



# thewallich

atal digartrefedd • preventing homelessness

## Lleisiau Gwirioneddol, Trauma Gwirioneddol

Profiadau Niweidiol yn ystod  
Plentyndod (ACE), trauma a  
digartrefedd ymysg pobl ifanc  
yng Nghymru

Crynodeb wedi'i ysgrifennu gan Alex Osmond, Swyddog Ymchwil, yn seiliedig ar  
ymchwil a gomisiynwyd gan The Wallich ac a gynhaliwyd gan Nia Ffion Rees.

Hydref 2018

# Cyflwyniad

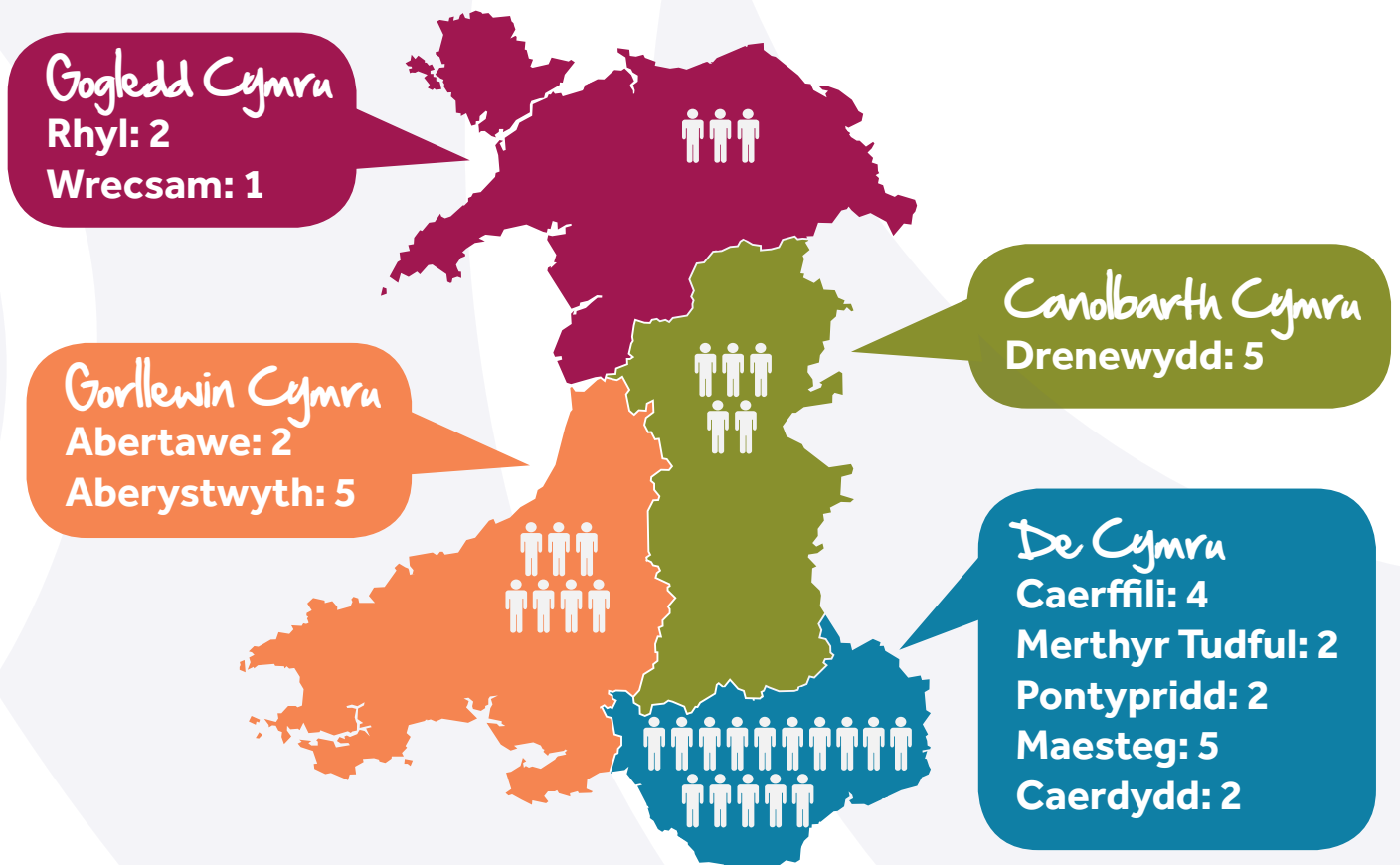
Yn sgil darn o ymchwil a gomisiynwyd gan The Wallich ac a gynhaliwyd gan Nia Rees, Ymgynghorydd Ymchwil i'r sefydliad, mae The Wallich wedi paratoi'r crynodeb canlynol. Mae Dinas a Sir Abertawe hefyd wedi rhoi cymorth ariannol tuag at y prosiect.

Gallwch ddarllen yr adroddiad llawn [yma](#); mae'n cynnwys adolygiad llenyddol sy'n ystyried deddfwriaeth ddigartrefedd ar draws y Deyrnas Unedig, yn ogystal â'r ymchwil ymarferol a amlinellir isod.

# Gr ymchwil

Cafodd 30 o bobl, rhwng 16 a 25 oed eu cyfweld gan drafod eu profiadau yn arwain at ac yn cynnwys bod yn ddigartref.

Roedd y cyfranogwyr wedi'u lleoli drwy Gymru, mewn nifer o wahanol leoliadau. Hefyd siaradwyd â chyfranwyr allweddol o nifer o elusennau, awdurdodau lleol, Llywodraeth Cymru a'r diwydiant tai, i gael eu barn am ddigartrefedd drwy Gymru.



# Y canfyddiadau



Roedd y grŵp o **30** wedi'i rannu'n gyfartal o ran rhywedd, gyda



**15 gwryw a 15 benyw**

Mae gan **13%** o bobl ifanc anableddau corfforol



**47%** mai gwrthdaro â'u rhieni neu aelodau eraill o'r teulu oedd

y prif ffactor a arweiniodd at fod yn ddigartref.

Roedd ysgariad a/neu rieni'n gwahanu yn thema oedd yn cael ei haildrodd yn y straeon hyn. Mewn rhai achosion, pwysleisiodd y bobl ifanc fod y dadleuon â'u rhieni wedi digwydd oherwydd perthynas yr oedd y bobl ifanc wedi'i ffurfio.



Awgrymodd **7%** mai defnyddio cyffuriau neu alcohol oedd y prif ffactor a arweiniodd at fod yn ddigartref, tra dywedodd

**80%** bod defnyddio cyffuriau neu alcohol wedi dod yn nodwedd o'u digartrefedd. Mae hyn yn

awgrymu bod pobl ifanc sydd wedi dioddef trawma ac yn dod yn ddigartref yn fwy tebygol o yfed neu gymryd cyffuriau.

Mae gan

**50%** o bobl ifanc a gafodd eu cyfweld broblemau iechyd meddwl

(yn cynnwys problemau wedi'i diagnosis fel gorbryder, pryder, anhwylder personoliaeth ffiniol, meddyliau hunanladdol, anhwylderau bwyta ac anhwylder straen wedi trawma (PTSD))

Siaradodd

**23%** am gael profiad o drais,

camdriniaeth neu gam-drin rhywiol o fewn y cartref



Siaradodd dau o'r rhain yn benodol am drais a thrais rhywiol gan eu llystad, tra pwysleisiodd un arall drais rhywiol a gyflawnwyd gan ffrind i'r teulu, a bod y person ifanc wedi'i drin ag amheuaeth.

Dywedodd **17%** mai marwolaeth aelod agos o'r teulu oedd y prif ffactor a arweiniodd at fod yn ddigartref



Mewn dau achos, roedd un rhiant wedi marw, a phwysleisiodd y bobl ifanc a gafodd eu cyfweld bod y rhiant oedd ar ôl yn ei chael yn anodd parhau i ofalu am y teulu. Soniodd bob un o'r pump a drafododd farwolaeth un yr oeddent yn ei garu, am yr her o fyw mewn aelwyd un rhiant, a pha mor ansefydlog yr oedd y cartref wedi datblygu.



Soniodd un person ifanc a gafodd ei chyfweld bod **pwysau crefyddol** yn y teulu wedi cyfrannu at fod yn ddigartref, gan gyfeirio ar yr anhawster yr oedd yn ei gael gyda'r 'rheolau niferus' oedd yn gysylltiedig â chrefydd.

# Beth ddywedodd y bobl ifanc

Hoffem dynnu sylw at ddyfyniadau uniongyrchol o rai o'r cyfweiliadau. \*

Dw i eisiau rhywle i'w alw'n gartref. Lle diogel a hapus, dyna'r cyfan.

Lacey, 22

Cefais i mo'r dechrau gorau mewn bywyd ac rwy'n dal i frwydro nawr. Unwaith y bydda i wedi setlo, gobeithio y galla i anghofio am y gorffennol

Kelly, 24

[Ar ôl i un rhiant farw] mi gollais i'r ffordd. Mi es i uned ddiogel a'r carchar

David, 24

[Ganwyd fy mabi ac roedd [fy nghariad] eisiau i mi symud i mewn. Cefais fy nghicio allan gan [fy mam] oherwydd ein bod ni'n ffraeo.

Danny, 17

Fi oedd dafad ddu y teulu...roeddwn i'n fethiant yn yr ysgol, doeddwn i ddim yn wych yn unrhyw beth. Roedd llawer o disgwyliadau.

Mjega, 22

Es i ar goll yn y system. [Cymerodd [y cyngor] flwyddyn i ddod yn ôl ata i pan oeddwn i ar y strydoedd.

Mark, 22

Mae'n anodd cyrraedd lle'r ydych chi eisiau bod mewn bywyd pan ydych chi'n byw mewn hostel, ond mae'n well gen i fod [mewn hostel] nag ar y strydoedd.

Aaron, 18

Dw i wedi symud o gwmpas llawer i rywun 17 oed, dw i wedi bod mewn gwahanol leoliadau a gyda llwyth o wahanol deuluoedd a hosteli. Ond dw i'n meddwl bod hwn yn iawn i mi, dw i'n hoffi yma, maen nhw eisiau helpu ac eisiau i chi wneud yn dda.

Nadia, 17

Dydw i ddim eisiau cael fy ngadael ar ôl ddim mwy. Dw i'n mynd ar bob cwrs hyfforddi posibl a dw i wedi aros yn y llety yma am y 18 mis diwethaf. Dydw i ddim yn teimlo bod digon yn cael ei wneud i helpu'r rhai sydd eisiau wirioneddol symud ymlaen, a byw'n annibynnol.

Liam, 18

**\*Newidiwyd yr enwau i ddiogelu'r unigolion.**

# Beth yw ystyr hyn

Mae'r canlyniadau sy'n cael eu tanlinellu yn y crynodeb hwn, yn ogystal â mwy o dystiolaeth yn yr adroddiad llawn yn awgrymu bod cyswllt clir rhwng Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACE), mewn amgylchedd teuluol ansefydlog, di-drefn, a digartrefedd – yn ogystal â phroblemau posibl eraill – flynyddoedd yn ddiweddarach.

Siaradodd pobl ifanc yn fanwl ac ystyriol am ddigwyddiadau trawmatig a sefyllfaoedd yn eu bywydau teuluol. Tanlinellwyd yr hyn yr oeddent yn ystyried yn gysylltiadau rhwng profiadau ACE yn ystod eu bywydau iau, a'u sefyllfaoedd presennol, naill ai a hwythau'n ddigartref neu wedi bod yn ddigartref.

# Beth nesaf?

Hoffem dynnu sylw at rai o argymhellion y polisiau a'r arferion a nodir yn yr adroddiad ac esbonio gwaith presennol The Wallich mewn cysylltiad â nhw.



Mae angen i staff, y mae pobl ifanc sy'n ddigartref yn debygol o ymgysylltu â nhw, gael eu hyfforddi i ddeall ACE, a sut gall trawma effeithio ar anghenion unigolion yn ddiweddarach yn eu bywydau. Yn The Wallich, rydym yn sicrhau bod ein staff yn weithwyr proffesiynol sydd wedi'u hyfforddi i lefel uchel gyda dealltwriaeth fanwl o ACE.

Mae angen i ni sicrhau bod pobl ifanc yn cael eu cynnwys mewn penderfyniadau am y gwasanaethau y byddant yn dod i gysylltiad â nhw. Mae angen i ddefnyddwyr gwasanaeth gael llais. Mae hyn yn rhywbeth mae The Wallich wastad wedi ymfalchïo ynddo – mae ein defnyddwyr gwasanaeth wastad yn cael y cyfle i roi adborth am yr hyn a wnawn, a bod yn rhan ohono.



Dylid gweithredu'r model Amgylchedd sy'n Seiliedig ar Anghenion Seicolegol (PIE) wrth gynllunio'r llyfdd y bydd ein pobl ifanc yn ymgysylltu â gwasanaethau. Mae hyn yn rhywbeth yr ydym yn ei wneud yn The Wallich, ar draws ein llety preswyl, ac rydym eisoes yn gweld budd uniongyrchol.

Dylid addysgu cyrsiau cynnal tenantiaeth/byw'n annibynnol mewn llety argyfwng a hosteli. Mae'r math hwn o gymorth yn rhan allweddol o'r ffordd yr ydym yn gweithio gyda'n cleientiaid; ein nod yn The Wallich yw cael effaith dymor hir ar y bobl yr ydym yn gweithio gyda nhw yn hytrach na chynnig atebion tymor byr.



Yn The Wallich rydym yn falch o ddweud ein bod yn arwain y ffordd o ran gwneud y pethau hyn ar draws ein prosiectau – nid yn unig y rhai i bobl ifanc – drwy Gymru. Byddwn yn parhau i wneud hynny, gan weithio ym mhob ffordd y gallwn i sicrhau bod cylch ACE a digartrefedd yn cael ei dorri.

[www.thewallich.com](http://www.thewallich.com)