith cymdeithasol yr hyfforddwyr yn hanfodol wrth gyflwyno'r hyfforddiant. Dywedodd y cyfranogwyr fod hyn yn rhoi hygrededd i'r hyfforddiant a chreu llwyfan ar gyfer rhannu gwybodaeth, a dealltwriaeth o waith gwahanol sectorau.
- Teimlwyd bod amgylchedd dysgu hamddenol yn hanfodol er mwyn galluogi staff i deimlo'n gyfforddus wrth drafod pynciau sensitif ac roedd y defnydd o amgylchedd hyfforddi allanol yn cynorthwyo hyn.
- Roedd y cyfranogwyr yn teimlo bod angen anelu adran datblygu sgiliau'r hyfforddiant at lefel uwch a mynegwyd awydd am fwy o eglurder ynghylch newidiadau gweithredol ehangach mewn perthynas â gweithio mewn ffordd wedi'i llywio gan ACEs.

Casgliadau ac Argymhellion

Trwy brofiad o weithio yn yr heddlu, dywedodd y cyfranogwyr fod ganddynt set sgiliau ar gyfer gweithio gydag unigolion sydd wedi dioddef o drawma, fodd bynnag, dywedodd staff fod yr hyfforddiant yn rhoi mwy o ddyfnder o wybodaeth iddynt a fyddai'n effeithio'n gadarnhaol ar eu gallu i ymateb i bobl sy'n agored i niwed. Adroddodd y staff lefel isel o bresenoldeb mewn cyrsiau eraill sy'n gysylltiedig â phobl sy'n agored i niwed (adroddodd 64% nad oeddent wedi bod ar gyrsiau hyfforddi eraill). O ystyried y galw cynyddol y mae pobl sy'n agored i niwed yn ei osod ar adnoddau'r heddlu, mae hyn yn nodi angen sylweddol i staff gael eu hyfforddi yn y pwnc hwn.

Yn ystod y cyfweliadau a thrwy gydol cyflwyno'r hyfforddiant, dywedodd nifer bach o gyfranogwyr eu bod yn teimlo bod angen anelu'r hyfforddiant at lefel uwch gan y dywedwyd ei fod yn debyg i'r hyfforddiant 'craidd' cychwynnol. Dylai unrhyw hyfforddiant a gyflwynir ystyried y ddarpariaeth hyfforddiant bresennol a sicrhau ei fod yn adeiladu ar hyfforddiant 'craidd' ac nad yw'n dyblygu'r hyfforddiant hwnnw.

Yn gyffredinol, roedd staff HDC yn meddu ar farn gadarnhaol iawn am yr hyfforddiant AIAPVT, gan adrodd ei fod wedi cael effaith fuddiol ar eu gwybodaeth, eu hagweddau a'u hymddygiad, ac yn y pen draw, wedi galluogi staff i weithio mewn ffordd wedi'i llywio gan drawma.

Cafodd y gwerthusiad welliannau sylweddol yn lefelau ymwybyddiaeth ACE staff HDC ac adroddwyd am hyder i ymateb i unigolion sy'n agored i niwed mewn ffordd wedi'i llywio gan drawma. Mae manteision clir i ddarparu'r math hwn o hyfforddiant i'r heddlu, ond mae angen cydnabod yr effeithiau dros gyfnod hwy o amser i weld a ellir cynnal y manteision hyn. Dylai gwerthusiad pellach hefyd geisio archwilio unrhyw effaith y newid ymarfer hwn ar gyfer yr unigolion sy'n agored i niwed y mae'r heddlu'n ymateb iddynt bob dydd, nad oedd yn bosibl fel rhan o'r gwerthusiad hwn oherwydd yr amserlen dan sylw.   Mae'r gwerthusiad yn gwneud yr argymhellion canlynol:

- Dylai AIAPVT barhau a chael ei ddatblygu a'i ymgorffori mewn rhaglen waith ehangach i godi ymwybyddiaeth o ACEs gan HDC. Dylai'r gwaith geisio archwilio gorgyffwrdd â'r ddarpariaeth hyfforddiant bresennol fel bod yr hyfforddiant yn ategu yn hytrach na'n dyblygu'r adnodd presennol.
- Dylid cwblhau gwerthusiad dilynol i asesu newid hirdymor i hyn, gan gynnwys hefyd archwiliad o effaith ar ymarfer yr heddlu. Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn cwblhau gwaith dilynol ar ôl 6 mis o AIAPVT i archwilio a yw'r dull wedi'i lywio gan ACE at blismona bellach wedi'i ymgorffori o fewn ymarfer bob dydd. Mae hyn yn rhan o newidiadau gweithredol ehangach i blismona yn yr ardal beilot, gan gynnwys dull amlasiantaeth strwythuredig, ymyrraeth gynnar tuag at bobl sy'n agored i niwed gyda Thimau Plismona Cymdogaeth. Bydd y gwerthusiad yn ceisio archwilio unrhyw wahaniaethau rhwng yr ardal beilot ac ardaloedd eraill yn yr heddlu.
- Dylai unrhyw ddarpariaeth ehangach o ran yr hyfforddiant yn cynnwys cyflwyno i rolau plismona gwahanol gael ei gwerthuso i archwilio effaith y math hwn o hyfforddiant ymhellach ar rolau gwahanol a'r effaith ar blismona.
- Gyda llawer o ardaloedd yn datblygu hyfforddiant wedi'i lywio gan drawma ar gyfer staff yr heddlu ledled y DU, a diffyg gwerthusiad o effeithiolrwydd, dylid rhannu'r canlyniadau positif yn y gwerthusiad hwn yn eang. Mae canfyddiadau o'r fath yn ddefnyddiol er mwyn llywio sut y gellir hyfforddi staff.
- O gofio'r effeithiau cadarnhaol ar agweddau staff tuag at dderbyn gwasanaethau cymorth, dylai'r posibilrwydd ar gyfer darparu'n ehangach a chyflwyno alinio â gwaith parhaus gan HDC ar eu hagenda ar gyfer gwella llesiant staff.

1. Cefndir

1.1. Profiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACEs) a gwytnwch

Mae profiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACEs) yn ddigwyddiadau llawn straen a brofir cyn 18 oed. Mae'r rhain yn cynnwys plentyn sy'n cael ei niweidio'n uniongyrchol trwy gamdriniaeth (corfforol, geiriol neu rywiol) neu fod camweithredu yn yr amgylchedd y maent yn byw ynddo (ee tyfu i fyny mewn tŷ lle mae camddefnyddio cyffuriau). Mae ymchwil wedi dangos bod unigolion sy'n profi ACEs yn fwy tebygol o fabwysiadu ymddygiadau sy'n niweidio iechyd,[2, 3], yn dioddef o iechyd corfforol a meddyliol gwael ac yn dioddef mwy o farwolaethau.[4,5] Ar ben hynny, maen nhw'n fwy tebygol o gael canlyniadau addysg[6] a chyflogaeth[7,8] gwael, a chymryd rhan mewn ymddygiad gwrthgymdeithasol neu droseddol.[9] Cafodd arolwg ACE cyntaf Cymru yn 2015 fod bron i hanner y boblogaeth yng Nghymru wedi profi o leiaf un ACE, ac roedd 14% wedi profi pedwar neu fwy.[10]

Fodd bynnag, ni fydd pob unigolyn sy'n profi ACEs yn cael canlyniadau negyddol. Credir bod unigolion gwydn yn elwa o ffactorau amddiffynnol sy'n eu helpu i osgoi'r canlyniadau negyddol sy'n gysylltiedig â straen cronig ac ACEs.[11] Gelwir y ffactorau amddiffynnol hyn yn flociau adeiladu gwytnwch ac fe'u hamlinellir yn Ffigur 1. Yn rhyngwladol, bu ffocws cynyddol ar sut y gall sectorau weithio mewn ffordd wedi'i llywio gan drawma i ymateb i unigolion sydd wedi profi ACEs ac atal ACEs rhag digwydd ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol.[12,13] Gallai atal ACEs ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol yng Nghymru leihau canlyniadau cyfiawnder troseddol gan oddeutu 55% (cyflawni trais, 60%; dioddef o drais, 57%, carchariad 50%), felly mae hwn yn faes ar gyfer gwaith yn y sector cyfiawnder troseddol.[10]

Ffigur 1: Blociau adeiladu gwytnwch

Ffynhonnell: Cyngor Gwyddonol Cenedlaethol ar y Plentyn sy'n Datblygu, 2015

1.2. Plismona yn y DU

Yn ystod y degawd diwethaf, gwelwyd rôl newidiol yr heddlu ledled Cymru a Lloegr, o atal ac ymateb i droseddau, i ymateb i faterion yn ymwneud â phobl sy'n agored i niwed a lles y cyhoedd.[14,15] Yn Ne Cymru, mae'r galw wedi newid yn sylweddol, gyda gostyngiad o 27% mewn troseddau a chynnydd o 30% mewn materion lles a diogelwch y cyhoedd.[16] Yn dilyn arolygiad HMIC i effeithiolrwydd, effeithlonrwydd a chyfreithlondeb yr heddlu o ran pobl sy'n agored i niwed yn 2015[17] ac Operation

Liberty,[a,18] cyflwynodd Heddlu De Cymru (HDC) ddiffiniad newydd ar gyfer pobl sy'n agored i niwed, sy'n categoreiddio person fel un sy'n agored i niwed os na allant ofalu nac amddiffyn eu hunain rhag niwed na cham-fanteisio a'r amgylchiadau canlynol:[19]

- Amgylchiadau personol (ee ynysu cymdeithasol, dioddefwr lluosog, addysg wael, hanes troseddu, amodau byw, profedigaeth);
- Iechyd ac anableddau (ee anabledd dysgu, iechyd meddwl, camddefnyddio cyffuriau/alcohol a meddwdod, ac anabledd corfforol);
- Nodweddion personol (rhyw, tueddfryd rhywiol, ethnigrwydd, oedran, crefydd); a/neu,
- Amgylchiadau economaidd (ee ariannol, diweithdra a thai).

Mae proses atgyfeirio diogelwch HDC yn golygu cwblhau Hysbysiad Diogelu'r Cyhoedd (PPN). Mae PPNs yn cael eu cwblhau gan Swyddogion yr Heddlu a staff o fewn 24 awr i ddigwyddiad sy'n cynnwys person agored i niwed (mae categorïau o fod yn agored i niwed ar PPNs yn cynnwys: Cam-drin yn y cartref a thrais; Pryder am blentyn/ecsbloetio plant yn rhywiol; Oedolyn agored i niwed; Iechyd meddwl; a/neu, Trais yn seiliedig ar anrhydedd). Mae HDC yn ymateb i lefelau uchel o bobl sy'n agored i niwed. Cafodd ymchwil i ymateb yr heddlu i bobl sy'n agored i niwed a risg a gynhaliwyd fel rhan o'r Prosiect Ymyrraeth Gynnar (gweler Blwch 1) fod staff Heddlu De Cymru wedi cyflwyno dros 60,000 o PPNs yn 2016, gallai fod staff HDC mewn sefyllfa dda i nodi pobl sy'n mewn perygl o ACEs, ac roedd gan swyddogion a staff HDC wybodaeth a dealltwriaeth gyfyngedig o ACEs neu effaith trawma. Roedd y canfyddiadau hefyd yn dangos bod staff yn mynychu digwyddiadau nad oeddent yn teimlo eu bod wedi'u hyfforddi'n ddigonol ar eu cyfer, nac yn ddigon hyderus o ran eu hymateb, a bod y llinellau cyfrifoldeb wrth weithio gydag asiantaethau eraill yn aneglur.[1]

Blwch 1: Prosiect Ymyrraeth Gynnar ac Atal

Mae'r Prosiect ymyrraeth gynnar ac atal: torri'r cylch troseddu o un genhedlaeth i'r llall yn brosiect dwy flynedd (Ebrill 2016 - Mawrth 2018) sy'n ceisio gweithio gyda'r heddlu i fynd i'r afael â phobl sy'n agored i niwed a risg gan ddefnyddio dull iechyd y cyhoedd wedi'i lywio gan ACEs. Mae'r prosiect yn gydweithrediad unigryw rhwng Iechyd Cyhoeddus Cymru, Comisiynydd yr Heddlu a Throseddu De Cymru, Heddlu De Cymru, NSPCC, Barnardo's a Chyngor Bwrdeistref Sirol Pen-y-bont ar Ogwr. Wedi'i ariannu trwy Gronfa Arloesi Heddlu'r Swyddfa Gartref a Chomisiynydd yr Heddlu a Throseddu De Cymru, y prosiect yw'r cyntaf o'i fath i fynd i'r afael â diffyg ymyrraeth gynnar a gweithgarwch ataliol pan fo ACEs yn amlwg ac mae teuluoedd mewn perygl o gael canlyniadau gwael (ee cymryd rhan mewn troseddu).

Roedd yr ymchwil yn argymell y dylai hyfforddiant yr heddlu sicrhau bod yr holl staff yn gallu defnyddio dull ACE/wedi'i lywio gan drawma at blismona. Bydd hyn yn helpu i ddatblygu'r sgiliau sydd eu hangen i weithio gyda phobl sy'n agored i niwed a chynyddu hyder proffesiynol a chynorthwyo staff yr Heddlu i adnabod adfyd yn gynnar. Roedd hwn yn un o bum argymhelliad ar gyfer newid a gymeradwywyd gan Heddlu De Cymru (gweler Blwch 2).[1] Mewn ymateb, datblygwyd Hyfforddiant Plismona Pobl sy'n Agored i Niwed mewn Dull wedi'i Lywio gan ACE (AIAPVT).

1.3. Rhaglen Hyfforddiant Plismona Pobl sy'n Agored i Niwed mewn Dull wedi'i Lywio gan ACE (AIAPVT)

Datblygwyd yr AIAPVT gan ddau ymarferydd gofal cymdeithasol profiadol (cydlynwyr ACE) o NSPCC Cymru a Barnardo's Cymru mewn cydweithrediad ag ymgynghorydd annibynnol mewn ymyriadau wedi'u llywio gan drawma o Rock Pool [b]. Nod yr hyfforddiant oedd rhoi dealltwriaeth i staff HDC o effaith ACEs ac ymyriadau wedi'u llywio gan drawma, opsiynau tactegol i gynyddu cymhwysedd a

a Wedi'i lansio gan HDC ym mis Gorffennaf 2016, nod Operation Liberty oedd cael dealltwriaeth o'r lefel bresennol o ymwybyddiaeth staff o bobl sy'n agored i niwed a pwysleisio i staff fod hwn yn faes blaenoriaeth.

b Mae Rock Pool yn darparu ystod o gymorth ymgynghorol i'r rhai sy'n gweithio gydag unigolion a theuluoedd cymhleth ac sy'n agored i niwed.

Blwch 2: Argymhelliad Dau – Cynnal peilot o raglen hyfforddi gyda phlismona 'cyflym' ac 'araf' ar y 'Dull wedi'i lywio gan ACE tuag at Blismona'

Amcanion:

- Sicrhau bod gan yr heddlu y sgiliau cywir i ymateb i bobl sy'n agored i niwed ar y pwynt cynharaf
- I gefnogi swyddogion ymateb '999' a swyddogion cymunedol i ddeall effaith ACEs a thrawma a sut y gallant helpu pobl agored i niwed orau mewn cyfnod o argyfwng ac angen

Amlygodd ymchwil i ymateb yr heddlu i bobl sy'n agored i niwed a risg a gynhaliwyd fel rhan o'r Prosiect Ymyrraeth Gynnar bwysigrwydd yr heddlu yn meddu ar y sgiliau cywir i ymateb i bobl sy'n agored i niwed ar y pwynt cynharaf, gan gydnabod nad yw ymwybyddiaeth o bobl sy'n agored i niwed yn ddigon i gynhyrchu ymateb effeithiol. Mae cynnwys yr hyfforddiant mewn ymateb i'r heddlu yn dweud bod angen iddynt gael gwell dealltwriaeth o bobl sy'n agored i niwed a pham mae pobl weithiau'n ymddwyn mewn ffyrdd penodol a sut y gallant ymateb. Y neges bwysig arall gan yr heddlu oedd eu bod am i'r hyfforddiant hwn gael ei ddarparu gan weithwyr proffesiynol sydd â phrofiad a gwybodaeth am bobl sy'n agored i niwed.

Datblygwyd y rhaglen hyfforddi 'Dull wedi'i lywio gan ACE at Blismona Pobl sy'n Agored i Niwed' a bydd yn cael ei chyflwyno gan 'gydlynwyr ACE' sy'n weithwyr gofal cymdeithasol proffesiynol mewn ymgynghoriad ag arbenigwr ar adfer o drawma emosiynol. Fe'i targedir at swyddogion ymateb '999' a swyddogion cymdogaeth gymunedol, gyda mwy o ffocws ar ymgysylltu â'r gymuned. Bydd hyn yn rhoi gwell dealltwriaeth iddynt o effaith ACEs a thrawma ar ymddygiad pobl agored i niwed a'r sgiliau sylfaenol ar gyfer ymateb i ymddygiad trawma emosiynol.

Darperir cymorth a chyngor dilynol gan y cydlynwyr ACE i sicrhau bod swyddogion yn cael eu cefnogi mewn camau cynnar a chydweithio â phartneriaid.

Ffynhonnell: Ford, K., Kelly, S., Evans, J., Newbury, A., Meredith, Z., a Roderick, J. (2017) Profiadau Niwiedio̦l yn ystod Plentyndod: Torri'r Cylch Troseddu o un Genhedlaeth i'r Llall. Rhoi Dealltwriaeth ar Waith: Adroddiad Cryno. Iechyd Cyhoeddus Cymru

Blwch 3: Cynnwys yr hyfforddiant (gweler Atodiad 1)

Sesiwn 1

- Gweithio gyda phobl sy'n agored i niwed
- Deall yr hyn yw straen gwenwynig a'i effaith ar lesiant
- Effaith trawma ar ddatblygiad yr ymennydd, ymddygiad ac ymateb i fygythiad
- Amlinellu yr hyn yw ACEs a thystiolaeth ymchwil ynghylch cysylltiadau â chanlyniadau iechyd gwael
- Cymhwyso ymarfer wedi'i lywio gan drawma i blismona
- Llesiant staff a rheoli trawma eilaidd

Sesiwn 2

- Deall trothwyon ar gyfer gwasanaethau cymdeithasol a chymorth cynnar
- Manteision a heriau gweithio amlasiantaeth
- Camau Newid
- Technegau cyfweld cymhellol
- Pwysigrwydd ffactorau amddiffynnol a sut i hyrwyddo gwytnwch

hyder yr heddlu wrth ymateb i bobl sy'n agored i niwed a gwella staff i weithio gydag asiantaethau eraill yn eu hymateb i bobl sy'n agored i niwed. Cyflwynwyd yr hyfforddiant mewn dwy sesiwn (gweler Blwch 3). Roedd sesiwn un yn rhaglen graidd undydd ar gyfer yr holl staff gweithredol (hy Timau Ymateb[c] a Thimau Plismona Cymdogaeth [NPTs][d]). Roedd Sesiwn Dau yn rhaglen uwch ar gyfer NPTs yn unig, a gyflwynwyd ar ddiwrnod dilynol a oedd yn cynnig rhagor o fanylion ar ymyriadau cynnar wedi'u llywio gan drawma, opsiynau tactegol ac adeiladu gwytnwch/ffactorau amddiffynnol yn y cyhoedd. Am ragor o wybodaeth am yr hyfforddiant a ddarparwyd gweler Atodiad 1.

> *"Rydyn ni'n hyfforddi ein hymatebwyr rheng flaen a'n timau cymdogaeth, ynghylch deall beth yw ACEs, pam maen nhw'n gwneud yr hyn y maen nhw'n ei wneud, beth yw'r canlyniadau posibl os nad oes lefel o wytnwch wedi'i adeiladu, a'r syniad yw gwneud i'n timau ddeall ACE a thrawma o ran y modd y maent yn delio â phobl agored i niwed, ac i dorri'r cylch a gobeithio darparu rhywfaint o wytnwch"*
>
> Cyfweliad 3, Staff HDC Ehangach

Treialwyd yr hyfforddiant mewn dau sector o fewn un Uned Rheoli Sylfaenol (BCU), dros gyfnod o 7 wythnos (Ebrill - Mai 2017). Cyflwynwyd yr hyfforddiant gan y cydlynwyr ACE i bob Swyddog NPT a Swyddogion ymateb a leolwyd yn ddaearyddol yn yr ardal beilot fel rhan o'u datblygiad proffesiynol parhaus. Yn dilyn canfyddiadau ymchwil a nododd ffafriaeth am hyfforddiant mwy rhyngweithiol 1, datblygwyd yr hyfforddiant i'w gyflwyno mewn arddull fwy cydweithredol na'r hyfforddiant traddodiadol a gyflwynwyd i staff yr heddlu. Roedd presenoldeb yn yr hyfforddiant yn orfodol ar gyfer yr holl staff gweithredol yn yr ardal beilot; fodd bynnag, roedd cymryd rhan yn y gwerthusiad yn ddewisol.

Yr amcanion gwerthuso sylfaenol oedd:

1. I archwilio a yw cymryd rhan yn y rhaglen hyfforddi AIAPVT yn arwain at gynyddu ymwybyddiaeth o ACE ymysg Swyddogion a staff yr Heddlu a'u bod wedi'u llywio gan drawma;
2. I archwilio sut y gallai bod yn ymwybodol o ACE effeithio ar ymarfer yr heddlu gan gynnwys gwneud penderfyniadau mewn sefyllfaoedd lle mae pobl yn agored i niwed;
3. I archwilio a yw cymryd rhan yn y rhaglen hyfforddi AIAPVT yn arwain at fwy o hyder ymhlith staff wrth ymateb i bobl sy'n agored i niwed a set sgiliau gwell;
4. I nodi a yw gwneud staff HDC yn ymwybodol o ACE yn effeithio ar eu dealltwriaeth o ddull amlasiantaeth a rolau gwahanol asiantaethau.

Ar ben hynny, ceisiodd y gwerthusiad, lle y bo'n bosibl, ddatblygu dealltwriaeth o sut y gellir gwerthuso effaith plismona wedi'i lywio gan ACE ar raddfa fwy/dros gyfnod hirach fel bod y potensial i'r AIAPVT gael ei gyflwyno ar draws holl ardal heddlu HDC a thu hwnt yn cael ei ddeall.

c Swyddogion yr heddlu sy'n ymateb i argyfyngau 999.

d Dull lleol at blismona sy'n cynnwys Swyddogion yr Heddlu, Swyddogion Cymorth Cymunedol yr Heddlu (PCSOs), Cwnstabliaid Arbennig, staff yr heddlu a gwirfoddolwyr.

2. Dulliau

Sylwer: Mae'r adran hon yn disgrifio'r dulliau a ddefnyddiwyd gan ICC i werthuso'r cynllun peilot, gellir dod o hyd i fanylion pellach ar weithredu AIAPVT yn Atodiad 1.

Dyluniwyd fframwaith gwerthuso gan ddefnyddio dull dulliau cymysg, gan gasglu data o gyfres o holiaduron a chyfweliadau cyn ac ar ôl yr hyfforddiant. Cymeradwywyd y gwerthusiad gan Swyddfa Ymchwil a Datblygu Iechyd Cyhoeddus Cymru (03/04/2017).

2.1. Holiaduron gwerthuso ac offer ARTIC

Mynychodd aelod o'r tîm ymchwil bob sesiwn hyfforddi i sicrhau cysondeb o ran casglu data a chofnodi unrhyw newidiadau i'r hyfforddiant neu'r dull cyflwyno. Cyn i bob sesiwn hyfforddi ddechrau, cyflwynodd yr ymchwilydd y gwerthusiad, amlinellodd gofynion cymryd rhan a phwysleisiodd fod y gwerthusiad yn gyfrinachol a bod yr holl ymatebion yn ddienw. Darparwyd taflen wybodaeth, ffurflen ganiatâd, holiadur cyn-werthuso a graddfa wybodaeth ARTIC i bob darpar gyfranogwr, a rhoddwyd amser iddynt ystyried a oeddent eisiau cymryd rhan ai peidio. Cafwyd cydsyniad wedi'i lofnodi gan bob cyfranogwr yn y gwerthusiad.

Cymerodd yr holl staff cymwys ran yn y gwerthusiad (151 o gyfranogwyr; 86 ymateb, 65 NPT). Cwblhaodd y cyfranogwyr holiadur graddfa ARTIC-35 a holiadur hyfforddiant cyn ac ar ôl yr hyfforddiant ar ôl sesiwn 1 (rhan 1) yr hyfforddiant. Roedd holiaduron yn cynnwys cyfres o raddfeydd likert, cwestiynau dichotomig a blychau testun agored. Mynychodd staff NPT (n=59) ail sesiwn o hyfforddiant uwch (rhan 2), a chwblhaodd yr holl gyfranogwyr holiadur ôl hyfforddiant a graddfa ARTIC ychwanegol ar ddiwedd eu hail sesiwn o hyfforddiant. Roedd yr holl ddeunyddiau casglu data yn ddienw ac yn cynnwys cod adnabod unigryw a gynhyrchwyd gan y tîm ymchwil i alluogi cysylltu holiaduron cyn hyfforddiant ac ôl hyfforddiant.

Holiaduron hyfforddiant

Holiadur cyn-hyfforddiant

Roedd y cwestiynau'n cynnwys gwybodaeth am ddemograffeg cyfranogwyr (hy rhyw, ystod oedran, rôl swydd a blynyddoedd o wasanaeth), cyrsiau hyfforddiant blaenorol a fynychwyd ar bobl sy'n agored i niwed, gweithio amlasiantaeth, hyder yn eu gwybodaeth a'u sgiliau cyfredol wrth weithio gyda phobl agored i niwed[e] a mesurau o'u hymwybyddiaeth a'u defnydd o wasanaethau cymorth HDC.

Holiadur ôl-hyfforddiant (rhan 1)

Bu'r cwestiynau'n archwilio barn y cyfranogwyr ar gynnwys a chyflwyno'r hyfforddiant, effaith bosibl yr hyfforddiant ar eu hymarfer plismona, gwneud penderfyniadau ynghylch cyflwyno PPN, rhwystrau i fabwysiadu AIAPV a manteision canfyddedig i'r cyhoedd. Roedd hefyd yn archwilio unrhyw effaith yr hyfforddiant ar agweddau tuag at geisio cymorth gan wasanaethau cymorth HDC a chyfoedion.

Holiadur ôl-hyfforddiant (rhan 2)

Bu'r cwestiynau'n archwilio newidiadau mewn ymarfer plismona ers hyfforddiant (hy defnydd o'r cerdyn LENS ACE [f]) a dylanwad yr hyfforddiant ar ymgysylltu ag asiantaethau eraill.

e Gofynnwyd hyn ym mhob holiadur cyn hyfforddiant ac ôl hyfforddiant.
f Derbyniodd yr holl gyfranogwyr gerdyn LENS ACE ar ôl y sesiwn hyfforddi gychwynnol (rhan 1) a oedd yn nodi 9 math o ACE (Gweler Atodiad 1).

Offeryn ARTIC

Cafodd agweddau cyfranogwyr tuag at weithio gyda phobl sydd wedi dioddef trawma eu mesur gan ddefnyddio graddfa Agweddau Cysylltiedig â Gofal wedi'i Lywio gan Drawma (ARTIC-35).[20] Mae graddfa ARTIC yn offeryn 35 eitem a ddatblygwyd gan y Traumatic Stress Institute sy'n mesur agweddau ffafriol ac anffafriol tuag at ofal wedi'i lywio gan drawma, sy'n ysgogwyr pwysig ymddygiad staff.[21] Mae'r raddfa wedi'i dilysu'n seicometryddol ac mae ganddi gysondeb mewnol cryf a dibynadwyedd profi-ailbrofi.[20] Mae ARTIC-35 yn mesur agweddau tuag at drawma ar bum graddfa (gweler Tabl 1). [21]

Tabl 1: Graddfa ARTIC-35

Is-raddfa	Disgrifiad	Eitem enghreifftiol
Achosion sylfaenol ymddygiad a symptomau problemus	Diffinio agweddau'r cyfranogwr tuag at ymddygiadau a symptomau cleientiaid, a chred mewn achosion allanol a gorddadwy (yn hytrach na mewnol a sefydlog).	*Magwyd y cleientiaid fel hyn, felly nid oes llawer y gallaf ei wneud amdano nawr*
Ymatebion i ymddygiad a symptomau problemus	Agweddau tuag at a all ymddygiad cleientiaid newid drwy berthynas, hyblygrwydd, caredigrwydd a diogelwch, yn hytrach na rheolau, canlyniadau ac atebolrwydd	*Gweinyddu canlyniadau cosbol yw'r ffordd orau o ddileu ymddygiad annymunol*
Ymddygiad yn y gwaith	Yn archwilio cefnogaeth y cyfranogwr at ddull empathetig tuag at gleientiaid yn hytrach nag un yn seiliedig ar reolaeth.	*Cyn belled â bod pawb yn ddiogel, mae'n iawn i gleientiaid fod yn ofidus iawn, hyd yn oed os ydynt yn achosi peth difrod i eiddo*
Hunan-effeithiolrwydd yn y gwaith	Yn archwilio agwedd y cyfranogwr tuag at ei allu ei hun i fodloni gofynion gweithio gyda phoblogaeth sydd wedi'u trawmateiddio	*Mae'r amgylchiadau newidiol yn rhan o'r gwaith felly nid wyf yn ei gymryd yn bersonol*
Ymatebion i'r gwaith	Yn archwilio gwybodaeth y cyfranogwr am effeithiau trawma eilaidd a thrawmateiddio ac a ydynt yn ymdopi â hyn trwy geisio cymorth neu drwy guddio'r effaith.	*Y ffordd orau o ddelio â theimlo eich bod wedi'ch ymlâdd yn y gwaith yw drwy geisio cymorth*

Mae'r term 'cleient' yn disgrifio'r person sy'n cael ei wasanaethu mewn lleoliad penodol (ee myfyriwr, person, preswylydd neu glaf).

2.2. Cyfweliadau

Ar ôl cwblhau'r hyfforddiant, cynhaliwyd cyfweliadau wyneb-yn-wyneb lled-strwythuredig gyda'r cydlynwyr ACE a staff sy'n ymwneud â datblygu hyfforddiant (n=3), a staff ehangach HDC sy'n ymwneud â darparu hyfforddiant (n=2) a sampl o'r staff a fynychodd yr hyfforddiant (n=15, gwahoddwyd staff i gyfweliad fis ar ôl derbyn yr hyfforddiant). Gwahoddwyd unigolion i gyfweliad trwy e-bost gan y tîm ymchwil. Gwahoddwyd sampl o gyfranogwyr hyfforddiant yn ddienw i gael eu cyfweld ar draws pob grŵp hyfforddi i sicrhau bod yr holl rolau a rhengoedd wedi'u cynnwys (Ymateb, n=4 a NPT, n=11). Rhoddwyd taflen wybodaeth cyfranogiad i gyfranogwyr a gafodd eu cyfweld, a dywedwyd wrthynt fod yr holl ymatebion yn ddienw ac yn gyfrinachol. Cafwyd caniatâd ysgrifenedig gwybodus gan bawb a gymerodd ran mewn cyfweliad. Datblygwyd amserlenni cyfweld ar wahân i alluogi ymholiadau mwy penodol.

Cydlynwyr ACE a datblygwyr hyfforddiant[g]

Bu'r cyfweliadau yn archwilio rôl y cydlynydd ACE, nodau ac amcanion yr hyfforddiant, profiad o ddatblygu a chyflwyno'r hyfforddiant, a chanfyddiadau o effaith yr hyfforddiant ar ymarfer yr heddlu.

g Two interviews were conducted with each ACE co-ordinator, following the completion of delivery of part 1, and following completion of the delivery of part 2.

Bu'r cyfweliadau hefyd yn archwilio newidiadau posibl i'r hyfforddiant a'r potensial ar gyfer cyflwyno'r hyfforddiant i BCUau a rolau a rhengoedd eraill yn HDC.

Staff HDC Ehangach

Bu cyfweliadau yn archwilio gwybodaeth a dealltwriaeth o'r hyfforddiant, cymryd rhan yn natblygiad a pheilot yr hyfforddiant, darpariaethau hyfforddiant cyfredol o fewn HDC a sut y gellid ymgorffori'r hyfforddiant AIAPV i'r ddarpariaeth bresennol, ac ystyriaethau o ran cyflwyno o bosibl i BCUau, rolau a rhengoedd eraill.

Cyfranogwyr hyfforddiant

Bu cyfweliadau yn archwilio profiad cyfranogwr hyfforddiant o fynychu'r hyfforddiant, canfyddiadau o gyflwyno'r hyfforddiant, effaith yr hyfforddiant ar blismona a chanfyddiadau ar gyflwyno'r hyfforddiant i rolau a rhengoedd eraill yn HDC.

2.3. Dadansoddi data

Darparwyd templed dadansoddi ar gyfer ARTIC gan y Traumatic Stress Institute yn Microsoft Excel. Mae'r fformiwlâu yn y templed hwn yn cyfrifo sgorau cymedrig ar gyfer pob un o'r pum israddfa, yn ogystal â sgôr gyffredinol. Mae sgorau ARTIC posib yn amrywio o 1 (ymwybyddiaeth isel/agweddau gwael tuag at ofal wedi'i lywio gan drawma) i 7 (ymwybyddiaeth uchel/agweddau da tuag at ofal wedi'i lywio gan drawma). Dadansoddwyd y data hwn, ochr yn ochr â data meintiol eraill a gasglwyd yn yr holiaduron gan ddefnyddio IBM SPSS Statistics for Windows, Fersiwn 24.0. Roedd y dadansoddiad yn defnyddio ystadegau disgrifiadol, chi-squared, independent-samples t-test a one-way ANOVA.

Cafodd cyfweliadau eu recordio (sain), eu trawsgrifio a'u gwneud yn ddienw cyn cwblhau dadansoddiad thematig ar feddalwedd Atlas ti Fersiwn 7.5.15.

3. Holiadur a Chanlyniadau ARTIC

Cymerodd 151 o staff HDC ran yn y gwerthusiad cyn ac ar ôl yr hyfforddiant o dimau cymdogaeth (43%) a thimau ymateb (57%). Roedd hyn yn cynnwys staff ar draws ystod o rengoedd gan gynnwys; Cwnstabl yr Heddlu (PC, 62%), Swyddogion Cymorth Cymunedol yr Heddlu (PCSO, 29%) a Rhingylliaid yr Heddlu (PS, 9%). Roedd hyd gwasanaeth cyfranogwyr [h] yn amrywio o ddau fis i 27 mlynedd (cyfartaledd naw mlynedd; gweler Atodiad 2, Tabl A1 ar gyfer demograffeg manwl ar gyfranogwyr). Cymerodd 59 o staff NPT ran yn y gwerthusiad yn dilyn rhan 2 hefyd.

Hyfforddiant blaenorol a fynychwyd

Dim ond ychydig dros draean o'r cyfranogwyr (36%) a adroddodd eu bod wedi mynychu o leiaf un cwrs hyfforddi arall o ran pobl sy'n agored i niwed. O'r unigolion hyn, roedd cyfranogwyr wedi mynychu cyfartaledd o 2.7 o gyrsiau yr un; Rhingylliaid oedd wedi mynychu'r mwyafrif o gyrsiau gyda 43% yn dweud eu bod wedi mynychu o leiaf un cwrs sy'n gysylltiedig â phobl sy'n agored i niwed, o'i gymharu â 34% o PCSOs a 37% o PCs. Yn yr un modd, roedd cyfranogwyr o'r timau ymateb wedi mynychu mwy o gyrsiau na chyfranogwyr NPT (41% o'i gymharu â 31%). Y math mwyaf cyffredin o gwrs a fynychwyd gan staff oedd mewn perthynas â thrais yn y cartref (51%) ac iechyd meddwl (35%; gweler Atodiad 2, Tabl A2).

3.1. Gofal ac ymarfer wedi'i lywio gan ACE/Trawma

Cyn-hyfforddiant

Roedd staff a fynychodd sesiwn hyfforddi un wedi cwblhau graddfa ARTIC cyn i'r sesiwn ddechrau (N=151). Dangosir y sgorau ARTIC cymedrig ar gyfer pob israddfa a'r sgôr cyfanswm cymedrig yn Nhabl 2. Roedd cyfanswm sgorau ARTIC yn amrywio o 3.40 i 6.79 (ystod bosibl o 1 i 7, gyda sgorau o 7 yn nodi agwedd fwy cadarnhaol tuag at ofal wedi'i lywio gan drawma).

Nid oedd gwahaniaeth arwyddocaol ar gyfer israddfeydd a chyfanswm sgorau ARTIC yn ôl tîm (hy cymdogaeth ac ymateb; gweler Tabl 2). Canfuwyd gwahaniaeth sylweddol yn ôl rhyw gyda menywod yn adrodd sgorau ARTIC cyffredinol uwch (4.92; Dynion, 4.66; $p < 0.01$). Roedd gan PCSOs hefyd agweddau sylweddol fwy cadarnhaol tuag at ofal wedi'i lywio gan drawma, gyda Rhingylliaid yn meddu ar yr agweddau lleiaf positif. Roedd gan gyfranogwyr â llai na thair blynedd o wasanaeth hefyd sgorau ARTIC sylweddol uwch ar gyfer cyfanswm sgôr a'r israddfeydd o achosion sylfaenol ymddygiad a symptomau problemus a hunan-effeithiolrwydd yn y gwaith.

Ôl-hyfforddiant

Cwblhaodd y staff y raddfa ARTIC ar ôl cwblhau'r hyfforddiant. Roedd staff a gwblhaodd ran 2 o'r hyfforddiant wedi cwblhau graddfeydd ar ôl rhan 1 a rhan 2.

Yn dilyn mynychu rhan 1 o'r hyfforddiant (pob aelod o staff, n=151) cynyddodd sgorau ARTIC cymedrig, gan ddangos ymwybyddiaeth ac agweddau gwell tuag at ofal wedi'i lywio gan drawma. Gwellodd y sgorau ar draws pob israddfa (gweler Ffigur 2 ac Atodiad, Tabl A3). Wrth edrych ar gyfanswm sgorau ARTIC, roedd cyfranogwyr benywaidd yn parhau i gael eu llywio gan drawma i raddau llawer helaethach na dynion, ac eithrio ar gyfer yr israddfa *Ymateb i ymddygiad a symptomau problemus.* Nid oedd y gwahaniaethau arwyddocaol ar gyfer sgorau ARTIC a arsylwyd ar gyfer rôl swydd yn y llinell sylfaen (cyn hyfforddiant) yn parhau ar ôl mynychu'r sesiwn hyfforddi gyntaf, ac ni welwyd unrhyw wahaniaeth sylweddol mewn sgorau ar gyfer agweddau tuag at ofal wedi'i lywio gan drawma rhwng rôl neu dîm. Yn gyffredinol, nid oedd gwahaniaeth arwyddocaol yn sgorau ARTIC yn ôl hyd gwasanaeth, fodd bynnag ar gyfer yr israddfeydd *Achosion sylfaenol ymddygiad a symptomau problemus a Hunan-effeithiolrwydd yn y gwaith,* roedd cyfranogwyr â llai na thair blynedd o wasanaeth yn cynnal sgorau sylweddol uwch/ymwybyddiaeth dda.

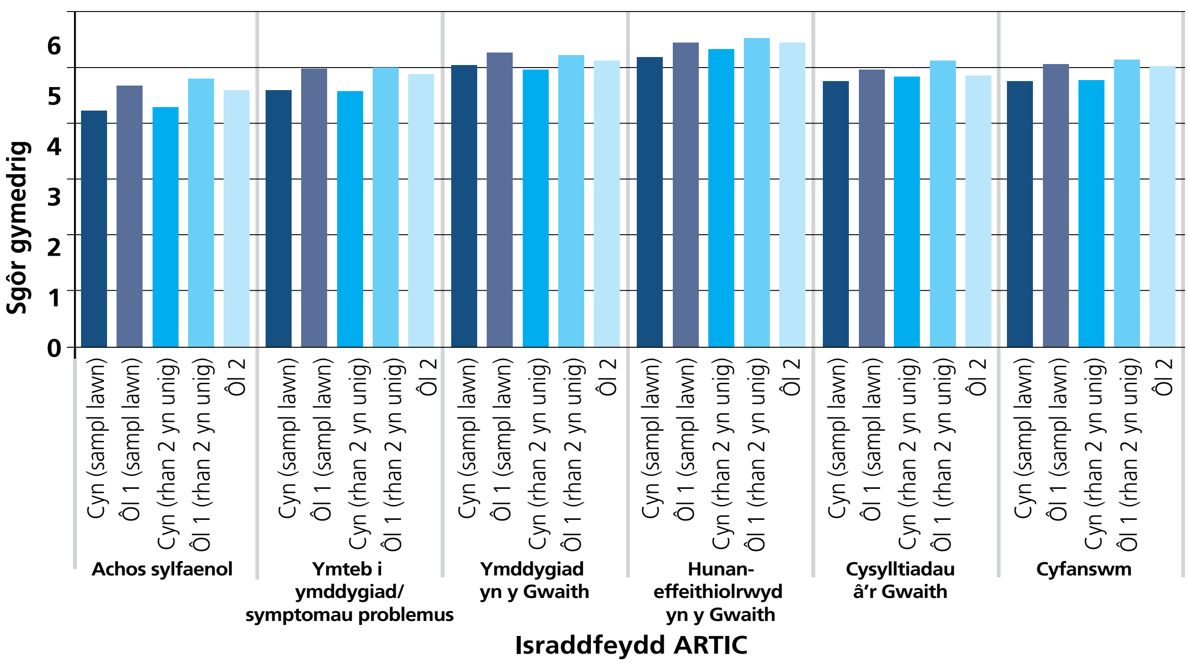
h Nid yw hyd gwasanaeth yn cynnwys amser yn gweithio mewn heddluoedd eraill.

Tabl 2: Sgorau ARTIC cymedrig cyn yr hyfforddiant yn ôl rôl swydd, tîm a hyd gwasanaeth (n=151).

	Achosion sylfaenol ymddygiad a symptomau problemus	Ymateb i ymddygiad a symptomau problemus	Ymddygiad yn y gwaith	Hunan-effeithiolrwydd yn y gwaith	Cysylltiadauâ'r gwaith	Sgôr gyffredinol
Pawb						
Cymedr	4.21	4.57	5.06	5.17	4.77	**4.76**
SD	0.59	0.68	0.64	0.78	0.77	**0.49**
Rhyw						
Gwryw	4.13	4.45	4.97	5.08	4.65	**4.66**
Menyw	4.35	4.78	5.21	5.32	4.96	**4.92**
p	*<0.05*	*<0.01*	*<0.05*	*NS*	*<0.05*	*<0.01*
Rôl						
PCSO	4.33	4.60	5.09	5.41	4.93	**4.87**
PC	4.18	4.57	5.11	5.11	4.73	**4.74**
PS	4.05	4.52	4.59	4.86	4.50	**4.50**
p	*NS*	*NS*	*<0.05*	*<0.05*	*NS*	*<0.05*
Tîm						
Ymateb	4.16	4.57	5.14	5.08	4.73	**4.73**
NPT	4.28	4.58	4.95	5.30	4.82	**4.79**
p	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*
Hyd gwasanaeth (blyn.)						
< 3	4.45	4.65	5.27	5.60	4.78	**4.95**
3 - 10	4.15	4.56	5.08	5.16	4.77	**4.74**
11 - 19	4.10	4.47	4.89	4.90	4.77	**4.63**
≥ 20	4.22	4.82	4.92	4.93	4.85	**4.75**
p	*<0.05*	*NS*	*NS*	*<0.01*	*NS*	*<0.05*

Swyddog Cefnogi Cymunedol yr Heddlu (PCSO), Cwnstabl yr Heddlu (PC), Rhingyll yr Heddlu (PS), Tîm Plismona Cymdogaeth (NPT); NS = Ddim yn arwyddocaol, SD = Gwyriad Safonoln.

Ffigur 2: Sgorau ac israddfeydd ARTIC cyffredinol cymedrig



Tabl 3: Sgorau ARTIC cymedrig, cyn ac ar ôl hyfforddiant 1 ar gyfer y sampl lawn (n=151)

	Achosion sylfaenol ymddygiad a symptomau problemus		Ymateb i ymddygiad a symptomau problemus		Ymddygiad yn y gwaith		Hunan-effeithiolrwydd yn y gwaith		Cysylltiadau â'r gwaith		Sgôr gyffredinol	
	Cyn	Ôl 1	Cyn	Ôl 1	Cyn	Ôl 1	Cyn	Ôl 1	Cyn	Ôl 1	**Cyn**	**Ôl 1**
Pawb												
Cymedr	4.21	4.69	4.57	5.00	5.06	5.27	5.17	5.46	4.77	5.01	**4.76**	**5.09**
SD	0.59	0.70	0.68	0.88	0.64	0.78	0.78	0.88	0.77	0.94	**0.49**	**0.80**
Rhyw												
Gwryw	4.13	4.55	4.45	4.90	4.97	5.15	5.08	5.32	4.65	4.84	**4.66**	**4.95**
Menyw	4.35	4.94	4.78	5.16	5.21	5.48	5.32	5.69	4.96	5.30	**4.92**	**5.31**
p	*<0.05*	*<0.01*	*<0.01*	*NS*	*<0.05*	*<0.05*	*NS*	*<0.05*	*<0.05*	*<0.01*	*<0.01*	*<0.01*
Rôl												
PCSO	4.33	4.84	4.60	5.05	5.09	5.33	5.41	5.63	4.93	5.25	**4.87**	**5.22**
PC	4.18	4.65	4.57	4.98	5.11	5.29	5.11	5.42	4.73	4.90	**4.74**	**5.05**
PS	4.05	4.56	4.52	4.96	4.59	4.96	4.86	5.14	4.50	4.99	**4.50**	**4.92**
p	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*<0.05*	*NS*	*<0.05*	*NS*	*NS*	*NS*	*<0.05*	*NS*
Tîm												
Ymateb	4.16	4.61	4.57	4.99	5.14	5.29	5.08	5.41	4.73	4.91	**4.73**	**5.05**
NPT	4.28	4.81	4.58	5.00	4.95	5.24	5.30	5.53	4.82	5.15	**4.79**	**5.14**
p	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*
Hyd gwasanaeth (blyn.)												
< 3	4.45	4.99	4.65	5.08	5.27	5.55	5.60	5.86	4.78	5.16	**4.95**	**5.34**
3- 10	4.15	4.66	4.56	5.01	5.08	5.20	5.16	5.38	4.77	4.95	**4.74**	**5.04**
11-19	4.10	4.48	4.47	4.88	4.89	5.13	4.90	5.29	4.77	5.00	**4.63**	**4.95**
≥ 20	4.22	4.63	4.82	5.16	4.92	5.27	4.93	5.38	4.85	5.06	**4.75**	**5.10**
p	*<0.05*	*<0.05*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*<0.01*	*<0.05*	*NS*	*NS*	*<0.05*	*NS*

Swyddog Cefnogi Cymunedol yr Heddlu (PCSO), Cwnstabl yr Heddlu (PC), Rhingyll yr Heddlu (PS), Tîm Plismona Cymdogaeth (NPT); NS = Ddim yn arwyddocaol, SD = Gwyriad Safonol.

Tabl 4: Sgorau ARTIC cymedrig, cyn ac ar ôl hyfforddiant 2 ar gyfer staff a fynychodd ran 2 (n=59)

	Achosion sylfaenol ymddygiad a symptomau problemus		Ymateb i ymddygiad a symptomau problemus		Ymddygiad yn y gwaith		Hunan-effeithiolrwydd yn y gwaith		Cysylltiadau â'r gwaith		Sgôr gyffredinol	
	Cyn	Ôl 2	Cyn	Ôl 2	Cyn	Ôl 2	Cyn	Ôl 2	Cyn	Ôl 2	**Cyn**	**Ôl 2**
Pawb												
Cymedr	4.28	4.63	4.59	4.88	4.96	5.14	5.36	5.48	4.84	4.89	**4.81**	**5.00**
SD	0.56	0.87	0.63	0.89	0.65	0.88	0.73	1.03	0.83	1.01	**0.48**	**0.8**
Rhyw												
Gwryw	4.20	4.51	4.46	4.82	4.87	5.09	5.35	5.50	4.75	4.70	**4.73**	**4.92**
Menyw	4.39	4.80	4.76	4.95	5.06	5.20	5.38	5.45	4.97	5.13	**4.91**	**5.10**
p	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*
Rôl												
PCSO	4.34	4.68	4.63	5.02	5.10	5.25	5.48	5.59	4.95	4.95	**4.90**	**5.10**
PC	4.18	4.50	4.60	4.50	4.78	4.95	5.11	5.10	4.78	4.74	**4.69**	**4.76**
PS	4.00	4.57	4.17	4.6	4.23	4.71	4.94	5.49	4.14	4.8	**4.3**	**4.83**
p	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*<0.05*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*
Hyd gwasanaeth (blyn.)												
< 3	4.51	4.78	4.57	5.13	5.17	5.24	5.59	5.51	5.00	4.94	**4.97**	**5.12**
3-10	4.23	4.65	4.68	4.88	5.02	5.12	5.38	5.49	4.82	4.77	**4.83**	**4.98**
11-19	4.13	4.41	4.40	4.66	4.79	5.02	5.16	5.50	4.85	5.10	**4.66**	**4.94**
≥ 20	4.17	4.55	4.53	4.57	4.48	5.15	5.02	5.35	4.57	4.93	**4.56**	**4.91**
p	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*

Swyddog Cefnogi Cymunedol yr Heddlu (PCSO), Cwnstabl yr Heddlu (PC), Rhingyll yr Heddlu (PS), Tîm Plismona Cymdogaeth (NPT); NS = Ddim yn arwyddocaol, SD = Gwyriad Safonol

Ar gyfer staff NPT a gwblhaodd ran 2 o'r hyfforddiant, roedd agweddau tuag at ofal wedi'i lywio gan drawma ychydig yn llai cadarnhaol nag ar ôl rhan 1 ond roeddent yn fwy cadarnhaol na chyn yr hyfforddiant (gweler Tabl A3). Ar ôl rhan 2 o'r hyfforddiant, ni welwyd unrhyw wahaniaeth sylweddol mewn sgorau gan unrhyw ffactor demograffig (gweler Tabl 4).

3.2. Hyder i weithredu mewn ffordd wedi'i llywio gan ACE

Gofynnwyd i gyfranogwyr nodi eu hyder ar draws ystod o eitemau ar raddfa o 1 (ddim yn hyderus o gwbl) i 10 (yn hollol hyderus). Yn gyffredinol, adroddodd staff cyn hyfforddiant am lefelau cymedrol i uchel (sgorau cymedrig o 7 neu uwch) o hyder ar fesurau, gan gynnwys ymateb i bobl sy'n agored i niwed, gan ddefnyddio barn broffesiynol a'r gallu i nodi a oes angen cymorth ychwanegol.

Cafwyd gwahaniaethau sylweddol o ran lefelau hyder yn ôl tîm gydag aelodau'r tîm ymateb yn adrodd sgorau hyder uwch ar gyfer ymateb i bobl sy'n agored i niwed (7.73; NPT, 7.16; p <0.05; gweler Atodiad 2, Tabl A4) a deall pryd y mae angen cyflwyno PPN (8.65; NPT, 8.17; p <0.05). Nododd cyfranogwyr ag 20 mlynedd neu ragor o wasanaeth yr heddlu sgorau hyder uwch ar gyfer defnyddio barn broffesiynol (8.50) o'i gymharu â'r rhai â thair blynedd neu lai o brofiad (7.32; p <0.05).

Yn dilyn yr hyfforddiant, mynegodd cyfranogwyr fwy o hyder wrth ymateb i bobl sy'n agored i niwed, gan ddefnyddio barn broffesiynol a dealltwriaeth o brosesau hy pan fo angen cyflwyno PPN (gweler

Tabl 5). Ar ôl rhan 1 o'r hyfforddiant gwelwyd gwahaniaeth sylweddol mewn sgorau hyder yn ôl tîm gyda staff ymateb yn nodi mwy o hyder yn y gallu i nodi a oes angen cymorth ychwanegol ai peidio (8.67; NPT, 8.33; $p < 0.05$; gweler Atodiad 2, Tabl A5). Nid oedd y gwahaniaeth sylweddol yn ôl hyd gwasanaeth a oedd yn bresennol yn y llinell sylfaen yn parhau ar ôl rhan 1 o'r hyfforddiant. Sgoriodd cyfranogwyr benywaidd eu hunain yn sylweddol uwch ar y gallu i ryngweithio â phobl agored i niwed yn sensitif (8.78; dynion, 8.38; $p < 0.05$).

At ei gilydd, roedd ychydig o ostyngiad ar rai eitemau ar ôl yr ail hyfforddiant, fodd bynnag, roedd sgorau hyder yn parhau'n uwch na chyn yr hyfforddiant (gweler Tabl 5).

Gofynnwyd i'r cyfranogwyr hefyd i sgorio eu hyder o ran deall effaith trawma ac ACEs gan ddefnyddio set o raddfeydd likert. Cyn hyfforddiant, adroddodd staff lefelau isel (sgorau cymedrig o 3 neu is) o hyder yn eu dealltwriaeth o lens wedi'i llywio gan ACE a'u gallu i ddefnyddio dull wedi'i lywio gan ACE, gweler Ffigur 3. Cyn yr hyfforddiant, roedd gan gyfranogwyr a oedd yn ddynion, yn rhingylliaid neu'n NPT sgorau sylweddol uwch o ran deall beth yw lens wedi'i llywio gan ACE (gweler Atodiad 2, Tabl A6). Nid oedd unrhyw wahaniaethau arwyddocaol eraill yn ôl rhyw, rôl, tîm neu hyd gwasanaeth.

Nododd y cyfranogwyr fwy o hyder yn eu dealltwriaeth o ACEs a dulliau wedi'u llywio gan ACE ar ôl yr hyfforddiant (ar ôl sesiwn hyfforddiant 1 a 2; gweler Ffigwr 3, Atodiad 2, Tabl A7).

Ar ôl cwblhau rhan 1, roedd cyfranogwyr benywaidd yn nodi mwy o hyder yn eu dealltwriaeth o effaith trawma ar yr ymennydd, yr hyn yw lens wedi'i llywio gan ACE a'r gallu i ddefnyddio dull wedi'i lywio gan drawma (gweler Atodiad 2, Tabl A8). Adroddodd PCSOs sgorau hyder uwch o ran deall effaith straen a thrawma ar yr ymennydd (8.73; PC, 8.60, PS, 7.93; $p < 0.05$). Nid oedd unrhyw wahaniaeth sylweddol yn parhau mewn sgorau hyder yn ôl tîm neu hyd gwasanaeth.

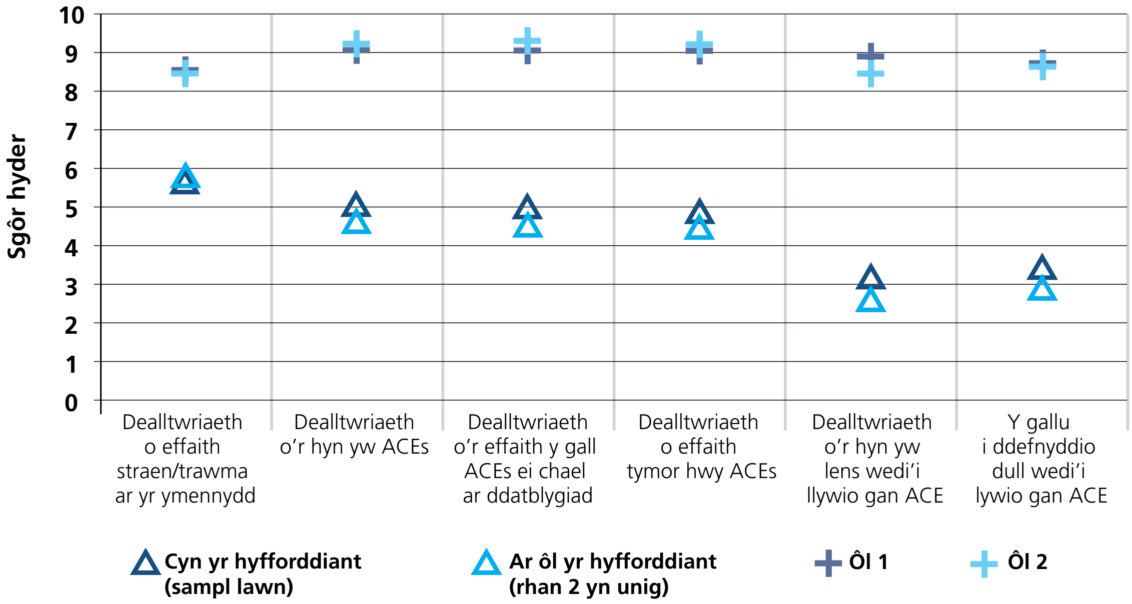
Ar gyfer unigolion a gymerodd ran yn rhan 2 yr hyfforddiant, roedd cyfranogwyr benywaidd yn llawer mwy hyderus o ran deall effaith hirdymor ACEs (9.46; dynion, 9.00; $p < 0.05$).

Tabl 5: Sgorau hyder cymedrig ar gyfer ymateb i bobl sy'n agored i niwed

Graddfa hyder	Cyn-hyfforddiant (sampl lawn, n=151)		Cyn-hyfforddiant (rhan 2 yn unig, n= 9)		Ôl 1 (sampl lawn, n= 51)		Ôl 1 (rhan 2 yn unig, n=59)		Ôl 2 (n=59)	
	Cymedrig	SD	Cymedrig	SD	Cymedrig	SD	Cymedrig	SD	Cymedrig	SD
Ymateb i bobl sy'n agored i niwed yn eich rôl	7.49	1.46	7.17	1.40	8.55	1.07	8.41	1.06	8.31	1.18
Rhyngweithio â phobl sy'n agored i niwed yn sensitif	7.79	1.28	7.66	1.16	8.53	1.11	8.42	1.09	8.41	1.2
Defnyddio eich barn broffesiynol	7.80	1.24	7.66	1.10	8.43	1.07	8.33	1.15	8.28	1.19
Y gallu i nodi a oes angen cymorth ychwanegol ai peidio	7.75	1.26	7.79	1.18	8.53	1.05	8.38	1.15	8.31	1.15
Deall pa bryd y mae angen cyflwyno PPN	8.44	1.44	8.21	1.50	8.85	1.33	8.61	1.65	8.95	1.13
Dealltwriaeth o ddull amlasiantaeth a rolau gwahanol asiantaethau	6.74	1.88	6.92	1.65	7.75	1.63	7.68	1.60	8.19	1.53

SD = Gwyriad Safonol.

Ffigur 3: Sgôr hyder cymedrig ar gyfer deall ACEs a dull wedi'i lywio gan ACE cyn ac ar ôl hyfforddiant



3.3. Ymwybyddiaeth/Ymgysylltu â gwasanaethau cefnogi staff

Mae gweithlu'r heddlu'n ymwneud â gwaith heriol, gofidus. Mae staff yn agored i drawma ac mae natur a difrifoldeb y digwyddiadau y mae'r heddlu'n delio â nhw yn gallu cael effaith andwyol ar lesiant. Nododd ymchwil ar yr ymateb i bobl sy'n agored i niwed gan HDC effaith y galw gan bobl sy'n agored i niwed ar lesiant staff a gwybodaeth a defnydd cyfyngedig o wasanaethau cymorth staff 1. Felly, roedd y cynllun peilot AIAPVT yn cynnwys gwybodaeth am y cymorth sydd ar gael i staff HDC sy'n dioddef o straen a thrawma eilaidd (gweler Atodiad 1), ac felly holodd y gwerthusiad am ymwybyddiaeth ac ymgysylltiad â gwasanaethau cymorth staff.

Cyn-hyfforddiant

Gofynnwyd i'r staff nodi eu hymwybyddiaeth a'u defnydd o ystod o wasanaethau cymorth sydd ar gael i staff HDC. Er gwaethaf bron i saith o bob deg o gyfranogwyr yn adrodd am ymwybyddiaeth o rai gwasanaethau fel My Mind[i] (73.5%) a My Health[j] (64.9%), roedd gwasanaethau eraill fel y Red Arc[k] (21.2%) a'r Blue Light Infoline[l] (21.2%) yn llai adnabyddus (gweler Atodiad 2, Tabl A9).

Dywedodd oddeutu 1 o bob 4 (26.7%) o gyfranogwyr eu bod wedi cael mynediad at wasanaeth cymorth tra'n cael eu cyflogi gan HDC. O'r rhain, roedd 15.3% wedi cael mynediad at un gwasanaeth, roedd 6.0% wedi cael mynediad at ddau wasanaeth a 5.3% wedi defnyddio tri neu ragor. Y gwasanaethau mwyaf cyffredin oedd My Mind (12.6%) a My Health (13.2%) wedi'u dilyn gan Ffederasiwn yr Heddlu[m] (8.6%). Er gwaethaf y nifer isel yn defnyddio'r gwasanaethau, dywedodd chwech o bob deg o staff (64.9%) eu bod yn cytuno neu'n cytuno'n gryf y dylent, ar ôl mynychu digwyddiad trawmatig, geisio cymorth gan y gwasanaethau ffurfiol a gynigir gan HDC. Nid oedd gwahaniaeth arwyddocaol mewn agweddau tuag at gymorth (gan gydweithwyr/goruchwylwyr, gwasanaethau ffurfiol, teimlo eu bod yn cael eu cefnogi i gael mynediad at wasanaethau) yn ôl rhyw, rôl, tîm a hyd gwasanaeth.

---

i Gwasanaethau cwnsela a thrawma mewnol, gan gynnwys Rheoli Risg Trawma (TRIM) sy'n darparu asesiadau a chymorth dan arweiniad cymheiriaid yn dilyn digwyddiadau.
j Gwasanaethau iechyd galwedigaethol;
k Gwasanaeth Cynghori Gofal Annibynnol, sy'n darparu cyngor a chymorth emosiynol i bobl sy'n dioddef o salwch difrifol, profedigaeth neu anabledd hirdymor
l Llinell gymorth dan ofal Mind yn cynnig cymorth, cyngor a chyfeirio cyfrinachol, annibynnol ac ymarferol ar iechyd meddwl a llesiant i staff gwasanaethau brys, gwirfoddolwyr a'u teuluoedd.
m Yn darparu gwasanaethau adfer ac iechyd, llinell gymorth 24/7 a chwnsela i swyddogion sy'n gorfod ymdopi â sefyllfaoedd sy'n newid bywyd wrth arfer eu dyletswyddau.

Ar ôl hyfforddiant

Yn dilyn hyfforddiant, gofynnwyd i gyfranogwyr a fyddent, yn sgil mynychu'r hyfforddiant, yn fwy tebygol, yn llai tebygol neu yr un mor debygol o geisio cymorth (naill ai cymorth ffurfiol neu anffurfiol hy cydweithwyr). Ar ôl sesiwn hyfforddi un dywedodd tri o bob deg (29.3%) o gyfranogwyr eu bod yn fwy tebygol o geisio cymorth gan gydweithwyr, a dywedodd dros draean (36.1%) y byddent yn fwy tebygol o geisio cymorth ffurfiol gan HDC. Roedd PCs yn llawer mwy tebygol o geisio cymorth yn ffurfiol ac yn anffurfiol (gweler Atodiad; Tabl A10). Ar ôl ail ran yr hyfforddiant, cynyddodd hyn i 39.7% a 46.6% yn y drefn honno, eto heb unrhyw wahaniaethau arwyddocaol yn ôl rhyw, rôl, tîm a hyd gwasanaeth.

3.4. Agweddau tuag at gyflwyno'r hyfforddiant

Gofynnwyd i'r cyfranogwyr faint oeddent yn cytuno neu'n anghytuno ag ystod o ddatganiadau yn ymwneud â chyflawni'r hyfforddiant gan ddefnyddio graddfa pum pwynt o gytuno'n gryf i anghytuno'n gryf. Roedd dros 90% o'r cyfranogwyr yn cytuno neu'n cytuno'n gryf ar gyfer yr holl fesurau, ac roedd y rhain yn cynnwys bod cynnwys yr hyfforddiant yn berthnasol, yn cael ei gyflwyno'n effeithiol, a'u bod wedi datblygu gwybodaeth a sgiliau o'r hyfforddiant yr oeddent yn teimlo'n hyderus i'w defnyddio (gweler Ffigur 4).

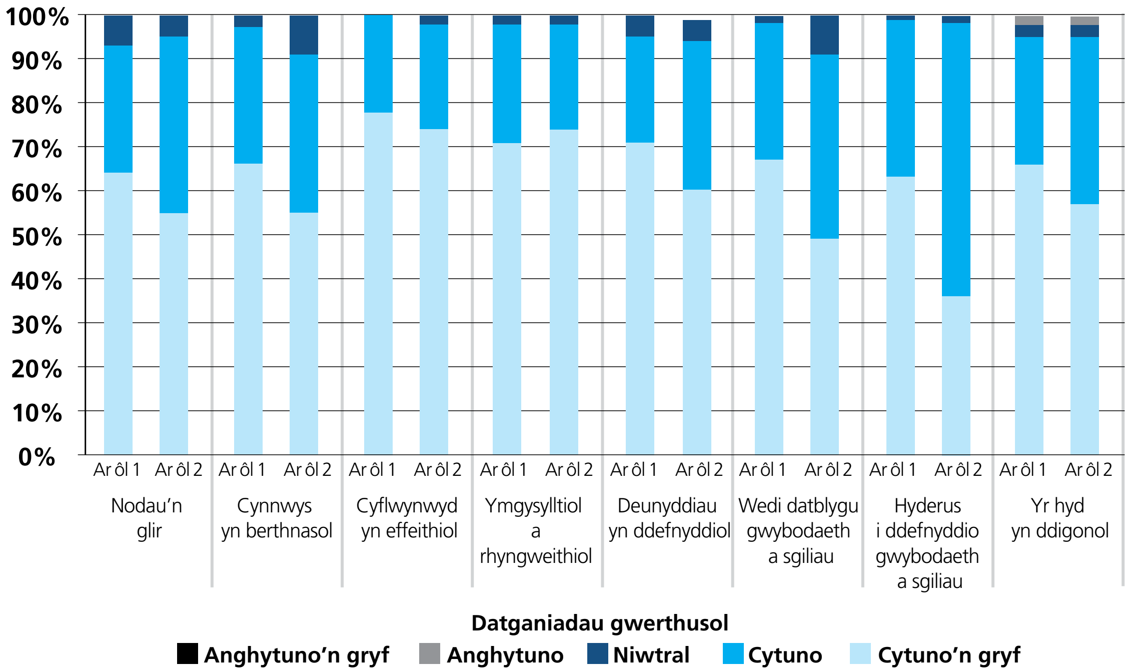
3.5. Effaith yr hyfforddiant ar ymarfer yr heddlu

Cyn yr hyfforddiant roedd naw o bob deg o staff (89.3%) yn adrodd eu bod ar hyn o bryd yn ymgysylltu ag asiantaethau eraill yn eu rôl bresennol wrth gefnogi pobl agored i niwed.

Gofynnodd yr holiadur yn dilyn rhan 2 yr hyfforddiant i gyfranogwyr NPT a oeddent wedi defnyddio'r cerdyn LENS ACE (gweler Atodiad 1) ers mynychu'r sesiwn hyfforddi gyntaf. Dywedodd tri o bob deg (29.3%) eu bod wedi defnyddio'r cerdyn a phan ofynnwyd iddynt am ei ddefnyddioldeb ar raddfa o un i ddeg gyda deg yn ddefnyddiol iawn, adroddodd y cyfranogwyr sgôr gyfartalog o 8.

Gofynnodd HDC i'r staff a oedd wedi mynychu'r hyfforddiant i gofnodi nifer yr ACEs yr oeddent yn eu nodi ar gyfer pob unigolyn y maent yn cyflwyno PPN ar ei gyfer (ni ofynnir am yr ACEs). Mae'r wybodaeth hon i'w chofnodi yn adran arsylwadau swyddogion y PPN. Dywedodd saith o bob deg cyfranogwr (69.2%) eu bod wedi cofnodi nifer yr ACEs a nodwyd ar PPNs a gyflwynwyd ers yr hyfforddiant.

Ffigur 4: Cyfran y cyfranogwyr yn cytuno'n gryf/cytuno â datganiadau dethol ar gyflwyno'r hyfforddiant, ar ôl rhan 1 a 2



Gofynnwyd i gyfranogwyr a fyddai elfennau o'r hyfforddiant yn dylanwadu ar eu hymarfer, a chytunodd naw o bob deg y byddai eu dysgu yn y meysydd canlynol yn dylanwadu ar eu hymarfer: deall trothwyon asiantaethau eraill wrth ymateb i bobl sy'n agored i niwed (7.5%); dealltwriaeth o'r broses y mae unigolion yn mynd drwyddi wrth geisio newid eu hymddygiad (94.8%); technegau mewn cyfweld ysgogol (93.0%) a dealltwriaeth o bwysigrwydd ffactorau amddiffynnol wrth adeiladu gwytnwch (96.5%).

Elfennau gwerthfawr o'r hyfforddiant

Gofynnwyd i gyfranogwyr nodi pa elfennau o'r hyfforddiant y cawsant yn fwyaf gwerthfawr. Dewiswyd clipiau fideo ac animeiddio (Ôl 1, 57.1%; Ôl 2, 69.6%) a thrafodaethau a gweithgareddau grŵp (Ôl 1, 46.3%; Ôl 2 64.3%) fel y mwyaf gwerthfawr ar gyfer ar ôl y sesiwn hyfforddiant gyntaf a'r ail sesiwn. Ar ôl y gyntaf, nododd saith o bob deg (69.0%) hefyd Wybodaeth am ACEs a throsglwyddiad rhwng cenedlaethau a gwnaeth chwech o bob deg (58.6%) ddethol gwybodaeth am effaith fiolegol trawma ar blant. Dywedodd holiaduron pob cyfranogwr ar ôl sesiwn 1 eu bod yn teimlo bod manteision i'r cyhoedd o ran mabwysiadu AIAPV.

4. Canfyddiadau ansoddol o gyfweliadau dilynol ar ôl hyfforddiant

Mae’r adran hon yn archwilio canfyddiadau cyfweliadau gyda chyfranogwyr hyfforddiant, darparwyr hyfforddiant a staff ehangach HDC sy’n ymwneud â threfniadaeth yr hyfforddiant. Mae’r canfyddiadau’n cwmpasu effaith yr hyfforddiant ar wybodaeth a sgiliau staff yr heddlu; effeithiau ar blismona, PPNs a gwaith amlasiantaeth. Mae hefyd yn archwilio ystyriaethau ar gyfer darparu’r hyfforddiant yn ehangach, gan gynnwys ei gyflwyno a phwysigrwydd yr amgylchedd hyfforddi.

4.1. Effaith hyfforddiant ar wybodaeth a sgiliau staff

Nododd rhai cyfranogwyr ymwybyddiaeth flaenorol o gylchoedd troseddu o un genhedlaeth i’r llall a’r effaith y gallai tyfu i fyny mewn amgylcheddau andwyol ei chael ar unigolion;

“Os yw plant yn cael magwraeth anodd, maen nhw’n fwy tebygol o gymryd rhan mewn troseddu.”
Cyfweliad 9, PS

Ymhellach, nododd y cyfranogwyr eu bod yn gweithio gyda llawer o bobl sy’n agored i niwed, a bod ganddynt ddealltwriaeth dda o’r systemau atgyfeirio, fel y dywedodd un cyfranogwr *“dyna fy mara a menyn, dwi’n gwneud hynny, ac rydw i yn y byd hwnnw bob dydd”* (Cyfweliad 12, PS). Dywedodd rhai cyfranogwyr eu bod yn teimlo’n fedrus wrth ymgysylltu ag unigolion sydd wedi’u trawmateiddio, ond roeddent yn teimlo bod eu gwybodaeth am effaith trawma cyn yr hyfforddiant yn *“fwy o ymwybyddiaeth gyffredinol”* (Cyfweliad 8, PC) a bod mynychu’r hyfforddiant wedi rhoi dealltwriaeth ddyfnach iddynt o effaith trawma ac ACEs. Dywedwyd bod yr hyfforddiant yn darparu llwyfan ar gyfer ymwybyddiaeth a fyddai’n cynorthwyo’r holl staff wrth ymateb i unigolion sy’n agored i niwed:

“Felly, mewn gwirionedd, os oes gennych yr hyfforddiant, dylai eich gwneud yn fwy ymwybodol, felly does dim esgus os byddwch chi’n methu rhywun o ran eu hanghenion.”
Cyfweliad 11, PCSO

Nododd y mwyafrif o staff, ers mynychu’r hyfforddiant, eu bod wedi gallu nodi ACEs wrth fynychu galwadau ac roeddent yn cydnabod bod cyfran fawr o’r bobl yr oeddent yn dod i gysylltiad â hwy yn profi adfyd, neu wedi ei brofi yn y gorffennol:

“Gyda bron pob galwad yr ydym yn mynd iddi mae ACE adnabyddadwy, pan fyddwch chi’n cyrraedd y 4 [ACE] hwnnw, dylech fod yn meddwl y gallai hyn [cael sawl ACE] wneud gwahaniaeth mawr. ”
Cyfweliad 9, PS

Effaith ar ddatblygu sgiliau

Yn ystod y cyfweliadau a thrwy gydol yr hyfforddiant, dywedodd nifer bach o gyfranogwyr eu bod yn teimlo bod angen anelu’r hyfforddiant at lefel uwch gan y dywedwyd ei fod yn debyg i’r hyfforddiant cychwynnol.

“Dw i ddim yn credu bod hynny’n berthnasol, oherwydd yr ydym yn gwneud llawer ohono yn ein hyfforddiant sylfaenol.”
Cyfweliad 19, PC

“Yr unig beth mae [yr hyfforddiant] wedi’i wneud yw efallai rhoi strwythur newydd neu derminoleg newydd o gwmpas pethau yr ydym yn eu gwybod eisoes”
Cyfweliad 12, PS

At hynny, nodwyd gan bron pob un o’r cyfranogwyr a gafodd gyfweliad bod rhai o’r sgiliau a drafodir yn yr hyfforddiant yn cael eu datblygu trwy brofiad; *“mae’r rhain yn sgiliau yr wyf wedi eu datblygu dros*

gyfnod hir o amser" (Cyfweliad 10, PC). Oherwydd hyn, awgrymwyd y gallai'r hyfforddiant felly fod yn fwy addas i staff newydd a PCSOs sydd â llai o brofiad o weithio gyda phobl wedi'u trawmateiddio.

"Mae'n debyg bod gan PCs fwy o brofiad o ddelio â sut i reoli'r bobl hynny, pobl gyfnewidiol, yn hytrach na PCSOs. Rwy'n credu y gallai rhan o'r hyfforddiant fod yn fwy buddiol i PCSOs nag y byddai i PCs"

Cyfweliad 9, PS

Er gwaethaf hyn, dywedodd y rhan fwyaf o gyfranogwyr fod yr hyfforddiant yn caniatáu iddynt gael gwell syniad a dealltwriaeth ddyfnach o ACEs a thrawma; *"tra ein bod yn gwybod hynny yn anecdotaidd, roedd ei weld mewn du a gwyn yn wych "* (Cyfweliad 13, PS).

4.2. Effaith hyfforddiant ar blismona

Yn ystod y cyfweliadau, gofynnwyd i'r cyfranogwyr ddisgrifio sut yr oedd yr hyfforddiant wedi effeithio ar eu hymarfer plismona. Dywedodd yr holl staff a gafodd eu cyfweld fod yna effeithiau cadarnhaol o fynychu'r hyfforddiant peilot gan gynnwys sut y buont yn gweithio gydag unigolion a oedd wedi profi/yn profi trawma neu ar gyflwyno PPN.

Gweithio gydag unigolion sy'n agored i niwed

Nododd llawer o staff fod hyfforddiant wedi eu harwain i newid eu syniadau ynglŷn â'u hymateb i unigolion y buont yn eu hystyried yn y gorffennol fel rhai problemus a/neu'n gyfwynebol. Roedd y staff yn cofio bod yr hyfforddiant wedi eu harwain nawr i ystyried y trawma a allai fod yn sail i'r ymddygiad hwn a gweithio gyda hyn yn hytrach na dim ond ymateb i broblemau amlwg unigolion. Roedd y ffordd newydd hon o weithio yn golygu na fyddai staff *"yn mynd i mewn yno gydag unrhyw syniadau blaenorol nad yn dod i gasgliadau byrbwyll ynghylch pam mae pobl yn ymddwyn yn y ffordd y maen nhw'n ei wneud"* (Cyfweliad 18, PCSO).

"Rydych chi'n cael ciplun ac rydych ond yn gweld, er enghraifft, y person 14 oed sy'n berson coll, sydd yn hunllef llwyr i ddelio â nhw, rhywun nad yw'n ymgysylltu ... Rwy'n meddwl ei fod yn dipyn o sioc i bobl ynghylch pam maen nhw wedi dod i'r sefyllfa honno, a'r hyn a ddigwyddodd o'r blaen, felly roeddwn i'n credu bod hynny'n ddefnyddiol iawn. Fe wnes i fwynhau hynny"

Cyfweliad 13, PS

O ganlyniad uniongyrchol i'r hyfforddiant, dywedodd nifer o'r cyfranogwyr y byddent yn awr yn holi am drawma ac yn ceisio casglu gwybodaeth gefndir fwy manwl; "pan fyddwn ni'n siarad â phobl ... rydyn ni'n gosod y meddwl hwnnw ar waith, yr ydym yn gofyn y cwestiynau ychwanegol hynny, lle efallai y byddwn wedi gofyn cwestiynau sylfaenol yr heddlu" (Cyfweliad 9, PS). Ymestynnodd hyn i fyfyrio ar bwysigrwydd rhyngweithio staff ag unigolion, yn enwedig plant i sicrhau ymgysylltiad da.

"Mae'n rhaid i chi siarad â nhw ar eu math o lefel, felly yn hytrach na mynd i mewn yn galed, gan fod yn ffigwr awdurdod brawychus ... rydych chi wir eisiau cael sgwrs gyffredinol gyda nhw, i adeiladu perthynas."

Cyfweliad 14, PCSO

Nododd nifer o gyfranogwyr y byddent bellach yn myfyrio ar yr effaith y gallai eu hymddygiad eu hunain ei chael wrth ymateb, *"felly pan fyddaf yn mynd i alwadau, mae'n agor fy meddwl ychydig yn fwy i sut y gall fy ymddygiad effeithio ar eu hymddygiad nhw yn y dyfodol"* (Cyfweliad 15, PCSO). Teimlwyd y byddai gweithio mewn ffordd wedi'i llywio gan drawma yn galluogi staff i fod yn fwy amyneddgar a chyfeillgar ac, o ganlyniad, yn gallu meithrin perthnasoedd gwell a chasglu gwybodaeth fanylach, *"cael ychydig mwy o hanes, ychydig mwy o wybodaeth"* (Cyfweliad 8, PC). Amlygodd y cyfranogwyr y byddai'r newidiadau hyn i ymarfer yr heddlu hefyd yn gwella'r cymorth y mae pobl sy'n agored i niwed yn ei dderbyn gan yr heddlu:

"Efallai na fyddwn wedi cynnig yr ymyriad, dim ond rhoi'r PPN i mewn, nawr, byddwn yn edrych ar y digwyddiad hwnnw ac edrych ar yr amgylchiadau, ac yn nodi bod yna ACE cyn i mi roi'r PPN i mewn."

Cyfweliad 21, PC

Dywedodd un cyfranogwr ei fod wedi defnyddio'r model llaw ar gyfer gwyddor yr ymennydd a ddysgwyd yn ystod yr hyfforddiant gyda phlentyn i'w helpu i ddeall ei ddicter a'i ymddygiad:

"Rwyf wedi ei ddefnyddio [y model llaw] ychydig o weithiau, gyda phlant yn y parc. Roedd gen i un bachgen bach a oedd yn eithaf dig, a gallwn weld ei fod yn eithaf dig, ac roedd yn gynrychiolaeth gorfforol iawn ohono, ac esboniais iddo ef, gofynnais iddo beth oedd yn bod, ac unwaith i ni wneud y pethau ffurfiol, eglurais ef iddo, ac yna fe wnaeth ei gopïo, ac, mae e wedi'i ddefnyddio hefyd."

Cyfweliad 15, PCSO

Effaith ar PPNs

Ni fwriadwyd i fynychu'r hyfforddiant effeithio ar gyflwyno PPNs, gan fod hwn yn ofyniad diogelu. Yn gyffredinol, teimlai staff nad oedd cyfranogiad yn yr hyfforddiant wedi cael fawr o effaith ar eu penderfyniadau o ran cyflwyno PPN. Dywedodd y staff fod PPNs yn cael eu cyflwyno ar gyfer pob math o bobl sy'n agored i niwed, ac o ystyried nifer y PPNs nad ydynt yn arwain at ymyriad gan y gwasanaethau cymdeithasol1, byddai wedi bod yn ddefnyddiol i'r hyfforddiant gynnwys cyfarwyddyd ar gyflwyno PPN yn briodol. Fodd bynnag, adroddodd staff rai effeithiau'r hyfforddiant ar gyflwyno PPNs. Yn ychwanegol at yr hyfforddiant, gofynnodd HDC fod staff bellach yn cynnwys nifer yr ACEs a nodwyd ar gyfer y pwnc ar bob PPN a gyflwynir. Adroddodd y staff lefel uchel o gydymffurfiad â'r cais hwn a bod iaith ACEs bellach yn cael ei defnyddio'n aml ymhlith y rhai a fynychodd:

"Mae pobl yn defnyddio termau ACEs i nodi ACEs pan fyddant yn mynd i alwadau ... felly rwy'n credu ei fod wedi treiddio i'n harferion bob dydd."

Cyfweliad 9 PS

At hynny, nodwyd bod staff eraill ar draws HDC nad oeddent wedi cymryd rhan yn yr hyfforddiant bellach yn nodi ACEs:

"Ymddengys bod CID yn cynnwys ACEs ar PPNs heb gael yr hyfforddiant, felly mae'n ymddangos ei fod wedi hidlo ar draws"

Cyfweliad 9, PS

Arweiniodd dysgu am nifer y PPNs a arweiniodd at weithredu gan y gwasanaethau cymdeithasol rai o'r staff i ofyn a oedd hyn yn ganlyniad i'r heddlu yn peidio â disgrifio'n ddigonol ar PPN y risgiau a arsylwyd ganddynt, *"efallai nad ydw i'n ei roi yno yn iawn, neu nad ydyn nhw'n ei weld yn iawn"* (Cyfweliad 8, PC).

"Rydych yn fath o, rydych chi'n anghofio eich bod chi wedi bod yn y tŷ hwnnw, rydych chi wedi siarad â'r person hwnnw ... ond, nid yw'r person sy'n ei ddarllen wedi gwneud hynny. Felly, efallai y byddwch chi'n sylweddoli bod rhaid i chi fod yn benodol am bethau, nid bod yn amwys a dweud, 'roedd y tŷ mewn cyflwr gwael"

Cyfweliad 18, PCSO

Arweiniodd hyn at staff yn myfyrio y gallant bellach ystyried ymhellach pa wybodaeth i'w chynnwys ar y PPN. Nododd rhai cyfranogwyr fod hyn wedi eu harwain i newid eu hymarfer, casglu mwy o hanes ar bobl a enwyd ar PPNs a sicrhau bod PPNs *"ag ychydig yn fwy o gynnwys iddi."* (Cyfweliad 16, PCSO).

"Rwyf yn fwy effro i wahanol achosion o fod yn agored i niwed a allai godi, neu gallant sôn am rywbeth, a fyddai'n effeithio ar fy nghyflwyniad PPN. Lle cyn hynny byddwn yn mynd i mewn, gan wybod eu bod yn ddioddefwyr iechyd meddwl, ysgrifennu bod ganddynt iechyd meddwl, ond ni fyddwn yn wir yn agored i unrhyw beth arall, hynny yw, ni fyddwn yn edrych amdanynt."

Cyfweliad 15, PCSO

"Cynnwys ar y gwaelod yr hyn rwy'n credu yw'r effeithiau ar y plant ... rydym yn tueddu i anghofio nhw a'r effaith y mae'n ei chael arnynt, mae'r un mor bwysig yr hyn y mae'r plentyn yn mynd trwyddo oherwydd y corfforol a'r emosiynau y mae hi'n mynd drwyddo."

Cyfweliad 10, PC

4.3. Effaith hyfforddiant ar weithio amlasiantaeth

Yn unol â chanfyddiadau ymchwil eraill1, roedd mwyafrif y cyfranogwyr yn amlygu rhwystredigaeth gyda gweithio amlasiantaeth, yn enwedig perthynas anodd â gwasanaethau cymdeithasol. Nododd y cyfranogwyr rwystredigaeth wrth ddysgu am nifer yr atgyfeiriadau PPN sy'n arwain at ymyrraeth gan y gwasanaethau cymdeithasol, a oedd yn groes i'r disgwyliad bod atgyfeiriadau yn arwain at weithredu i unigolion:

> *"Mae'r wybodaeth honno'n mynd i'r asiantaethau hyn, rydym ni, yn tybio bod rhywbeth, bod rhywun yn edrych ar y wybodaeth honno a gwneud rhywbeth am y peth."*
>
> Cyfweliad 12, PS

Dywedodd nifer o gyfranogwyr eu bod yn teimlo y byddai eu presenoldeb yn yr hyfforddiant yn helpu i wella gweithio amlasiantaeth o ran *"mae proses unedig bellach, safon i bawb"* (Cyfweliad 15, PCSO). Fodd bynnag, roedd gwahaniaethau ar draws rolau, gan y teimlwyd bod gweithio amlasiantaeth yn fwy anodd i'r swyddogion ymateb oherwydd llwythi gwaith uchel.

O ganlyniad i'r hyfforddiant, nododd y cyfranogwyr ddealltwriaeth bellach o'r gwasanaethau sydd ar gael yn yr ardal leol, ac eglurder am yr hyn y gellir ei wneud i gynorthwyo unigolion. Dywedodd y staff eu bod yn cael eu grymuso i ddarganfod mwy am y gwasanaethau sydd ar gael yn yr ardal leol ac *"wedi fy ngwneud yn llawer mwy ymwybodol, ac edrych ar yr hyn sydd gennym yn ein hardal ni"*(Cyfweliad 14, PCSO). Rhannodd nifer o gyfranogwyr enghreifftiau o waith amlasiantaeth, gan gynnwys defnyddio hybiau lleol ar gyfer rhannu gwybodaeth a chyngor, a gweithio gyda thai, ysgolion a threfniadau amlasiantaeth ehangach.

> *"Mae gwybod bod asiantaethau eraill yno hefyd, sy'n eich cefnogi ... Rwy'n credu ei fod yn dda iawn ... i mi, beth bynnag, dyna'r peth allweddol."*
>
> Cyfweliad 17, PCSO

Dywedodd rhai cyfranogwyr eu bod bellach yn teimlo'n hyderus i wneud atgyfeiriadau cymorth cynnar ac wedi gwneud atgyfeiriadau i gymorth cynnar ers yr hyfforddiant *"rydym wedi dechrau defnyddio ... rydyn ni wedi rhoi rhai i mrwn yr wythnos hon rwy'n credu, na yr wythnos diwethaf* (Cyfweliad 12, PS).

Yr angen i asiantaethau eraill dderbyn yr hyfforddiant

Dywedodd y staff fod angen i asiantaethau a sefydliadau eraill gael hyfforddiant tebyg, gan nodi y byddai hyn yn gwella cyfathrebu a gwaith amlasiantaeth, *"os gall hynny gael ei gyflwyno i bawb, yna gobeithio y bydd hynny'n atal rhywfaint o'r broblem sydd gennym fel diffyg cyfathrebu"* (Cyfweliad 15, PCSO). Adroddwyd bod dealltwriaeth a rennir yn hanfodol i waith amlasiantaeth a dywedodd rhai staff y byddent yn rhannu eu dysgu yn bersonol gydag asiantaethau eraill:

> *"Mae gennym glwb bechgyn a merched enfawr yn agos ata i ar ddydd Gwener, gyda naw deg o blant ynddo ... felly, byddaf yn siarad gyda'r bobl yno, yn ogystal ... ac yn sôn am hyn"*
>
> Cyfweliad 17, PCSO

> *"Rydyn ni'n mynd i mewn i ysgolion a dweud o, a ydych chi wedi clywed am yr hyfforddiant ACE ... mae'n rhywbeth sydd eisoes yn rhywbeth cyfredol yr ydym yn dechrau ei ddefnyddio."*
>
> Cyfweliad 19, PC

4.4. Ystyriaethau ar gyfer datblygu hyfforddiant yn y dyfodol

Roedd consensws cyffredinol ymhlith y cyfranogwyr hyfforddiant a gafodd gyfweliad bod yr hyfforddiant yn berthnasol iawn i faes plismona ac yn gyffredinol roedd agweddau tuag at yr hyfforddiant yn gadarnhaol iawn. Fodd bynnag, amlygwyd nifer o ystyriaethau ar gyfer darparu'r hyfforddiant yn ehangach ar draws y cyfweliadau.

Ymwybyddiaeth o'r hyfforddiant cyn ei fynychu

Adroddodd y staff ymwybyddiaeth gymysg o'r hyn yr oedd yr hyfforddiant cyn iddynt ei fynychu. Nododd rhai staff eu bod wedi cael gwybod trwy e-bost a oedd yn manylu ar ofynion y cwrs (hy dyddiad, amser, lleoliad, gwisg), yn ogystal â disgrifiad byr o'r hyn yw ACEs, dywedodd staff eraill mai ychydig iawn o wybodaeth a gawsant am y cwrs. Teimlai'r darparwyr hyfforddiant y byddai o gymorth i staff dderbyn gwybodaeth yn ffurfiol am y cwrs cyn mynychu, trwy friffio ysgrifenedig, pecyn NCALT (y Ganolfan Genedlaethol ar gyfer Technolegau Dysgu Cymhwysol, ar-lein) neu fideo ar y fewnrwyd. Er bod nifer bach o gyfranogwyr yn cytuno y byddai mwy o wybodaeth am yr hyfforddiant yn ddefnyddiol, teimlai'r mwyafrif o'r cyfranogwyr y dylai hyn fod yn gyfyngedig oherwydd cyfyngiadau o ran edrych ar y wybodaeth ac oherwydd consensws y gallai gael effaith negyddol ar ymgysylltu, oherwydd byddai gan staff syniadau ac agendâu rhagdybiedig.

"Mae'n debyg i Google ... mae rhywbeth o'i le arnoch chi ac yna rydych yn mynd ar Google i edrych ar y symptomau ac rydych chi'n marw ... yna rydych chi'n mynd at y Doctor ac mae gennych chi annwyd. Felly, os nad yw neb yn dweud wrthyf am beth yr wyf yn chwilio, ni fyddaf yn chwilio amdano ar Google."

Cyfweliad 17, PCSO

Offer hyfforddi

Canfu'r holl gyfranogwyr fod yr animeiddiad ACE yn arbennig o ddefnyddiol *"amlinellodd popeth a gynrychiolir gan ACEs mewn tua phedair munud"* (cyfweliad 11, PCSO) a dywedwyd bod y fideo yn cynnig cynrychiolaeth weledol dda o effaith adfyd ar blentyndod. Dywedodd y cyfranogwyr hefyd eu bod yn adnabod pobl yr oeddent yn teimlo yr oedd yr animeiddiad yn eu portreadu *"gallwch chi gysylltu llawer o deuluoedd â hynny, y cartŵn a ddangoswyd i ni, felly, mae'n gwneud i chi sylweddoli, mae bob amser yno, on'd yw e?"* (Cyfweliad 19, PC). Cafodd llawer o gyfranogwyr yr astudiaeth achos yn arbennig o ddefnyddiol wrth ddatblygu dealltwriaeth gliriach o'r cysylltiad rhwng adfyd mewn plentyndod a chanlyniadau bywyd diweddarach:

"Roedd yr astudiaeth achos yn rhywbeth a arhosodd gyda mi oherwydd gallwch chi ei weld, mewn bywyd go iawn. Gallwch ei weld yn digwydd. Gallwch chi weld pobl o'ch wardiau chi, yn yr ardal honno."

Cyfweliad 15, PCSO

Gofynnodd rhai o'r cyfranogwyr am ragor o storïau bywyd go iawn o'r hyfforddiant a oedd yn amlygu rôl yr heddlu ac enghreifftiau cadarnhaol o adegau lle mae'r heddlu wedi defnyddio dull wedi'i lywio gan drawma yn llwyddiannus - *"dyna'r ffordd orau i ddysgu mae'n amlwg, oherwydd mae pobl yn gallu gweld ei fod wedi bod yn llwyddiannus a sut y gallwn gysylltu ag ef"* (Cyfweliad 9, PS).

"efallai cael ychydig yn fwy o storïau bywyd go iawn, unwaith eto, mae'n atgyfnerthu sut beth yw e, mae'n rhaid i chi sicrhau eich bod chi'n gwybod, ein bod ni'n cael hyn yn iawn, fel arall, y rhain yw'r canlyniadau."

Cyfweliad 8, PC

Dywedodd y cyfranogwyr hefyd fod y pecynnau gwybodaeth a ddarparwyd iddynt yn ystod yr hyfforddiant yn fuddiol, gan weithredu i'w hatgoffa ac adnewyddu eu gwybodaeth. Yn benodol, adroddwyd bod cerdyn LENS ACE yn ddefnyddiol:

"Y cardiau bach a roesoch i ni ... felly nawr rydym ni'n ei gario gyda ni ... os na fyddwn ni'n gwneud ... os ydym ni'n rhywle ac mae bob amser ACE o'n cwmpas ni, hyd yn oed os nad yw hynny ar flaen ein meddwl, byddaf yn mynd yn ôl i mewn i'r car wedyn a meddwl, "O, edrychwch ar yr holl bethau hyn" ... fe wnes i gael hynny'n wirioneddol ddefnyddiol."

Cyfweliad 16, PCSO

Er bod rhai cyfranogwyr wedi dweud eu bod wedi gwneud atgyfeiriadau cymorth cynnar, dywedodd cyfranogwyr eraill eu bod yn teimlo nad oedd yn berthnasol i blismona, ac mai cyfrifoldeb y gwasanaethau cymdeithasol ydoedd: "Fy marn bersonol yw, chi'n gwybod, dylai gwasanaethau cymdeithasol yn amlwg fod yn gwneud y cymorth cynnar, chi'n gwybod, dylen nhw fod yn cyfeirio pobl" (Cyfweliad 11, PCSO) .

Deall newidiadau gweithredol ehangach

Roedd y cyfranogwyr yn awyddus i ddeall pa newidiadau gweithredol eraill fyddai yn eu lle o ganlyniad i'r hyfforddiant hwn a pha brosesau, os o gwbl, fyddai'n newid o ganlyniad i hynny.

> *"Drwy gydol yr hyfforddiant, yr oeddem yn holi beth fyddai ein rolau, o ran sut yr oeddem yn mynd i'w weithredu."*
>
> Cyfweliad 9, PS

Roedd nifer o gyfranogwyr yn teimlo bod angen i'r hyfforddiant gynnwys manylion ynghylch sut y gellid cymhwyso'r dysgu hwn i blismona a beth i'w wneud i helpu teuluoedd sy'n agored i niwed y tu hwnt i gyflwyno PPN. Dywedodd rhai cyfranogwyr mai'r unig newid y teimlwyd oedd ei angen oedd cynnwys ACEs ar PPNs:

> *"Yr hyn y dylwn i fod yn ei wneud o ran y PPN, ond dylai ddim fod yn mynd dim pellach na hynny. Nid wyf yn gwybod a yw hynny'n wir, neu efallai fy mod i'n gadael rhywbeth allan."*
>
> Cyfweliad 11, PCSO

Diwylliant ac aflonyddwch yr heddlu

Yn ystod yr hyfforddiant dywedwyd bod yr hyfforddwyr wedi dod ar draws peth rhwystredigaeth ac ymddieithriad gan staff. Dywedodd pob un o'r cyfranogwyr eu bod yn cydnabod yr her o ddarparu'r math hwn o hyfforddiant i'r heddlu a all fod yn *"ddi-flewyn-ar-dafod, ac ychydig yn anfoesgar weithiau"* (Cyfweliad 19, PC). Teimlwyd bod hyn oherwydd diwylliant yr heddlu; *"Nid yw swyddogion yr heddlu y bobl hawsaf i siarad gyda hwy, oherwydd taw nhw fel arfer sy'n siarad, nid yn gwrando"* (Cyfweliad 10, PC). Gan fyfyrio ar y staff negyddol yn ei grŵp hyfforddi, dywedodd un rhingyll *"... roeddent am leisio eu barn, a theimlent nad oedd y gweithwyr cymdeithasol yn deall. Wel, wrth gwrs, mae'r gweithwyr cymdeithasol yn deall yn well na neb arall"* (Cyfweliad 13, PS). Roedd rhai cyfranogwyr o'r farn bod yr agwedd negyddol hon yn arbennig o gyffredin ymhlith staff rheng flaen oedd wedi bod yn y gwasanaeth am gyfnod hir, sy'n cael eu hystyried yn 'hen ffasiwn' ac efallai yn llai parod i fabwysiadu dull mwy therapiwtig tuag at weithio gyda phobl sy'n agored i niwed. Nododd y cyfranogwyr fod gan staff iau fwy o ddealltwriaeth o bobl sy'n agored i niwed a risg *"oherwydd ei fod yno, mae pobl yn sôn amdano, rydym yn fwy ymwybodol ohono, felly mae'r rhai ieuengaf yn, maent yn dod yma gyda'r ddealltwriaeth, maent yn deall ychydig yn fwy"* (Cyfweliad 13, PS).

> *"Roedd gennych bobl a oedd o ymateb a oedd wedi bod yn gwneud yr un swydd am 30 mlynedd, maent yn agos at ymddeol, dydyn nhw ddim yn poeni."*
>
> Cyfweliad 15, PCSO

Er gwaethaf yr heriau a oedd yn bresennol, nododd llawer o'r cyfranogwyr bwysigrwydd mabwysiadu'r dull hwn at eu plismona i wella canlyniadau i blant sy'n profi ACEs. Roedd y dysgu o'r hyfforddiant yn nodi bod angen i ddarparwyr hyfforddiant fod yn wydn ac yn barod i ymateb i wrthdaro posibl ac agweddau negyddol posibl tuag at y cynnwys.

4.5. Hyd yr hyfforddiant

Teimlai nifer bach o gyfranogwyr fod yr hyfforddiant yn rhy hir ac y gellid ei gywasgu i fersiwn fyrrach i wella ymgysylltiad â staff *"roedd llawer o'r hyn a wnaethom ar y diwrnod cyntaf, gallem fod wedi'i gywasgu i ychydig oriau"* (Cyfweliad 19, PC). Fodd bynnag, roedd mwyafrif y cyfranogwyr yn teimlo bod hyd yr hyfforddiant yn ddigonol ac y byddai unrhyw beth byrrach yn ormod i staff ymdopi ag ef *"byddai'n ormod i'w wneud mewn un diwrnod 'oherwydd y byddech chi ... byddech chi'n colli pobl"* (Cyfweliad 12, PS). Fodd bynnag, nodwyd bod angen mwy o amser i ddysgu'n ddigonol am y broses atgyfeirio cymorth cynnar ac am sgiliau tactegol *"dydw i ddim wir yn meddwl bod mewnbwn o ddau ddiwrnod a hanner ... un diwrnod a hanner yn rhoi i fy PCSOs y sgiliau i eistedd i lawr a siarad â phobl sydd, chi'n gwybod, yn agored i niwed, wedi'u trawmateiddio. Maen nhw ... dydyn nhw ddim yn mynd i'w wneud"* (Cyfweliad 12, PS).

4.6. Cyflwyno'r hyfforddiant

Cyflwyno ar draws HDC

Teimlai'r holl gyfranogwyr a gafodd gyfweliad y dylai'r hyfforddiant fod yn orfodol i staff ar draws HDC, gan gydnabod y gall yr hyfforddiant ychwanegu mantais i'w hymarfer. Dadleuwyd ei fod yn arbennig o bwysig i sicrhau mabwysiadu'r dull wedi'i lywio gan drawma tuag at blismona ar draws yr heddlu cyfan, bod gan y staff wybodaeth gyffredinol ac i ddarparu cysondeb mewn terminoleg ac asesu risg.

> *"Mae gennych chi fewnbwn i bethau weithiau, ac maent yn wastraff amser, chi'n gwybod. Neu mae pethau nad ydynt yn addas i ni, ond mae hyn yn rhywbeth a fyddai o fudd, nid oes unrhyw effaith negyddol o ran gwneud yr hyfforddiant. Yn sicr bydd yn beth cadarnhaol. " "*
>
> Cyfweliad 15, PCSO

Cydnabuwyd bod hyn hefyd yn bwysig oherwydd bod lefelau uchel o symud gan staff rhwng adrannau a newid rolau. *"Dywedwn y dylid ei gyflwyno yn gyffredinol"* (cyfweliad 17, PCSO).

Teimlwyd y byddai'r Ganolfan Gwasanaethau Cyhoeddus, fel y pwynt cyswllt cyntaf, wedi elwa o'r hyfforddiant gan y byddai'n helpu'r sawl sy'n trin galwadau i wella'r sgyrsiau y maent yn eu cael gyda phobl sydd wedi'u trawmateiddio. Fodd bynnag, nodwyd bod angen addasu'r hyfforddiant i fod yn fwy cydnaws â natur eu rôl eu hunain. Ar ben hynny, credir y dylai'r PPU dderbyn yr hyfforddiant oherwydd eu rôl yn asesu PPNs ac atgyfeiriadau i asiantaethau eraill, ac unrhyw gysylltiad â chleientiaid trwy waith dilynol sy'n cael ei wneud *"er mwyn iddyn nhw gael dealltwriaeth pan ddaw rhywun i mewn i adrodd am rywbeth y gallant feddwl ychydig yn fwy ac efallai gofyn mwy o gwestiynau"* (Cyfweliad 4, staff HDC ehangach). Nododd y myfyrdodau a gipiwyd yn yr hyfforddiant bryder am y ffaith nad oedd y PPU wedi cael yr AIAVPT:

> *"Roeddwn yn ei chael hi'n rhyfedd fod swyddogion rheng flaen fel fi yn cael hyfforddiant cyn swyddogion diogelu'r cyhoedd. Roeddwn i'n meddwl i mi fy hun, wel, rydw i mewn ... rwy'n rhoi pethau i lawr yr wyf yn eu canfod yn dilyn ACEs ac mae hynny'n mynd i PPN ond efallai bod y bobl yno yn pendroni beth yw hynny."*
>
> Cyfweliad 10, PC

O safbwynt rheolaeth, credwyd y dylai'r Rhingylliaid, Arolygwyr, Prif Arolygwyr ac Arolygwyr Efydd dderbyn yr hyfforddiant, oherwydd eu bod yn cymryd rhan mewn gwneud penderfyniadau ac asesu risg digwyddiadau, ond y dylai'r uwch reolwyr dderbyn fersiwn gywasgedig. Roedd rhai o'r cyfranogwyr o'r farn y gellid cyflwyno fersiynau wedi'u haddasu i staff nad oeddent yn gweithio ar y rheng flaen ac yn ymdrin yn uniongyrchol â thrawma.

Cefndir/profiad hyfforddwyr

Teimlwyd bod y ffaith bod gan y darparwyr hyfforddiant gefndir mewn gwaith cymdeithasol yn hanfodol wrth gyflwyno'r hyfforddiant gan fod hyn yn creu llwyfan ar gyfer rhannu gwybodaeth, a dealltwriaeth o waith gwahanol sectorau, fel y disgrifiwyd gan gydlynydd ACE; *"gan ddod â'r wybodaeth honno o'n sector i'r heddlu"* (Cyfweliad 2, cydlynydd ACE). Yn yr un modd, dywedodd cyfranogwyr yn yr hyfforddiant fod hyn yn fuddiol *"Roedd hi'n braf iawn clywed am straeon bywyd go iawn y gweithwyr cymdeithasol, yn hytrach na, rydym yn cael llawer o hyfforddiant generig wedi'i ddarparu gan hyfforddwyr generig"* (Cyfweliad 13, PS).

Dywedodd y cyfranogwyr ei bod yn hanfodol bod yr hyfforddwyr sy'n darparu'r hyfforddiant yn 'arbenigwyr', ac yn gallu ateb unrhyw gwestiynau a oedd gan y cyfranogwyr a defnyddio eu profiad i ddarparu enghreifftiau: *"Roedd y ddau hyfforddwr yn gwybod yn union am beth yr oeddent yn sôn, ac nid oedd unrhyw oedi na phendroni. Roedden nhw'n ateb pob un o'r cwestiynau a ofynnwyd"* (Cyfweliad 20, PS Ymateb). Teimlai'r cyfranogwyr, er y gallai fod yn ymarferol i Wasanaeth Dysgu a Datblygu HDC ddarparu'r hyfforddiant hwn, ni fyddai'r hyfforddiant yn cael yr un effaith a hygrededd.

"Dwi ddim wir yn meddwl y byddai wedi cael ei dderbyn mewn ffordd mor gadarnhaol petai'r heddlu wedi ei gyflwyno. Rwy'n credu y gallent fod wedi teimlo mai ymarfer ticio bocs, sialc a siarad ydoedd."

Cyfweliad 7, datblygwr hyfforddiant

Nododd y cyfranogwyr yr angerdd yr oedd yr hyfforddwyr yn ei ddangos wrth gyflwyno'r hyfforddiant, ac roeddent yn teimlo bod hyn yn eu hymgysylltu drwy'r sesiynau. Disgrifiwyd yr hyfforddwyr gan y cyfranogwyr fel pobl fywiog, hyderus, ymgysylltiol, a siriol a dywedodd y cyfranogwyr eu bod yn hoffi hynny a'u bod yn teimlo'n gyfforddus yn eu presenoldeb yn gyffredinol.

"Weithiau, byddwch chi'n mynd ar gyrsiau, yn enwedig cyrsiau dydd, ac nid yw'r person dan sylw, neu'r person sy'n ei arwain, yn angerddol amdano, felly nid ydynt yn siaradwyr cyhoeddus da, ac ni allant gynnal sgwrs, na diddanu pobl wrth gyflwyno'r wybodaeth, ond roedd y ddau yma'n dda iawn."

Cyfweliad 15, PCSO

Mynegodd ychydig o gyfranogwyr hefyd yr awydd i siaradwyr gwadd rannu eu profiadau personol o weithio gydag asiantaethau eraill a gweld y theori ar waith, hy defnyddiwr gwasanaeth blaenorol:

"dod â rhywun a oedd ... yn lle'r cymeriad cartŵn ar y sgrin, wel, yn berson go iawn sydd wedi bod yno ac wedi dod drosto, a dyma ei brofiad o sut y gwnaeth e weithio gyda'r asiantaethau hynny."

Cyfweliad 12, PS

Amgylchedd hyfforddi

Roedd y staff yn llwyr gefnogi natur ryngweithiol yr hyfforddiant. Teimlwyd bod hyn yn hanfodol i'r amgylchedd dysgu i'r heddlu a bod yr hyfforddiant *"yn llawer mwy ymgysylltiol ... yn bendant yn well na'r hyfforddiant arferol yr ydym yn ei gael"* (Cyfweliad 9, PS). Yn benodol, roedd cyfranogwyr yn ffafrio amrywiaeth y dulliau a ddefnyddiwyd i ddarparu'r hyfforddiant a oedd yn cefnogi gwahanol arddulliau dysgu staff: *"roedd cymhorthion gweledol, taflenni, gwybodaeth bersonol, ychydig o waith hwyliog i bobl, astudiaeth achos i'w wneud, felly roedd amrywiaeth dda oedd yn cadw ... yn cadw eich cynulleidfa yn brysur a chynnal eu diddordeb"* (Cyfweliad 12, PS).

Amlygodd pob un o'r cyfranogwyr bwysigrwydd amgylchedd hyfforddi cadarnhaol i ganiatáu awyrgylch agored a chyfeillgar ar gyfer dysgu a chaniatáu i'r staff deimlo'n gyfforddus wrth drafod pynciau sensitif: *"fe wnaethom ni i gyd rannu ein profiadau, a'i deilwra. Dywedon nhw, yn amlwg o safbwynt eu gwaith, ac yna, roedd yn drafodaeth agored o ran sut y gallem ei deilwra i'n swyddi"* (Cyfweliad 14, PCSO). Teimlwyd bod yr hyfforddwyr wedi llwyddo i greu'r amgylchedd cywir *"Roeddwn i'n meddwl bod hynny'n eithaf addas"* (Cyfweliad 12, PS).

Tynnwyd sylw hefyd at bwysigrwydd yr hyfforddiant yn cael ei gynnal mewn lleoliad allanol ac nid ar safleoedd HDC. Roedd manteision hyn yn cynnwys darparu amgylchedd llai ffurfiol heb amhariadau, sy'n hanfodol wrth ddarparu hyfforddiant mor sensitif: *"Rwy'n credu bod pawb wedi mwynhau mynd i leoliad allanol, rwy'n credu ei fod yn rhywbeth gwahanol, ac mae'n eich cymryd allan o'r amgylchedd [gorsaf heddlu] hwn"* (Cyfweliad 20, PS). Dywedwyd bod hyn, ynghyd â bod allan o lifrai, wedi gwneud yr hyfforddiant yn llawer mwy hamddenol:

"Rwy'n teimlo'n llawer mwy cyfforddus yn ei wneud, oherwydd fel arfer, rydym yn mynd i gabanau yn y Pencadlys, ar gyfer hyfforddiant, pan fyddwn ni mewn lifrai, nid yw'n gyfforddus."

Cyfweliad 9, PS

Grŵp hyfforddi cymysg

Roedd anghytuno ymhlith y cyfranogwyr ynghylch a ddylai hyfforddiant yn y dyfodol gael ei rannu yn ôl rôl. Roedd y cydlynwyr ACE yn teimlo ei fod yn *"gweithio'n dda i gael ymateb, NPT a PCSOs gyda'i gilydd oherwydd ei fod yn rhoi cyfle iddynt drafod sut mae eu rolau yn wahanol iawn"* (Cyfweliad 1, cydlynydd ACE). Nododd y cyfranogwyr nifer o fanteision o gael eu hyfforddi ochr yn ochr â chydweithwyr gwahanol, gan gynnwys gallu dysgu o'u profiadau, rhannu arfer gorau a thrafod heriau eu rolau. Fodd bynnag, arweiniodd materion o ran agweddau a gwahaniaeth yn rôl swyddi at nifer bach o gyfranogwyr yn teimlo efallai na fyddai'n addas i ddarparu hyfforddiant i NPT ac ymateb ar yr un pryd. Soniodd nifer o gyfranogwyr NPT am sut roedd effaith negyddol gan ymateb yn effeithio ar eu profiad dysgu:

> *"Roedd yn teimlo'n debyg bod rhywfaint o densiwn a rhywfaint o awyrgylch a phan oeddech am ddweud rhywbeth, roeddech yn stopio a meddwl cyn i chi ddweud unrhyw beth, chi'n gwybod?"*
>
> Cyfweliad 18, PCSO

> *"Mae'n anodd darparu rhywbeth fel hyn i NPT ac ymateb, oherwydd bod y rolau mor wahanol, felly, yn y dyfodol, byddai'n well pe bai NPT ac yna bod gan ymateb eu cwrs eu hunain."*
>
> Cyfweliad 15, PCSO

Nid oedd cyfranogwyr eraill yn teimlo bod problem o ran cael hyfforddiant mewn grŵp cymysg oherwydd er bod y swydd yn wahanol, mae'r prosesau yn debyg *"Rwy'n golygu mai dyna ein byd ni. Rwy'n rheoli PCSOs, rwy'n rheoli PCs. Dyna deulu yr heddlu"* (Cyfweliad 12, PS).

Wrth archwilio rhengoedd, nododd y cyfranogwyr eu bod yn teimlo bod hyfforddi gwahanol rengoedd gyda'i gilydd yn gweithio'n dda, *"mae pawb mewn dillad arferol beth bynnag, felly oni bai eich bod yn eu hadnabod, chi'n gwybod, trwy'r swydd, ni fyddech yn gwybod beth bynnag"* (Cyfweliad 15, PCSO), *"Roeddwn i'n teimlo'n gyfforddus, yn yr amgylchedd, er fy mod i'n eistedd wrth ochr rhingyll, nid oeddwn i'n teimlo na allwn i roi fy marn"* (Cyfweliad 11, PCSO). Fodd bynnag, cydnabuwyd y dylai'r rheolwyr a'r rolau uwchlaw rheng y Rhingyll gael eu hyfforddi ar wahân.

Darpariaethau hyfforddi cyfredol

Dywedodd y cyfranogwyr eu bod yn derbyn llawer o hyfforddiant o ran pobl sy'n agored i niwed a ystyrir yn *"faes twf go iawn"* (Cyfweliad 4, staff HDC ehangach). Rhagwelwyd y gellid ymgorffori'r hyfforddiant ACE i'r cynllun hyfforddi pobl sy'n agored i niwed ac y gallai ACEs fod yn thema ategol ym mhob cwrs o'r fath, i ddod â phob math o fod yn agored i niwed yn ôl at ei wraidd.

> *"pan fyddwn yn gwneud trais yn y cartref, efallai y gallem edrych ar ychydig o gefndir ynglŷn â sut yr ydym yn dod i'r sefyllfa hon a chredaf y byddwn yn ôl pob tebyg yn gweld bod pobl wedi cael y profiadau plentyndod."*
>
> Cyfweliad 4, Staff Ehangach HDC

5. Trafodaeth ac argymhellion

Nododd ymchwil gyda HDC nad yw’r hyfforddiant presennol ar fod yn agored i niwed yn bodloni anghenion y rôl blismona fodern. 1 Mewn ymateb, datblygwyd hyfforddiant i sicrhau bod gan staff y sgiliau a’r wybodaeth gywir i helpu unigolion sy’n agored i niwed mewn argyfwng ac angen. Nod y peilot AIAVPT oedd rhoi dealltwriaeth i staff o effaith ACEs ac ymyriadau sydd wedi’i lywio gan drawma, y gobeithiwyd y byddai’n cynyddu cymhwysedd a hyder yr heddlu wrth ymateb i bobl sy’n agored i niwed. Cyflwynwyd y peilot i heddlu rheng flaen (NPT a thimau ymateb) mewn ardal beilot yn 2017 ac fe arweiniodd at nifer o newidiadau cadarnhaol gan gynnwys mwy o wybodaeth gan staff am ACEs a hyder i weithio mewn ffordd wedi’i llywio gan ACEs a thrawma.

Gwelodd y gwerthusiad gynnydd sylweddol mewn ymwybyddiaeth o ofal wedi’i lywio gan drawma ac agweddau ato (TIC; wedi’i fesur trwy raddfa ARTIC) ar draws pob israddfa, gyda’r sgôr ARTIC cymedrig cyffredinol yn cynyddu o 4.76 i 5.09 wedi’r sesiwn hyfforddi gyntaf. Dilëwyd y gwahaniaethau arwyddocaol yn y sgorau ARTIC a arsylwyd cyn yr hyfforddiant ar gyfer menywod, PCSOs ac aelodau o staff â llai na thair blynedd o wasanaeth ar ôl cymryd rhan yn yr hyfforddiant. I’r rheini a gymerodd ran yn yr ail sesiwn hyfforddi (rhan 2), er gwaethaf y gostyngiadau a welwyd yn sgorau ARTIC yn dilyn yr ail sesiwn o hyfforddiant ar gyfer staff NPT, roedd agweddau tuag at ofal wedi’i lywio gan drawma yn dal yn uwch ar gyfer yr holl israddfeydd a’r sgorau cyffredinol (5.00) na chyn yr hyfforddiant, gan awgrymu newid positif mewn agweddau ar draws staff. Mae’r canfyddiadau rhagarweiniol hyn o’r defnydd o offeryn ARTIC o fewn plismona, yn tynnu sylw at y ffaith bod y dull hwn, ynghyd â dealltwriaeth ychwanegol o holiaduron staff a chyfweliadau (is-set fach, 10% o’r rhai a hyfforddwyd) yn briodol ar gyfer mesur agweddau tuag at ofal wedi’i lywio gan drawma gyda’r heddlu.

O ystyried y galw cynyddol y mae pobl sy’n agored i niwed yn ei osod ar adnodd yr heddlu, dywedodd nifer isel o staff eu bod wedi mynychu hyfforddiant blaenorol a oedd yn ymwneud â phobl sy’n agored i niwed (yn ychwanegol at eu hyfforddiant craidd), gan dynnu sylw at angen sylweddol i staff dderbyn hyfforddiant ychwanegol yn y pwnc hwn. Adroddodd y cyfranogwyr am set sgiliau sydd eisoes yn bodoli ar gyfer gweithio gydag unigolion sydd wedi’u trawmateiddio a ddatblygwyd o’u profiad o weithio yn yr heddlu. I rai, roedd cynnwys yr hyfforddiant yn rhy sylfaenol ac nid oedd yn adeiladu ar yr hyfforddiant cyfredol ar gyfer plismona, felly mae’n bwysig bod unrhyw hyfforddiant a gyflwynir i’r heddlu yn ystyried bylchau mewn hyfforddiant ac yn adeiladu ar wybodaeth gyfredol yn hytrach na’i dyblygu. Mae gan hyn hefyd oblygiadau ar gyfer yr amseru o ran cyflawni’r hyfforddiant hwn pe bai cyflwyno’n cael ei gwblhau, gan y gellid ei ymgorffori yn y rhaglenni hyfforddi presennol. Yn gyffredinol, dylid nodi bod staff yn nodi bod yr hyfforddiant yn darparu mwy o ddyfnder o wybodaeth a theimlwyd bod hyn yn cael effaith gadarnhaol ar allu staff i ymateb i bobl sy’n agored i niwed. Yn gyffredinol, roedd gan staff farn gadarnhaol iawn am yr hyfforddiant AIAPVT, gan adrodd ei fod wedi cael effaith fuddiol ar eu gwybodaeth, eu hagweddau a’u hymddygiad, ac yn y pen draw, ei fod wedi galluogi staff i weithio mewn ffordd wedi’i lywio gan drawma i raddau helaethach.

Yn dilyn yr hyfforddiant, dywedodd y cyfranogwyr fod ganddynt well hyder wrth ymateb i bobl sy’n agored i niwed, gan ddefnyddio barn broffesiynol a nododd llawer o staff fod hyfforddiant wedi eu harwain i newid eu syniadau ynglŷn â’u hymateb i unigolion yr oeddent yn flaenorol wedi’u hystyried yn broblemus a/neu yn gyfwynebol. Roedd cynnydd sylweddol hefyd yn yr hyder a adroddwyd o ran deall effaith trawma ac ACEs, gyda sgorau cymedrig ar gyfer dealltwriaeth o ACEs a’u heffaith ar ddatblygiad plant bron yn dyblu o’r sgorau cyn yr hyfforddiant, a’r sgorau ar gyfer deall lens wedi’i lywio gan ACE yn cynyddu bron i dair gwaith. At hynny, nododd canfyddiadau o gyfweliadau â staff ar ôl yr hyfforddiant fod staff yn teimlo’n gynyddol hyderus wrth nodi ACEs.

O gyfweliadau gydag is-set fach o gyfranogwyr hyfforddiant, gwelwyd tystiolaeth o wybodaeth, ymwybyddiaeth a theimladau o well hyder, ond roedd cryfder y dystiolaeth am unrhyw newid mewn ymddygiad neu effaith yn gyfyngedig. Fodd bynnag, gwelwyd enghreifftiau cadarnhaol o newidiadau mewn ymarfer, gan gynnwys sut mae staff nawr yn adrodd am gyflwyno atgyfeiriadau

cymorth cynnar. Efallai fod hyn hefyd yn gysylltiedig ag adroddiadau staff bod yr hyfforddiant yn cynnig cynnwys cyfyngedig ar gymorth gweithredol ar gyfer yr hyn y maen nhw'n ei wneud. Roedd y cyfranogwyr yn awyddus i ddeall pa newidiadau gweithredol eraill fyddai yn eu lle o ganlyniad i'r hyfforddiant hwn a pha brosesau, os o gwbl, a fyddai'n newid o ganlyniad. Roedd nifer o gyfranogwyr yn teimlo bod angen i'r hyfforddiant gynnwys manylion ynghylch sut y gellid cymhwyso'r dysgu hwn i blismona a beth i'w wneud i helpu teuluoedd sy'n agored i niwed y tu hwnt i gyflwyno PPN. Dywedodd rhai cyfranogwyr mai'r unig newid yr oeddent yn teimlo yr oedd ei angen oedd cynnwys ACEs ar PPNs, fodd bynnag, nododd rhai staff eu bod yn ystyried yr effaith ar blant a deall materion ehangach na diogelu uniongyrchol. Dylid nodi hefyd bod rhai cyfranogwyr wedi dweud eu bod yn teimlo ei bod yn rhy gynnar i roi sylwadau ar effaith yr hyfforddiant ar eu hymarfer plismona, gan mai ychydig iawn o gyfleoedd oedd ganddynt i roi'r hyn yr oeddent wedi'i ddysgu ar waith. Ar ben hynny, rhagwelwyd y byddai gwelliannau gyda gwaith amlasiantaeth yn digwydd pan fyddai newidiadau gweithredol eraill yn cael eu gweithredu a bod y gwaith gyda chymorth cynnar wedi'i ddatblygu fel rhan o argymhelliad un ar y gweill.

Roedd manteision ehangach yr hyfforddiant hwn yn cynnwys staff yn adrodd y byddent yn fwy tebygol o geisio cymorth (yn ffurfiol ac yn anffurfiol hy cydweithwyr) am eu llesiant eu hunain yn dilyn presenoldeb mewn digwyddiad trawmatig. O gofio bod yr heddlu yn weithlu sy'n ymwneud â gwaith gofidus sydd ar adegau yn beryglus ac yn agored i drawma mae ganddyn nhw botensial i ddioddef trawma eilaidd a dirprwyol. Mae ymchwil wedi nodi rhwystrau i heddlu yn ceisio cymorth. 1, Mae newid y diwylliant hwn yn hanfodol ac yn ganlyniad cadarnhaol o'r AIAVPT sy'n cyd-fynd â blaenoriaeth HDC i wella llesiant staff.

Nod ychwanegol y gwerthusiad oedd cefnogi datblygiad gwaith yn y dyfodol trwy ddeall sut y gellid cyflwyno'r math hwn o hyfforddiant ar draws ardal heddlu HDC ac i rolau gwahanol yn yr heddlu y tu allan i blismona rheng flaen. Roedd yn amlwg bod cyflwyno i wahanol rolau (hy ymateb a NPT) ar yr un pryd yn cyflwyno anawsterau ar gyfer rhai staff ac ar rai achlysuron roedd y darparwyr hyfforddiant hefyd yn wynebu rhwystredigaeth staff a gwrthwynebiad i'r pwnc. Mae hwn yn ystyriaeth bwysig i unrhyw hyfforddiant yn y dyfodol ar ACEs i'r heddlu, gan ddysgu bod angen i hyfforddwyr fod yn wydn a chynllunio ar gyfer gwrthwynebiad posibl i'r pwnc. Dylid ystyried, o ystyried mynychder ACEs yn y boblogaeth gyffredinol, ei fod yn debygol y gallai rhai staff sy'n bresennol fod wedi profi ACEs yn bersonol. Mae hyn yn pwysleisio ymhellach pwysigrwydd y math hwn o hyfforddiant yn cael ei ddarparu mewn amgylchedd hyfforddi ar gyfer dysgu sy'n gydnaws â'r pwnc. Adroddodd y staff fod angen mwy o gyfathrebu a thryloywder ynglŷn â sut mae'r hyfforddiant yn gweddu i newidiadau gweithredol ehangach yr heddlu/cyfeiriad newid yr heddlu. Mae hwn yn ystyriaeth wrth ystyried cyflwyno a gallai hefyd helpu i leihau unrhyw rwystredigaeth ymhlith staff.

Er y teimlwyd bod angen gwneud yr hyfforddiant hwn yn orfodol a'i gyflwyno i wahanol rolau gan gynnwys staff yn y Ganolfan Gwasanaethau Cyhoeddus a'r PPU, nid yw'n glir os neu sut y byddai'r rolau hyn o bosibl wedi elwa'n benodol o'r hyfforddiant hwn. Adroddodd y staff yr angen i sicrhau gwybodaeth gyffredinol o ACEs fel y gellid mabwysiadu dull plismona wedi'i lywio gan drawma ar draws yr heddlu cyfan. Nodwyd bod staff nad oeddent wedi cymryd rhan yn yr hyfforddiant bellach yn nodi ACEs a bod hyn yn dechrau dod yn iaith a rennir. Tynnodd staff sylw at fanteision canfyddedig i weithio amlasiantaeth, ond er mwyn edrych ar hyn ymhellach, dylid ystyried y dull hyfforddi hwn ar gyfer sefydliadau eraill sy'n ymateb i bobl sy'n agored i niwed fel y gellir deall yr effeithiau ymhellach.

Casgliad

Mae'r AIAPVT yn gam pwysig tuag at staff HDC yn dod yn ymwybodol o ACEs ac yn cael eu llywio gan drawma. Mae canfyddiadau'r gwerthusiad hwn yn awgrymu bod yr ymyriad yn cael effaith gadarnhaol ar gynyddu gwybodaeth staff ac yn ychwanegu at y llenyddiaeth ar yr hyn sy'n gweithio i hyfforddi'r heddlu ar ACEs a dull wedi'i lywio gan drawma. Mae manteision clir i ddarparu'r math hwn o hyfforddiant i'r heddlu, gan gynnwys datblygiadau ym maes gwybodaeth ac ymwybyddiaeth staff o ACEs a gofal wedi'i lywio gan drawma. Gallai manteision eraill gynnwys y gweithlu yn ceisio cymorth i sicrhau eu llesiant eu hunain.

Mae ymrwymiad cenedlaethol yng Nghymru i atal ACEs rhag digwydd a chynnig cymorth i'r rhai yr effeithir arnynt. Fel yr amlygwyd yn Adroddiad y Prif Swyddog Meddygol , mae mynd i'r afael ag ACEs yn flaenoriaeth allweddol i'r GIG a chyrff cyhoeddus eraill ledled Cymru. Mae nifer o sectorau (iechyd, addysg, tai, gwasanaethau carchardai a phrawf) wedi dechrau gweithredu a phrofi newidiadau wedi'u llywio gan ACEs i ymarfer gan gynnwys hyfforddiant staff ar ddeall ACEs. Mae'r gwerthusiad hwn yn cynnig dysgu trosglwyddadwy ar gyfer sut y gellir darparu'r math yma o hyfforddiant mewn sectorau eraill, gan dynnu sylw at bwysigrwydd hyfforddiant yn cael ei ddarparu mewn dull priodol o gyflwyno (hy rhyngweithiol, wedi'i ddarparu gan 'arbenigwyr', wedi'i ddarparu yn allanol; gweler Blwch 4). Mae'n rhoi amlinelliad i gynnwys sy'n cael canlyniad cadarnhaol ar lefelau dealltwriaeth staff ac yn darparu llinell sylfaen gychwynnol o ran sut mae'r wybodaeth hon yn cael ei throi yn ymarfer.

Blwch 4: Ffactorau llwyddiant a dysgu gan AIAPVT

Mae'r ffactorau llwyddiant canlynol yn amlwg o AIAPVT:

- Arweiniodd hyfforddiant at ymwybyddiaeth uwch o ACEs ac agweddau da tuag at ofal sy'n cael ei lywio gan drawma. Dywedodd staff hefyd fod mwy o hyder wrth ymateb i bobl sy'n agored i niwed.
- Dywedodd y staff eu bod yn fwy tebygol o chwilio am ffynonellau cymorth ffurfiol ac anffurfiol ar ôl cymryd rhan yn yr hyfforddiant.
- Adroddodd y staff newidiadau cadarnhaol yn eu barn tuag at unigolion, ymateb mwy pwyllog yn eu hymddygiad wrth ymateb i alwadau, gan ddefnyddio mwy o drywyddau ymholi i ddeall achosion gwreiddiau ymddygiad a rhywfaint o newid mewn arfer (hy gwneud atgyfeiriadau cymorth cynnar).
- Mae ACEs yn cael eu sefydlu fel iaith gyffredin yn HDC.

Er mwyn sicrhau bod yr hyfforddiant yn cael ei gyflwyno'n llwyddiannus i heddluoedd eraill:

- Dylai hyfforddiant adeiladu ar yr hyfforddiant 'craidd' a gyflwynir i staff yr heddlu ac osgoi dyblygu.
- Dylai hyfforddiant gael ei gyflwyno gan weithwyr cymdeithasol proffesiynol mewn amgylchedd hamddenol, yn allanol i leoliad yr heddlu.
- Dylai'r sesiynau fod yn rhyngweithiol ac yn ymgysylltiol, gan ddefnyddio dulliau amrywiol (ee astudiaethau achos, trafodaethau grŵp a gweithgareddau).
- Dylid ystyried y wybodaeth a roddir i'r cyfranogwyr cyn yr hyfforddiant i osgoi syniadau a rhaglenni sefydlog yn effeithio ar y sesiynau.
- Dylid teilwra hyfforddiant yn ôl rôl y cyfranogwyr.

Mae angen cydnabod effeithiau'r hyfforddiant dros gyfnod hwy o amser i weld a ellir cynnal y manteision hyn. Dylai gwerthusiad pellach hefyd geisio archwilio unrhyw effeithiau'r newid hwn yn ymarferol ar gyfer yr unigolion sy'n agored i niwed y mae'r heddlu'n ymateb iddynt bob dydd, nad oedd yn bosibl fel rhan o'r gwerthusiad hwn oherwydd yr amserlenni.

Argymhellion:

- Dylai AIAPVT barhau a chael ei ddatblygu a'i ymgorffori mewn rhaglen waith ehangach i godi ymwybyddiaeth o ACEs gan HDC. Dylai'r gwaith geisio archwilio gorgyffwrdd â'r ddarpariaeth hyfforddiant bresennol fel bod yr hyfforddiant yn ategu yn hytrach na'n dyblygu'r adnodd presennol.

- Dylid cwblhau gwerthusiad dilynol i asesu newid hirdymor i hyn, gan gynnwys hefyd archwiliad o effaith ar ymarfer yr heddlu. Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn cwblhau gwaith dilynol ar ôl 6 mis o AIAPVT i archwilio a yw'r dull wedi'i lywio gan ACE at blismona bellach wedi'i ymgorffori o fewn ymarfer bob dydd. Mae hyn yn rhan o newidiadau gweithredol ehangach i blismona yn yr ardal beilot, gan gynnwys dull amlasiantaeth strwythuredig, ymyrraeth gynnar tuag at bobl sy'n agored i niwed gyda Thimau Plismona Cymdogaeth. Bydd y gwerthusiad yn ceisio archwilio unrhyw wahaniaethau rhwng yr ardal beilot ac ardaloedd eraill yn yr heddlu.
- Dylai unrhyw ddarpariaeth ehangach o ran yr hyfforddiant yn cynnwys cyflwyno i rolau plismona gwahanol gael ei gwerthuso i archwilio effaith y math hwn o hyfforddiant ymhellach ar rolau gwahanol a'r effaith ar blismona.
- Gyda llawer o ardaloedd yn datblygu hyfforddiant wedi'i lywio gan drawma ar gyfer staff yr heddlu ledled y DU, a diffyg gwerthusiad o effeithiolrwydd, dylid rhannu'r canlyniadau positif yn y gwerthusiad hwn yn eang. Mae canfyddiadau o'r fath yn ddefnyddiol er mwyn llywio sut y gellir hyfforddi staff.
- O gofio'r effeithiau cadarnhaol ar agweddau staff tuag at dderbyn gwasanaethau cymorth, dylai'r posibilrwydd ar gyfer darparu'n ehangach a chyflwyno alinio â gwaith parhaus gan HDC ar eu hagenda ar gyfer gwella llesiant staff.

Atodiad 1 – Hyfforddiant Plismona Pobl sy'n Agored i Niwed mewn Dull wedi'i Lywio gan Brofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (AIAPVT)

Cyflwynwyd yr hyfforddiant mewn lleoliad ystafell ddosbarth, gan ymgorffori cyflwyniadau powerpoint a gweithgareddau grŵp a thrafodaethau i ddarparu amgylchedd hyfforddi rhyngweithiol. Dangoswyd sawl clip fideo hefyd, gan gynnwys animeiddiad ACE[25], gwyddor yr ymennydd a sut i ddefnyddio dull wedi'i lywio gan drawma mewn plismona. Cyflwynwyd yr hyfforddiant mewn dwy sesiwn ar draws diwrnodau gwahanol. Ar ôl cwblhau'r hyfforddiant, darparwyd pecyn gwybodaeth i gyfranogwyr a oedd yn cynnwys cerdyn cof LENS ACE, crynodeb o ymchwil ACE, taflenni ar gyfer y clipiau fideo a gwybodaeth am sgiliau tactegol, y cylch newid a thechnegau cyfweld ysgogol.

Sesiwn un:

Cyflwynwyd sesiwn un mewn dwy ran.

Roedd Rhan 1 yn cynnwys:

- Yr hyn yw bod yn agored i niwed, y mathau o enghreifftiau o fod yn agored i niwed y mae swyddogion yn gweld yn eu rolau a'r heriau y mae'r heddlu'n eu profi wrth weithio gyda phobl agored i niwed;
- Y gwahanol fathau o straen y mae pobl yn profi (straen cadarnhaol, cymedrol a gwenwynig), sut y maent yn effeithio ar ddatblygiad yr ymennydd, ac enghreifftiau o'r rhain mewn plismona;
- Ymateb niwrolegol i brofiadau llawn straen (ymladd/dianc/rhewi) ac effaith trawma ar ddatblygiad yr ymennydd, iechyd corfforol ac ymatebion i fygythiadau yn y dyfodol;
- Effaith trawma ar lesiant, ymddygiad a chanlyniadau bywyd;
- Yr hyn yw ACEs, y dystiolaeth ymchwil ar ACES yng Nghymru, gan gynnwys mynychder a chanlyniadau;
- Y rôl y gall yr heddlu ei chwarae wrth nodi ac ymateb i ACEs (yn unol â chynllun Strategaeth Comisiynydd yr Heddlu a Throseddu) ac effeithiolrwydd y system bresennol sydd ar waith i nodi ac ymateb i bobl sy'n agored i niwed (system PPN); a,
- Llesiant swyddogion a'r cymorth sydd ar gael i staff HDC sy'n dioddef o straen a thrawma eilaidd[n]. Roedd hyn hefyd yn mynd i'r afael â hygyrchedd y cymorth hwn a sut mae swyddogion yn rheoli straen ac yn ymdopi â gwaith o ddydd i ddydd.

Roedd Rhan 2 yn cynnwys:

- Astudiaeth achos o berson ifanc sydd wedi dioddef trawma ac sy'n byw gydag ACEs (gweler Blwch A1);
- Effaith trawma ar ddioddefwr a sut y gallai hyn effeithio ar eu hymddygiad a'u canlyniadau bywyd;
- Sgiliau y gall swyddogion eu defnyddio i gefnogi person sydd wedi'i drawmateiddio (gan gynnwys sefydlogi, dad-gynyddu emosiynau a thechnegau tawelu);

Blwch A1: Yr Astudiaeth Achos

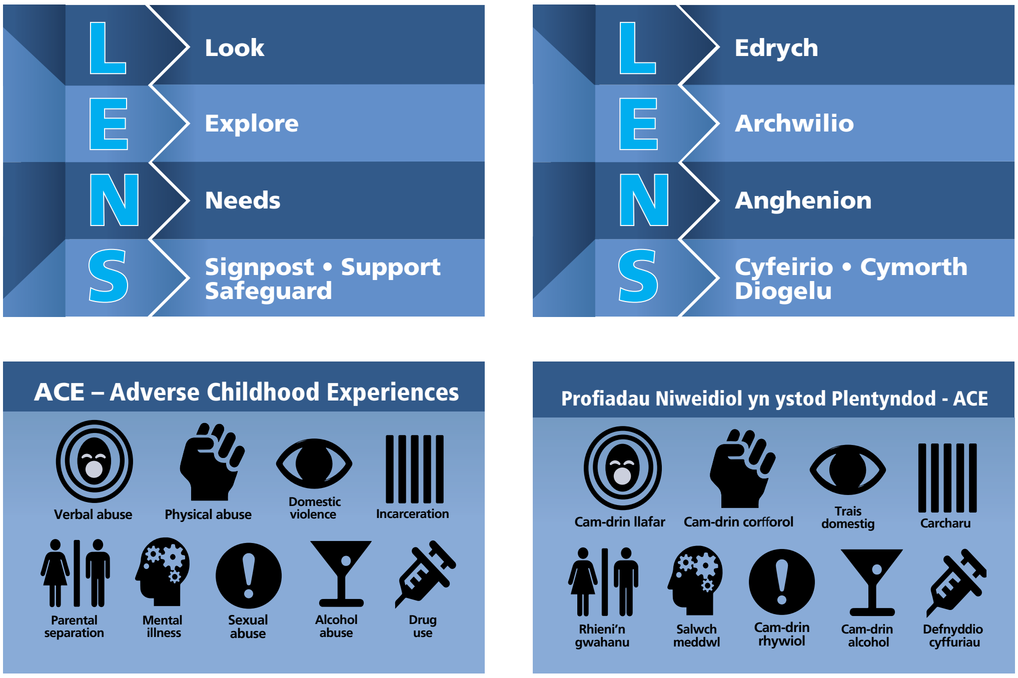
Disgrifiodd hyn fywyd merched rhwng 3 a 17 oed a 3 blynedd gyntaf bywyd ei meibion. Mae'r astudiaeth yn dangos effaith ACEs a sut y gellir trosglwyddo ACEs i'r genhedlaeth nesaf.

Mewn grwpiau bach, rhoddwyd profiadau'r goddrych i swyddogion ar wahanol bwyntiau yn ei bywyd. Gofynnwyd i gyfranogwyr rannu eu barn ar y rhan yr oedd ganddynt, cyn trafod yr astudiaeth achos lawn fel grŵp cyfan. Nod hyn oedd dangos sut y gellir ffurfio barn am berson yn seiliedig ar ymddygiad a arsylwyd, heb wybod am eu digwyddiadau bywyd a allai fod wedi dylanwadu arnynt.

n Mae HDC yn cynnig nifer o wasanaethau cymorth gan gynnwy Red Arc, Rhaglen Cymorth Llesiant Ffederasiwn yr Heddlu, gwsanaethau cwnsela trawma, llinell ffôn cymorth a gwybodaeth gwsanaethau llesiant ar y fewnrwyd.

- Deall pam y gall plant a phobl ifanc fynd yn ddig a sut nad yw'r ymennydd yn ystod y modd goroesi yn gallu cael mynediad at y rhan o'r ymennydd sy'n teimlo ac yn meddwl;
- Cerdyn LENS ACE (gweler Ffigur 5) a chymhwyso hyn mewn plismona;
- Sut i gynnwys manylion ACEs ar PPNs. Rhoddwyd cyfarwyddyd i'r swyddogion eu cynnwys yn adran arsylwi'r swyddog o'r ffurflen "Rwyf wedi nodi (nifer) o ACEs" neu "Nid wyf wedi nodi unrhyw ACEs"; ac,
- Enghreifftiau o ymarfer yn y DU ac UDA lle mae dulliau wedi'u llywio gan ACEs wedi'u cymhwyso i blismona.

Ffigur 5: Cerdyn LENS ACE



Sesiwn 2:

Bydd y sesiwn hon yn ymdrin â'r canlynol:

- Trothwyon ar gyfer gwasanaethau statudol yn yr ardal leol, a sut i asesu'r gwasanaeth y mae angen i unigolyn ei ddefnyddio, gan ddefnyddio'r continwwm angen (gwasanaethau cyffredinol, wedi'u targedu neu wasanaethau arbenigol);
- Adolygu'r astudiaeth achos, sut i gwblhau atgyfeiriad cymorth cynnar pan nodir cymorth ac asesu pa lefel o ddarpariaeth gwasanaeth y gellir cael mynediad ati;
- Pwysigrwydd cyfathrebu effeithiol rhwng asiantaethau;
- Y model cylch/cyfnodau newid sy'n amlygu'r broses y mae pobl yn mynd trwyddi wrth geisio newid ymddygiadau (ee ysmygu, gwrthdaro teuluol);
- Technegau cyfweld ysgogol, a sut y gallant ddefnyddio'r technegau hyn wrth fynychu digwyddiadau;
- Rôl ffactorau amddiffynnol wrth leihau canlyniadau bywyd gwael i'r rheini sy'n profi ACEs; a,
- Sut i adeiladu gwytnwch mewn plant a rhiant/gofalwyr.

Atodiad 2 - Tablau data

Tabl A1 Demograffeg cyfranogwyr

	Sampl lawn		Rhan 2 (NPT yn unig)	
	n	%	n	%
Rôl y Swydd	151		59	
Cwnstabl Heddlu	93	61.6	12	20.3
Swyddog Cefnogi Cymunedol yr Heddlu	44	29.1	42	71.2
Rhingyll Heddlu	14	9.3	5	8.5
Adran	151		59	
Ymateb	86	57.0	-	-
Cymdogaeth	65	43.0	59	100.0
Hyd gwasanaeth	151		59	
<3 blynedd	38	25.2	17	28.8
3-10 mlynedd	58	38.4	25	42.4
11-19 mlynedd	38	25.2	10	16.9
20+ mlynedd	16	10.6	7	11.9
Ar goll	1		-	
Rhyw	151		59	
Gwryw	94	62.3	33	55.9
Menyw	57	37.7	26	44.1
Oedran	151		59	
18-25 oed	19	12.6	8	13.6
26-35 oed	52	34.4	20	33.9
36-45 oed	49	32.5	16	27.1
46+ oed	31	20.5	15	25.4

Tabl A2 Hyfforddiant blaenorol ar fod yn agored i niwed (n=151)

	Sampl lawn	
	n	%
Nifer y cyrsiau eraill a fynychwyd	**151**	
0	96	64
1	23	15
2	15	10
3+	17	11
Cyrsiau a fynychwyd	**116**	**%***
Trais yn y cartref	28	51
Iechyd meddwl	19	35
PPN / PPU	15	27
NCALT (gan gynnwys MH, DV, MISPER **)	14	25
MISPER **	13	24
Arall	16	29
Camfanteisio'n Rhywiol ar Blant	11	20
Cwrs wedi'i gyflwyno gan	**115**	
Heddlu De Cymru	108	94
Sefydliad allanol $	7	6

*% o'r cyfranogwyr a oedd wedi mynychu o leiaf un cwrs hyfforddi. **Person coll$ yn cynnwys Cymorth i Fenywod, Cymunedau'n Gyntaf, Gofal Dalfeydd G4S, Prifysgol MET Abertawe, Cymorth Cyffuriau Abertawe.

Tabl A3 Graddfeydd ARTIC cyn ac ar ôl hyfforddiant

Israddfeydd ARTIC	Cyn-hyfforddiant (sampl lawn, n = 151)		Cyn-hyfforddiant (rhan 2 yn unig, n = 59)		Ar ôl 1 (sampl lawn, n = 151)			Ar ôl 1 (rhan 2 yn unig, n = 59)			Ar ôl 2 (n = 59)		
	Cymedr	SD	Cymedr	SD	Cymedr	SD	p^o	Cymedr	SD	p^p	Cymedr	SD	p^q
Achosion sylfaenol o ymddygiadau a symptomau problemus	4.21	0.59	4.28	0.56	4.69	0.70	*<0.01*	4.81	0.70	*<0.01*	4.63	0.87	*<0.05*
Ymateb i ymddygiadau a symptomau problemus	4.57	0.68	4.59	0.63	5.00	0.88	*<0.01*	5.01	0.87	*<0.01*	4.88	0.89	*<0.05*
Ymddygiad yn y swydd	5.06	0.64	4.96	0.65	5.27	0.78	*<0.01*	5.25	0.84	*<0.01*	5.14	0.88	*NS*
Hunan-effeithiolrwydd yn y gwaith	5.17	0.78	5.36	0.73	5.46	0.88	*<0.01*	5.54	0.87	*<0.05*	5.48	1.03	*NS*
Cysylltiadau â'r gwaith	4.77	0.77	4.84	0.83	5.01	0.94	*<0.01*	5.13	0.91	*<0.01*	4.89	1.01	*NS*
Sgôr gyffredinol	4.76	0.49	4.81	0.48	5.09	0.68	*<0.01*	5.15	0.72	*<0.01*	5.00	0.80	*<0.05*
Ystod	3.40 - 6.79		3.83 - 6.79		3.09 - 7.00		-	3.69-700		-	2.91 - 6.88		-

NS = Ddim yn arwyddocaol, SD = Gwyriad Safonol.

o Cymhariaeth rhwng sgôr cyn-hyfforddiant a sgôr ôl 1 (sampl lawn)
p Cymhariaeth rhwng sgôr cyn-hyfforddiant a sgôr ôl 1 (sampl rhan 2 yn unig)
q Cymhariaeth rhwng sgorau cyn-hyfforddiant a sgôr ôl 2

Tabl A4 Sgorau hyder cyn hyfforddiant ar gyfer ymateb i bobl sy'n agored i niwed yn ôl rhyw, rôl swydd, tîm a hyd y gwasanaeth (n = 151)

	Ymateb i bobl sy'n agored i niwed yn eich rôl	Rhyngweithio â phobl sy'n agored i niwed yn sensitif	Defnyddio eich barn broffesiynol	Y gallu i ganfod a oes angen cymorth ychwanegol ai peidio	Deall pa bryd y mae angen cyflwyno PPN	Dealltwriaeth o ddull amlasiantaeth a rolau gwahanol asiantaethau
Pawb						
Cymedr	7.49	7.79	7.80	7.75	8.44	6.74
SD	1.46	1.28	1.25	1.27	1.45	1.89
Rhyw						
Gwryw	7.34	7.59	7.83	7.74	8.43	6.44
Menyw	7.73	8.13	7.74	7.75	8.46	7.25
P	NS	*<0.05*	NS	NS	NS	*<0.05*
Rôl						
PCSO	7.09	7.52	7.60	7.70	8.21	6.80
PC	7.64	7.84	7.80	7.78	8.51	6.78
PS	7.71	8.29	8.36	7.64	8.71	6.36
p	NS	NS	NS	NS	NS	NS
Tîm						
Ymateb	7.73	7.90	7.91	7.77	8.65	6.68
NPT	7.16	7.64	7.65	7.72	8.17	6.83
P	*<0.05*	NS	NS	NS	*<0.05*	NS
Hyd gwasanaeth						
< 3	7.11	7.53	7.32	7.61	8.18	6.49
3-10	7.71	7.93	7.88	7.79	8.60	6.84
11-19	7.46	7.54	7.83	7.59	8.43	6.59
≥ 20	7.56	8.38	8.50	8.13	8.44	7.69
p	NS	NS	*<0.05*	NS	NS	NS

NS = Ddim yn arwyddocaol, SD = Gwyriad Safonol.

Tabl A5 Sgorau hyder hyfforddiant ôl-1 ac ôl-2 ar gyfer ymateb i bobl sy'n agored i niwed yn ôl rhyw, rôl swydd, tîm a hyd y gwasanaeth (n = 151)

	Ymateb i bobl sy'n agored i niwed yn eich rôl		Rhyngweithio â phobl sy'n agored i niwed yn sensitif		Defnyddio eich barn broffesiynol		Y gallu i ganfod a oes angen cymorth ychwanegol ai peidio		Deall pa bryd y mae angen cyflwyno PPN		Dealltwriaeth o ddullamlasiantaeth a rolau gwahanol asiantaethau	
	Ar ôl 1	Ar ôl 2	Ar ôl 1	Ar ôl 2	Ar ôl 1	Ar ôl 2	Ar ôl 1	Ar ôl 2	Ar ôl 1	Ar ôl 2	Ar ôl 1	Ar ôl 2
Pawb												
Cymedr	8.55	8.31	8.53	8.41	8.43	8.28	8.53	8.31	8.85	8.95	7.75	8.19
SD	1.07	1.19	1.11	1.20	1.08	1.19	1.05	1.16	1.33	1.13	1.64	1.54
Rhyw												
Gwryw	8.43	8.25	8.38	8.28	8.37	8.16	8.44	8.03	8.77	8.94	7.60	7.84
Menyw	8.77	8.38	8.78	8.58	8.54	8.44	8.68	8.65	8.96	8.96	8.02	8.62
P	*NS*	*NS*	*<0.05*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*<0.05*	*NS*	*NS*	*NS*	*<0.05*
Rôl												
PC	8.64	8.42	8.62	8.58	8.51	8.67	8.62	8.67	8.96	8.92	7.84	8.33
PCSO	8.43	8.34	8.44	8.46	8.30	8.23	8.34	8.29	8.66	8.93	7.70	8.22
PS	8.36	7.80	8.21	7.60	8.36	7.80	8.50	7.60	8.71	9.20	7.36	7.60
p	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*
Tîm												
Ymateb	8.66	-	8.64	-	8.57	-	8.67	-	9.02	-	7.83	-
NPT	8.41	-	8.38	-	8.25	-	8.33	-	8.62	-	7.66	-
P	*NS*	-	*NS*	-	*NS*	-	*<0.05*	-	*NS*	-	*NS*	-
Hyd y gwasanaeth (blynyddoedd)												
<3	8.53	8.19	8.63	8.5	8.39	8.31	8.45	8.44	8.95	8.81	7.89	8.31
3 i 10	8.50	8.48	8.53	8.44	8.50	8.25	8.59	8.28	8.84	8.92	7.66	8.28
11 i 19	8.54	8.20	8.41	8.40	8.24	8.40	8.41	8.30	8.76	9.40	7.66	8.00
Dros 20	8.81	8.14	8.75	8.14	8.69	8.14	8.75	8.14	8.75	8.71	8.31	7.86
p	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*

Cwnstabl yr Heddlu (PC), Swyddog Cefnogi Cymunedol yr Heddlu (PCSO), Rhingyll yr Heddlu (PS), Tîm Heddlu Cymdogaeth (NPT). NS = Ddim yn arwyddocaol, SD = Gwyriad Safonol.

Tabl A6 Sgorau hyder cyn hyfforddiant ar gyfer deall ACEs a dull wedi'i lywio gan ACEs yn ôl rhyw, rôl swydd, tîm a hyd gwasanaeth (n = 151)

	Dealltwriaeth o effaith straen a thrawma ar yr ymennydd	Deall beth yw ACEs	Deall yr effaith y gall ACEs ei chael ar ddatblygiad plentyn	Dealltwriaeth o effeithiau tymor hwy ACEs i bobl ifanc yn eu harddegau ac yn oedolion	Deall beth yw lens wedi'i llywio gan ACE	Y gallu i ddefnyddio dull wedi'i lywio gan ACE
Pawb						
Cymedr	5.81	4.65	4.56	4.46	2.63	2.92
SD	2.12	2.09	2.15	2.14	1.93	1.99
Rhyw						
Gwryw	5.67	4.61	4.59	4.46	2.92	3.16
Menyw	6.05	4.72	4.53	4.46	2.13	2.50
P	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*<0.05*	*NS*
Rôl						
PCSO	5.82	5.05	4.89	4.8	3.09	3.30
PC	5.90	4.46	4.39	4.27	2.30	2.65
PS	5.21	4.64	4.71	4.64	3.29	3.43
p	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*<0.05*	*NS*
Tîm						
Ymateb	5.94	4.42	4.34	4.24	2.33	2.66
NPT	5.65	4.95	4.86	4.75	3.02	3.25
P	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*<0.05*	*NS*
Hyd gwasanaeth						
< 3	6.03	4.82	4.71	4.61	2.61	2.89
3-10	5.88	4.71	4.59	4.47	2.77	3.05
11-19	5.39	4.16	4.13	4.00	2.19	2.47
≥ 20	6.38	5.00	5.13	5.06	3.25	3.63
p	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*

Cwnstabl yr Heddlu (PC), Swyddog Cefnogi Cymunedol yr Heddlu (PCSO), Rhingyll yr Heddlu (PS), Tîm Heddlu Cymdogaeth (NPT). NS = Ddim yn arwyddocaol, SD = Gwyriad Safonol.

Tabl A7 Sgôr hyder cymedrig ar gyfer deall ACEs a dull wedi'i lywio gan ACE

Graddfa hyder	Cyn hyfforddiant (sampl lawn, n = 151)		Pre-training (part 2 only, n=59)		Post 1 (full sample, n=151)		Post 1 (part 2 only, n=59)		Post 2 (n=59)	
	Cymedr	SD	Cymedr	SD	Cymedr	SD	Cymedr	SD	Cymedr	SD
Dealltwriaeth o effaith straen a thrawma ar yr ymennydd	5.81	2.12	5.69	1.75	8.58	1.07	8.69	1.09	8.47	1.15
Deall beth yw ACEs	4.65	2.09	5.05	1.95	9.07	0.96	9.12	1.02	9.24	0.88
Deall yr effaith y gall ACEs ei chael ar ddatblygiad plentyn	4.56	2.15	4.97	2.07	9.04	1.02	9.12	1.02	9.33	0.80
Dealltwriaeth o effeithiau tymor hwy ACEs i bobl ifanc yn eu harddegau ac yn oedolion	4.46	2.14	4.86	2.05	9.04	0.97	9.15	0.96	9.21	0.85
Deall beth yw lens wedi'i llywio gan ACE	2.63	1.93	3.19	2.07	8.91	1.03	9.00	1.07	8.46	1.19
Y gallu i ddefnyddio dull wedi'i lywio gan ACE at bobl sy'n agored i niwed ac ymateb i anghenion ACE unigol	2.92	1.99	3.41	2.15	8.73	1.21	8.86	1.09	8.64	0.96

SD = Gwryiad Safonol.

TTabl A8 Sgorau hyder hyfforddiant ar ôl-1 ac ar ôl-2 ar gyfer deall ACEs a dull wedi'i lywio gan ACE yn ôl rhyw, rôl swydd, tîm a hyd gwasanaeth (n = 151)

	Dealltwriaeth o effaith straen a thrawma ar yr ymennydd		Deall beth yw ACEs		Deall yr effaith y gall ACEs ei chael ar ddatblygiad plentyn		Dealltwriaeth o effeithiau tymor hwy ACEs i bobl ifanc yn eu harddegau ac yn oedolion		Deall beth yw lens wedi'i llywio gan ACE		Y gallu i ddefnyddio dull wedi'i lywio gan ACE	
	Ar ôl 1	Ar ôl 2	Ar ôl 1	Ar ôl 2	Ar ôl 1	Ar ôl 2	Ar ôl 1	Ar ôl 2	Ar ôl 1	Ar ôl 2	Ar ôl 1	Ar ôl 2
Pawb												
Cymedr	8.58	8.47	9.07	9.24	9.04	9.33	9.04	9.21	8.91	8.46	8.73	8.64
SD	1.07	1.16	0.96	0.88	1.03	0.80	0.97	0.85	1.03	1.20	1.21	0.97
Rhyw												
Gwryw	8.38	8.28	8.96	9.06	8.93	9.16	8.94	9.00	8.78	8.38	8.55	8.44
Menyw	8.89	8.69	9.25	9.46	9.23	9.54	9.21	9.46	9.14	8.56	9.04	8.88
P	*<0.05*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*<0.05*	*<0.05*	*NS*	*<0.05*	*NS*
Rôl												
PC	8.60	8.58	9.10	9.17	9.03	9.25	9.01	9.25	8.92	8.67	8.71	9.08
PCSO	8.73	8.46	9.14	9.29	9.14	9.37	9.16	9.27	8.95	8.38	8.80	8.51
PS	7.93	8.20	8.64	9.00	8.79	9.20	8.86	8.60	8.71	8.60	8.71	8.60
P	*<0.05*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*
Tîm												
Ymateb	8.53	-	9.07	-	9.03	-	9.01	-	8.91	-	8.68	-
NPT	8.63	-	9.06	-	9.05	-	9.08	-	8.92	-	8.80	-
P	*NS*	-	*NS*	-	*NS*	-	*NS*	-	*NS*	-	*NS*	-
Hyd y gwasanaeth (blynyddoedd)												
<3	8.71	8.63	9.16	9.31	9.13	9.56	9.18	9.44	9.16	8.56	8.55	8.50
3 i 10	8.50	8.44	9.07	9.28	9.07	9.28	8.98	9.16	9.07	8.33	8.83	8.56
11 i 19	8.53	8.40	9.00	9.20	8.89	9.2	9.00	9.10	9.00	8.40	8.70	8.90
Dros 20	8.63	8.29	9.00	9.00	9.06	9.14	9.06	9.00	9.00	8.71	9.00	8.86
p	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*	*NS*

Cwnstabl yr Heddlu (PC), Swyddog Cefnogi Cymunedol yr Heddlu (PCSO), Rhingyll yr Heddlu (PS), Tîm Heddlu Cymdogaeth (NPT). NS = Ddim yn arwyddocaol, SD = Gwyriad Safonol.

Tabl A9 Ymwybyddiaeth cyfranogwyr/Ymgysylltu â gwasanaethau cefnogi staff

Gwasanaethau llesiant a chymorth	Ymwybyddiaeth o wasanaeth		Defnyddwyr gwasanaeth	
	n	%	n	%
My Mind	111	73.5	19	12.6
My Health	98	64.9	20	13.2
Connect Assist Counselling	54	35.8	5	3.3
Blue Light Infoline	32	21.2	*	*
Police Well-being Zone	55	36.4	*	*
Ffederasiwn yr Heddlu	78	51.7	13	8.6
Red Arc	32	21.2	5	3.3

*Mae niferoedd llai na 5 wedi eu hatal

TTabl A10 Tebygolrwydd o geisio cymorth ar ôl hyfforddiant 1 yn ôl rôl

		PS		PC		PCSO		Cyfanswm		
	Ceisio cymorth cydweithiwr	n	%	n	%	n	%	**n**	**%**	p
Ar ôl 1	Yn fwy tebygol	*	*	23	53.49	*	*	**43**	**100**	
	Dim newid	11	10.89	66	65.35	24	23.76	**101**	**100**	*<0.05*
	Yn llai tebygol	*	*	*	*	0	0.00	*****	**100**	
	Ceisio cymorth ffurfiol									
	Yn fwy tebygol	*	*	26	49.06	*	*	**53**	**100**	
	Dim newid	10	10.87	63	68.48	19	20.65	**92**	**100**	*<0.05*
	Yn llai tebygol	0	0.00	*	*	0	0.00	*****	**100**	
Ar ôl 2	**Ceisio cymorth cydweithiwr**									
	Yn fwy tebygol	*	*	*	*	16	84.21	**19**	**100**	
	Dim newid	*	*	*	*	23	63.89	**36**	**100**	NS
	Yn llai tebygol	0	0.00	*	*	*	*	*****	**100**	
	Ceisio cymorth ffurfiol									
	Yn fwy tebygol	*	*	*	*	18	85.71	**21**	**100**	
	Dim newid	*	*	*	*	22	62.86	**35**	**100**	NS
	Yn llai tebygol	0	0.00	*	*	0	0.00	*****	**100**	

*Nifer llai na 5 wedi eu hatal NS = Ddim yn arwyddocaol

Cyfeiriadau

(1) Ford, K., Kelly, S., Evans, J., Newbury, A., Meredith, Z a Roderick, J. (2017) Profiadau Niweidiol yn Ystod Plentyndod: Torri'r Cylch Troseddu o Un Genhedlaeth i'r Llall. Rhoi Dealltwriaeth ar Waith: Adroddiad Cryno. Iechyd Cyhoeddus Cymru.

(2) Bellis, M. A., Hughes, K., Leckenby, N., Perkins, C., Lowey, H. National household survey of adverse childhood experiences and their relationship with resilience to health-harming behaviours in England. BMC Medicine 2014; 12(1):1-10.

(3) Ford, K., Butler, N., Hughes, K., Quigg, Z., Bellis, M. Adverse Childhood Experiences (ACEs) in Northamptonshire, Hertfordshire and Luton. Liverpool: Centre for Public Health.; 2016.

(4) Felitti, V.J., Anda, R.F., Nordenberg, D., Williamson, D.F., Spitz, A.M., Edwards, V., et al. Relationship of Childhood Abuse and Household Dysfunction to Many of the Leading Causes of Death in Adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. American Journal of Preventive Medicine 1998;14(4):245-58.

(5) Bellis, M.A., Hughes, K., Leckenby, N., Hardcastle, K.A., Perkins, C., Lowey, H. Mesur marwolaethau a baich clefydau oedolion sy'n gysylltiedig â phrofiadau plentyndod niweidiol yn Lloegr: arolwg cenedlaethol. Journal of Public Health 2015; 37 (3): 445-54.

(6) Bethell, C.D., et al. Adverse childhood experiences: assessing the impact on health and school engagement and the mitigating role of resilience. Health Affairs 2014; 33(12): 2014-2115.

(7) Zielinski, D.S. Child maltreatment and adult socioeconomic well-being. Child Abuse and Neglect 2009; 33(10): 666-678.

(8) Liu, Y., et al. Relationship between adverse childhood experiences and unemployment among adults from five US states. Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology 2013; 48(3): 357-369.

(9) Reavis, J.A., et al. Adverse childhood experiences and adult criminality: how long must we live before we possess our own lives? The Permanente Journal 2013; 17(2): 44-48.

(10) Bellis, MA, Ashton, K., Hughes, K., Ford, K., Bishop, J., Paranjothy, S. Profiadau Niweidiol yn Ystod Plentyndod a'u heffaith ar ymddygiadau niweidio iechyd yn y boblogaeth oedolion yng Nghymru. Caerdydd: Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru; 2016.

(11) Zolkoski, S.M., Bullock, L.M. Resilience in children and youth: a review. Children and Youth Services Review 2012; 34, 2295-2303.

(12) Compton MT, Bakeman R, Broussard B et al. 2014. The police-based Crisis Intervention Team (CIT) model: II. Effects on level of force and resolution, referral and arrest. *Psychiatric Services*. 65: 523-529.

(13) The Vancouver Police Department. 2017. Police and Community Response Unit. *http://vancouver.ca/police/organization/investigation/investigative-support-services/youth-services/community-response.html.* (cyrchwyd ar 7 Chwefror 2017).

(14) Murray, J. (2002). Police Culture: A Critical Component of Community Policing. *Australian Journal of Forensic Science*, 34, 57-71.

(15) Diwygio fformiwla ariannu yr heddlu *http://www.publications.parliament.uk/pa/cm201516/cmselect/cmhaff/476/47608.htm#_i dTextAnchor043* [Cyrchwyd ar 28 Mehefin, 2017].

(16) Comisiynydd yr Heddlu a Throseddu De Cymru. 2016. *Cynllun yr Heddlu a Lleihau Troseddu 2016-2021.*

(17) Arolygiaeth Heddluoedd Ei Mawrhydi Cymru a Lloegr. 2016. PEEL: Police effectiveness 2015. A national overview.

(18) Ford, K., Barton, E., and Roderick, J. (2017) Feedback on Operation Liberty: Police understanding of vulnerability.

(19) Heddlu De Cymru. Heddlu De Cymru 2016. Cyfathrebu Mewnol.

(20) Baker, C.N., Brown, S.M., Wilcox, P.D., Overstreet, S. and Arora, P., 2015. Development and psychometric evaluation of the attitudes related to trauma-informed care (ARTIC) scale. *School Mental Health*, *8*(1), pp.61-

(21) Traumaticstressinstitute.org. (2017). ARTIC Scale. [ar-lein] Ar gael yn: *http://traumaticstressinstitute.org/artic-scale/* [Cyrchwyd 14 Mehefin. 2017].

(22) Walsh, M., Taylor, M., & Hastings, V. (2013). Burnout and post traumatic stress disorder in the police: Educating officers with the stilwell TRiM approach. Policing, 7, 167–177. doi:10.1093/police/pas043

(23) Symud Cymru Ymlaen 2016-2021. (2016). Llywodraeth Cymru. *http://gov.wales/docs/strategies/160920-taking-wales-forward-cy.pdf* [Cyrchwyd 31 Awst. 2017].

(24) Adfer cydbwysedd i ofal iechyd: Gweithio mewn partneriaeth i leihau annhegwch cymdeithasol (2016). Llywodraeth Cymru. *http://gov.wales/docs/dhss/publications/161110cmoreport16cy.pdf* [Accessed 31 Aug. 2017].

(25) Bennett, A., Molyneuz, I., Bellis, M.A., Lowey, H. (2017). Animeiddiad Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod: Iechyd Cyhoeddus Cymru ac Awdurdod Lleol Blackburn a Darwin [ar-lein] Aces.me.uk. Ar gael yn: *http://www.aces.me.uk/in-wales/* [Cyrchwyd 20 Gorffennaf 2017].

© 2017 Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru

Gall deunydd a gynhwysir yn y ddogfen gael ei atgynhyrchu o dan delerau'r Drwydded Llywodraeth Agored (OGL) www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/ ar yr amod y gwneir hynny'n gywir ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol.

Rhaid datgan cydnabyddiaeth i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Mae'r hawlfraint yn y trefniant teipograffyddol, dyluniad a gosodiad yn perthyn i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

ISBN 978-1-910768-45-7

GIG CYMRU NHS WALES

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Rhif 2 Capital Quarter
Stryd Tyndall
Caerdydd CF10 4BQ

Ffôn: 02920 227744

Dyluniad: Jenney Creative www.jenneycreative.co.uk