Uned Atal Trais
Violence Prevention Unit

Deall Effaith COVID-19 ar Drais ac ACE a Brofir gan Blant a Phobl Ifanc yng Nghymru

Adroddiad Interim

Tachwedd 2020

Awduron: Annemarie Newbury, Emma R Barton, Lara C Snowdon a Joanne C. Hopkins

Iechyd Cyhoeddus Cymru, Polisi a Datblygiad Rhyngwladol, Canolfan Gydweithredu Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant

Diolchiadau

Hoffem ddiolch i Jonathan Drake (Cyfarwyddwr, Uned Atal Trais Cymru) a Vicky Jones (arweinydd Canolfan ACE Gogledd Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru) am eu cyfraniad i'r ymchwil, gan gynnwys y wybodaeth, yr arweiniad a'r adnoddau a ddarparwyd i lywio cynhyrchu a datblygu'r adroddiad ymhellach, ac am gymryd yr amser i adolygu'r adroddiad. Hoffem hefyd ddiolch i Nadia Butler (Ymchwilydd Iechyd Cyhoeddus, Sefydliad Iechyd y Cyhoedd, Prifysgol John Moores Lerpwl) am adolygu'r adroddiad, a Bryony Parry (Swyddog Cyfathrebu, Iechyd Cyhoeddus Cymru) am ei chymorth ac am ddylunio'r adroddiad.

Rydym yn ddiolchgar i'n cydweithwyr a'n partneriaid am rannu eu data, eu gwybodaeth a'u harbenigedd ag Uned Atal Trais Cymru, sydd wedi ein galluogi i gynhyrchu'r adroddiad hwn. Mae hyn yn cynnwys: Bwrdd Iechyd De Cymru, Uned Troseddau Cyfundrefnol Ranbarthol Tarian, Cymorth i Fenywod Cymru, Reguge, Papyrus, Grid y De-orllewin ar gyfer Dysgu, CrimeStoppers, y Gymdeithas Genedlaethol er Atal Creulondeb i Blant, Hourglass, a phedwar Heddlu Cymru - Heddlu Dyfed Powys, Heddlu Gwent, Heddlu Gogledd Cymru, a Heddlu De Cymru.

Cynhyrchwyd yr adroddiad hwn gan Iechyd Cyhoeddus Cymru, o dan yr Uned Atal Trais ac mewn cydweithrediad â chanolfan cymorth ACE:

Uned Atal Trais Cymru (UAT):

Mae Uned Atal Trais Cymru yn bartneriaeth o sefydliadau, gyda'r tîm craidd yn cynnwys aelodau o heddluoedd, Swyddfeydd Comisiynwyr yr Heddlu a Throseddu, Iechyd Cyhoeddus Cymru, Gwasanaeth Carchardai a Phrawf Ei Mawrhydi (HMPPS), Mewnfudo y Swyddfa Gartref a'r sector gwirfoddol. Mae'r Uned wedi ymrwymo i ddefnyddio dull iechyd y cyhoedd o atal trais. Mae'r dull hwn yn herio'r syniad bod trais yn anochel ac yn hytrach mae'n dangos y gellir rhagweld ac atal trais fel unrhyw broblem iechyd arall. Mae'n ceisio tystiolaeth i ddeall achosion trais a'r hyn sy'n gweithio i'w atal. Mae'r tîm yn defnyddio'r dystiolaeth hon i ddatblygu ymyriadau sy'n canolbwyntio ar yr achosion sylfaenol hyn, cyn gwerthuso'r ymyriadau hyn a chynyddu prosiectau a rhaglenni effeithiol trwy ddull systemau cyfan o atal trais.

Canolfan Cymorth Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACE) Cymru:

Sefydlwyd Canolfan Cymorth ACE Cymru yn 2017 i gefnogi gweithwyr proffesiynol, sefydliadau a'r gymuned i helpu i greu Cymru sy'n ymwybodol o ACE. Eu cenhadaeth yw taclo, lliniaru ac atal ACE trwy rannu syniadau a dysgu, a herio a newid ffyrdd o weithio, fel y gallwn gyda'n gilydd dorri cylch ACE.

Ariennir Canolfan Cymorth ACE gan Lywodraeth Cymru ac mae'n gweithio'n agos ag arweinwyr ar draws sefydliadau cyhoeddus a'r trydydd sector i ddatblygu a darparu agenda ACE, gan gynnwys cyfiawnder ieuenctid, tai, awdurdod lleol, cyrff iechyd, addysg a chwaraeon, yn ogystal â'r gymuned leol.

Am ragor o wybodaeth, cysylltwch â:

Lara Snowdon, Arweinydd y Rhaglen Atal Trais
Cyfeiriad: Llawr 5, 2 Capital Quarter, Stryd Tyndall, Caerdydd, CF10 4BZ
E-bost: **PHW.ViolencePreventionUnit@wales.nhs.uk**
Gwefan: www.violencepreventionwales.co.uk/

Crynodeb Gweithredol

Yn ystod pandemig COVID-19, mae mesurau iechyd cyhoeddus, fel y cyfnod clo a chyfyngiadau ymbellhau cymdeithasol, wedi bod yn hanfodol i atal y feirws a diogelu iechyd y boblogaeth. Fodd bynnag, i rai pobl mae hyn wedi cynyddu amlygiad i niwed yn y cartref ac ar-lein, gan leihau mynediad at ofal a chymorth gan wasanaethau. Yn benodol, mae hyn wedi rhoi plant a phobl ifanc mewn perygl, gyda'r potensial i amlygiad cynyddol i brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACE) a thrais arwain at ganlyniadau tymor hir. Mae'r adroddiad hwn yn archwilio effaith COVID-19 a'r mesurau diogelu iechyd cysylltiedig ar blant a phobl ifanc trwy adolygiad o'r llenyddiaeth sydd ar gael a dadansoddiad o ddata amlasiantaeth a ddarparwyd gan bartneriaid i Uned Atal Trais Cymru (UAT) yn ystod y pandemig. Mae'r adroddiad yn cyfleu'r effaith annheg a hirdymor y gallai'r pandemig ei chael ar blant a phobl ifanc, ac yn tynnu sylw at ystyriaethau ar gyfer lliniaru'r canlyniadau negyddol hyn.

Canfyddiadau

Mae'r Cenhedloedd Unedig (CU) wedi rhagweld y bydd dros filiwn o farwolaethau plant y gellir eu hatal yn fyd-eang o ganlyniad i effaith anuniongyrchol y pandemig ar blant a phobl ifanc. Profwyd effaith COVID-19 yn anghymesur ar draws cymdeithas, gyda phlant a theuluoedd sy'n byw mewn tlodi yn debygol o fod wedi profi'r adfyd mwyaf yn ystod yr amser hwn. Mae Llywodraeth Cymru wedi gweithredu nifer o strategaethau i liniaru effaith COVID-19 ar blant a theuluoedd sydd fwyaf agored i niwed yn ystod y pandemig, gan gynnwys y rhai sy'n byw mewn ardaloedd mwy difreintiedig sydd angen mynediad at fwyd ac adnoddau addysgol. Fodd bynnag, mae'r pandemig wedi rhoi straen ar yr economi, a chyda'r symudiadd diweddar yn ôl i mewn i ddirwasgiad, mae risg y gallai tlodi plant yn y DU godi erbyn diwedd y flwyddyn. Ar ben hynny, gyda chwe mis o gau ysgolion, mae'r ddibyniaeth ar ddysgu ar-lein i barhau i ddarparu addysg yn creu risg o ymestyn y bwlch dysgu rhwng y plant mwyaf a lleiaf difreintiedig mewn cymdeithas.

Gall agweddau straen lluosog ac absenoldeb mynediad at gymorth gynyddu mynychder ac amlder trais yn y cartref ac ymddygiadau niweidiol, gan gynnwys cam-drin yn y cartref, camddefnyddio alcohol a sylweddau gan rieni, a cham-drin corfforol, rhywiol a seicolegol. Mae hyn ynghyd â chael gwared ar ffactorau amddiffynnol a mynediad at fecanweithiau ymdopi a all gryfhau cydnerthedd unigolion. Mae data'n tynnu sylw at lai o adroddiadau i asiantaethau'r sector cyhoeddus, gan gynnwys yr heddlu, iechyd a gofal cymdeithasol yn ystod y cyfnod clo. Fodd bynnag, bu cynnydd sydyn yn y galw ar asiantaethau cefnogi, yn enwedig sefydliadau trydydd sector sy'n darparu cymorth hanfodol trwy linellau cymorth ac adnoddau ar-lein. Yn benodol, bu cynnydd yn yr adroddiadau am bryderon am ymddygiad rhieni/rhoddwyr gofal, cam-drin emosiynol, esgeulustod, cam-drin corfforol a cham-drin rhywiol. Mae'r galw ar

wasanaethau cam-drin yn y cartref hefyd wedi bod yn sylweddol uwch, gydag un llinell gymorth yn nodi cynnydd o 54% mewn galwadau gan rieni sy'n profi cam-drin.

Ledled y DU mae lefelau sy'n achosi pryder o gam-drin a chamfanteisio'n rhywiol ar blant, a hynny ar-lein ac oddi ar-lein. Mae data wedi tynnu sylw at yr heriau y mae asiantaethau diogelu ar-lein wedi'u profi wrth ddiogelu plant a phobl ifanc rhag cyflawnwyr yn ystod y cyfnod clo, gan gynnwys cael gwared ar fideos a delweddau o blant sy'n cael eu cam-drin. Mae'r cyfnod clo wedi gwaethygu'r risg i blant a phobl ifanc ar-lein ymhellach, gyda mwy o ddefnydd o'r rhyngrwyd a llai o lesiant meddyliol yn cynyddu eu perygl o fod yn agored i niwed i feithrin perthynas amhriodol a chamfanteisio.

Bu llawer o ffocws ar effaith COVID-19 ar iechyd meddwl a llesiant plant a phobl ifanc yn ystod y cyfnod clo. Mae ymchwil wedi tynnu sylw at y ffaith bod yr effaith ar iechyd meddwl wedi amrywio ar draws carfannau poblogaeth, ond mae'n awgrymu bod yr effaith wedi cynyddu dros amser. Mae plant a phobl ifanc wedi nodi eu bod yn teimlo'n unig ac yn bryderus yn ystod y cyfnod clo, ac wedi mynegi pryderon am eu dyfodol yn ogystal â dychwelyd i'r ysgol. Mae'r galw ar wasanaeth cwnsela NSPCC Childline wedi cynyddu'n sylweddol yn ystod y cyfnod clo, gyda lefel uchel o alw gan blant a phobl ifanc yn ceisio cymorth ar gyfer llesiant meddyliol ac emosiynol, hunan-niweidio a hunanladdiad. Ar hyn o bryd, nid oes unrhyw ddata ar gael i nodi cynnydd mewn hunanladdiad plant yn ystod y cyfnod clo, fodd bynnag, mae gwasanaethau'n nodi bod cael gwared ar gymorth a thechnegau tynnu sylw sefydledig wedi arwain pobl ifanc i ailsefydlu technegau ymdopi sy'n niweidio iechyd, gan gynnwys hunan-niweidio, alcohol a defnyddio cyffuriau a thrais.

Mae amodau'r cyfnod clo yn cynyddu pa mor agored i niwed yw plant i gamfanteisio, ac o ganlyniad, mae risg o gynnydd mewn camfanteisio troseddol ar blant, camfanteisio'n rhywiol ar blant, trais ieuenctid a radicaleiddio. Mae gwybodaeth yr heddlu yn tynnu sylw at yr heriau y mae cyflenwyr cyffuriau wedi'u profi gyda dosbarthiad yn ystod y cyfnod clo, ac yn nodi bod llawer o gangiau'n defnyddio'r amser i recriwtio plant a phobl ifanc sy'n agored i niwed. Yn yr un modd, mae gweithwyr proffesiynol ledled Cymru a Lloegr wedi mynegi pryder bod y cyfnod clo wedi cynyddu'r risg y bydd nifer fach o blant yn cael eu radicaleiddio, gyda mwy o amlygiad i ddeunyddiau niweidiol ar-lein a mwy o gwynion.

Er bod yna ystod o ffactorau sydd wedi peri risg uchel i blant a phobl ifanc yn ystod y cyfnod clo ac adfer, prin fu'r cymorth sydd wedi bod ar gael i reoli'r risgiau hyn. Mae gwasanaethau wedi profi aflonyddwch sylweddol a llai o allu i ymateb i blant a theuluoedd agored i niwed. Sefydlwyd darpariaethau i sicrhau mynediad at fwyd ac addysg ar gyfer y plant a'r bobl ifanc mwyaf agored i niwed, fodd bynnag, roedd

defnydd isel o leoedd mewn ysgolion yn ystod y cyfnod clo, gyda llawer o ddisgyblion agored i niwed heb fod yn ymgysylltu â gweithwyr proffesiynol yn ystod yr amser hwn.

Mae ysgolion yn chwarae rhan annatod wrth helpu plant i wella o'r pandemig, fodd bynnag, ar ôl dychwelyd i'r ysgol bydd galw sylweddol ar ddarparwyr addysg i nodi plant â thrawma, rheoli cynnydd mewn datgeliadau, cefnogi disgyblion â'u hiechyd meddwl a'u llesiant, a helpu plant i ddal i fyny ar eu dysgu a gollwyd. Ni all ysgolion weithio ar eu pennau eu hunain, mae angen i wasanaethau weithio ar y cyd i ddarparu cymorth i fynd i'r afael ag anghenion plant a phobl ifanc. Mae sefydliadau'r trydydd sector yn aml yn chwarae rhan annatod wrth ddarparu cymorth ac ymyrraeth i blant a phobl ifanc, fodd bynnag, mae goblygiadau ariannol sylweddol i'r cyfnod clo a allai leihau eu gallu i barhau i ddarparu'r cymorth sy'n ofynnol. Mae angen buddsoddi mewn ymyrraeth gynnar ac atal er mwyn lliniaru effaith amlygiad i gam-drin a thrais i blant a phobl ifanc yn ystod y cyfnod clo. Mae ymchwil yn tynnu sylw at gostau esbonyddol ACE a thrais ar draws cwrs bywyd, gydag ymyrraeth hwyr yn cynyddu'r gwariant. Gall gweithredu'n gynnar wella canlyniadau'n sylweddol i blant a phobl ifanc, tra hefyd yn lleihau'r costau ar wasanaethau.

Casgliad

Roedd yna risgiau sylweddol i blant yn ystod y cyfnod clo, ac er bod data gwasanaeth a llenyddiaeth ymchwil yn rhoi mewnwelediad gwerthfawr i brofiadau plant a phobl ifanc yn ystod y cyfnod clo, mae llawer o'r niwed a achoswyd wedi'i guddio ac nid yw'r gwir effaith yn hysbys. Mae angen rhoi plant yng nghanol y cynlluniau adfer, a buddsoddi i'w cefnogi i oresgyn effeithiau'r pandemig i sicrhau buddion uniongyrchol, tymor hir a rhwng cenedlaethau. Er bod y wlad yn wynebu dirwasgiad ac angen nodi ffyrdd i amddiffyn yr economi, gall methu â buddsoddi mewn ymyrraeth gynnar arwain at fwy o ganlyniadau ariannol yn y tymor hir. Mae angen i sefydliadau ddod ynghyd i alluogi ymateb systemau cyfan i blant a theuluoedd, wrth gronni adnoddau i gynyddu'r cymorth y gellir ei ddarparu.

Mae angen gwaith pellach i ddeall yn llawn effaith y pandemig ar grwpiau ymylol a difreintiedig, i ddeall yn well sut mae gwasanaethau wedi ymateb i ddarparu cymorth i blant a theuluoedd agored i niwed, ac i ystyried beth sy'n gweithio i liniaru effeithiau niwed a achosir yn ystod y cyfnod clo. Mae asesiad o anghenion iechyd ar y gweill ar hyn o bryd i adeiladu ymhellach ar ganfyddiadau'r adroddiad hwn ac i gasglu data a thystiolaeth bellach i egluro effaith y pandemig yn llawn ar brofiad plant a phobl ifanc o drais ac ACE.

Cynnwys

Crynodeb Gweithredol 2
Canfyddiadau 2
Casgliad 4
Cyflwyniad 6
Dull ac Amcanion 6
Effaith ehangach y pandemig COVID-19 ar blant a phobl ifanc 7
Effaith economaidd-gymdeithasol 9
Effaith Addysgol 10
Effaith COVID-19 ar amlygiad i gamdriniaeth a thrais yn erbyn plant 13
Profiadau niweidiol yn ystod plentyndod 14
Defnydd o alcohol gan rieni a rhoddwyr gofal 15
Trais yn erbyn menywod a merched; trais a cham-drin rhywiol ac yn y cartref (VAWDASV) 17
Cam-drin a chamfanteisio'n rhywiol ar blant (ar-lein ac all-lein) 19
Iechyd a llesiant meddyliol 21
Hunanladdiad a Hunan-niweidio 23
Camfanteisio ar blant a thrais ieuenctid difrifol 23
Mynediad at wasanaethau cymorth 25
Ystyriaethau i'w gwneud 27
Yr angen i fuddsoddi mewn atal ac ymyrraeth gynnar 29
Casgliad 30
Cyfeiriadau 32

Cyflwyniad

Ledled y byd, mae'r pandemig coronafeirws (COVID-19) wedi cael effaith ddinistriol, gyda miliynau o bobl yn mynd yn sâl a channoedd a miloedd o farwolaethau dros sawl mis. Mae hyn wedi rhoi straen sylweddol ar wasanaethau iechyd yn y mwyafrif o wledydd ledled y byd, ac mae ymdrechion i atal y feirws wedi cael goblygiadau iechyd, cymdeithasol ac economaidd byd-eang sylweddol. Mae mesurau iechyd cyhoeddus wedi'u cyflwyno i raddau amrywiol yn genedlaethol ac yn rhyngwladol, gyda rhai o'r mesurau a gymerwyd yn cynnwys cyfnodau clo ledled y wlad; ymbellhau cymdeithasol; cau ysgolion, sefydliadau yfed a siopau adwerthu nad ydynt yn hanfodol; canslo digwyddiadau chwaraeon ac adloniant; ac i lawer, cyflwyno gweithio gartref.

Er bod y mesurau iechyd cyhoeddus hyn wedi bod yn hanfodol i atal y pandemig a lleihau'r risg o niwed i iechyd y boblogaeth, mae tystiolaeth yn awgrymu bod y mesurau hyn wedi cynyddu mynychder a chymhlethdod y trais a brofir mewn lleoedd 'preifat', megis y cartref ac ar-lein, ac mewn cymunedau sy'n dioddef sawl math o amddifadedd ac anghydraddoldeb cymdeithasol. Mae sefydliadau rhyngwladol wedi mynegi pryderon difrifol ynghylch lefelau cynyddol o drais, yn enwedig trais ar sail rhyw a ddisgrifiodd Ysgrifennydd Cyffredinol y Cenhedloedd Unedig, António Guterres, fel 'pandemig cysgodol'[1] yn rhedeg ochr yn ochr â phandemig COVID-19.

Mae sefydliadau wedi addasu sut maen nhw'n gweithio i alluogi iddynt barhau i gynnig gwasanaethau hanfodol i'r bobl fwyaf agored i niwed mewn cymdeithas, gan gynnwys plant a phobl ifanc. Fodd bynnag, mae'r mesurau iechyd cyhoeddus wedi peri sawl her i weithwyr proffesiynol sy'n ymgysylltu â phlant a theuluoedd agored i niwed, yn enwedig y rhai nad ydynt ag anghenion diogelu brys. O ganlyniad i lai o gyswllt â phlant (ee ysgolion) a'r gallu i wasanaethau gynnig cymorth, mae'r mesurau a gyflwynwyd yn debygol o fod wedi atal adnabod y rhai nad ydynt yn hysbys i wasanaethau eto, ac felly wedi lleihau'r gallu i ddarparu cymorth i blant a theuluoedd ar gyfle cynnar i fynd i'r afael ag anghenion ac atal cynyddu'r risg.

Gall dod i gysylltiad ag adfyd a thrais yn ystod plentyndod gael effaith gydol oes ar blant a phobl ifanc, gan gynyddu'r risg o ganlyniadau negyddol yn ddiweddarach mewn bywyd. O ganlyniad, mae gan effaith COVID-19 y potensial i ymestyn y tu hwnt i hyd y pandemig. Mae'n bwysig ystyried profiadau plant a phobl ifanc yn ystod y cyfnod hwn, y risgiau y mae'r pandemig wedi'u peri, a sut mae angen i wasanaethau ymateb i liniaru effaith hirdymor y pandemig.

Dull ac Amcanion

Mae'r adroddiad yn archwilio effaith COVID-19 ar blant a phobl ifanc yng Nghymru, gan ganolbwyntio ar drais a phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACE). Ar ben hynny, mae'n ceisio deall ymateb gwasanaethau i blant a theuluoedd agored i niwed,

a'r ystyriaethau angenrheidiol wrth i gyfyngiadau barhau i lacio a Chymru yn dechrau ei thaith i wella o effeithiau'r pandemig. Mae gan y gwerthusiad yr amcanion canlynol:

1. Deall yr effaith y mae mesurau cyfnod clo COVID-19 wedi'i chael ar blant a phobl ifanc yng Nghymru, gyda ffocws ar drais ac ACE
2. Archwilio pa ystyriaethau sydd eu hangen yng Nghymru i atal trais ac ACE a lleihau effaith tymor hir y pandemig COVID-19.

Er mwyn cyflawni'r amcanion hyn, adolygwyd y llenyddiaeth i ddeall sut mae COVID-19 wedi effeithio ar benderfynyddion ehangach iechyd plant a phobl ifanc, cyn canolbwyntio ar yr effaith y mae'r pandemig wedi'i chael, ac yn parhau i'w chael, ar brofiad plant a phobl ifanc o drais ac ACE. Daw'r data a'r ymchwil yn yr adroddiad o'r llenyddiaeth sydd ar gael yn ogystal â data o Adroddiadau Covid-19 a Monitro Trais UAT Cymru a sefydlwyd yn ystod y pandemig.[2]

Effaith ehangach y pandemig COVID-19 ar blant a phobl ifanc

Mae ymchwil wedi tynnu sylw at y ffaith bod effaith y pandemig COVID-19 wedi cael ei deimlo'n anghymesur o fewn cymdeithas. Er enghraifft, mae rhai grwpiau poblogaeth mewn mwy o berygl o'r feirws, gan gynnwys pobl hŷn a rhai agored i niwed, a grwpiau du a lleiafrifoedd ethnig.[3] Yn yr un modd, profwyd effeithiau negyddol y mesurau iechyd cyhoeddus yn anghymesur, gan gynnwys yr effaith ymhlith plant a phobl ifanc.[3] Mae'r Cenhedloedd Unedig yn adrodd *"er nad plant yw wyneb y pandemig hwn, mae ei effeithiau ehangach ar blant mewn perygl o fod yn drychinebus ac ymhlith y canlyniadau mwyaf parhaol i gymdeithasau cyfan"*.[3] Mewn sesiwn briffio polisi, nododd y Cenhedloedd Unedig dair ffordd y bydd y pandemig yn effeithio ar blant; 1) trwy eu heintio gyda'r feirws, 2) effaith economaidd-gymdeithasol uniongyrchol y mesurau iechyd cyhoeddus, a 3) effeithiau tymor hwy posibl oedi wrth weithredu'r nodau datblygu cynaliadwy[4] (gweler blwch 1 am drosolwg o'r nodau). Tra bod ymchwil yn dal yn ei dyddiau cynnar, mae tystiolaeth i awgrymu, yn glinigol, bod COVID-19 yn effeithio llai ar blant nag oedolion.[5] Fodd bynnag, rhagwelir y bydd plant yn cael eu heffeithio'n sylweddol trwy effeithiau anuniongyrchol y pandemig, gyda rhagamcaniad o dros filiwn o farwolaethau plant y gellid bod wedi'u hatal yn fyd-eang.[6]

Blwch 1: Agenda 2030: Nodau datblygu cynaliadwy[7]

Yn 2015 cytunodd arweinwyr y byd ar Agenda 2030, agenda newydd i ddod â thlodi i ben, trechu newid yn yr hinsawdd ac ymladd anghyfiawnder ac anghydraddoldeb dros y 15 mlynedd nesaf, sy'n addo dyfodol gwell i bawb. Mae Agenda 2030 yn nodi 17 nod datblygu cynaliadwy y mae llywodraethau wedi ymrwymo i'w cyflawni. Mae'r 17 nod yn cynnwys:

1. Dim tlodi
2. Dim newyn
3. Iechyd a llesiant da
4. Addysg o safon
5. Cydraddoldeb rhyw
6. Dŵr glân a glanweithdra
7. Ynni fforddiadwy a glân
8. Gwaith gweddus a thwf economaidd
9. Diwydiant, arloesi a seilwaith
10. Llai o anghydraddoldebau
11. Dinasoedd a chymunedau cynaliadwy
12. Defnydd a chynhyrchu cyfrifol
13. Gweithredu o ran yr hinsawdd
14. Bywyd o dan y dŵr
15. Bywyd ar y tir
16. Heddwch, cyfiawnder a sefydliadau cryf
17. Partneriaethau ar gyfer y nodau

Mae yna ystod eang o ffactorau sy'n peri risg o niwed i blant a phobl ifanc yn ystod pandemig COVID-19. Mae tystiolaeth yn awgrymu bod cyfyngiadau COVID-19 yn effeithio ar benderfynyddion ehangach iechyd, gan gynnwys ffactorau cymdeithasol, economaidd ac amgylcheddol, megis cynnydd mewn tlodi, anghydraddoldeb gwaeth, tai gwael a thlodi bwyd; yn ogystal â llai o fynediad at iechyd a gofal cymdeithasol, a newidiadau i ymddygiad iechyd unigol.[3] Er y bydd y pandemig yn effeithio ar bob plentyn i raddau, ni fydd yr effaith hon yn cael ei dosbarthu'n gyfartal. Bydd y risg o niwed yn fwy ymhlith grwpiau mwy agored i niwed o blant a phobl ifanc ac yn cael ei wahaniaethu gan ffactorau eraill fel oedran, rhyw, ethnigrwydd, rhywioldeb, statws mewnfudo ac anabledd.

Mewn arolwg a gyflwynwyd gan Barnardo's ac Action for Children, mae gweithwyr proffesiynol yn adrodd am bryderon am blant agored i niwed, gan gynnwys y rhai sy'n byw mewn amgylcheddau cartref heriol, a'r rhai sydd wedi profi trawma salwch a phrofedigaeth.[8] Mynegwyd pryderon yn ymwneud â thlodi hefyd gan gynnwys cyfeiriadau at dlodi bwyd a phwysau ariannol teuluol.[8] Ar ddechrau cyfnod clo'r DU, mynegodd sefydliadau bryderon ynghylch y goblygiadau y gallai'r pandemig eu cael ar blant a'r angen i weithredu i liniaru'r risg o niwed. Galwodd Cymdeithas y Plant ar wleidyddion, gweithwyr proffesiynol a chymunedau i ddiogelu plant yn ystod yr argyfwng, gan gynnwys: diogelwch rhag ansicrwydd ariannol i atal tlodi plant; sicrhau eu bod yn ymateb i bob plentyn, gan gynnwys y rhai sydd wedi'u heithrio o systemau prif ffrwd oherwydd eu statws mewnfudo; cadw plant a phobl ifanc yn ddiogel rhag

cael eu cam-drin a'u hesgeuluso; a chefnogi iechyd meddwl a llesiant pob plentyn trwy'r argyfwng.[9]

Effaith economaidd-gymdeithasol

Bydd goblygiadau economaidd-gymdeithasol y pandemig yn cael mwy o effaith ar blant a theuluoedd sy'n byw mewn tlodi, ac i lawer, llai o fynediad at fwyd, tarfu ar wasanaethau iechyd hanfodol a mynediad cyfyngedig i gymorth gan wasanaethau gofal cymdeithasol. Mae plant sy'n byw mewn tlodi yn wynebu ystod o anfanteision, nid yn unig yn ystod plentyndod ond trwy gydol cwrs bywyd. Mae ymchwil yn dangos perthynas rhwng tlodi a chanlyniadau genedigaeth gwaeth, oedi datblygiadol, problemau ymddygiad ac anghenion iechyd corfforol a meddyliol uwch.[10]

Cyn y pandemig, amcangyfrifodd Gymdeithas y Plant fod 1.7 miliwn o blant rhwng 10 a 17 oed yn y DU yn byw mewn cartref â dyled broblemus, a bod oddeutu 2.1 miliwn o blant yn byw mewn cartref sy'n ei chael hi'n anodd talu'r biliau.[11] Yng Nghymru, bu buddsoddiad ariannol sylweddol a ffocws deddfwriaethol a strategol i fynd i'r afael â thlodi plant, gan gynnwys gweithredu'r Strategaeth Tlodi Plant, a'r rhaglen 'Symud Cymru Ymlaen (2016-2021)'. Er bod Cymru wedi dangos llwyddiant wrth greu newid yn erbyn llawer o'r tri dangosydd ar hugain tlodi plant,[12] mae dros chwarter y plant yn dal i fyw mewn tlodi (28%), y lefel uchaf o dlodi yn y DU (y pen).[13] Fodd bynnag, disgwylir i lefel y tlodi godi, gyda'r pandemig yn achosi cynnydd mewn ansefydlogrwydd ariannol.[14] Gweithredodd llywodraeth y DU nifer o fesurau yn ystod y cyfnod clo i roi cymorth ariannol i gartrefi, diogelu swyddi a chefnogi busnesau i oroesi. Er gwaethaf yr ymdrechion hyn, mae'r Swyddfa Ystadegau Gwladol (SYG) wedi adrodd yn ddiweddar bod y DU wedi mynd i mewn i ddirwasgiad, gyda gostyngiad o 20.4% yn y Cynnyrch Mewnwladol Crynswth (GDP) yn y chwarter diwethaf (Ebrill-Mehefin 2020). Amcangyfrifwyd y gallai 1.1 miliwn o bobl eraill wynebu tlodi erbyn diwedd 2020 oherwydd y pandemig, ac o ganlyniad, gallai cyfanswm o 4.5 miliwn o blant fod yn byw mewn tlodi.[3]

Mae ymchwil wedi dangos tystiolaeth o gysylltiad cryf rhwng tlodi a thrais, gyda lefelau trais ar eu huchaf mewn cymunedau â lefelau uchel o amddifadedd.[15] Er enghraifft, mae ffigurau diweddar yn dangos bod tri chwarter y bwrdeistrefi yn Llundain sydd â'r lefelau uchaf o droseddu treisgar hefyd yn y 10% mwyaf difreintiedig, a bod ganddynt y gyfran uchaf o blant sy'n byw mewn tlodi.[16] Dangosodd astudiaeth ddiweddar yn Denmarc fod tlodi yn cynyddu'r risg o drais hunangyfeiriedig ac allanol, sef, ar ôl damweiniau, yw'r ddau achos marwolaeth mwyaf cyffredin ymhlith pobl ifanc 20-24 oed yn fyd-eang.[10] Mae'r canfyddiadau'n dangos ymhellach bod plant sy'n tyfu i fyny mewn ardaloedd o amddifadedd saith gwaith yn fwy tebygol o niweidio eu hunain ac ymwneud â throseddau treisgar fel oedolion ifanc, a pho hiraf y mae plentyn wedi byw mewn amgylchiadau tlotach, po uchaf yw'r risg o hunan-niweidio a phrofi trais naill ai

fel dioddefwr neu fel tramgwyddwr.[10] Dangosodd astudiaeth yn Lloegr ymhellach effaith gydol oes tlodi ar blant, gydag incwm cartref isel yn 2 ac 11 oed yn gysylltiedig â risg uwch o hunan-niweidio yn 16-18 oed.[17]

Yn ogystal â chynyddu lefel y trais hunangyfeiriedig a chymunedol, mae gan dlodi y potensial i gynyddu trais yn y cartref. Mae byw mewn tlodi yn cynyddu lefelau straen rhieni, ac o ganlyniad yn effeithio ar berthnasoedd a deinameg teuluol. Mae Sefydliad Joseph Rowntree yn nodi, er bod tlodi yn un o lawer o ffactorau a all arwain at gamdriniaeth plant, mae cysylltiad cryf rhwng statws economaidd-gymdeithasol teuluoedd a cham-drin ac esgeuluso plant.[18] Mae modelau straen teuluol yn damcaniaethu y gall dod i gysylltiad cyson â straen a diffyg cymorth gynyddu'r risg o adfyd personol a theuluol, gan gynnwys cam-drin yn y cartref, cam-drin sylweddau, mwy o salwch, ysgariad, damweiniau a cham-drin ac esgeuluso plant.[19] Yng Nghymru, gweithredwyd llawer o raglenni i leihau effaith tlodi ar deuluoedd, gan gynnwys darpariaethau i: wella tai, mynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd ac addysgol, lleihau pwysau teuluoedd, mynd i'r afael â thlodi bwyd, ac i roi'r dechrau gorau mewn bywyd i blant a'u galluogi i gyrraedd eu llawn botensial.[20] Fodd bynnag, bydd y pandemig wedi lleihau mynediad i lawer o'r gwasanaethau hyn (ee Dechrau'n Deg), wedi rhoi pwysau ychwanegol ar lawer o deuluoedd sydd eisoes wedi'u cefnogi trwy gynlluniau (ee pryderon iechyd a hygyrchedd bwyd), ac wedi cynyddu nifer y teuluoedd sydd angen cymorth o ganlyniad i golli swyddi neu incwm is.

Effaith Addysgol

Mae tarfu ar ddarpariaeth addysg yn debygol o arwain at ganlyniadau hirdymor sylweddol, gydag ymchwil yn tystio y gallai cau ysgolion arwain at fwy o ganlyniadau negyddol na rhai cadarnhaol (hy lleihau lledaeniad y feirws) a fydd yn effeithio'n anghymesur ar blant a phobl ifanc ledled y boblogaeth.[21] Yn fyd-eang, mae COVID-19 wedi atal addysg barhaus i dros 1.5 biliwn o blant a phobl ifanc.[4] Yng Nghymru, caeodd ysgolion ddiwedd mis Mawrth 2020 ac ni wnaethant ailagor tan fis Medi 2020[a], gan gymryd plant i ffwrdd o'r ysgol am chwe mis. I lawer o bobl ifanc, canslwyd arholiadau, gan achosi ansicrwydd sylweddol i'r rheini sy'n ymgymryd â'u cymwysterau (ee TGAU a Safon UG/U). Oherwydd cyfradd uchel yr haint, ar fyr rybudd roedd yn ofynnol i ysgolion ddatblygu deunyddiau addysgol i ddisgyblion allu parhau â'u haddysg ar-lein, a nodi ffyrdd o ymgysylltu â phlant sy'n agored i niwed, gan gynnwys y rhai sy'n ddibynnol ar brydau ysgol am ddim (mae 85,731 [18.3%] o ddisgyblion yn gymwys ar gyfer PYDd yng Nghymru).[22] Mewn ymateb, sefydlodd llywodraethau lleol a chenedlaethol, gan gynnwys Llywodraeth Cymru, gynlluniau i ddarparu ar gyfer plant

[a] Agorodd ysgolion yng Nghymru eto am dair wythnos ym mis Mehefin 2020 i blant ddychwelyd yn rhan-amser. Fodd bynnag, roedd lefelau presenoldeb yn isel yn ystod yr amser hwn, a gwnaeth llawer o bobl ifanc a ddychwelodd wneud hynny am gyfnod byr iawn yn unig.

sy'n derbyn prydau ysgol am ddim, ynghyd â mynediad at ddarpariaethau addysgol ar gyfer y rhai sy'n cael eu hystyried yn fwyaf agored i niwed (gweler blwch 2 am drosolwg o'r mesurau a weithredwyd gan Lywodraeth Cymru). Fodd bynnag, roedd darpariaethau dysgu yn ôl disgresiwn pob awdurdod lleol, ac roedd lleoedd mewn hybiau dysgu yn gyfyngedig oherwydd nifer y staff ac i ddiogelu'r rhai a oedd yn bresennol; arweiniodd hyn at leoedd cyfyngedig oherwydd y gofyniad i awdurdodau lleol hefyd ddarparu gofal plant i blant a phobl ifanc gweithwyr allweddol, er mwyn sicrhau y gallai gwasanaethau hanfodol fel archfarchnadoedd ac mewn lleoliadau clinigol barhau i weithredu yn ystod y pandemig.

Codwyd pryderon y bydd effaith COVID-19 yn cynyddu'r bwlch dysgu, gyda chau ysgolion yn taro teuluoedd incwm isel fwyaf. Yng Nghymru, mae data ysgolion yn tynnu sylw at y ffaith bod cyrhaeddiad academaidd yn nodweddiadol is mewn plant o gartrefi tlotach, gyda llai o blant yn gymwys ar gyfer PYDd yn ennill lefel 2 ar lefel TGAU (5 gradd A*-C; 41.8%) na phlant nad ydynt yn gymwys (73.9%; blwyddyn academaidd; 2017-18).[23] Fodd bynnag, gallai'r cyfnod clo atal cyrhaeddiad plant difreintiedig ymhellach oherwydd mynediad cyfyngedig at offer digidol ar gyfer dysgu ar-lein. Yn 2018, dangosodd ymchwil nad oedd gan 1.3 miliwn o blant rhwng 11 a 18 oed fynediad i'r rhyngrwyd yn y cartref (gan gynnwys 600,000 o blant heb fynediad i'r rhyngrwyd o gwbl). O'r plant a oedd â mynediad i'r rhyngrwyd, roedd 68% yn teimlo y byddai'n anodd cwblhau gwaith ysgol hebddo.[24]

Dangosodd ymchwil, o fewn wythnosau cyntaf y cyfnod clo, fod lefelau isel o ymgysylltu rhwng dysgwyr a'u haddysg, a oedd yn amrywio yn ôl rhyw, ethnigrwydd, rhanbarth, math o ysgol (preifat neu wladwriaeth), a chymhwyster ar gyfer PYDd.[25,26] Mewn arolwg a ddosbarthwyd i deuluoedd ledled y DU, yn cynnwys 4,559 o blant, roedd dysgwyr yn treulio 2.5 awr y dydd ar gyfartaledd yn gwneud eu gwaith ysgol, a dyrannwyd dau ddarn o waith cartref y dydd iddynt ar gyfartaledd (ee aseiniadau, taflenni gwaith, fideos).[26] At hynny, roedd un rhan o bump o ddisgyblion y DU (>2 filiwn o blant) yn gwneud llai nag awr o waith ysgol y dydd, tra mai dim ond 17% oedd yn gwneud mwy na phedair awr o waith y dydd; ac, roedd lefel y gwaith ysgol a gwblhawyd yn is yng Nghymru na chyfartaledd y DU (cwblhaodd 22% <1 awr a chwblhaodd 15% >4 awr).[26] Adroddwyd bod plant o deuluoedd mwy cyfoethog yn treulio mwy o oriau'r dydd ar ddysgu gartref na'r rheini o deuluoedd tlotach, gydag ysgolion preifat yn darparu llawer mwy o wersi ar-lein nag ysgolion y wladwriaeth, yn ogystal â nifer uwch o weithgareddau a oedd yn fwy heriol i ddysgwyr.[26] Ar ben hynny, roedd ymgysylltiad disgyblion yn is mewn ysgolion â'r lefelau uchaf o amddifadedd, gyda phryderon gan athrawon ynghylch ymgysylltiad disgyblion difreintiedig, yn enwedig disgyblion â mynediad cyfyngedig at TG a/neu ddiffyg lle astudio gartref.[25,26] Adlewyrchwyd y pryderon hyn wrth ddychwelyd gwaith ysgol, a dywedwyd bod 58%

o blant o deuluoedd 'mwy cefnog' wedi cyflwyno eu holl waith ysgol, o'i gymharu â dim ond 38% o blant o deuluoedd yn y cwintel incwm isaf.[25]

Fodd bynnag, dosbarthwyd yr arolygon uchod yn gynnar yn y cyfnod clo (Ebrill - Mai 12fed), tra bod trefniadau'n dal i gael eu sefydlu i wella darpariaethau dysgu, yn enwedig ar gyfer plant sy'n byw mewn amddifadedd. Sefydlodd Llywodraeth Cymru'r rhaglen 'Cadw'n Ddiogel. Dal ati i Ddysgu' (gweler blwch 2 am ragor o fanylion), a dyrannodd gyllid ar gyfer cynhwysiant digidol, ac i wella'r canolbwynt dysgu ar-lein a ddefnyddir gan ysgolion i ddarparu gwersi ac adnoddau ar gyfer dysgu gartref (y

Blwch 2: Trosolwg o benderfyniadau a wnaed gan Lywodraeth Cymru ynghylch darpariaethau addysg

Rhaglen Cadw'n ddiogel. Dal ati i Ddysgu: Ym mis Ebrill, nododd Llywodraeth Cymru ei blaenoriaethau addysgol yn y datganiad polisi 'Cadw'n Ddiogel. Dal ati i Ddysgu.' i gefnogi dysgwyr, arweinwyr, llywodraethwyr, ymarferwyr a rhieni a gofalwyr yn ystod pandemig COVID-19. Mae hyn yn cynnwys cefnogi diogelwch a llesiant corfforol a meddyliol yr holl ddysgwyr a'r gweithlu addysg, cefnogi gallu dysgwyr i ddal ati i ddysgu, a chefnogi'r pontio yn ôl i'r ysgol a dysgu. Pwysleisiodd Gweinidog Addysg Cymru bwysigrwydd lliniaru effaith cau ysgolion ar blant a phobl ifanc, yn enwedig y rhai sy'n wynebu anfantais economaidd-gymdeithasol neu sydd ag Anghenion Addysgol Arbennig.

Prydau Ysgol am Ddim: Ar ddechrau mis Ebrill, daeth Gweinidogion a Llywodraeth Leol i gytundeb i ddarparu cyllid i awdurdodau lleol ddarparu cymorth ariannol i deuluoedd disgyblion nad ydynt yn gallu derbyn prydau ysgol am ddim yn ystod cau ysgolion. Ym mis Medi, cytunodd y Gweinidog Addysg ar gyllid pellach i awdurdodau lleol gwrdd â chostau PYD ychwanegol.

Offer TG: Er mwyn cefnogi dysgwyr sydd wedi'u heithrio'n ddigidol, gweithiodd Llywodraeth Cymru mewn cydweithrediad ag awdurdodau lleol i ddarparu cysylltedd MiFi, dyfeisiau ysgol a meddalwedd gyfoes (ee Microsoft). Dyrannwyd cyllideb o £3 miliwn i ddarparu offer TG, ac o ganlyniad, darparwyd 10,848 o ddyfeisiau MiFi a 9,717 o drwyddedau meddalwedd i deuluoedd ledled Cymru.

Hwb EdTech: Dyrannwyd cyllid sylweddol gan Lywodraeth Cymru i ariannu datblygiad parhaus EdTech, rhaglen ar gyfer gwella'r defnydd o dechnoleg ddigidol ar gyfer dysgu ac addysgu mewn ysgolion. Mae Hwb, sy'n blatfform digidol, wedi darparu offer ac adnoddau digidol dwyieithog i nifer fawr o ddefnyddwyr (~550,000 o ddefnyddwyr), wrth ganiatáu i athrawon greu rhwydweithiau preifat ar gyfer eu hysgolion/dosbarthiadau.

Darpariaeth Gwyliau'r Haf: Darparwyd cyllid i gyflwyno rhaglen dros wyliau'r haf i helpu plant a phobl ifanc i ail-ymgysylltu ag addysg, a chymryd rhan mewn gweithgareddau y gallent fod wedi colli allan arnynt tra nad oeddent mewn ysgolion.

cyfeirir ato fel yr Hwb). Serch hynny, nid yw dysgu ar-lein yn disodli gwerth addysgu

wyneb yn wyneb mewn lleoliadau addysgol, sy'n darparu amgylchedd strwythuredig a diogel i blant ddysgu ynddo. Mae tarfu ar addysg yn ystod y pandemig yn peri llawer o risgiau i blant a phobl ifanc sy'n byw mewn cartrefi incwm is, sydd â'r potensial i atal plant rhag cyflawni eu llawn botensial. Mae cyflawniad academaidd isel wedi'i gysylltu ag ystod eang o ganlyniadau gwael ymhlith pobl ifanc ac yn ddiweddarach mewn bywyd, gan gynnwys ysmygu, defnyddio alcohol a chyffuriau, ymddygiadau rhywiol (gan arwain at feichiogrwydd anfwriadol a chlefydau a drosglwyddir yn rhywiol), gweithgarwch corfforol annigonol ac ymddygiadau dietegol nad ydynt yn iach.[27] At hynny, mae ymchwil yn darparu cyswllt tystiolaethol cryf rhwng canlyniadau academaidd a thrais, gyda myfyrwyr sy'n perfformio'n uwch yn sylweddol lai tebygol o gymryd rhan neu ddioddef ymddygiad treisgar, o gymharu â myfyrwyr sy'n cyflawni'n is.[27] O ganlyniad, mae'n bwysig ystyried cyfleoedd i gefnogi plant a phobl ifanc mewn cartrefi incwm isel i ddal i fyny ag addysg a gollwyd i liniaru'r risg y byddant yn ymwneud ag ymddygiadau sy'n niweidiol i iechyd.

Effaith COVID-19 ar amlygiad i gamdriniaeth a thrais yn erbyn plant

Er bod y cartref yn darparu man diogel i'r mwyafrif o blant, i rai, mae'r gwrthwyneb yn wir, gyda thrais gan roddwyr gofal y math mwyaf cyffredin o drais y mae plant yn ei brofi.[4] Yn ddiweddar, rhyddhaodd Sefydliad Iechyd y Byd yr Adroddiad Statws Byd-eang ar Atal Trais yn erbyn Plant, a nododd lefelau dinistriol o drais a ddioddefwyd gan blant.[28] Amcangyfrifwyd bod 1 biliwn o blant ledled y byd yn dioddef rhyw fath o drais bob blwyddyn (1 o bob 2 blentyn), tra bod 300 miliwn o blant rhwng 2 a 4 oed yn dioddef cosb gorfforol a/neu drais seicolegol wrth law rhieni a rhoddwyr gofal yn rheolaidd.[28] O ganlyniad i drais, mae 40,150 o farwolaethau'r flwyddyn mewn plant 0-17 oed.[28]

Mae tystiolaeth yn awgrymu bod y risg o ddod i gysylltiad â thrais, naill ai drwy brofi cam-drin yn y cartref neu fel dioddefwr cam-drin plant, wedi cynyddu tra bod teuluoedd wedi'u cyfyngu gartref yn ystod y cyfnod clo. Mae Sefydliad Iechyd y Byd yn adrodd bod y pandemig "*wedi newid dwyster ac amlder y ffactorau risg ar gyfer trais rhyngbersonol*", gan gynnwys penderfynyddion cymdeithasol, economaidd a rhyw.

Yng Nghymru, mae'r Uned Atal Trais (UAT; gweler blwch 3 am drosolwg) wedi ceisio monitro lefelau trais yn ystod y pandemig COVID-19. Yn ystod y cyfnod clo a thrwy gydol llacio'r cyfyngiadau iechyd cyhoeddus, datblygwyd a lledaenwyd adroddiadau rheolaidd ar drais i bartneriaid, gan dynnu ar ddata gan Iechyd, yr Heddlu a sefydliadau trydydd sector.[29] Roedd yr adroddiadau hyn yn darparu asesiad o'r risg o niwed i wahanol garfannau ac yn llywio ymatebion strategol a gweithredol i dueddiadau trais sy'n dod i'r amlwg.[29]

Mae'r data sydd ar gael wedi amlygu gostyngiadau yn y galw ar asiantaethau ymateb y sector cyhoeddus fel yr heddlu ac iechyd, ond cynnydd yn y defnydd o wasanaethau cymorth, yn enwedig sefydliadau'r trydydd sector (ee llinellau cymorth).[2] Cyflwynir y tueddiadau data ochr yn ochr â'r llenyddiaeth sydd ar gael.[b]

Blwch 3: Trosolwg o Uned Atal Trais Cymru

Roedd Heddlu De Cymru yn un o 18 heddlu ledled Cymru a Lloegr i dderbyn cyllid gan y Swyddfa Gartref i sefydlu uned lleihau trais a oedd yn canolbwyntio ar fynd i'r afael â thrais difrifol. Mae UAT Cymru yn gweithredu ledled Cymru, gan gwmpasu pedwar heddlu Cymru, gyda'r uchelgais i atal pob math o drais. Mae UAT Cymru yn dîm amlasiantaeth sy'n cynnwys gweithwyr proffesiynol o'r Heddlu, swyddfa Comisiynwyr yr Heddlu a Throseddu (CHTh), Iechyd Cyhoeddus Cymru, Gwasanaeth Carchardai a Phrawf Ei Mawrhydi (HMPPS), Llywodraeth Cymru, Crime stoppers a Chymorth i Fenywod Cymru.

Profiadau niweidiol yn ystod plentyndod

Mae ymchwil wedi dangos mynychder profiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACE) yn y boblogaeth yn gyffredinol a'r effaith y gall y rhain ei chael ar iechyd a llesiant.[30] Mae ACE yn cynnwys camdriniaeth plant fel cam-drin ac esgeulustod corfforol, rhywiol ac emosiynol, yn ogystal â straen yn y cartref, gan gynnwys iechyd meddwl rhieni, defnyddio alcohol a chyffuriau a charchariad, cam-drin yn y cartref a rhieni'n gwahanu.[30] Mae'r mesurau iechyd cyhoeddus a gyflwynwyd i ddiogelu'r boblogaeth rhag COVID-19 o bosibl wedi cynyddu amlygiad i gamdriniaeth plant a straen yn y cartref, gyda theuluoedd yn treulio cyfnodau hir gyda'i gilydd mewn lleoedd cyfyng, a lefelau straen uwch oherwydd ynysu cymdeithasol, pryderon am iechyd a diogelwch a risg o ansicrwydd swyddi ac ansicrwydd ariannol. Gall presenoldeb yr agweddau straen lluosog hyn a llai o fynediad at gymorth gynyddu mynychder ac amlder trais yn y cartref ac ymddygiadau niweidiol, gan gynnwys cam-drin yn y cartref, camddefnyddio alcohol a sylweddau gan rieni, cam-drin corfforol, rhywiol a seicolegol. Mae hyn

[b] Dylid ystyried bod data a gyfeiriwyd gan yr heddlu yn ddangosol ar y pryd. Nid yw wedi'i ddilysu na'i rewi felly gall amrywio o wythnos i wythnos.

ynghyd â chael gwared ar ffactorau diogelu sy'n cryfhau cydnerthedd unigolion, gan gynnwys mynediad at weithgareddau chwaraeon a hamdden, gwasanaethau ysgolion ac ieuenctid, teulu a ffrindiau estynedig a'r gymuned. I lawer o blant a phobl ifanc, mae hyn yn golygu colli cysylltedd ag oedolyn(oedolion) yr ymddiriedir ynddynt yn eu bywyd a llai o gyfleoedd i nodi arwyddion ACE, trawma ac agweddau ehangach o ran bod yn agored i niwed.

Mae'r Gymdeithas Genedlaethol er Atal Creulondeb i Blant (NSPCC) wedi nodi newidiadau sylweddol yn lefel y galw ar y gwasanaeth yn ystod y cyfnod clo. Nododd Childline, y gwasanaeth cwnsela ledled y DU ar gyfer plant a phobl ifanc, gynnydd mawr yn y galw yn ystod y pandemig, gyda 30,868 o sesiynau cwnsela yn cael eu cyflwyno dros gyfnod o saith wythnos (~19,000 o sesiynau cwnsela y mis[c]); dyma 43% o gyfanswm y galw ar gyfer blwyddyn ariannol 2018-19.[2] Dros gyfnod o bedwar mis (Ionawr-Mai 2020) cyflwynwyd 8,482 o sesiynau cwnsela lle soniwyd yn benodol am coronafeirws, a bu cynnydd yn nifer y cysylltiadau ynghylch hunan-niweidio, hunanladdiad, perthnasoedd teuluol a cham-drin emosiynol.[2] Ar ben hynny, roedd lefel uchel o alw o ran pobl ifanc oedd yn cael trafferth â'u hiechyd meddwl a'u llesiant emosiynol, gyda dros 2,000 o sesiynau cwnsela'r wythnos ers dechrau cyfnod clo (~17,000 mewn 7 wythnos am iechyd meddwl a llesiant emosiynol) .[2] Iechyd meddwl ac emosiynol oedd y pryder mwyaf cyffredin i blant a phobl ifanc, gan gynrychioli 37% o'r galw.[2]

Yn ogystal â'r gwasanaeth Childline, ymatebodd llinell gymorth oedolion yr NSPCC i dros 22,000 o gysylltiadau gan bobl a oedd yn poeni am iechyd plentyn yn ystod y cyfnod clo (Ebrill-Mehefin 2020).[2] Yn yr amser hwn, gwelwyd cynnydd yn y pryderon a adroddwyd am iechyd/ymddygiad rhieni/oedolion (ee defnyddio alcohol), cam-drin emosiynol, esgeulustod, cam-drin corfforol a cham-drin rhywiol, gyda'r pryderon hyn yn cynrychioli 78% o gyfanswm y galw.[2]

Defnydd o alcohol gan rieni a rhoddwyr gofal

Er bod yr Economi Nos (NTE) wedi peidio â bodoli yn y DU yn ystod y cyfnod clo, bu pryderon sylweddol ynghylch lefel y defnydd o alcohol yn y cartref, a'r effaith ddilynol ar fod yn agored i niwed o ran iechyd, ymddygiadau cymryd risg, iechyd meddwl a thrais.[13] Yn ogystal â siopau trwyddedig (ee archfarchnadoedd a gorsafoedd petrol), ychwanegwyd siopau diodydd at y rhestr o 'fusnesau hanfodol' gan Lywodraeth y DU (25ain Mawrth 2020), ac o ganlyniad gwnaethant aros ar agor. Dangosodd ymchwil o fewn yr wythnos cyn y cyfnod clo (yr wythnos yn dod i ben 21ain Mawrth 2020), fod gwerthiant alcohol i fyny 67%, tra bod gwerthiant alcohol mewn archfarchnadoedd i

[c] Mae'r ffigurau'n cynrychioli nifer y sesiynau cwnsela a gyflwynwyd yn hytrach na nifer y plant a gefnogwyd. Mae llawer o blant a phobl ifanc yn defnyddio'r gwasanaeth yn aml, gyda nifer o gysylltiadau bob mis dros y ffôn, negesydd ar-lein a/neu mewnflwch personol.

fyny 43%.[31] Wrth i unigolion bentyrru, o fewn tair wythnos gyntaf y cyfnod clo, gwariwyd £160 miliwn yn ychwanegol ar alcohol yn yr archfarchnadoedd.[31]

Mewn arolwg yn y DU gan yr elusen 'Alcohol Change' (2,000 o ymatebwyr), nododd 28% gynnydd yn lefel ac amlder yfed alcohol yn ystod y cyfnod clo.[32] Roedd un o bob pump wedi nodi eu bod wedi yfed alcohol i ymdopi â straen a phryder, a oedd yn uwch i oedolion â phlant o dan 18 oed (30% o'r sampl) na'r rheini heb blant (17%), neu â phlant sy'n oedolion (11%) .[32] Mae cynnydd yn amlder a maint y defnydd o alcohol yn y cartref yn rhoi plant mewn perygl o niwed. Gall dibyniaeth ar alcohol gan rieni achosi niwed sylweddol i blentyn, fodd bynnag, mae ymchwil yn cefnogi ymhellach y gall yfed nad yw'n ddibynnol gan rieni gynyddu'r risg o ganlyniadau negyddol i blant. Mewn astudiaeth ddiweddar, arweiniodd yfed alcohol gan rieni at y rhieni yn rhoi llai o sylw i'w plant nag arfer, plant yn treulio llai o amser yn gwneud eu gwaith cartref, a phlant yn cael eu rhoi i'r gwely naill ai'n hwyrach neu'n gynharach na'r arfer,[33] gan ddangos rhianta llai ymatebol.

Adroddodd gweithwyr proffesiynol bryderon y gallai cynnydd mewn prynwriaeth alcohol, a'i yfed wedi hynny, gynyddu'r risg o ddod i gysylltiad â cham-drin yn y cartref.[34] Mae ymchwil wedi dangos cysylltiad cryf rhwng yfed alcohol a thrais rhyngbersonol, gyda chymeriant alcohol yn cynyddu'r risg o gyflawni trais ac erledigaeth.[35] At hynny, nododd astudiaeth ddiweddar gysylltiad cadarnhaol cryf rhwng trais partner personol agos (P-IPV), yfed alcohol a byw gyda phlant: amlygodd data ar draws pymtheg gwlad fod menywod â phlant yn fwy tebygol o ddioddef P-IPV na menyw heb blant, a bod P-IPV yn fwy tebygol os yw'r cyfranogwr yn yfwr sy'n byw gyda phlant.[35]

Er mwyn mynd i'r afael â'r niwed iechyd a chymdeithasol a achosir gan yfed gormod o alcohol, cyflwynodd Cynulliad Cenedlaethol Cymru Ddeddf Iechyd y Cyhoedd (Isafswm Pris Alcohol) (Cymru) 2018, a dderbyniodd Gydsyniad Brenhinol, ac a gyflwynwyd dair wythnos cyn y cyfnod clo cenedlaethol (Mawrth 2[il] 2020). Mae'r Ddeddf hon yn gorfodi isafswm pris uned (MUP) ar gyfer gwerthu alcohol, sy'n anelu'n benodol at amddiffyn rhag cynhyrchion cost isel a chynnwys alcohol uchel.[36] Dangosodd ymchwil a gynhaliwyd gan Alcohol Research UK ac Alcohol Concern mai dim ond 23% o ymatebwyr a gytunodd y byddai MUP yn lleihau eu defnydd o alcohol, a bod gwrthwynebiad i gyflwyno MUP, amheuon ynghylch cymhellion y polisi, ac angen am gyflawni gwaith i godi ymwybyddiaeth am y polisi.[37] Amlygodd ymchwil gymdeithasol Llywodraeth Cymru, a gynhaliwyd gyda gwasanaethau cymorth alcohol a defnyddwyr gwasanaeth, hefyd rai risgiau posibl ar gyfer cyflwyno MUP; roedd ymatebwyr o'r farn y byddai MUP yn cynyddu gwariant ar gyfer yfwyr risg isel-canolig, a fyddai'n cael ei amsugno i'r cyllidebau presennol, ond ar gyfer yfwyr risg uchel (hy unigolion sydd â dibyniaeth ar alcohol), roedd pryderon y byddai prisiau uwch yn achosi i ddefnyddwyr

newid i sylweddau eraill, gan gynnwys meddyginiaeth ar bresgripsiwn, cocên neu opiadau.[38] Fodd bynnag, nid oes llawer o dystiolaeth i ddangos yr effaith y mae MUP wedi'i chael ar yfed alcohol neu gamddefnyddio sylweddau ers ei gyflwyno, nac a yw'r pandemig wedi cael unrhyw effaith o ran gwaethygu effaith MUP.

Trais yn erbyn menywod a merched; trais a cham-drin rhywiol ac yn y cartref (VAWDASV)

Yn y DU ac yn rhyngwladol, mae allfeydd newyddion, llywodraethau, a sefydliadau anllywodraethol wedi adrodd yn eang ar ymchwyddiadau yn y galw am linellau cymorth trais yn y cartref a cham-drin yn ystod pandemig COVID-19.[29] Codwyd pryderon ynghylch diogelwch ar-lein, stelcio ac aflonyddu, a chynnydd cysylltiedig mewn profiadau niweidiol yn ystod plentyndod, gydag arbenigwyr yn lleisio pryder bod amodau'r cyfnod clo ac ymbellhau cymdeithasol yn cynyddu ymddygiad treisgar a chamdriniol presennol ac yn creu risgiau newydd.[29]

Yng Nghymru, mae Llywodraeth Cymru wedi ariannu Byw Heb Ofn, llinell gymorth cam-drin yn y cartref cenedlaethol Cymru a reolir gan Gymorth i Fenywod Cymru (WWA) i ymateb i bob math o VAWDASV. Mae tystiolaeth yn awgrymu bod VAWDASV wedi dod yn fwy cyffredin yn ystod y pandemig ac mewn llawer o achosion yn fwy difrifol a chymhleth, gyda dioddefwyr yn llai abl i gael gafael ar gymorth gan ffrindiau, teulu neu wasanaethau.[2] Mae WWA wedi derbyn tair gwaith nifer y cysylltiadau gwe-sgwrs ers dechrau'r cyfnod clo o gymharu â ffigurau cyn y cyfnod clo; a digwyddiadau brig o hyd at 49% mewn cysylltiadau â'r llinell gymorth yn ystod y pandemig. O ran plant, mae WWA yn nodi cynnydd o 54% mewn cysylltiadau gan oroeswyr sy'n profi camdriniaeth a ddatgelodd fod ganddyn nhw blant.[2] Er gwaethaf y cynnydd cyffredinol hwn mewn galwadau, gostyngodd cyfran y galwadau gan asiantaethau'r sector cyhoeddus a gwirfoddol, gan olygu bod nifer y galwadau yn llawer uwch gan unigolion yn ceisio cymorth ar gyfer eu sefyllfa eu hunain.[2]

Mae'r NSPCC wedi nodi cynnydd sydyn mewn cysylltiadau ynghylch pryderon am effaith cam-drin yn y cartref ar blant a phobl ifanc. Yn ystod yr 8 wythnos yn dilyn y cyfnod clo cyntaf (o Fawrth 23ain 2020), gwnaed 1,500 o adroddiadau ynghylch cam-drin yn y cartref, ac mewn 40% o'r cysylltiadau nododd y galwr fod y cam-drin yn y cartref yn digwydd ers o leiaf chwe mis.[39] O'r adroddiadau a wnaed, arweiniodd 58% at atgyfeirio at asiantaeth leol, neu rannu gwybodaeth.[39] At hynny, yn yr un cyfnod, bu cynnydd yn swm y galw ar gyfer Childline, gyda dros 500 o sesiynau cwnsela wedi'u darparu i blant a phobl ifanc sy'n poeni am gam-drin yn y cartref.[39]

.

Ar ben hynny, mae adroddiadau i'r Llinell Gymorth Revenge Porn wedi dyblu yn ystod y cyfnod clo o gymharu â'r un cyfnod y llynedd.[2] Yn benodol, bu cynnydd

amlwg mewn galwadau am 'sextortion' gyda'r pryder traddodiadol ynghylch dynion sy'n ddioddefwyr, ond yn ystod y misoedd mwy diweddar bu cynnydd yn nifer y menywod sy'n ddioddefwyr.[2] Dangosodd data gan Karma Nirvana, elusen yn y DU sy'n darparu cymorth gyda cham-drin yn seiliedig ar anrhydedd (HBA) a phriodas dan orfod, fod y llinell gymorth wedi derbyn 12,107 o alwadau yn ystod 2019, ac wedi cefnogi 1,931 o ferched, yr oedd gan 600 ohonynt blant yr oedd HBA yn effeithio arnynt.[67] At hynny, cyfeiriwyd 1,355 o achosion at yr Uned Priodas Dan Orfod yn ystod 2019, roedd 363 o'r atgyfeiriadau hynny ar gyfer unigolion o dan 18 oed, ac roedd gan 81% elfen dramor.[67] Yn ystod y cyfnod clo, gwelwyd cynnydd o 355% mewn galwadau i'r gwasanaeth, cynnydd o 347% mewn e-byst a chynnydd o 34% mewn achosion ar gyfer menywod beichiog ers dechrau'r cyfnod clo.[67] Roedd hunan-atgyfeirio dioddefwyr wedi cynyddu yn ystod y cyfnod clo, gan gynrychioli 42% o'r galw o'i gymharu â 25% yn 2019/20. [2]

Dangosodd data gan yr elusen cam-drin yn y cartref DU gyfan, RESPECT, fod gostyngiad cychwynnol yn y galw o ran galwadau ac e-byst am eu gwasanaeth cyflawnwyr gwrywaidd i ddynion oedd yn pryderu am eu hymddygiad treisgar eu hunain (Chwefror-Mawrth 2020). Fodd bynnag, o'i gymharu â'r un cyfnod yn 2019, bu cynnydd o 61% yn y galw o ran galwadau yn ystod mis Ebrill a 70% ym mis Mai (7% a 64% yn y drefn honno ar gyfer galw o ran e-byst). At hynny, mae data ar y galw am wasanaeth cymorth dioddefwyr cam-drin yn y cartref sy'n ddynion RESPECT yn dangos, o gymharu â'r un cyfnod y llynedd, bod cynnydd o 68% mewn galwadau ym mis Ebrill a 71% ym mis Mai (86% a 66% yn y drefn honno ar gyfer galw o ran e-byst).[2]

Mewn cyferbyniad â data'r llinell gymorth, mae adrodd i'r Adran Damweiniau ac Achosion Brys a'r Heddlu wedi lleihau yn ystod y pandemig (yn unol â'r holl droseddau yr adroddwyd amdanynt), gan dynnu sylw at rwystrau posibl i ddioddefwyr gael mynediad at gymorth gan y gwasanaethau brys. Ar y cyfan, ar draws y pedwar heddlu yng Nghymru mae adrodd am gam-drin yn y cartref i'r Heddlu wedi gostwng 15%.[2] At hynny, o'i gymharu â'r un cyfnod y llynedd, nododd Byrddau Iechyd De Cymru ostyngiad o 18% yn nifer y bobl yn mynd i adrannau damweiniau ac achosion brys ar gyfer 'ymosodiad cartref eu hun' dros gyfartaledd treigl o 3 mis.[2] Mae hyn er gwaethaf gostyngiad cyffredinol o 58% yn nifer y bobl yn mynd i adrannau damweiniau ac achosion brys am ymosodiadau dros yr un cyfnod o 3 mis.[2]

At hynny, mae ymchwil wedi nodi cynnydd mewn trais plant a phobl ifanc i rieni (C/APV) yn ystod y pandemig COVID-19.[40] Amlygodd canfyddiadau arolwg ledled y DU fod 70% o rieni, mewn teuluoedd sydd â hanes o C/APV, wedi nodi cynnydd yn nifer yr achosion treisgar yn ystod y pandemig, a nododd 64% o ymarferwyr fod difrifoldeb y trais wedi cynyddu. Mae data'n dangos bod 92% o'r oedolion yn fenywod, a 72% o'r plant yn ddynion, sy'n tynnu sylw at lefelau uchel o drais mab i fam. Roedd oedran y plant a'r bobl ifanc yn amrywio rhwng 6 a 22 oed, gan gyrraedd uchafbwynt rhwng 13 a 14 oed (cymedr=13.85 oed).[40] Ymhlith y rhesymau dros gynnydd mewn

C/APV a nodwyd mae cyfyngu ac agosrwydd dan orfod, newidiadau mewn strwythur a threfn, ofn a phryder a diffyg mynediad at gymorth.[40] Cododd rhieni bryderon am y risgiau i blant eraill yn y cartref, gyda mwy o gysylltiad â'r trais, ac mewn llawer o achosion, gan arwain at gyfeirio'r trais tuag atynt.[40]

Mae data gan Heddlu Gogledd Cymru yn dangos bod 521 o ddigwyddiadau C/APV wedi'u hadrodd o fewn cyfnod o flwyddyn (43 y mis ar gyfartaledd; Mehefin 1af-Mai 31ain 2020), gyda'r oedran brig yn 15-16 oed.[40] Fodd bynnag, mae'r ymchwil yn amlygu y gallai digwyddiadau o C/APV fod yn sylweddol uwch nag y mae data'r heddlu yn ei awgrymu; pan ofynnwyd iddynt am gysylltu â'r heddlu, nododd 41% o'r rhieni gysylltiad blaenorol â'r heddlu ac roedd 67% ohonynt wedi gwneud hynny yn ystod y cyfnod clo.[40] Roedd rhieni a oedd wedi cysylltu â'r heddlu wedi gwneud hynny oherwydd difrifoldeb y trais (hy pryderon am lefelau uchel o niwed), neu oherwydd nad oedd unrhyw un arall i helpu. Fodd bynnag, fe wnaeth llawer o rieni gyfleu rhwystrau i adrodd i'r heddlu, gan gynnwys pryderon am droseddoli eu plentyn, achosi pryder i'r plentyn neu gynyddu trais a bwlio yn y cartref ar ôl y digwyddiad.[40]

Cam-drin a chamfanteisio'n rhywiol ar blant (ar-lein ac all-lein)

Yn y DU, mae lefelau uchel o droseddau rhywiol plant, gyda chyfartaledd o 200 o droseddau a gofnodwyd gan yr heddlu yn cael eu cofnodi bob dydd.[41] Dros y 5 mlynedd diwethaf, bu cynnydd o 57% yn nifer y troseddau rhywiol plant, gyda 73,518 o droseddau wedi'u cofnodi, gan gynnwys treisio, meithrin perthynas amhriodol ar-lein ac ymosodiadau rhywiol.[41] Mae hyn yn cynnwys mwy nag 8,000 o droseddau a gyflawnwyd yn erbyn pobl ifanc 14 oed (y grŵp oedran mwyaf cyffredin), dros 12,000 o droseddau a gofnodwyd yn erbyn plant o dan 10 oed, a 449 o droseddau a gofnodwyd yn erbyn babanod o dan flwydd oed.[41] Mae data'n tynnu sylw at y ffaith bod tua 60% o blant sy'n cael eu cam-drin yn rhywiol yn cael eu cam-drin gan bobl y mae'r teulu'n ymddiried ynddynt, a 30% yn cael eu cam-drin gan aelodau'r teulu, er bod y ganran hon yn cynyddu wrth i oedran plentyn ostwng (50% o blant sy'n cael eu cam-drin <6 oed) .[42] Yn ogystal, mae Arolwg Troseddau Cymru a Lloegr yn nodi bod 37% o ddigwyddiadau cam-drin rhywiol yn cael eu profi yng nghartref y dioddefwr ei hun, tra bod 40% yn digwydd yng nghartref rhywun arall.[43]

Ar ben hynny, mae mynychder uchel o gam-drin ar-lein yn y DU, gyda datblygiadau mewn llwyfannau ar-lein (ee gwefannau cyfryngau cymdeithasol) yn cynyddu mynediad cyflawnwyr i blant a phobl ifanc. Mae newidiadau deddfwriaethol wedi ei gwneud yn anghyfreithlon i oedolion anfon negeseuon rhywiol at blant o dan 16 oed (Adran 67 o Ddeddf Troseddau Difrifol 2015), sy'n cario dedfryd o 2 flynedd ar y mwyaf yn y carchar. Ers i hyn ddod i rym ym mis Ebrill 2017, roedd yr heddlu wedi rhoi gwybod am fwy na 10,000 o droseddau meithrin perthynas amhriodol ar-lein.[44] Cyn y cyfnod clo, roedd llywodraeth y DU yn ymgynghori ar y Papur Gwyn Niwed Ar-lein' , sy'n

cyflwyno cynlluniau ar gyfer system newydd o atebolrwydd a goruchwyliaeth ar gyfer cwmnïau technoleg. Mae hyn yn nodi cyfrifoldeb cwmni i gadw defnyddwyr y DU, yn enwedig plant, yn ddiogel rhag niwed gyda gweithredu mwy cadarn i wrthweithio cynnwys a gweithgarwch anghyfreithlon. Mae hyn yn cwmpasu cynnwys sy'n ymwneud â cham-drin a chamfanteisio'n rhywiol ar blant, terfysgaeth, annog trais, gwerthu nwyddau a gwasanaethau anghyfreithlon fel arfau.[45] Fodd bynnag, yn dilyn COVID-19 mae llywodraeth y DU wedi gohirio symud y Bil i'r senedd, gyda phryderon wedi'u codi gan Gadeirydd Pwyllgor Democratiaeth a Digidol yr Arglwyddi na fydd hyn yn dod i rym tan 2023/24.[46]

Mae'r Asiantaeth Troseddu Genedlaethol (NCA) wedi nodi dros 300,000 o unigolion yn y DU sy'n fygythiad rhywiol i blant a phobl ifanc (ar-lein ac oddi ar-lein), ac wedi arsylwi troseddwyr mewn fforymau sgwrsio ar-lein yn trafod cyfleoedd i gam-drin plant yn ystod y cyfnod clo.[2] Ers dechrau'r cyfnod clo, mae plant wedi treulio cyfran fwy o'u hamser ar y rhyngrwyd, gyda'r rhan fwyaf o blant yn gorfod parhau â'u haddysg ar-lein. Er bod yr NCA ac asiantaethau partner wedi annog rhieni i oruchwylio amser eu plant ar-lein, i lawer o rieni a gwarcheidwaid sy'n gweithio gartref, mae hyn yn debygol o fod wedi peri rhai heriau.

Mae cwmnïau technoleg wedi cael anhawster i gynnal cymedroli cynnwys gyda llai o adnoddau i nodi ac amharu ar gam-drin plant ar eu gwefannau. Er enghraifft, adroddodd Internet Watch Foundation (IWF) a'i bartneriaid eu bod wedi blocio o leiaf 8.8 miliwn o ymdrechion gan ddefnyddwyr rhyngrwyd y DU i gael mynediad at fideos a delweddau o blant sy'n dioddef cam-drin rhywiol yn ystod dau fis cyntaf y cyfnod clo.[2] Ar ben hynny, mae Europol wedi nodi cynnydd ymdrechion gan droseddwyr i gysylltu'n uniongyrchol â phobl ifanc ar gyfryngau cymdeithasol yn ystod y cyfnod clo, sydd wedi cyflwyno heriau pellach wrth rwystro cam-drin plant ar-lein.[2]

Nododd Sefydliad Lucy Faithful, elusen ledled y DU sy'n gweithio gyda dioddefwyr a chyflawnwyr cam-drin plant yn rhywiol, ostyngiad cychwynnol yn y galw am y gwasanaeth ar ddechrau'r cyfnod clo i unigolion oedd yn pryderu am eu meddyliau rhywiol eu hunain tuag at blant.[47] Fodd bynnag, mae'r galw am y llinell gymorth ac adnoddau hunangymorth wedi dyblu ers hynny, gydag ymwelwyr newydd yn cyfrif am 64% o gyfanswm defnyddwyr y wefan.[47] Mae'r sefydliad yn adroddiad yn nodi bod amodau'r cyfnod clo (gan gynnwys peidio â gweithio, tarfu ar drefn ddyddiol, a mwy o amser yn cael ei dreulio ar-lein gartref) yn cynyddu'r risg y bydd unigolion yn ceisio deunyddiau niweidiol neu'n gweithredu ar eu cymelliadau.[47]

Yng Nghymru, mae gan Uned Troseddau Cyfundrefnol Ranbarthol Tarian dîm ymroddedig i fynd i'r afael â cham-drin a chamfanteisio'n rhywiol ar blant (CSAE). Mae hyn yn cynnwys, ond heb fod yn gyfyngedig i, CSE, rhannu delweddau anweddus o blant (IIOC), ymddygiad rhywiol niweidiol (HSB), cam-drin ar-lein, cam-drin rhyng-

deuluol a cham-drin sefydliadol.[48] Yn ystod y pandemig, mae TARIAN wedi parhau i gofnodi bod galw am CSAE ar-lein ac all-lein yn fygythiad sylweddol. Mae data heddlu o'r pedwar heddlu yng Nghymru yn adrodd amrywiadau yn lefel adrodd CSAE, ac er bod newidiadau yn y galw yn amrywio ar draws yr heddlu, ar y cyfan bu gostyngiad o 15% mewn troseddau CSAE yng Nghymru (Mawrth - Awst 2020) o'i gymharu â'r un cyfnod y flwyddyn flaenorol.[2]

Fodd bynnag, er bod yr heddlu wedi nodi bod troseddau wedi lleihau, bu cynnydd yn y galw am wasanaethau cymorth. Mae llinell gymorth Report Harmful Content (RHC), a ddarperir gan Ganolfan Rhyngrwyd Mwy Diogel y DU a SWGfL[d], yn gweithio gyda'r rhai 13 oed+ i ddarparu cyngor ar adrodd am gynnwys niweidiol ac i ddarparu cymorth i'r rhai sydd wedi cyflwyno adroddiad ar gyfer cynnwys niweidiol. Mae RHC wedi cofnodi cynnydd sydyn yn y galw, gyda chynnydd o 200% mewn adroddiadau ers dechrau'r cyfnod clo o'i gymharu â'r llynedd, a chynnydd mewn achosion yn ymwneud â cham-drin lle mae'r cleient yn adnabod y tramgwyddwr.

Mae'r NSPCC yn adrodd bod y risg o niwed ar-lein yn cael ei waethygu gan lesiant meddyliol isel, gyda phlant sy'n unig ac yn anhapus â risg uwch o fod yn destun meithrin priodas amhriodol ar-lein. Mae camdrinwyr yn aml yn targedu plant sydd wedi mynegi ar-lein eu bod yn agored i niwed, gan rannu meddyliau a theimladau ar gyfryngau cymdeithasol neu mewn ffrydiau byw.[44] Mae cyfyngiadau pandemig ac iechyd cyhoeddus COVID-19 wedi creu amodau lle mae iechyd meddwl unigolion yn cael ei effeithio'n andwyol. Mae gweithwyr proffesiynol a rhieni wedi codi pryderon ynghylch y risg uwch y mae'r cyfnod clo yn ei beri i iechyd meddwl plant a phobl ifanc, gan gynnwys pryder a straen cynyddol.

Iechyd a llesiant meddyliol

I blant a phobl ifanc, gallai tarfu ar drefn feunyddiol, ynysu wrth ffrindiau ac aelodau o'r teulu, a chael gwared ar weithgareddau cymdeithasol a chyfleoedd i chwarae, effeithio'n andwyol ar eu hiechyd meddwl ac emosiynol. Ar ben hynny, gallai bod yn dyst i'r pandemig yn datblygu a'r niwed yr oedd yn ei achosi (ee nifer marwolaethau cynyddol) fod wedi cynyddu pryder mewn llawer o blant, yn enwedig gyda newydd-deb y feirws a'r wybodaeth gyfyngedig sydd ar gael i helpu pobl ifanc i ddeall beth oedd yn digwydd o'u cwmpas. Ar ben hynny, adroddir, o ganlyniad i'w profiadau eu hunain gyda'r pandemig, y gallai rhieni fod wedi cael trafferth darparu'r rhianta ymatebol sydd eu hangen i helpu plant i ffynnu yn ystod y pandemig COVID-19.[6]

Gwnaed cryn dipyn o ymchwil i ddeall profiad plant a phobl ifanc yn well yn ystod y cyfnod clo. Mae hyn yn cynnwys arolygon sydd wedi archwilio llesiant meddyliol pobl

[d] Mae Grid Dysgu'r De Orllewin (SWGfL) yn gonsortiwm sy'n partneru â Chanolfan Rhyngrwyd Mwy Diogel y DU i wneud y DU y lle mwyaf diogel i gael mynediad i'r rhyngrwyd yn y byd.

ifanc a'u pryderon i raddau helaeth. Mae'r canfyddiadau wedi dangos bod effaith COVID-19 ar iechyd meddwl plant a phobl ifanc wedi amrywio'n fawr ar draws gwahanol garfannau poblogaeth.

Mae Young Minds wedi nodi bod llawer o bobl ifanc yn ystod y misoedd diwethaf wedi'i chael hi'n anodd ymdopi ag ynysu cymdeithasol, pryder ac ofnau am yr hyn fydd yn digwydd yn y dyfodol.[49] Fel y nodwyd yn flaenorol, mae'r NSPCC yn nodi mai iechyd meddwl ac emosiynol fu'r pryder mwyaf cyffredin y mae plant a phobl ifanc wedi ceisio cymorth ar ei gyfer, gyda phobl ifanc yn adrodd eu bod yn teimlo'n unig ac yn bryderus yn ystod y cyfnod clo.[44] Mewn arolwg gan Power2 (500 o gyfranogwyr), dywedodd 41% o blant fod y cyfnod clo yn cael effaith negyddol ar eu hiechyd meddwl, ac roedd 49% yn cael trafferth gyda'r diffyg trefn arferol.[50] Ar ben hynny, nododd Senedd y Plant ddirywiad yn llesiant meddyliol plant a phobl ifanc dros gyfnod y pandemig.[51] Cynhyrchwyd adroddiadau misol i rannu canfyddiadau o'r arolwg 'Sut ydych chi'n dod ymlaen', a ddangosodd fod llai o blant ym mis Mehefin wedi nodi eu bod yn teimlo'n siriol ac mewn hwyliau da nag ym mis Ebrill a mis Mai, a bod cynnydd yn nifer y plant yn teimlo'n unig neu â phryderon lluosog.[51] Amlygodd arolwg Power2 a Senedd y Plant fod mwy na hanner y plant yn poeni am eu dyfodol (61% a 56% o blant yn y drefn honno).[50,51]

I'r gwrthwyneb, yng Nghymru, cynhaliodd y Comisiynydd Plant ymgynghoriad pythefnos gyda 23,700 o blant a phobl ifanc 3-18 oed. Amlygodd canfyddiadau ciplun gan 200 o gyfranogwyr fod y cyfnod clo yn brofiad cadarnhaol i lawer o bobl ifanc, gan eu rhyddhau o bwysau cymdeithasol blaenorol (ee bwlio) a rhoi cyfle iddynt dreulio amser gyda'u teuluoedd. Cefnogodd astudiaeth Young Minds hyn ymhellach gyda chanfyddiadau'n dangos, i rai plant a phobl ifanc, fod profiad y cyfnod clo wedi cael effaith gadarnhaol ar eu hiechyd meddwl, gan roi seibiant iddynt o straen sy'n gysylltiedig â'r ysgol a grwpiau cyfeillgarwch. Fodd bynnag, mae hyn wedi achosi pryder ynghylch yr effaith y byddai llacio'r cyfnod clo a dychwelyd i 'fywyd normal' yn ei chael ar y bobl ifanc hyn, gyda risg y bydd llawer o bobl ifanc yn dioddef gyda straen a gorbryder wrth ddychwelyd i'r ysgol. Cefnogir hyn gan Power2, a nododd ym mis Mehefin fod 49% o blant a phobl ifanc yn poeni am fynd yn ôl i'r ysgol.[50]

Ar ben hynny, mae ymchwil yn dangos bod effaith y cyfnod clo wedi cael ei theimlo'n llawer mwy gan y rhai a oedd eisoes yn cael trafferth â'u hiechyd meddwl. Gwnaeth Young Minds arolwg o blant â phroblemau iechyd meddwl a oedd yn bodoli eisoes, a chanfuwyd, o'r 2,036 o blant a phobl ifanc, bod 80% wedi nodi dirywiad yn eu hiechyd meddwl dros y cyfnod clo, a nododd 87% eu bod yn teimlo'n unig ac yn ynysig.[49]

O ganlyniad i effaith COVID-19 ar iechyd meddwl a llesiant, by newidiadau amlwg yn ymddygiad plant a phobl ifanc. Mewn ymchwil gan Brifysgol Rhydychen, nododd rhieni newidiadau yn ymddygiad plant iau yn ystod COVID-19 (4-10 oed), gyda rhieni'n

profi anawsterau emosiynol ac ymddygiadol, aflonyddwch ac anawsterau sylw.[43] Gwaethygodd yr ymddygiadau hyn dros y cyfnod clo, gyda strancio, dadlau a herfeiddiad yn digwydd yn amlach. Ni arsylwyd ar y patrymau hyn mewn plant hŷn (11- 16 oed), gyda rhieni a phobl ifanc yn nodi nad oedd unrhyw newid mewn anawsterau emosiynol.

Hunanladdiad a Hunan-niweidio

Gwelwyd cynnydd mewn hunan-niweidio a syniadaeth hunanladdol ymhlith pobl ifanc ers dechrau'r cyfnod clo. Hunan-niweidio yw'r ffactor risg cryfaf ar gyfer hunanladdiad, sef yr ail brif achos marwolaeth ymhlith pobl ifanc 15-19 oed yn y DU.[53] Mae'r ffactorau risg ar gyfer pobl ifanc sy'n hunan-niweidio yn gyson â risgiau diogelu eraill fel cam-drin ac esgeuluso plant, camddefnyddio sylweddau, trais partner agos a chamfanteisio rhywiol.

Mae Papyrus (elusen atal hunanladdiad ifanc) yn adrodd bod llinell gymorth HOPELINEUK yn gweld nifer fwy o alwyr yn adrodd bod COVID-19 yn effeithio ar eu gallu i ymdopi, ac yn clywed gan bobl ifanc sy'n cael trafferth gydag amgylcheddau teuluol trawmatig heb unman i ddianc iddo.[2] Yn benodol, mae pobl ifanc sydd â brawd neu chwaer ag anghenion arbennig wedi bod yn ceisio cymorth gan y llinell gymorth, gan adrodd bod ymddygiadau eu brodyr a'u chwiorydd yn dod yn fwyfwy ymosodol, ac o ganlyniad, yn eu gadael yn ofnus yn eu cartref eu hunain ac yn ansicr sut i ymateb orau.[2] At hynny, mae Papyrus wedi adrodd bod cyfyngiadau'r cyfnod clo wedi achosi chwalfa yn hen dechnegau cymorth a thynnu sylw'r galwr.[2] O ganlyniad, mae llawer o alwyr yn troi at hunan-niweidio fel ffordd i ymdopi, ac mae pobl ifanc a oedd yn gwella ar ôl ymddygiadau niweidiol i iechyd yn ailsefydlu'r mecanwaith ymdopi camaddasol hwn; mae hyn yn cynnwys ailwaelu ar gyfer y rhai sydd â hanes o hunan-niweidio, camddefnyddio sylweddau, anhwylderau bwyta, ac ymddygiadau treisgar eraill.[2]

Yn Lloegr, mae'r Rhaglen Cronfa Ddata Marwolaethau Plant Genedlaethol wedi archwilio hunanladdiad ymhlith plant a phobl ifanc yn ystod y pandemig. Nid oedd unrhyw wahaniaeth ystadegol yn nifer yr hunanladdiadau a gofnodwyd yn syth cyn ac ar ôl y cyfnod clo (26 a 25 o hunanladdiadau wedi'u hadrodd yn y drefn honno), fodd bynnag, roedd y data a gyflwynwyd ar gyfer gwahanol gyfnodau (82 diwrnod cyn y cyfnod clo a 56 diwrnod ar ôl y cyfnod clo), ac nid ydynt yn cipio tueddiadau tymhorol mewn cyfraddau hunanladdiad (hy cymariaethau â'r un cyfnod mewn blynyddoedd blaenorol).[54] Fodd bynnag, yn dilyn adolygiad o'r achosion hyn, adroddwyd bod ffactorau cysylltiedig â COVID-19 yn debygol o fod wedi cyfrannu at yr hunanladdiad mewn 48% o'r achosion, gan gynnwys cyfyngiadau i addysg a gweithgareddau eraill, tarfu ar wasanaethau gofal a chymorth, tensiynau gartref ac ynysu.[54]

Camfanteisio ar blant a thrais ieuenctid difrifol

Yn ogystal â chynyddu'r risg o gam-drin plant yn rhywiol ar-lein ac oddi ar-lein, mae ymchwil wedi amlygu y gall iechyd a llesiant meddwl gwael, ynysu ac unigrwydd gynyddu'r risg o ecsbloetio plant. Mae hyn yn cynnwys camfanteisio'n rhywiol ar blant (CSE), camfanteisio'n droseddol ar blant (CCE) a radicaleiddio.

Mae cudd-wybodaeth gan yr Heddlu ac asiantaethau troseddau ledled Cymru a Lloegr wedi amlygu, er bod y cyfyngiadau ar symud wedi achosi heriau gyda chyflenwi cyffuriau yn ystod y cyfnod clo, mae adroddiadau cenedlaethol a rhanbarthol wedi nodi effaith fach iawn ar weithgarwch cyffuriau cyfundrefnol, ac wedi hynny, trais difrifol sy'n gysylltiedig â throseddau cyfundrefnol difrifol.[2] Asesodd y Ganolfan Cydlynu Llinellau Sirol Genedlaethol (NCLCC) fod y bygythiad o Llinellau Sirol ledled y DU yn sylweddol, gan ddangos cydnerthedd y farchnad gyffuriau.[2] Mynegodd gweithwyr proffesiynol yng Nghymru a Lloegr bryderon ynghylch newidiadau mewn tactegau sydd eu hangen i barhau i ddosbarthu cyffuriau yn ystod y cyfnod clo, gan adrodd am risg y byddai gangiau troseddol yn recriwtio pobl ifanc nad oeddent yn yr ysgol yn ystod y cyfnod clo.[14] Mae gwendidau plant a phobl ifanc yn cael eu dwysáu yn ystod y pandemig, ac mae o bosibl wedi cynyddu'r risg y bydd plant a phobl ifanc yn cael eu hecsbloetio i gludo cyffuriau ar gyfer gangiau, ac o ganlyniad, ymwneud â throseddau treisgar. Mae nifer o wendidau ac adfyd ymhlith pobl ifanc sy'n ymwneud â gangiau, gan gynnwys camddefnyddio sylweddau gan rieni (68%), esgeulustod (78%), cam-drin corfforol (41%), cam-drin yn y cartref (39%), hanes teuluol o droseddu (60%), problemau cymdeithasol, emosiynol a iechyd meddwl (95%), camddefnyddio sylweddau (81%), ac ansefydlogrwydd ysgolion, gan gynnwys symud ysgolion (55% yn y 12 mis diwethaf) a gwaharddiadau parhaol (5 gwaith yn fwy tebygol i'r rhai mewn gangiau).[55] Ar ben hynny, mae ymwneud â gangiau a thrais ieuenctid yn fwy cyffredin ymhlith plant a phobl ifanc sy'n byw mewn cartrefi incwm is, gyda thlodi yn cynyddu'r risg y bydd pobl ifanc yn cael eu tynnu i mewn i gangiau i gael buddion nas oes modd eu cael fel arall (ee arian, rhoddion, statws cymdeithasol, pŵer).[55]

Mae data'r heddlu yng Nghymru yn dangos gostyngiad sylweddol mewn trais difrifol yr adroddwyd amdano yn ystod y pandemig, ond nid yw hyn yn dangos bod y bygythiad wedi'i leihau ond yn hytrach mae'n dynodi lefelau uwch posibl o droseddoldeb cudd.[2] At hynny, mae'r Gwasanaeth Cyfiawnder Ieuenctid (YJS) wedi tynnu sylw, er bod gostyngiadau yn y troseddau a gyflawnwyd gan blant a phobl ifanc yn ystod y cyfnod clo, roedd eraill wedi nodi newidiadau yn y math o droseddau, gyda chynnydd mewn dwyn o siopau ac ymddygiad gwrthgymdeithasol (ASB), yn ogystal â chynnydd mewn troseddau mwy difrifol, megis troseddau gyrru, ymosodiadau difrifol a bod â chyffuriau ac arfau yn eu meddiant.[56]

Mae cyffuriau'n parhau i fod yn ffactor mawr o fewn trais difrifol ledled Cymru, ynghyd â'r newidiadau cymdeithasol ac economaidd sy'n deillio o'r pandemig. Mae ymchwil

gan y Ganolfan Genedlaethol ar gyfer Ymchwil Gangiau yn awgrymu bod gangiau cyffuriau llinellau sirol yn dod o hyd i ffyrdd newydd o wneud busnes, ac y gallai meithrin perthynas amhriodol a recriwtio fod wedi symud ar-lein.[14] At hynny, mae cudd-wybodaeth yr heddlu yn tynnu sylw at y ffaith bod bygythiad mewn perthynas â'r math o nwyddau sy'n cael eu cyflenwi a'u cyrchu, eu hansawdd a'u heffeithiau anrhagweladwy i'r defnyddwyr yn dod â llawer o risg. Ar hyn o bryd, mae'n ymddangos bod cyffuriau wedi'u targedu'n fawr at bobl ifanc â risgiau mawr i'w hiechyd a'u llesiant, gyda'r peryglon o gael eu hymgorffori mewn troseddoldeb a bod yn destun trais yn debygol o gael effeithiau gydol oes ar y bobl ifanc a'r gwasanaethau.

At hynny, yn ystod y cyfnod clo, codwyd pryderon ynghylch y risg y bydd plant a phobl ifanc yn cael eu radicaleiddio. Mae Uned Eithafiaeth a Gwrthderfysgaeth Cymru (WECTU) yn nodi gostyngiad mewn atgyfeiriadau ers dechrau'r pandemig, fodd bynnag, nid yw bygythiad terfysgaeth wedi lleihau, ac felly mae'r risg i blant a phobl ifanc sy'n agored i niwed yn parhau.[2] Mae WECTU yn awgrymu ei bod yn debygol bod y risg o radicaleiddio wedi cynyddu i nifer fach o bobl agored i niwed, oherwydd gall y pandemig fod wedi gyrru pobl ifanc i dreulio mwy o amser ar-lein ac yn agored i ddeunyddiau niweidiol (ee propaganda) a gwaethygu achwynion, sydd yn ei dro yn gwneud unigolion yn fwy agored i radicaleiddio. Mae ymchwil wedi tynnu sylw at nifer o ffactorau risg sy'n gysylltiedig ag eithafiaeth dreisgar, gan gynnwys bod yn agored i niwed yn gynnar a diffyg cydnerthedd, trawma plentyndod, ynysu cymdeithasol, iechyd meddwl gwael, angen i berthyn neu fod â synnwyr o bwrpas, rhagfarn wedi'i hatgyfnerthu a golwg dramgwyddus ar y byd. [57] Mae gan lawer o'r ffactorau risg hyn y potensial i fod wedi gwaethygu yn ystod y cyfnod clo.

Mynediad at wasanaethau cymorth

Er bod yna ystod o ffactorau sydd wedi peri risg uchel i blant a phobl ifanc yn ystod y cyfnod clo ac adfer, prin fu'r cymorth sydd wedi bod ar gael i reoli'r risgiau hyn. Dywedodd yr Asiantaeth Ieuenctid Genedlaethol fod dros filiwn o bobl ifanc mewn perygl o'r 'triawd gwenwynig' (caethiwed, iechyd meddwl a cham-drin yn y cartref), fodd bynnag, mae atgyfeiriadau diogelu plant wedi gostwng 50% mewn rhai ardaloedd.[13] O ganlyniad, mae'r Gymdeithas Llywodraeth Leol wedi mynegi pryderon ynghylch plant agored i niwed yn colli allan ar gymorth hanfodol yn ystod y pandemig.

Bu'n ofynnol i wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol leihau darpariaeth gwasanaeth er mwyn addasu i newidiadau mewn capasiti staffio ac adnoddau, a'r cyfyngiadau i'r lefel a'r dulliau ymgysylltu y gallant eu cael gyda phlant sy'n agored i niwed, teuluoedd a gweithwyr proffesiynol eraill. O'r herwydd, bu'n ofynnol i weithwyr proffesiynol flaenoriaethu'r plant mwyaf agored i niwed (ee Plant sy'n Derbyn Gofal [LAC], plant ar y gofrestr amddiffyn plant); i gefnogi gyda'r broses o wneud penderfyniadau, darparodd Llywodraeth Cymru ganllawiau gweithredol i ddarparwyr

gofal (ee awdurdodau lleol a chartrefi gofal) ar barhau i ddarparu cymorth i blant sy'n agored i niwed, mewn perygl a'r rhai sydd wedi bod mewn gofal.[58]

Amlygodd arolwg a gynhaliwyd gan Blant yng Nghymru yr heriau yr oedd gwasanaethau wedi'u profi wrth addasu i'r cyfnod clo. Profodd lawer o wasanaethau aflonyddwch mawr, gyda rhai yn gorfod cau dros dro ac ar unwaith wrth iddynt drosglwyddo i weithio o bell.[59] Roedd hyn yn cynnwys atal rhyngweithiadau wyneb yn wyneb, grwpiau cymorth i blant a rhianta, a gofal seibiant.[59] At hynny, canslwyd y mwyafrif o ymweliadau cartref a oedd yn rhwystro asesiadau cynhwysfawr o risg ac anghenion teulu. Cafodd gwasanaethau heriau wrth gynnal cysylltiad â defnyddwyr gwasanaeth, yn ogystal â chydweithwyr, gydag anawsterau wrth nodi mecanweithiau cyfathrebu o bell effeithiol.[59]

Er bod y Llywodraeth wedi gweithredu cynlluniau i ddarparu mynediad at fwyd ac addysg i blant agored i niwed, roedd data'n awgrymu lefelau isel o ymgysylltu. Ad-drefnodd ysgolion eu cynnig addysg a sefydlu trefniadau canolfannau newydd i gefnogi plant agored i niwed a phlant gweithwyr allweddol, fodd bynnag, roedd staff ysgolion yn wynebu heriau penodol wrth ymgysylltu â disgyblion a sicrhau eu bod yn ddiogel. Roedd llawer o athrawon â chyfrifoldebau diogelu wedi sefydlu mecanweithiau i gysylltu gyda theuluoedd a disgyblion agored i niwed, ond dywedwyd nad oedd pob cartref yn ymgysylltu'n effeithiol.[59] Amlygodd arolwg gan Gymdeithas Genedlaethol y Prifathrawon (NAHT) fod 94% o ysgolion wedi agor i ddarparu gwasanaeth brys yn y DU, ond bod ganddynt lai nag 20% o'u plant arferol yn mynychu a bron i chwech o bob 10 (58%) lai na chwarter eu staff addysgu arferol.[13] Dangosodd data pellach a gymerwyd o DataCymru a Chyfrifiad Ysgolion Blynyddol Lefel Disgyblion Llywodraeth Cymru (PLASC) yn ystod y cyfnod clo yr ystyriwyd bod 24,112 o blant ledled Cymru yn agored i niwed ac â hawl i gael mynediad at gynlluniau ysgolion. Fodd bynnag, mae data'n dangos rhwng diwedd 24ain Mawrth 2020 a 26ain Mehefin 2020 dim ond 1.2% i 6.3% o blant agored i niwed oedd yn mynychu lleoliadau ysgolion awdurdod lleol.[2]

Ar ben hynny, mae yna lawer o blant yn profi camdriniaeth a thrawma nad ydyn nhw efallai'n hysbys i'r gwasanaethau cyhoeddus ac yn derbyn cymorth. Gydag ysgolion a llawer o wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol wedi cau, mae adnabod plant sydd mewn perygl o niwed wedi disgyn i'r cymunedau lleol, gyda dibyniaeth ar gymdogion ac aelodau o'r teulu yn adrodd pryderon. Ar ddechrau'r cyfnod clo, gwelodd llinell gymorth oedolion yr NSPCC ostyngiad yn nifer yr adroddiadau ynghylch pryderon am blant a phobl ifanc, gyda phlant yn llai gweladwy i weithwyr proffesiynol. Fodd bynnag, yn dilyn ymgyrch cyfryngau pedair wythnos NSPCC a arddangoswyd ar y teledu, radio, y wasg a chyfryngau cymdeithasol, bu cynnydd sylweddol yn y galw i'r llinell gymorth, gyda ~30% o gynnydd mewn adroddiadau o gymharu â chyn y cyfnod clo. O'r

galwadau a wnaed yn ystod y cyfnod clo, arweiniodd 58% at atgyfeiriad at awdurdodau lleol (hy gwasanaethau diogelu plant). Amlygodd hyn, er nad oedd plant a phobl ifanc mewn cysylltiad â gweithwyr proffesiynol sy'n ganolog o ran nodi a diogelu plant sydd mewn perygl o niwed, roedd cyfleoedd o hyd i wasanaethau ymyrryd. Mae'r gymuned wedi chwarae rhan bwysig wrth fod yn llygaid a chlustiau ar ran gwasanaethau, i nodi plant agored i niwed sy'n profi camdriniaeth a chamfanteisio. Fodd bynnag, erys pryderon y gallai cam-drin plant fod heb ei adrodd yn ystod y cyfnod clo. Canfu arolwg gan yr NSPCC na fyddai chwarter oedolion Prydain yn gwybod ble i ofyn am gymorth pe byddent yn credu bod plentyn yn cael ei frifo neu ei esgeuluso.

Ystyriaethau i'w gwneud

Mae ymchwil yn dangos bod plant yn llai tebygol o ddeall digwyddiadau niweidiol (ee trychinebau), gan arwain at deimladau o bryder a straen, a all fod yn anodd ymdopi â nhw. Ar ben hynny, gall plant a phobl ifanc sy'n byw gyda thrawma, colled ac adfyd brofi ystod o adweithiau, gan gynnwys newidiadau mewn ymddygiad, trallod emosiynol, galar, anawsterau gyda chanolbwyntio, methiant academaidd, hunllefau neu straen.[8]

Bydd ysgolion yn chwarae rhan annatod wrth ymateb i blant yn dilyn y pandemig, gan ddiwallu anghenion llesiant ac iechyd meddwl myfyrwyr. Fodd bynnag, cydnabyddir na all ysgolion wneud hyn ar eu pen eu hunain. Mae ymchwil gan Barnardo's ac Action for Children wedi tynnu sylw at y pryderon sydd gan weithwyr proffesiynol addysg am ddychwelyd i ysgolion; a datgelodd arolwg o 200 o staff yng Nghymru fod 85% o staff yn ofni y bydd y cyfnod clo yn effeithio ar iechyd meddwl eu disgyblion.[8] Fodd bynnag, dim ond 18.5% o'r staff a oedd yn teimlo bod ganddynt y sgiliau angenrheidiol i gefnogi eu disgyblion pan fyddant yn dychwelyd i'r ysgol.[8] Nododd ymatebwyr fod angen hyfforddiant i'w galluogi i gefnogi iechyd a llesiant meddwl plant (71%), cynnydd mewn cyllid i gefnogi mentrau iechyd a llesiant meddwl ac, oherwydd yr heriau a wynebwyd yn cefnogi myfyrwyr yn ystod y cyfnod clo, cymorth ar gyfer iechyd meddwl a llesiant staff ysgolion.[8]

Gyda chynnydd posibl mewn amlygiad i ACEs a niwed ar-lein, ac effaith y cyfnod clo ar iechyd a llesiant meddwl, gall ysgolion a gweithwyr proffesiynol addysg brofi cynnydd mewn datgeliadau gan blant a phobl ifanc, a'r angen i weithredu gweithdrefnau diogelu plant er mwyn eu diogelu. Mae'r Sefydliad Ymyrraeth Gynnar yn amlygu y gallai'r heriau mwyaf fod eto i ddod, gyda gwasanaethau cymorth cynnar yn nodi potensial ar gyfer cynnydd sylweddol mewn atgyfeiriadau cymorth cynnar a gofal cymdeithasol unwaith y bydd y mesurau ymbellhau cymdeithasol a'r cyfnod clo wedi'u llacio.[3]

Fodd bynnag, mae risg y bydd plant, ar ôl cyfnod hir o amser i ffwrdd o'r ysgol, yn ei chael hi'n anodd ceisio cymorth gan staff yr ysgol. Roedd hyn yn amlwg mewn arolwg diweddar a gynhaliwyd gan y Comisiynydd Plant yng Nghymru, a nododd mai dim ond 53% o blant a phobl ifanc a ddywedodd y byddent yn teimlo'n gyfforddus yn siarad ag athro am eu llesiant meddyliol, a dim ond 31% a ddywedodd y byddent yn teimlo'n hyderus i siarad â chwnselydd ysgol.[60] Amlygodd astudiaeth mynychder ACE fod unigolion â chyfrif ACE uwch yn llai tebygol o adrodd am gymorth bersonol gan rieni, perthnasau eraill sy'n oedolion, cymdogion neu ffrindiau a gweithwyr proffesiynol (ee athrawon, hyfforddwyr chwaraeon, yr heddlu, gweithwyr iechyd proffesiynol, arweinwyr crefyddol).[61]

At hynny, mae ymchwil wedi dangos ei bod yn cymryd 7.8 mlynedd i blant, ar gyfartaledd, ddatgelu cam-drin ac esgeuluso plant.[62] Amlygodd yr ymchwil hon fod 80% o'r bobl ifanc a gafodd eu cyfweld (n=60) wedi ceisio datgelu'r cam-drin sawl gwaith cyn 18 oed, a bod 66% wedi ceisio datgelu tra roedd y cam-drin yn digwydd; ac, o'r 203 o ddatgeliadau a wnaed, dim ond 117 o ddatgeliadau y gweithredwyd arnynt (58%).[62] O'r datgeliadau hyn, gwnaed 23 i athrawon gan 18 o'r bobl ifanc sy'n tynnu sylw at y ffaith bod llai na thraean y bobl ifanc wedi datgelu'r cam-drin i weithiwr proffesiynol ym maes addysg.[62]

Amlygodd yr ymchwil hon nifer o rwystrau i bobl ifanc o ran datgelu camdriniaeth, gan gynnwys peidio â chael unrhyw un i droi atynt oherwydd natur gymhleth ac anhrefnus eu teulu, heb fod â'r galluoedd iaith i fynegi'r hyn oedd yn digwydd iddynt, bygythiadau a dychryn gan y tramgwyddwr i aros yn dawel, teimladau o gywilydd ac embaras a phryderon am warthnodi a chyhuddiadau o ddweud celwydd.[62] Gwnaethpwyd datgeliadau yn bosibl pan gymerodd oedolion sylw o arwyddion cam-drin neu ymddygiadau a gofyn cwestiynau i'r person ifanc, pan adeiladodd y person ifanc ymddiriedaeth gyda'r oedolyn a chael lle diogel i siarad, pan na allent ymdopi â'r cam-drin mwyach neu fe waethygodd y niwed, a phan gyrhaeddon nhw oedran lle roedden nhw'n deall beth oedd yn digwydd iddyn nhw ac roedd ganddyn nhw'r eirfa i'w fynegi.[62]

Gall nodi arwyddion trawma sy'n deillio o gamdriniaeth, esgeulustod a chamfanteisio ar blant beri heriau i staff ysgolion. Mae rhai o'r newidiadau ymddygiadol yn dilyn pandemigau blaenorol, fel y nodwyd yn y llenyddiaeth, yn adlewyrchu symptomau trawma, sy'n cynnwys cadw'n dawel, diffyg ymgysylltu, a chynhyrfu. Yn enwedig mewn dosbarthiadau mwy neu mewn ardaloedd mwy difreintiedig, gallai adnabod plant a phobl ifanc yr effeithir arnynt fwyaf gan y pandemig fod yn heriol. Ar ben hynny, yn dilyn tarfu ar addysg, mae gan ysgolion y dasg anodd o gynorthwyo plant i ddal i fyny ar eu dysgu, yn enwedig y rhai ag arholiadau sydd ar ddod, tra hefyd yn cynnal iechyd

a diogelwch mewn ystafelloedd dosbarth wrth i COVID-19 barhau i fod yn bresennol yn y gymdeithas.

Gyda'r gofynion cystadleuol hyn, bydd angen ar ysgolion a darparwyr addysg gymorth asiantaethau partner i ymateb i anghenion plant a phobl ifanc. Fodd bynnag, mae gwasanaethau ehangach wedi nodi pryderon ynghylch effaith y pandemig ar y gallu i sefydliadau ymateb, gyda'r pandemig yn achosi goblygiadau ariannol. Mae gwasanaethau gofal cymdeithasol (hy gwasanaethau cymorth cynnar) yn dibynnu'n fawr ar sefydliadau'r trydydd sector i ddarparu cymorth, y mae llawer ohonynt wedi cael trafferthion ariannol. Er gwaethaf cynnydd yn y llwyth gwaith, nid yw gwasanaethau wedi gallu talu cyflogau a pharhau i weithredu yn y tymor canolig i'r tymor hir, ac o ganlyniad, cafodd staff eu rhoi ar ffyrlo sydd wedi cyfyngu ar allu eu sefydliadau i gynnal yr un lefel o wasanaeth.[59] At hynny, nid yw llawer o sefydliadau, yn enwedig sefydliadau'r trydydd sector, wedi gallu codi arian na chaffael mathau eraill o incwm, ac mae llawer o wasanaethau wedi ysgwyddo costau ychwanegol am offer TG, offer amddiffyn personol a chynhyrchion hylendid.[59] Mae'r heriau hyn wedi codi pryderon ynghylch cynaliadwyedd y gwasanaethau hyn i barhau i gynnig gwasanaeth, a darparu cymorth i blant a phobl ifanc mewn angen.

Yr angen i fuddsoddi mewn atal ac ymyrraeth gynnar

Mae ymchwil wedi tynnu sylw at effaith gydol oes trawma plentyndod ar blant a phobl ifanc. Gall dod i gysylltiad ag ACE amharu ar ddatblygiad plant ac arwain at ddiffygion gwybyddol, cymdeithasol, emosiynol ac ymddygiadol. Mae plant sydd wedi profi ACEs yn llai tebygol o berfformio'n dda yn yr ysgol ac maent mewn mwy o berygl o fabwysiadu ymddygiadau sy'n niweidio iechyd, gan gynnwys ysmygu, rhyw dan oed, cyflawni trais ac erledigaeth, defnyddio cyffuriau ac alcohol a charcharu. At hynny, gall dod i gysylltiad ag ACE fod â nifer o oblygiadau iechyd, gan leihau llesiant meddyliol a chynyddu'r risg o glefydau cronig fel diabetes, clefyd y galon a chlefydau anadlol. O ganlyniad, mae unigolion ag ACEs yn defnyddio gwasanaethau iechyd i raddau mwy (ee meddygon teulu ac adrannau damweiniau ac achosion brys) ac mae ganddynt ddisgwyliad oes is. Mae canlyniadau o'r fath yn rhoi baich sylweddol ar wasanaethau cyhoeddus[63] gyda chostau economaidd tymor hir ACEs a thrais yn sylweddol. Mae'r costau blynyddol cysylltiedig y gellir eu priodoli i ACEs ledled Ewrop a Gogledd America wedi'u cyfrif yn UD$581 biliwn a $748 biliwn yn y drefn honno.[64]

Mae ymchwil wedi dangos bod cost oes cam-drin plant nad yw'n angheuol yn y DU yn £89,000 y dioddefwr, gan gyfrif am gostau ariannol camdriniaeth o ran yr effaith ar iechyd a gofal cymdeithasol, addysg a'r system cyfiawnder troseddol, yn ogystal â'r costau i'r economi ehangach mewn cynhyrchiant coll.[65] At hynny, mae'r Sefydliad Ymyrraeth Gynnar (EIF) yn nodi bod cost darparu 'ymyrraeth hwyr' ledled Cymru a Lloegr bron yn £17 biliwn y flwyddyn (2016), gan gyfeirio at ystod o wasanaethau acíwt

a statudol sy'n ofynnol i gefnogi plant a phobl ifanc sy'n profi trais a cham-drin domestig, esgeulustod a chamdriniaeth plant, problemau iechyd meddwl, troseddau ieuenctid ac allgáu o addysg a'r farchnad lafur.[66]

Yn amlwg, mae'r EIF yn nodi cynnydd mewn costau mewn ymyrraeth hwyr i £5.2 miliwn mewn blwyddyn ar gyfer achosion trais a cham-drin yn y cartref.[66] Hyd yn oed cyn i fesurau iechyd cyhoeddus y cyfnod clo gael eu gorfodi mewn ymateb i fynd i'r afael â bygythiad y pandemig COVID-19 cyfredol, roedd cost delio ag effeithiau tymor byr a thymor hir ACEs a chamdriniaeth plant yn sylweddol ac ar gynnydd. Gyda miliynau o bobl yn byw gydag ôl-effeithiau ACEs, a'r cynnydd posibl mewn ACEs a brofir gan blant a phobl ifanc yn ystod y cyfnod clo, mae buddsoddi mewn ymyrraeth gynnar a lleihau nifer yr achosion ACE yn hanfodol.

Nododd adroddiad comisiwn WHO-UNICEF-Lancet yr angen i fuddsoddi mewn plant a phobl ifanc yn dilyn y pandemig, gan gydnabod bod '*yr hyn sy'n dda i blant yn dda i gymdeithasau: mae buddsoddi yn llesiant plant yn darparu buddion sy'n uniongyrchol, tymor hir a rhyng-genhedlaeth*'.[4] Nododd yr adroddiad ymhellach fod angen am '*symudiad byd-eang, i ddod â llywodraethau, cymdeithas sifil, cymunedau a phlant ynghyd i roi gweithredu ar ran plant yng nghanol y Nodau Datblygu Cynaliadwy. Bydd y dewisiadau polisi sy'n cael eu gwneud heddiw yn llunio 'llesiant ein cymdeithasau am flynyddoedd i ddod*'.[4]

Casgliad

Mae pandemig COVID-19 wedi cael canlyniadau sylweddol i'n cymdeithas fyd-eang, a bydd goblygiadau hynny yn parhau i gael eu profi am nifer o flynyddoedd i ddod. Er bod goblygiadau iechyd, cymdeithasol ac economaidd sylweddol i ddigwyddiadau'r flwyddyn ddiwethaf, mae angen rhoi plant yng nghanol cynlluniau adfer.

Er bod rhai plant wedi addasu'n dda i'r cyfnod clo, mae yna lawer o blant sydd wedi eu dal mewn amgylcheddau cartref sydd wedi peri risg, gydag amlygiad i brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod fel defnyddio alcohol gan rieni, cam-drin yn y cartref, cam-drin ac esgeulustod corfforol, rhywiol ac emosiynol. Mae plant a phobl ifanc wedi bod yn treulio mwy o amser ar y rhyngrwyd, sydd wedi rhoi mynediad iddynt i adnoddau addysgol ac yn fodd i ryngweithio â ffrindiau a theulu. Fodd bynnag, mae hyn wedi cynyddu mynediad cyflawnwyr cam-drin rhywiol a chamfanteisio rhywiol i blant, ac o ganlyniad, bu cynnydd yn y meysydd hyn. Yn ogystal, mae'r pandemig a'r mesurau iechyd cyhoeddus dilynol, wedi cael effaith niweidiol ar iechyd meddwl a llesiant plant, gyda lefelau uwch o straen, gorbryder ac unigrwydd. I rai, mae hyn wedi arwain at ymddygiadau sy'n niweidio iechyd a syniadaeth hunanladdol, gyda'r plant a'r bobl ifanc hyn yn ei chael hi'n anodd nodi mecanweithiau ymdopi iach oherwydd y

mynediad cyfyngedig i gymorth ffurfiol ac anffurfiol a chael gwared ar ffactorau amddiffynnol.

Ar ben hynny, mae'n dod yn fwyfwy amlwg na theimlwyd effaith y pandemig yn gyfartal o fewn cymdeithas, ac o ganlyniad, bydd llawer o blant difreintiedig wedi dioddef effeithiau tlodi plant, gan gynnwys mynediad cyfyngedig at fwyd ac adnoddau addysg. O ganlyniad, mae gan y pandemig y potensial i ehangu ymhellach y bwlch dysgu rhwng y plant mwyaf a lleiaf difreintiedig mewn cymdeithas, gan ei gwneud yn heriol i lawer o blant ddal i fyny pan fyddant yn dychwelyd i'r ysgol, ac yn amharu ar eu cyflawniad academaidd.

Mae'n bwysig nodi bod effeithiau a arsylwyd COVID-19 ar blant a phobl ifanc, gan gynnwys dod i gysylltiad â chamdriniaeth plant, problemau iechyd meddwl, mynediad cyfyngedig i addysg, ac amddifadedd, yn cael eu nodi fel ffactorau risg ar gyfer camfanteisio ar blant a thrais ieuenctid. Mae hyn yn codi pryderon y bydd llawer o blant agored i niwed yn cael eu tynnu i mewn i gangiau a'u defnyddio i gludo cyffuriau, gan eu gwneud hyd yn oed yn fwy agored i newid.

Mae'r data sydd ar gael ar brofiadau plant a phobl ifanc yn gyfyngedig, fodd bynnag, mae'r hyn sydd ar gael yn amlygu y bu dibyniaeth ar linellau cymorth ar gyfer help a chymorth yn ystod y pandemig, gyda llai o adrodd i'r gwasanaethau brys fel yr heddlu ac iechyd. Mae pryderon bod lefel uchel o niwed cudd, ac na fydd llawer o'r rhai sydd wedi profi trawma yn cael eu hadnabod nes bydd ysgolion yn dychwelyd. Wedi dweud hynny, mae gan staff ysgolion ran sylweddol i'w chwarae pan fydd plant yn dychwelyd i'w haddysg ffurfiol, sy'n debygol o roi straen sylweddol ar ysgolion sydd eisoes wedi'u gor-ymestyn. Ni all ysgolion weithredu ar eu pennau eu hunain wrth ymateb i anghenion plant a phobl ifanc yr effeithir arnynt gan ACE a thrais yn ystod y pandemig, ond mae gwasanaethau ehangach, fel sefydliadau trydydd sector, yn wynebu heriau eu hunain, gan gynnwys llai o staff a chyllid i barhau i gynnig cymorth.

Mae gan COVID-19 y potensial i gael effaith gydol oes ar blant a phobl ifanc, yn enwedig ar gyfer plant sydd wedi profi trawma. Gall y profiadau hyn achosi aflonyddwch i ddatblygiad plentyn ac arwain at ystod eang o ganlyniadau negyddol yn ddiweddarach mewn bywyd. Tra bod y wlad yn wynebu dirwasgiad ac angen nodi ffyrdd i amddiffyn yr economi, gall methu â buddsoddi mewn ymyrraeth gynnar arwain at fwy o ganlyniadau ariannol yn y tymor hir. Mae angen i sefydliadau ddod ynghyd i sicrhau bod plant a phobl ifanc yn cael y cymorth sydd ei hangen arnynt i liniaru effeithiau'r adfyd y maent wedi'i brofi.

Yn olaf, er bod yr adroddiad hwn wedi rhoi mewnwelediad i brofiadau posibl plant a phobl ifanc yn ystod cyfnod clo COVID-19, mae angen gwaith pellach i ddeall effeithiau'r pandemig ar grwpiau ymylol a difreintiedig yn llawn, er mwyn deall yn well

sut mae gwasanaethau wedi ymateb i ddarparu cymorth i blant a theuluoedd sy'n agored i niwed, ac i ystyried beth sy'n gweithio i liniaru effeithiau niwed a achoswyd yn ystod y cyfnod clo.

Cyfeiriadau

1. UN News. UN chief calls for domestic violence 'ceasefire' amid 'horrifying global surge.' 2020 Ebr 6; Ar gael o: https://news.un.org/en/story/2020/04/1061052
2. Uned Atal Trais Cymru. COVID-19 and Violence: Monitoring Report. Caerdydd
3. Champs Public Health Collaborative. Direct and indirect impacts of COVID-19 on health and wellbeing: Rapid Evidence Review [Rhyngrwyd]. Liverpool; 2020. Ar gael o: Direct and indirect impacts%0Aof COVID-19 on health and%0Awellbeing
4. United Nations. Policy Brief: The impact of COVID-19 on children [Rhyngrwyd]. 2020. Ar gael o: https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_on_covid_impact_on_children_16_april_2020.pdf
5. European Centre for Disease Prevention and Control. COVID-19 in children and the role of school settings in COVID-19 transmission [Rhyngrwyd]. Stockholm; 2020. Ar gael o:

https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/COVID-19-schools-transmission-August 2020.pdf

6. Clark H, Coll-Seck AM, Banerjee A, Peterson S, Dalglish SL, Ameratunga S, et al. After COVID-19, a future for the world's children? Lancet [Rhyngrwyd]. 2020; Ar gael o: https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lancet/PIIS0140-6736(20)31481-1.pdf

7. United Nations. Sustainable Development Goals: The 17 Goals [Rhyngrwyd]. [dyfynnwyd 2020 Awst 24]. Ar gael o: https://sdgs.un.org/goals

8. Barnardos, Action for Children. Lessons from Lockdown: Supporting vulnerable children and young people returning to school and to learning [Rhyngrwyd]. 2020. Ar gael o: http://www.barnardos.org.uk/sites/default/files/uploads/lessons-from-lockdown-supporting-vulnerable-children-young-people-returning-school-learning-english.pdf

9. The Childrens Society. The impact of COVID-19 on children and young people [Rhyngrwyd]. 2020. Ar gael o: https://www.childrenssociety.org.uk/sites/default/files/cv-19-impact-on-children-report-from-the-childrens-society.pdf

10. Mok LH, Antonsen S, Carr CBPMJ, Kapur N, Nazroo J, Webb RT. Family income inequalities and trajectories through childhood and self-harm and violence in young adults: a population-based, nested case-control study. Lancet Public Heal [Rhyngrwyd]. 2018;3(10):498–507. Ar gael o: https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS2468-2667(18)30164-6/fulltext

11. The Childrens Society. Good Childhood Report [Rhyngrwyd]. 2017. Ar gael o: https://www.childrenssociety.org.uk/sites/default/files/the-good-childhood-report-2017_full-report_0.pdf

12. Llywodraeth Cymru. Adroddiad Cynnydd Tlodi Plant 2019 [Rhyngrwyd]. 2019 [dyfynnwyd 2020 Medi 10]. Ar gael o: https://senedd.wales/laid documents/gen-ld12921/gen-ld12921 -e.pdf

13. Green L, Morgan L, Azam S, Evans L, Parry-Williams L, Petchey L, et al. Asesiad o'r Effaith ar Iechyd y Polisi Aros Gartref ac Ymbellhau Cymdeithasol yng Nghymru mewn ymateb i bandemig COVID-19. Prif Ganfyddiadau [Rhyngrwyd]. Caerdydd; 2020. Ar gael o: https://whiasu.publichealthnetwork.cymru/files/4515/9618/5918/HIA_-_Rapid_Review_of_SAH_Policy_Main_Report.pdf

14. The Public Health Institute. Direct and indirect impacts of COVID-19 on health and wellbeing: Rapid Evidence Review. 2020.

15. Crutchfield RD, Wadsworth T. Poverty and Violence. In: Heitmeyer W, Hagan J (eds) International Handbook of Violence Research. Netherlands: Springer;

16. Hobart V. Progressing a Public Health Approach to Violence Prevention and Reduction, Appendix A: Proposed Public Health Approach [Rhyngrwyd]. 2019. Ar gael o: https://data.london.gov.uk/dataset/a-public-health-approach-to-serious-youth-violence

17. Page A, Lewis G, Kidger J, Heron J, Chittleborough C, Evans J, et al. Parental socio-economic position during childhood as a determinant of self-harm in adolescence. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol [Rhyngrwyd]. 2014;49:193–2013. Ar gael o: https://link.springer.com/article/10.1007/s00127-013-0722-y

18. Bywaters P, Bunting L, Davidson G, Hanratty J, Mason W, McCartan C, et al. The relationship between poverty, child abuse and neglect: an evidence review [Rhyngrwyd]. 2016. Ar gael o: https://www.jrf.org.uk/report/relationship-between-poverty-child-abuse-and-neglect-evidence-review

19. Families and Schools Together (FAST). Family Stress Theory [Rhyngrwyd]. 2020 [dyfynnwyd 2020 Awst 24]. Ar gael o: https://www.familiesandschools.org/why-it-works/based-on-research/family-stress-theory-2/

20. Llywodraeth Cymru. £3 miliwn ychwanegol i gefnogi dysgwyr 'a eithriwyd yn ddigidol' yng Nghymru. 2020 Ebr; Ar gael o: https://gov.wales/extra-3-million-pounds-support-digitally-excluded-learners-wales

21. University of College London. School closures do not have a significant effect on Covid-19 spread. 2020 Ebr 7; Ar gael o: https://www.jrf.org.uk/report/relationship-between-poverty-child-abuse-and-neglect-evidence-review

22. Ystadegau Cymru. Pupils eligible for free school meals by local authority, region and year [Rhyngrwyd]. 2020 [dyfynnwyd 2020 Awst 24]. Ar gael o: https://statswales.gov.wales/Catalogue/Education-and-Skills/Schools-and-Teachers/Schools-Census/Pupil-Level-Annual-School-Census/Provision-of-Meals-and-Milk/pupilseligibleforfreeschoolmeals-by-localauthorityregion-year

23. Ystadegau Cymru. Key Stage 4 key indicators by Free School Meal entitlement and gender (legacy data) [Rhyngrwyd]. 2019 [dyfynnwyd 2020 Medi 8]. Ar gael o: https://statswales.gov.wales/Catalogue/Education-and-Skills/Schools-and-Teachers/Examinations-and-Assessments/Key-Stage-4/ks4keyindicators-by-freeschoolmealentitlement-gender

24. Lloyds Bank. UK Consumer Digital Index 2018 [Rhyngrwyd]. 2018. Ar gael o: https://www.lloydsbank.com/assets/media/pdfs/banking_with_us/whats-happening/LB-Consumer-Digital-Index-2018-Report.pdf

25. Andrew A, Cattan S, Dias MC, Farquharson C, Kraftman L, Krutikova S, et al.

Learning during the lockdown: real-time data on children's experiences during home learning [Rhyngrwyd]. 2020. Ar gael o: https://www.ifs.org.uk/publications/14848

26. Green F. Schoolwork in lockdown: new evidence on the epidemic of educational poverty. [Rhyngrwyd]. 2020. Ar gael o: https://www.llakes.ac.uk/sites/default/files/LLAKES Working Paper 67_0.pdf

27. Bradley BJ, Greene AC. Do Health and Education Agencies in the United States Share Responsibility for Academic Achievement and Health? A Review of 25 Years of Evidence About the Relationship of Adolescents' Academic Achievement and Health Behaviors. J Adolesc Heal. 2013;52(5):523–32.

28. World Health Organization. Global status report on violence prevention. Geneva; 2014.

29. Snowdon LC, Barton ER, Newbury A, Parry B, Bellis MA, Hopkins JC. Addressing the "shadow pandemic" through a public health approach to violence prevention. J COMMUNITY Saf WELL-BEING. 2020;5(2):60–5.

30. Bellis MA, Kathryn A, Hughes K, Ford K, Bishop J, Paranjothy S. Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod a'u heffaith ar ymddygiadau sy'n niweidio iechyd ym mhoblogaeth oedolion Cymru. [Rhyngrwyd]. Caerdydd; 2015. Ar gael o: http://www2.nphs.wales.nhs.uk:8080/PRIDDocs.nsf/7c21215d6d0c613e80256f490030c05a/d488a3852491bc1d80257f370038919e/$FILE/ACE Report FINAL (E).pdf

31. Institute of Alcohol Studies. Alcohol consumption during the COVID-19 lockdown: summary of emerging evidence from the UK [Rhyngrwyd]. 2020. Ar gael o: http://www.ias.org.uk/uploads/pdf/IAS reports/sb28062020.pdf

32. Change A. Research: drinking in the UK during lockdown and beyond [Rhyngrwyd]. 2020 [dyfynnwyd 2020 Awst 24]. Ar gael o: https://alcoholchange.org.uk/blog/2020/drinking-in-the-uk-during-lockdown-and-beyond

33. Bryant L, MacKintosh AM, Bauld L. An Exploration of the Impact of Non-Dependent Parental Drinking on Children. Alcohol Alcohol. 2020;55(1):121–7.

34. Finlay L, Gilmore I. Covid-19 and alcohol—a dangerous cocktail. Br Med J. 2020;

35. Graham K, Bernards S, Laslett A-M, Gmel G, Kuntsche S, Wilsnack S, et al. Children, Parental Alcohol Consumption, and Intimate Partner Violence: A Multicountry Analysis by Perpetration Versus Victimization and Sex. J Interpers Violence2. 18AD;

36. Llywodraeth Cymru. Pris isafswm uned alcohol [Rhyngrwyd]. 2019 [dyfynnwyd 2020 Medi 10]. Ar gael o: Pris isafswm uned alcohol

37. Alcohol Concern, Alcohol Research UK. Findings from a survey of adults in Wales concerning alcohol and minimum unit pricing (MUP). 2018.

38. Llywodraeth Cymru. Pris isafswm alcohol: ymchwil i oblygiadau posibl [Rhyngrwyd]. 2019 [dyfynnwyd 2020 Medi 10]. Ar gael o: https://gov.wales/minimum-pricing-alcohol-research-potential-consequences

39. NSPCC. The impact of the coronavirus pandemic on child welfare: domestic abuse [Rhyngrwyd]. 2020. Ar gael o: https://learning.nspcc.org.uk/media/2241/impact-of-coronavirus-pandemic-on-child-welfare-domestic-abuse.pdf

40. Condry R, Miles C, Brunton-Douglas T, Oladapo A. Experiences of Child and Adolescent to Parent Violence in the Covid-19 Pandemic [Rhyngrwyd]. 2020. Ar gael o: https://www.law.ox.ac.uk/sites/files/oxlaw/final_report_capv_in_covid-19_aug20.pdf

41. NSPCC. Child sexual offences jump 57% in 5 years. 2020 Awst 10; Ar gael o: https://www.nspcc.org.uk/about-us/news-opinion/2020/child-sexual-offences-rise/

42. Darkness to Light. Child Sexual Abuse Statistics [Rhyngrwyd]. 2017. Ar gael o: https://www.d2l.org/wp-content/uploads/2017/01/all_statistics_20150619.pdf

43. Office for National Statistics. Child sexual abuse in England and Wales: year ending March 2019 [Rhyngrwyd]. 2019. Ar gael o: https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/crimeandjustice/articles/childsexualabuseinenglandandwales/yearendingmarch2019

44. NSPCC. Online child grooming offences pass 10,000. 2020 May 29;

45. UK Government. Online Harms White Paper [Rhyngrwyd]. 2019 [dyfynnwyd 2020 Medi 8]. Ar gael o: https://www.gov.uk/government/consultations/online-harms-white-paper

46. BBC News. Online Harms bill: Warning over “unacceptable” delay. 2020 Jun 29; Ar gael o: https://www.bbc.co.uk/news/technology-53222665

47. Harte A. Self-help for child sex thoughts up 100% since lockdown. BBC News [Rhyngrwyd]. 2020 Jun 2; Ar gael o: https://www.bbc.co.uk/news/uk-52883373

48. Tarian Regional Organised Crime Unit (ROCU). Child Sexual Abuse/Exploitation [Rhyngrwyd]. 2017 [dyfynnwyd 2020 Oct 1]. Ar gael o: https://www.tarianrocu.org.uk/the-teams/#jumper

49. Minds Y. Coronavirus: Impact on young people with mental health needs:

Survey 2 [Rhyngrwyd]. 2020. Ar gael o: https://youngminds.org.uk/media/3904/coronavirus-report-summer-2020-final.pdf

50. Power2. Life in Lockdown [Rhyngrwyd]. 2020. Ar gael o: https://www.power2.org/lockdown-survey

51. Children's Parliament. How are you doing? Survey report [Rhyngrwyd]. 2020. Ar gael o: https://www.childrensparliament.org.uk/wp-content/uploads/HOW-ARE-YOU-DOING-SURVEY-REPORT-August-2020.pdf

52. University of Oxford. Children show increase in mental health difficulties over COVID-19 lockdown. 2020 Jun 16; Ar gael o: https://www.ox.ac.uk/news/2020-06-16-children-show-increase-mental-health-difficulties-over-covid-19-lockdown

53. Office for National Statistics. Deaths registered in England and Wales (series DR): 2017 [Rhyngrwyd]. 2018. Ar gael o: https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/birthsdeathsandmarriages/deaths/bulletins/deathsregisteredinenglandandwalesseriesdr/2017#suicide-accounted-for-an-increased-proportion-of-deaths-at-ages-5-to-19-years-in-2017

54. Odd D, Sleap V, Appleby L, Gunnell D, Luyt K. Child Suicide Rates during the COVID-19 Pandemic in England: Real-time Surveillance [Rhyngrwyd]. 2020. Ar gael o: https://www.ncmd.info/wp-content/uploads/2020/07/REF253-2020-NCMD-Summary-Report-on-Child-Suicide-July-2020.pdf

55. National Youth Agency. Hidden in Plain Sight: Gangs and Exploitation, a youth work response to COVID-19 [Rhyngrwyd]. 2020. Ar gael o: https://nya.org.uk/wp-content/uploads/2020/06/NYA-Hidden-in-Plain-Sight-1.pdf

56. Nolan D. 'Spend time with me': Children and young people's experiences of COVID-19 and the justice system [Rhyngrwyd]. 2020. Ar gael o: https://cycj.org.uk/wp-content/uploads/2020/06/COVID-19-and-justice-report-final.pdf

57. Bellis MA, Hardcastle KA. Preventing violent extremism in the UK: Public health solutions [Rhyngrwyd]. 2019. Ar gael o: https://www.researchgate.net/publication/332869104_Preventing_violent_extremism_in_the_UK_Public_health_solutions_Preventing_violent_extremism_in_the_UK_Public_health_solutions_Acknowledgements

58. Llywodraeth Cymru. Gwasanaethau cymdeithasol plant yn ystod pandemig COVID-19 pandemig: canllawiau [Rhyngrwyd]. 2020 [dyfynnwyd 2020 Medi 10]. Ar gael o: https://gov.wales/childrens-social-services-during-covid-19-

pandemic-guidance-html

59. Children in Wales. COVID 19 RESULTS FROM OUR MEMBER SURVEY: SUMMARY REPORT [Rhyngrwyd]. 2020. Ar gael o: https://www.childreninwales.org.uk/news/news-archive/children-wales-members-survey-covid-19-results-summary-report/

60. Comisiynydd Plant Cymru. Coronafeirws a fi. 2020.

61. Hughes K, Ford K, Davies AR, Homolova L, Bellis MA. Sources of resilience and their moderating relationships with harms from adverse childhood experiences. Wrexham; 2018.

62. Allnock D, Miller P. No one noticed, no one heard [Rhyngrwyd]. 2013. Ar gael o: https://learning.nspcc.org.uk/research-resources/2013/no-one-noticed-no-one-heard

63. A Butchart, Brown D, Khanh-Huynh A, Corso P, Florquin N, Muggah R. Manual for estimating the economic costs of injuries due to interpersonal and self-directed violence [Rhyngrwyd]. 2008. Ar gael o: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43837/9789241596367_eng.pdf;jsessionid=C27BA0F101B302D0ACA613E6C4824220?sequence=1

64. Bellis MA, Hughes K, Ford K, et al. Life course health consequences and associated annual costs of adverse childhood experiences across Europe and North America: a systematic review and meta-analysis. Lancet Public Heal. 2019;4(10):517–28.

65. Gabriella Conti, Morris S, Melnychuk M, Pizzo. E. The economic costs of child maltreatment in the UK [Rhyngrwyd]. Ar gael o: https://learning.nspcc.org.uk/media/1094/economic-cost-child-maltreatment-united-kingdom-preliminary-study.pdf

66. Chowdry H, Fitzsimons P. The cost of late intervention: EIF analysis 2016 [Rhyngrwyd]. 2016. Ar gael o: https://www.eif.org.uk/report/the-cost-of-late-intervention-eif-analysis-2016

67. Nirvana K. Factsheet & Stats: Honour-Based Abuse Helpline [Rhyngrwyd]. 2020 [dyfynnwyd 2020 Medi 20]. Ar gael o: https://karmanirvana.org.uk/wp-content/uploads/2020/07/KN_FACTSHEET_20-V22.jpg

Uned **Atal** Trais
Violence **Prevention** Unit

Iechyd Cyhoeddus Cymru

Polisi ac Iechyd Rhyngwladol, Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant

Llawr 5, 2 Capital Quarter

Tyndall Stryd

Caerdydd

CF10 4BZ

ISBN: 978-1-78986-154-134