PLANT YNG NGHYMRU
CHILDREN IN WALES

Arolygon Blynyddol Tlodi Plant a Theuluoedd 2024

Ymarferwyr a Gweithwyr Proffesiynol: Adroddiad Canfyddiadau

Karen McFarlane | Hydref 2024

Mewn partneriaeth â

CYSWLLT RHIENI CYMRU
PARENTS CONNECT WALES

END CHILD POVERTY NETWORK CYMRU
RHWYDWAITH DILEU TLODI PLANT CYMRU

Diolchiadau

Hoffem ddiolch i aelodau grŵp llywio ECPN a Chyswllt Rhieni Cymru am eu cydweithrediad a'u cefnogaeth.

Hoffai Plant yng Nghymru ddiolch o galon i'r holl rieni, gofalwyr, plant, pobl ifanc, ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol a fu'n cymryd rhan yn yr arolwg. Hebddyn nhw, fyddai ein harolygon a'r adroddiad hwn ddim yn bosib. Diolch yn fawr.

Er cof am Karen McFarlane, a ysgrifennodd yr adroddiadau o 2021-2024.

Y dyfyniadau a ddefnyddir yn yr adroddiad hwn yw'r rhai a ddarparwyd trwy garedigrwydd ymatebwyr yr arolwg.

Ariannir yr adroddiad hwn gan Lywodraeth Cymru. Barn yr awdur a fynegir yn yr adroddiad hwn, ac nid yw o reidrwydd yn cynrychioli barn yr ariannwr.

Barn yr ymatebwyr i'r cwestiynau yn yr arolwg a geir yn yr adroddiad hwn, ac nid yw o reidrwydd yn cynrychioli barn Plant yng Nghymru.

Yr adroddiad hwn yw prif gyhoeddiad canfyddiadau Arolygon Blynyddol Tlodi Plant a Theuluoedd Plant yng Nghymru 2024. Ar ben hynny, cyhoeddwyd y canfyddiadau ar ffurf adroddiadau llai ar wahân, sydd i gyd ar gael ar wefan Plant yng Nghymru:

Plant a Phobl Ifanc: Adroddiad canfyddiadau
Rhieni/Gofalwyr: Adroddiad canfyddiadau
Ymarferwyr a Gweithwyr Proffesiynol: Adroddiad canfyddiadau
Crynodebau ffeithluniau
Fersiwn Plant a Phobl Ifanc o'u canfyddiadau

Manylion cyswllt: info@childreninwales.org.uk

Gwybodaeth am Plant yng Nghymru

PLANT YNG NGHYMRU
CHILDREN IN WALES

Ein Gweledigaeth: Adeiladu Cymru lle mae holl hawliau pob plentyn a pherson ifanc yn cael eu gwireddu.

Ni yw'r corff cenedlaethol trosfwaol ar gyfer sefydliadau ac unigolion sy'n gweithio gyda phlant, pobl ifanc a'u teuluoedd yng Nghymru. Rydyn ni'n cydweithio'n agos â Llywodraeth Cymru ac eraill yng Nghymru i sicrhau bod hawliau plant yn cael lle blaenllaw mewn polisi ac wrth wneud penderfyniadau.

I wneud hynny rydyn ni'n canolbwyntio ar sicrhau bod llais gan blant a phobl ifanc yng Nghymru, rydyn ni'n brwydro dros wasanaethau cynaliadwy a theg, yn eiriol dros newidiadau polisi yng Nghymru, ac yn cysylltu ac yn cynrychioli'r gwaith mae ein haelodau yn ei wneud.

Mae ein haelodaeth yn cynnwys unigolion a sefydliadau o'r sectorau gwirfoddol, statudol a phroffesiynol. Rydyn ni hefyd yn gweithio'n uniongyrchol gyda phlant a phobl ifanc ar nifer o wahanol brosiectau, ac mae gennym ni aelodaeth benodol ar gyfer ein cynulleidfa ifanc.

I gael gwybod mwy am ein gwaith, neu i ddod yn aelod o Plant yng Nghymru, cysylltwch â ni ar membership@childreninwales.org.uk

Gwybodaeth am Cyswllt Rhieni Cymru

Prosiect yw Cyswllt Rhieni Cymru (PCW) sy'n cael ei arwain gan Plant yng Nghymru a'i ariannu gan Lywodraeth Cymru. Ei nod yw grymuso lleisiau rhieni/gofalwyr i hybu hawliau plant.

Mae Cyswllt Rhieni Cymru wedi sefydlu:-

- Fforwm gweithwyr proffesiynol gyda 110 o aelodau hyd yma
- Grŵp cynghori i rieni, gyda 6 chynrychiolydd sy'n rhieni
- 22 o gynrychiolwyr lleol, un ym mhob un o awdurdodau lleol Cymru
- Platfform ar-lein o'r enw 'Hyb Ar-lein Cyswllt Rhieni Cymru'

I gael rhagor o wybodaeth am brosiect Cyswllt Rhieni Cymru, ewch i'r hyb ar-lein neu cysylltwch â parentsconnect@childreninwales.org.uk

DS Wrth gyfeirio at 'rhieni' rydyn ni'n ei ddefnyddio'n derm cynhwysol sy'n cwmpasu rhieni (yn famau a thadau), gofalwyr, rhieni cu, rhieni maeth, rhieni mabwysiadol neu unrhyw un sydd â chyfrifoldeb rhiant.

Gwybodaeth am Rwydwaith Dileu Tlodi Plant Cymru

Mae Rhwydwaith Dileu Tlodi Plant (ECPN) Cymru yn glymblaid o sefydliadau sy'n canolbwyntio ar ddileu tlodi plant yng Nghymru, ac sy'n cael ei gydlynu a'i reoli o ddydd i ddydd gan Plant yng Nghymru.

Mae ei Grŵp Llywio yn cynnwys cynrychiolaeth ar draws y sectorau gwirfoddol a statudol, ac mae gan y rhwydwaith ehangach fwy na 1200 o aelodau cefnogol o groestoriad eang o asiantaethau.

Os hoffech chi ymuno â ffurf ehangach Rhwydwaith Dileu Tlodi Plant Cymru, ewch i'r wefan neu cysylltwch â info@childreninwales.org.uk

Hawliau Plant a Thlodi

Mae tlodi'n mynd yn groes i nifer o Erthyglau a gyflwynir yng Nghonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP).

Mae CCUHP yn gytundeb rhyngwladol sy'n cyflwyno hawliau plant a phobl ifanc hyd at 18 oed. Mae wedi'i seilio ar dair egwyddor: **cyfranogiad, amddiffyniad a darpariaeth.**

Yn 2011, crisialwyd **CCUHP** yng nghyfraith Cymru trwy Fesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011. Mae'r Mesur hwn yn gosod dyletswydd ar Weinidogion Cymru i roi sylw dyledus i CCUHP wrth ddatblygu neu adolygu deddfwriaeth a pholisi.

Mae tlodi'n amddifadu plant a phobl ifanc o lawer o'u hawliau:

- Eu hawliau i ddatblygu eu potensial llawn (Erthygl 6)
- Eu hawliau i gael yr iechyd gorau posibl a bwyd maethlon (Erthygl 24)
- Eu hawliau i elwa o nawdd cymdeithasol (Erthygl 26)
- Eu hawliau i gael safon byw digonol sy'n diwallu ac yn cefnogi eu hanghenion (Erthygl 27)
- Eu hawliau i gael addysg, a hynny ar sail cyfle cyfartal (Erthygl 28)
- Eu hawliau i chwarae a chael cyfleoedd hamdden (Erthygl 31)

Mae **Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant 2014** yn gosod dyletswydd sylw dyledus tebyg ar gyrff cyhoeddus penodol, gan gynnwys awdurdodau lleol a byrddau iechyd, o ran CCUHP wrth gyflawni eu swyddogaethau'n rhanbarthol ac yn lleol.

Ym mis Mawrth 2021, daeth y **Ddyletswydd Sosio-economaidd** i rym yng Nghymru. Mae'r ddyletswydd hon yn golygu bod rhaid i gyrff cyhoeddus penodol ystyried sut gall eu penderfyniadau strategol wella anghydraddoldeb canlyniadau i bobl sydd o dan anfantais sosio-economaidd.

Ym mis Ionawr 2024, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru eu Strategaeth Tlodi Plant a ddiweddarwyd, er mwyn helpu i atal a lliniaru tlodi plant.

Rhieni/Gofalwyr a Hawliau Plant

Mae CCUHP yn sôn yn fwy am 'rieni' a 'theuluoedd' na 'phlant' ac yn cydnabod bod hawliau plant yn cael eu diogelu o fewn teuluoedd yn gyntaf.

Mae'r erthyglau sy'n dilyn yn cydnabod rôl allweddol rhieni a theuluoedd wrth amddiffyn plant a gofalu amdanynt:-

- Eu hawl i gael ystyried eu lles pennaf ym mhob penderfyniad sy'n effeithio arnyn nhw (Erthygl 3)
- Eu hawl i rôl eu rhieni/gofalwyr gael ei chydnabod a'i pharchu, fel bod plant yn gallu cyrchu eu holl hawliau (Erthygl 5)
- Eu hawl i gael eu magu gan y ddau riant, os yw hynny'n bosib (Erthygl 18)

Gall tlodi amddifadu rhieni/gofalwyr o'r gallu i gyflawni hawliau eu plant a sicrhau eu bod yn cael eu diwallu.

YCewch ragor o wybodaeth am sut gall rhieni gefnogi hawliau plant yma:-
UNCRC_Understanding_Childrens_Rights.pdf (childreninwales.org.uk)

Cynnwys

Canfyddiadau'r arolwg ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol

Gwybodaeth am yr arolwg 8

Pwy ymatebodd 9

Canfyddiadau 11

Materion tlodi trosfwaol: cymharu 3 blynedd (2022-2024) 12

Materion tlodi trosfwaol: 2024 14

Gwario cyllideb 17

Dyled 20

Rhwystrau i gael mynediad i wasanaethau 22

Addysg a thlodi 25

Prydau ysgol am ddim 27

Iechyd meddyliol ac emosiynol 30

Tlodi a diogelu 33

Lliniaru effaith tlodi: Beth sydd ei angen ar ymarferwyr? 35

Gwybodaeth am yr arolwg

Roedd ein harolwg yn ceisio cael cipolwg ar brofiadau ac arsylwadau'r rhai sy'n gweithio'n uniongyrchol neu'n anuniongyrchol gyda phlant, pobl ifanc a'u teuluoedd. Cynhaliwyd yr arolwg am gyfnod o 5 wythnos (30 Ebrill – 7 Mehefin 2024) a chafodd ei gwblhau'n ddienw.

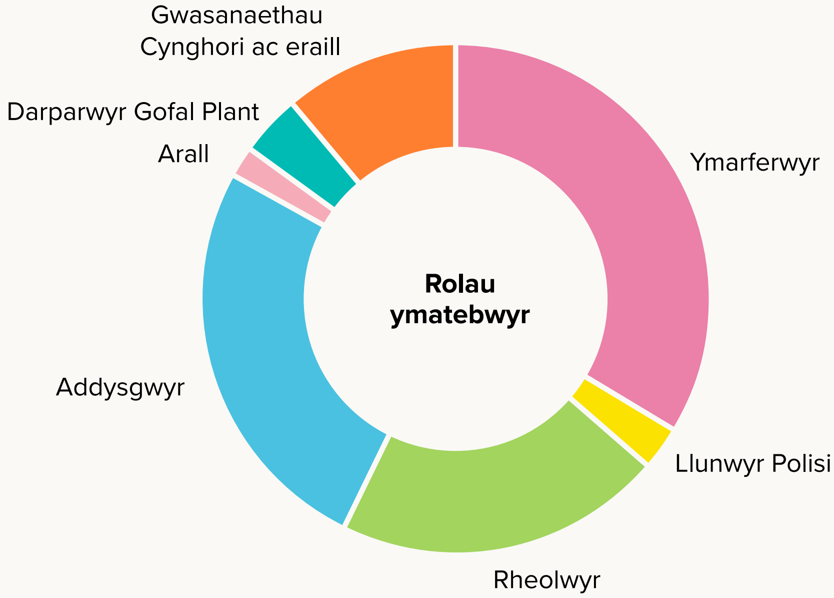
Gofynnwyd i'r ymatebwyr ymateb i gwestiynau cysylltiedig â thlodi ar draws nifer o feysydd, ac roedd yn cynnwys cyfuniad o gwestiynau agored ac amlddewis, fel bod modd iddyn nhw rannu eu barn a'u profiadau. Yr adroddiad hwn yw'r 8fed yn y gyfres, sy'n golygu bod modd i ni olrhain tueddiadau a datblygiadau yn flynyddol ar draws Cymru.

Pwy ymatebodd

Ymatebodd gweithwyr proffesiynol ac ymarferwyr o 21 o ardaloedd awdurdod lleol ledled Cymru. Cafwyd cyfanswm o 194 o ymatebion, ac roedd 82% o'r ymatebwyr yn gweithio'n uniongyrchol gyda phlant, pobl ifanc a theuluoedd.

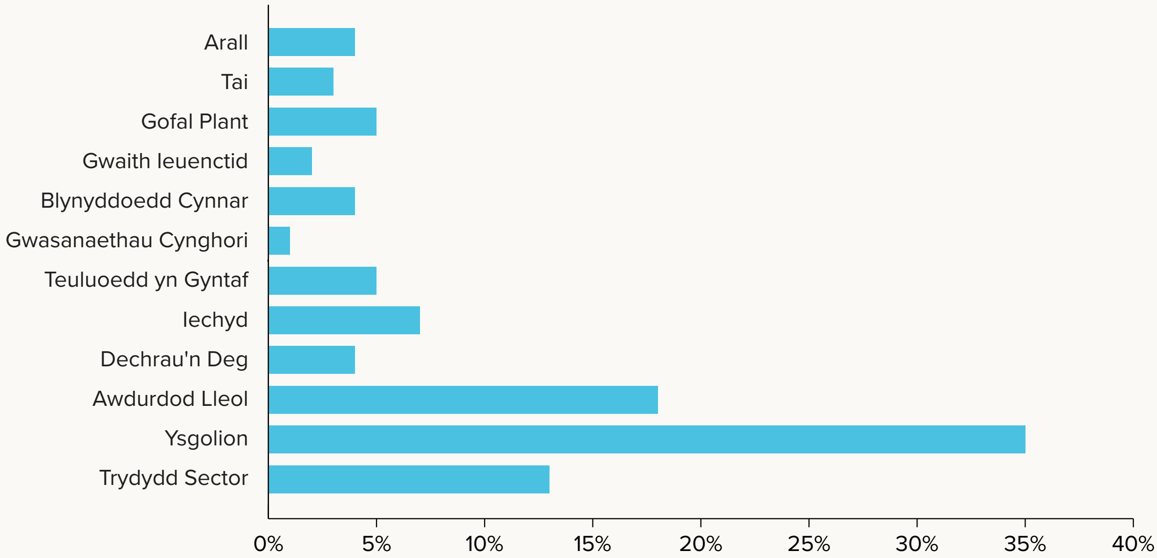
Cylch gorchwyl yr holl ymatebwyr oedd plant, pobl ifanc a/neu deuluoedd. Roedd y rhai sy'n ymwneud yn uniongyrchol â phlant a theuluoedd yn gweithio gydag **isafswm o 62,000 o deuluoedd** bob blwyddyn. Mae'r ffigur hwn yn amcangyfrif gofalus, a addaswyd, a buom yn ofalus i eithrio'r posibilrwydd o 'gyfrif dwbl' ar draws sefydliadau ac ardaloedd awdurdod lleol. Yr isafswm gwreiddiol, heb ei addasu, yw 98,000 o deuluoedd.

Roedd yr 18% o ymatebwyr oedd yn weddill yn gweithio'n uniongyrchol gyda phlant a theuluoedd mewn meysydd fel datblygu polisi, rolau rheoli a'r byd academaidd.



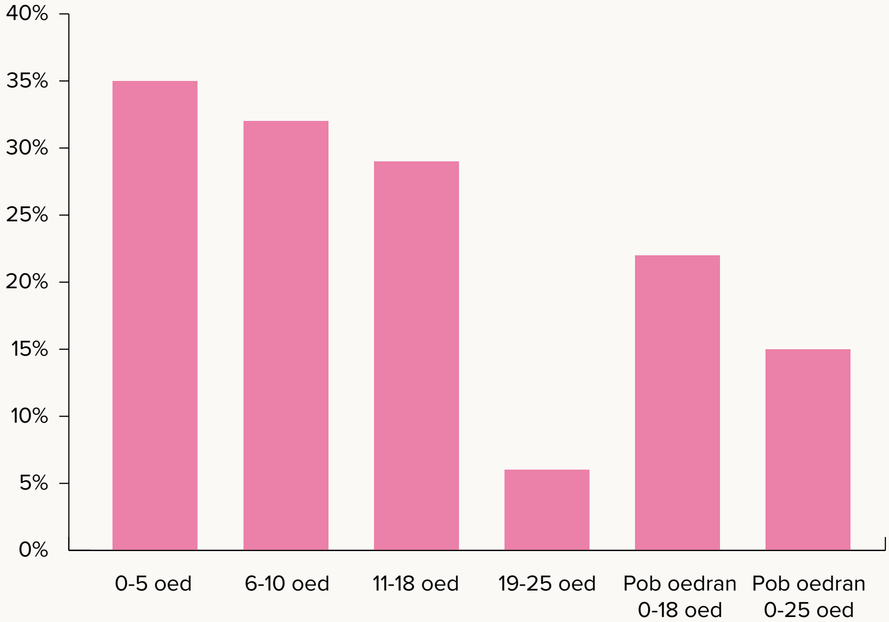
Ymatebodd ystod eang o sectorau a gwasanaethau ar draws Cymru i'r arolwg.

Y Sectorau a Ymatebodd



Gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi'r grwpiau oed maen nhw'n gweithio gyda nhw'n bennaf, neu sy'n rhan o'u cylch gorchwyl. Sylwch fod gan rai ymatebwyr gylch gorchwyl oedd yn cwmpasu mwy nag un grŵp oed.

Ystod oed cylch gorchwyl yr ymatebwyr



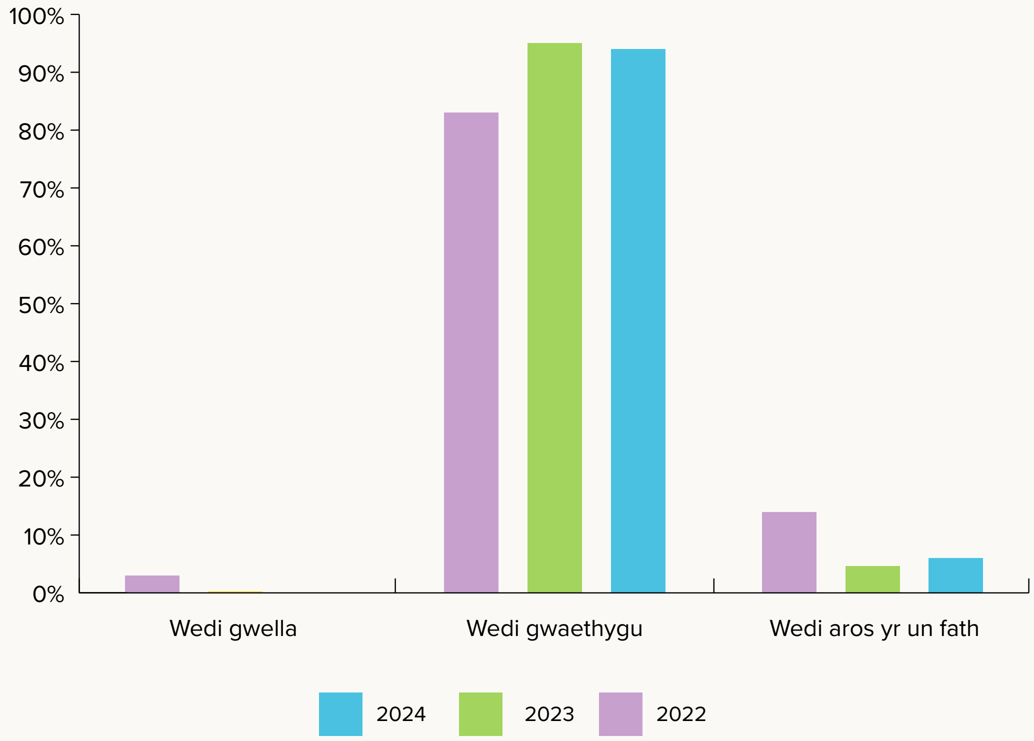
Canfyddiadau

Materion tlodi trosfwaol: cymharu 3 blynedd (2022-2024)

"Rydyn ni'n gweithio gyda niferoedd cynyddol o blant a phobl ifanc sy'n ddigartref, mewn sefyllfa fregus o ran tai, sy'n defnyddio banciau bwyd,.... sydd wedi datgysylltu o addysg brif ffrwd ac sy'n ymgymryd â chyfrifoldebau gofalu am oedolion nad ydynt yn gallu gweithio bellach oherwydd anawsterau iechyd meddwl".

Mae'r cwestiynau a ofynnir yn ein harolygon bob blwyddyn yn cynnwys cwestiynau craidd (sy'n cael eu hailadrodd bob blwyddyn) a rhai newydd sy'n helpu i wella dealltwriaeth o faterion penodol neu dueddiadau sy'n dod i'r amlwg. O'u cyfuno, mae'r rhain yn rhoi trosolwg o'r sefyllfa o ran tlodi yng Nghymru, fel y gwelwyd ac y profwyd gan ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol.

Ydy'r sefyllfa wedi newid yn ystod y flwyddyn ddiwethaf?



Mae'r cyntaf o'n cwestiynau craidd yn ystyried y sefyllfa gyffredinol o gymharu â'r flwyddyn flaenorol. Pan ofynnwyd iddyn nhw wneud sylwadau am eu hateb, roedd y rhan fwyaf yn canolbwyntio ar **iechyd meddwl gwael** cynyddol ymhlith plant ac oedolion; **costau cynyddol** bywyd beunyddiol; **diffyg bwyd a maethiad gwael**; a **cholli cefnogaeth oherwydd toriadau** i wasanaethau.

"Mae mwy o blant yn dod i'r ysgol gyda phroblemau iechyd difrifol oherwydd diffyg arian sydd ar gael i'r teulu eu bwydo'n iawn. Maen nhw dod i mewn heb fwyta ers amser cinio y diwrnod blaenorol, mewn dillad brwnt sydd heb gael eu golchi oherwydd costau golchi dillad a gwresogi dŵr."

Roedd y rhai oedd yn adrodd bod y sefyllfa wedi parhau yr un fath â'r llynedd, yn dal i ddisgrifio darlun creulon, eto gan ganolbwyntio'n bennaf ar y materion yr adroddwyd amdanynt uchod.

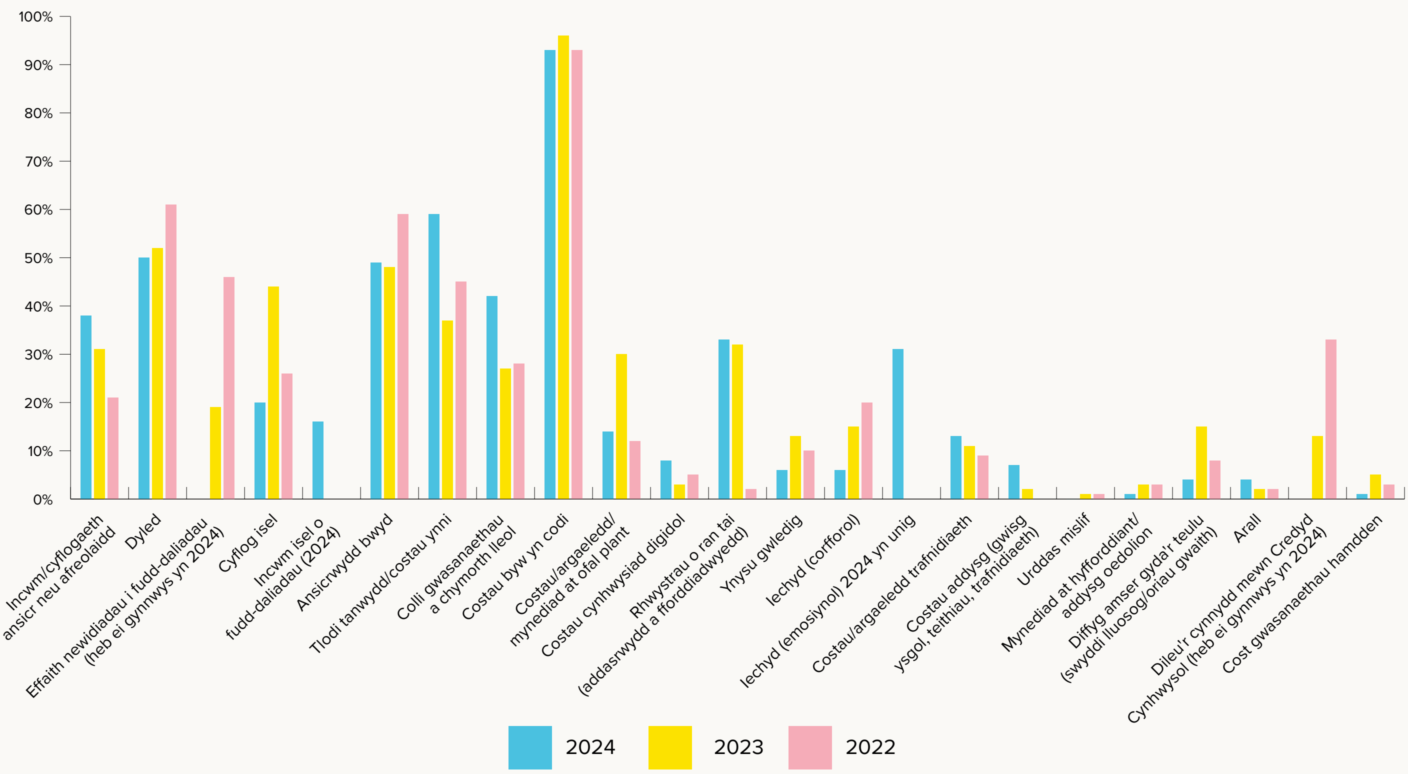
"Mae'r rhan fwyaf o deuluoedd y deuwn ar eu traws yn dal i drafod eu brwydrau ariannol, a'r pryder yw bod y sefyllfa'n gwaethygu, yn hytrach na gwella. Mae'r rhan fwyaf yn dal heb unrhyw syniad sut byddan nhw'n ymdopi yn y dyfodol os bydd y llwybr yma'n parhau."

Yn yr 2il o'n cwestiynau craidd, cyflwynwyd ystod eang o faterion cysylltiedig â thlodi i'r ymatebwyr (gweler y siart isod). O'r rhain, gofynnwyd iddyn nhw nodi'r 5 mater oedd yn achosi'r pryder mwyaf a'u rhoi yn nhrefn yr effaith fwyaf ar y plant, y bobl ifanc a'r teuluoedd maen nhw'n gweithio gyda nhw, neu sy'n rhan o'u cylch gorchwyl. Ni ofynnwyd i'r ymatebwyr roi'r materion eraill mewn trefn.

"Mae teuluoedd wedi'u dal mewn cylch negyddol o ddyled, tai gwael a straen cysylltiedig ag anghenion byw sylfaenol iawn; ac mae hynny i gyd yn cyfrannu at ddiffyg rheolaeth lwyr ar eu deilliannau bywyd eu hunain. Rydyn ni'n gwybod bod straen a thlodi yn cael effaith sylweddol ar blant, eu llesiant a'u profiadau cynnar mewn plentyndod, ac eto rydyn ni'n dod yn gwbl gyfarwydd â gweld hynny'n feunyddiol."

I adeiladu ar ganfyddiadau ein harolygon yn 2023, cyflwynwyd materion newydd eleni. Er gwaethaf y newidiadau hyn, mae'r tueddiadau'n dal yn gymharol debyg yn ystod y cyfnod diwethaf o 3 blynedd. Fodd bynnag, adroddwyd am gynnydd sylweddol yn y 'costau tanwydd/ynni' a 'cholli cefnogaeth/gwasanaethau'. Mae'r cynnydd hwn yn cyfateb i'r sylwadau a gafwyd gan ymatebwyr.

Y 5 mater ar y brig o ran tlodi - cymharu 3 blynedd

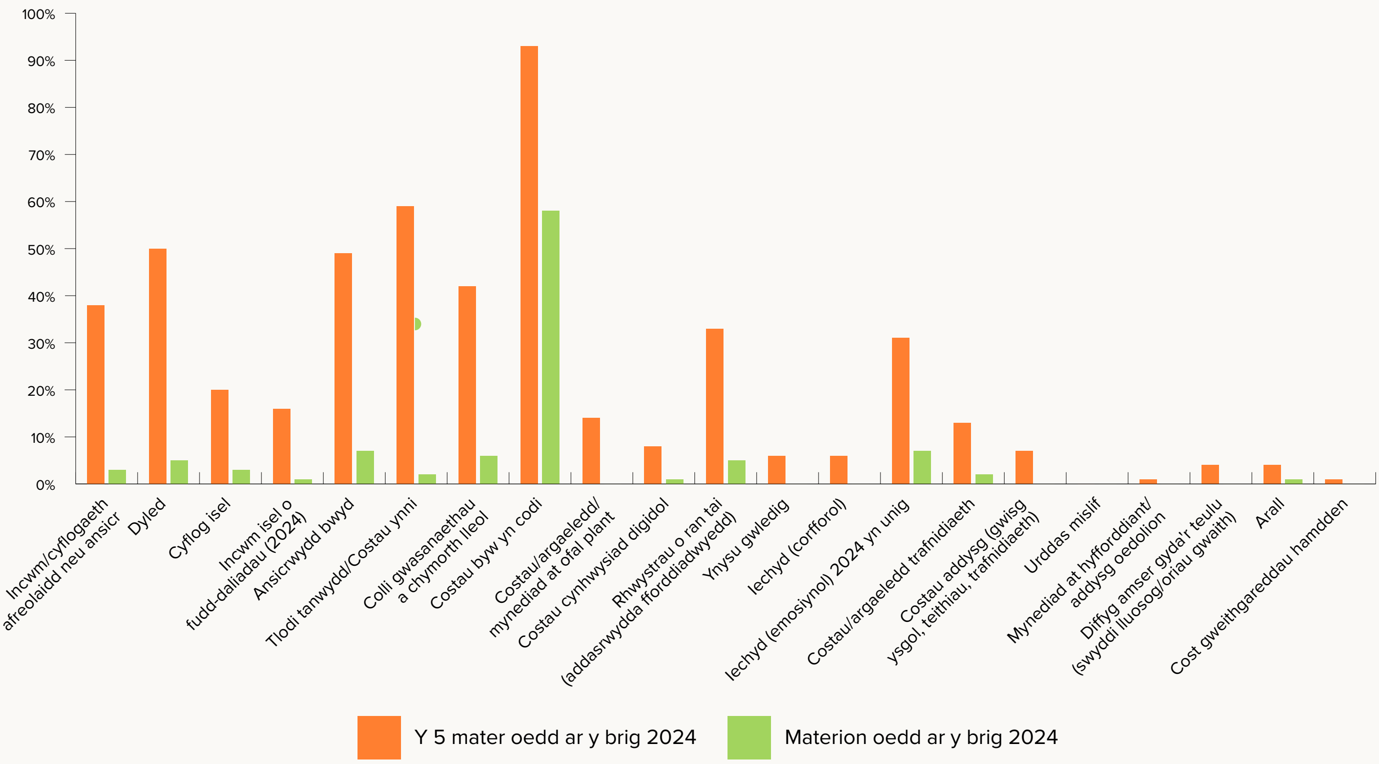


Materion tlodi trosfwaol: 2024

“Y broblem rydyn ni’n ei hwynebu fel ymarferwyr yw bod angen cefnogaeth sylweddol i’r teuluoedd hyn, ond bod hynny hefyd yn aml am gyfnod amhenodol. Mae’n cael effaith aruthrol ar lesiant emosiynol a iechyd cyffredinol y teulu cyfan”.

Mae’r adran sy’n dilyn yn darparu mwy o fanylion am y materion trosfwaol cysylltiedig â thlodi a nodwyd yng nghanfyddiadau eleni. O’r rhestr a roddwyd, dewisodd yr ymatebwyr 5 mater, gan eu rhoi yn nhrefn yr effaith fwyaf ar fabanod, plant a phobl ifanc a’u teuluoedd.

Y 5 mater cysylltiedig â thlodi oedd ar y brig



Nodwyd **costau byw cynyddol** fel mater ymhlith y 5 ar y brig gan 93% o’r ymatebwyr, ac fe’i dewiswyd fel prif fater gan 58% (y llynedd, roedd y canrannau hyn yn 96% a 59% yn eu tro).

“Rydyn ni’n gweld yn uniongyrchol effeithiau’r cynnydd mewn costau byw ar blant a theuluoedd. Rydyn ni’n sylwi bod llawer o bobl ifanc yn cael eu gollwng yn llwglyd, ac rydyn ni’n gweld cynnydd o fwy na 100% yn y galw am ein darpariaeth prydau poeth iach… Rydym hefyd wedi tynnu 25c oddi ar bris y pryd, oherwydd nad oedd gan lawer o’r bobl ifanc y 25c.”

Roedd yr ymatebwyr yn cydnabod bod rhieni a gofalwyr yn gwneud eu gorau o dan yr amgylchiadau maen nhw'n eu hwynebu. Mae llawer yn **mynd heb fwyd** er mwyn darparu ar gyfer eu plant; yn wynebu **pwysau ariannol di-derfyn; dyled sylweddol;** ac ansicrwydd i'w teulu. Ni ellir tanbrisio'r straen mae hynny'n ei roi ar iechyd meddwl rhieni.

"Mae plant yn rheolaidd yn dod i'r sesiwn yn llwglyd neu dyw'r rhieni ddim yn bwyta. Mae'r ysgol yn rhoi tafell o dost i rai rhieni wrth iddyn nhw ollwng eu plant."

Mae hyn i gyd yn ei dro yn cael effaith uniongyrchol ar fabanod, plant a phobl ifanc. Er enghraifft, gwnaeth ymatebwyr sylwadau droeon fod plant yn llwglyd; yn methu dod i apwyntiadau clinig a'r ysgol oherwydd costau trafnidiaeth; yn cael eu bwlio oherwydd diffyg gwisg ysgol; ac yn cael eu hynysu fwyfwy oddi wrth grwpiau cyfoedion, cyfleoedd i ryngweithio'n gymdeithasol a gwasanaethau. Testun pryder arbennig i ymarferwyr yw nifer y plant a'r bobl ifanc sy'n **profi dirywiad yn eu hiechyd meddwl** ac sydd mewn perygl.

"Does dim modd gwahanu iechyd y corff a'r meddwl. Mae niwed corfforol diamau byw ar aelwyd lle nad oes digon o arian ar gyfer gwres, bwyd a dillad yn cael effaith niweidiol aruthrol ar iechyd meddwl. Mae stigma a chywilydd bod yn rhywun yn barhaus sy'n methu fforddio [teithiau a dillad] ac sy'n cael eich pryfocio am fod yn dlawd, i gyd yn llwytho mwy o straen ar blant… ar ben hynny, mae rhieni sydd dan straen oherwydd problemau iechyd meddwl anochel o dan amgylchiadau o'r fath [yn methu] cefnogi'r plant, ac felly mae'r dirywiad yn parhau. Braslun yw hyn ….mae'r darlun gwirioneddol ar gyfer plant unigol gymaint yn fwy dwys nag y mae hyn yn disgrifio."

Roedd y materion cyffredin eraill y cyfeiriwyd atynt yn canolbwyntio ar **ddiffyg tai cymdeithasol addas, fforddiadwy** a cholli neu dorri'n ôl ar wasanaethau. Nododd ymatebwyr fod llety dros dro yn cael ei ddefnyddio'n llawer rhy aml ar gyfer cyfnodau hir, gyda rhai'n nodi blynyddoedd. Mae teuluoedd yn methu fforddio rhenti, a chyfeiriwyd at amodau tai fel rhai gwael, anniogel ac afiach, yn arbennig yn y sector rhentu preifat. Roedd hyn hefyd yn wir am bobl ifanc oedd yn gadael gofal.

“Mae’r rhent am eiddo preifat yn afresymol o ddrud, mwy na £1000 y mis am rywbeth o safon mor wael, sy’n aml yn oer iawn ac yn llaith, gyda gwresogi annigonol fel gwresogyddion trydan… Mae’r sefyllfa gyfan yn gwthio teuluoedd i ddyled.”

Eleni, gwelwyd cynnydd sylweddol yn y sylwadau ynghylch darpariaeth gwasanaethau, toriadau cyllideb, hygyrchedd gwasanaethau ac amserau aros. Roedd ymarferwyr yn eu gwasanaethau eu hunain yn rhwystredig oherwydd y **toriadau i’r gyllideb** roedden nhw’n eu profi, ac effaith hynny ar y gefnogaeth roedden nhw’n gallu ei darparu. Nodwyd bod y **galw am wasanaethau** yn cynyddu’n gyflym, tra bod y **cyllid yn parhau heb newid**, neu mewn llawer o achosion yn lleihau. Roedd hyn yn berthnasol i groestoriad eang o wasanaethau a darpariaeth cefnogaeth, ac roedd yn cael effaith uniongyrchol ar bob grŵp oed o blant a’u rhieni. Ymhlith y meysydd mwyaf cyffredin a nodwyd fel rhai lle roedd angen cefnogaeth roedd; CAMHS (Gwasanaethau Iechyd Meddwl i Blant a’r Glasoed); Gwasanaethau ymyrraeth gynnar; Gwasanaethau Cynghori; Gwasanaethau Cymunedol; a staff cymorth mewn Ysgolion, yn arbennig i’r rhai ag anghenion dysgu ychwanegol.

“Mae pob un gwasanaeth a chefnogaeth sydd ar gael i deuluoedd o dan bwysau ac yn cynnig gwasanaethau cyfyngedig. O ganlyniad, pan fydd teuluoedd yn cael trafferth ymdopi, does unman iddyn nhw droi, neu mae rhaid iddyn nhw aros yn hir am gymorth, neu mae’r cymorth a gânt yn fach iawn. Mae hynny’n aml yn gallu golygu bod sefyllfaoedd yn gwaethygu. Gallai problemau gael eu datrys yn gyflym petai teuluoedd yn cael y gefnogaeth angenrheidiol pan fo angen amdani.”

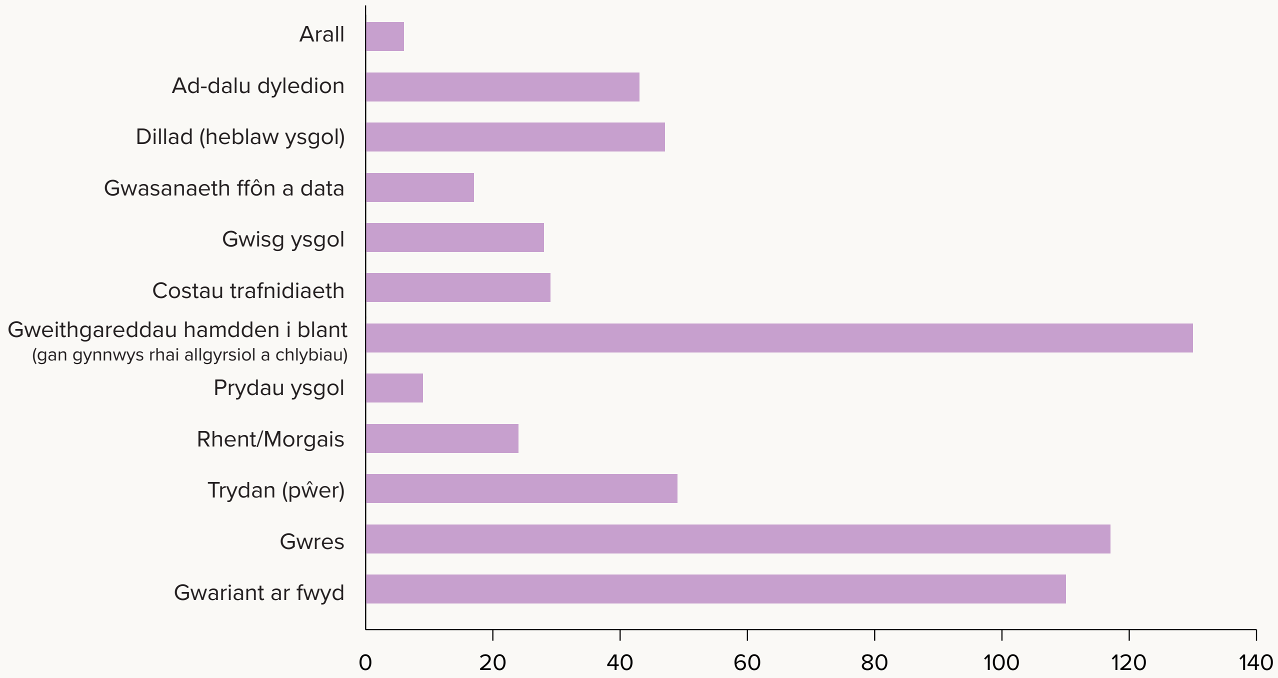
Cyfeiriodd ymarferwyr hefyd at yr angen am **fwy o gefnogaeth wyneb yn wyneb**, yn hytrach na chefnogaeth o bell neu ‘hunan-gymorth’. Gan fod llawer yn cael trafferth o ran fforddiadwyedd a hygyrchedd trafnidiaeth, nodwyd bod angen dychwelyd at gyflwyno darpariaeth mewn cymunedau, er enghraifft; clinigau babanod.

Gwario cyllideb

”Mae lleihau hamdden i blant yn cael effaith. Mae’n effeithio ar eu datblygiad cymdeithasol oherwydd nad ydyn nhw’n cael cymaint o gyfle i gymysgu gyda’u cyfoedion. Mae’n effeithio ar ddatblygiad corfforol gan fod elfen gorfforol i lawer o weithgareddau hamdden, ac mae plant yn colli’r cyfle hwnnw. Mae gostyngiad amlwg yn iechyd a ffitrwydd plant, yn ogystal â’u hunanhyder.”

Yn anochel, mae costau byw cynyddol ac incwm isel yn golygu bod teuluoedd yn gorfod gwneud penderfyniadau anodd iawn ynghylch ble mae eu cyllidebau cyfyngedig yn cael eu gwario. I ddeall hyn ymhellach, gofynnwyd i’r ymatebwyr ym mha 3 maes roedd teuluoedd yn lleihau eu gwariant ar hyn o bryd.

Meysydd mwyaf cyffredin ar gyfer lleihau gwariant/cyllideb



Gan adleisio canfyddiadau ein harolwg yn 2023, roedd effaith fwyaf y gostyngiad mewn gwariant i’w deimlo mewn clybiau ar ôl ysgol a gweithgareddau hamdden i blant, lle roedd rhieni’n methu fforddio’r costau cysylltiedig. Mynegodd gweithwyr proffesiynol eu pryderon ynghylch lleihau’r gweithgareddau hyn i blant a phobl ifanc a’r effaith ar eu hiechyd a’u llesiant cymdeithasol, emosiynol a chorfforol. Cyfeiriwyd at **ynysu cymdeithasol** fel problem roedd plant a phobl ifanc yn ei hwynebu oherwydd eu bod yn methu mynd i glybiau neu weithgareddau lle bydden nhw’n cael cyfleoedd i gymdeithasu gyda’u cyfoedion. Yn eu harolwg hwythau, mynegodd plant a phobl ifanc bryderon tebyg.

“Mae mor heriol i deuluoedd geisio blaenoriaethu ar beth maen nhw’n gwario eu harian. Wrth siarad â rhieni, mae llawer yn dewis peidio â rhoi’r gwres ymlaen oherwydd y costau uchel, mae rhai hefyd wedi dweud eu bod yn mynd heb fwyd i sicrhau bod eu plant yn bwyta. Mae rhieni wedi adrodd eu bod yn methu fforddio gweithgareddau gyda’r plant, teithiau ysgol etc.”

Mynegodd gweithwyr proffesiynol bryderon bod **lleihau gwariant** yn cael effaith ar blant a phobl ifanc oherwydd bod eu hanghenion sylfaenol ddim yn cael eu diwallu. Maen nhw’n gweld plant sy’n dweud eu bod yn llwglyd, a rhieni sy’n dweud eu bod yn mynd heb fwyd i sicrhau bod eu plant yn cael eu bwydo. Mae rhieni hefyd yn wynebu dewisiadau anodd rhwng gwresogi eu cartref a bwydo’u teulu. O ganlyniad, mae **cyflwr y tu mewn i gartrefi wedi dirywio**, gyda mwy a mwy o lwydni a lleithder yn bresennol.

Mae rhywfaint o liniaru wedi digwydd wrth i brydau ysgol am ddim gael eu cyflwyno mewn ysgolion cynradd, a nododd ymarferwyr fod rhieni’n mynegi rhyddhad bod eu plant yn cael pryd poeth yn yr ysgol.

“Rydyn ni wedi cael rhieni’n dweud wrthyn ni eu bod yn methu rhoi bath i’w plant oherwydd eu bod yn methu fforddio’r nwy/trydan. Ers cyflwyno’r pryd ysgol am ddim i bob plentyn oed cynradd, does dim cynifer o rieni wedi bod yn dweud wrthyn ni eu bod yn pryderu am fwyd.”

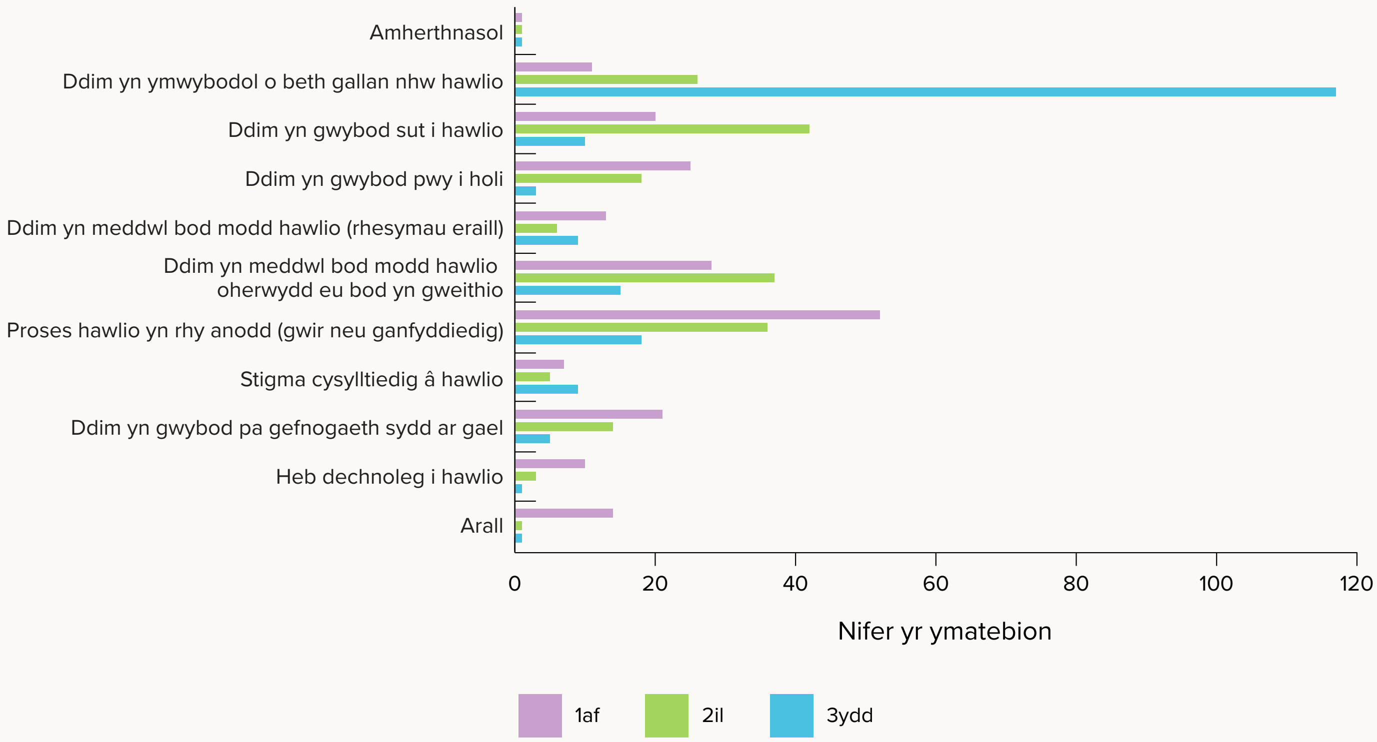
Nodwyd ad-dalu dyledion fel un maes lle mae rhieni’n lleihau eu gwariant. Gwnaed llawer o sylwadau am lwybr llithrig cynyddu dyledion ac ôl-ddyledion, ac effaith hynny. Mynegwyd pryderon ynghylch iechyd corff a meddwl gan ymatebwyr, a nododd effaith straen, pryder, a dewisiadau bwyd afiach ar deuluoedd. Roedd nifer cynyddol o deuluoedd hefyd yn estyn allan am gymorth gyda chost y diwrnod ysgol, gyda mwy o rieni’n cyrchu help gyda gwisg ysgol a theithiau ysgol, lle mae cymorth ar gael, gan gynnwys yr hyn sy’n cael ei ddarparu gan y llywodraeth a chyrff cyhoeddus. Dywedwyd bod ceisiadau am dalebau ac atgyfeiriadau i’r banc bwyd hefyd ar gynnydd.

“Mae plant yn gwisgo dillad ac esgidiau sy’n rhy fach ac wedi treulio. Mae rhieni a phlant yn aml yn methu paratoi ar gyfer y tywydd. Rydyn ni’n rhoi llawer o gymorth gyda’r wisg ysgol, yn arbennig dillad gaeaf ac esgidiau. Dyw llawer o’n teuluoedd ddim yn gwneud gweithgareddau hamdden, anaml y byddan nhw’n gadael y stâd lle maen nhw’n byw.”

Mae **effaith ‘jyglo’ cyllidebau a lleihau gwariant** mewn meysydd hanfodol i’w gweld yn glir yn sylwadau’r ymarferwyr ar hyd yr arolwg, ac roedden nhw’n mynegi pryder dwfn ynghylch y canlyniadau, yn awr ac i’r dyfodol.

Yng Nghymru, mae llawer o deuluoedd heb hawlio'r holl fudd-daliadau a chymorth sydd ar gael iddyn nhw. Mae hynny'n cynnwys budd-daliadau'r Deyrnas Unedig a'r rhai sy'n benodol i Gymru. Roedd yr arolwg yn ceisio deall ychydig mwy am y **rhwystrau i hawlio**. Ar sail eu profiad a'u dealltwriaeth o'r teuluoedd maen nhw'n gweithio gyda nhw, gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi'r 3 rheswm mwyaf cyffredin am hyn.

Rhesymau mwyaf cyffredin am beidio â hawlio budd-daliadau



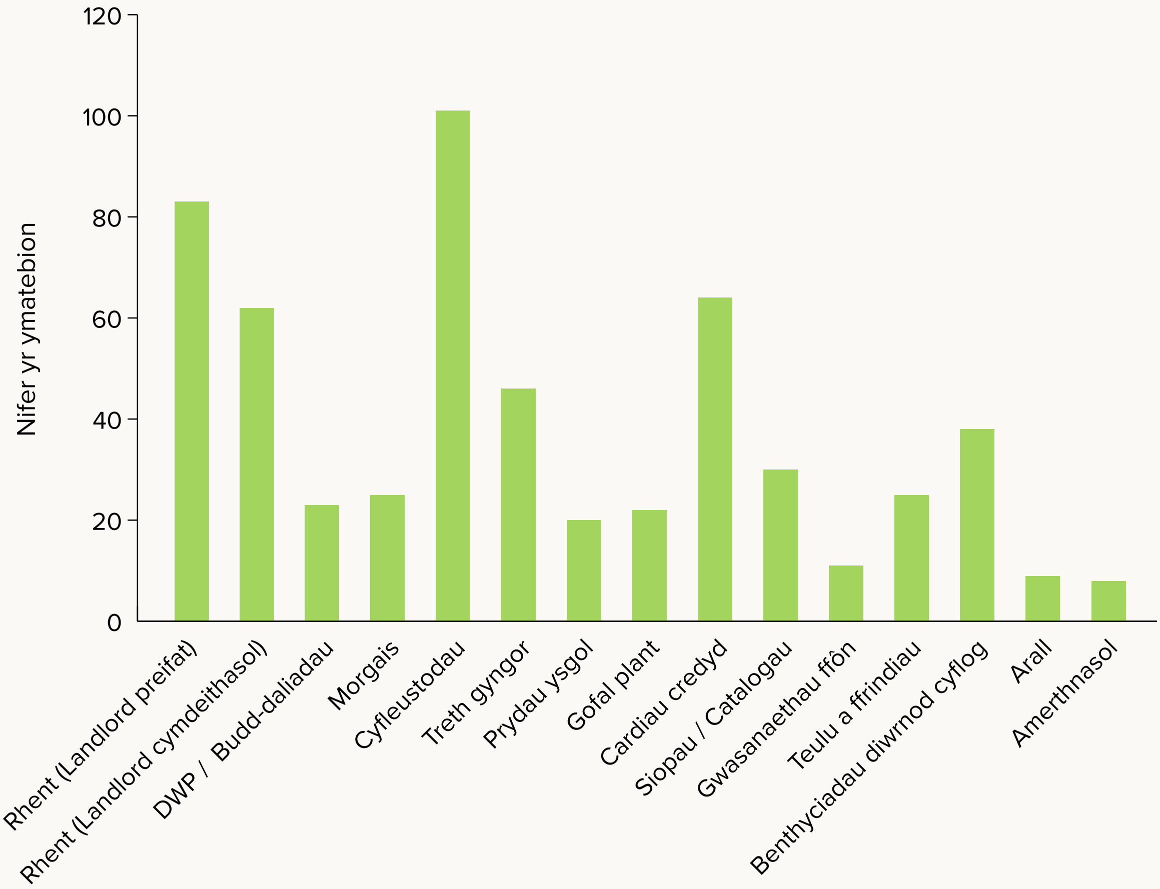
Roedd gostyngiad yn y gwasanaethau cymorth ac o ganlyniad mewn capasiti a lleihau mynediad, ynghyd â ffurflenni cymhleth, *'ofn y gwasanaethau statudol'* a phrofiad blaenorol o fod yn anghymwys i dderbyn cymorth yn ffactorau cyffredin a nodwyd gan ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol.

Dyled

“Gwrthodir bwyd i rai plant yn yr ysgol oherwydd dyledion gyda’r awdurdodau lleol.”

Nododd ymatebwyr eto fod dyled, ei effaith a’r canlyniadau a ddaw yn ei sgîl, yn dal yn destun pryder arbennig. O ystyried incwm isel a chostau byw a thai uchel, nododd ymarferwyr fod rhai teuluoedd yn syml yn methu diwallu eu hanghenion hanfodol sylfaenol heb fynd i ddyled yn feunyddiol.

Ôl-ddyledion mwyaf cyffredin



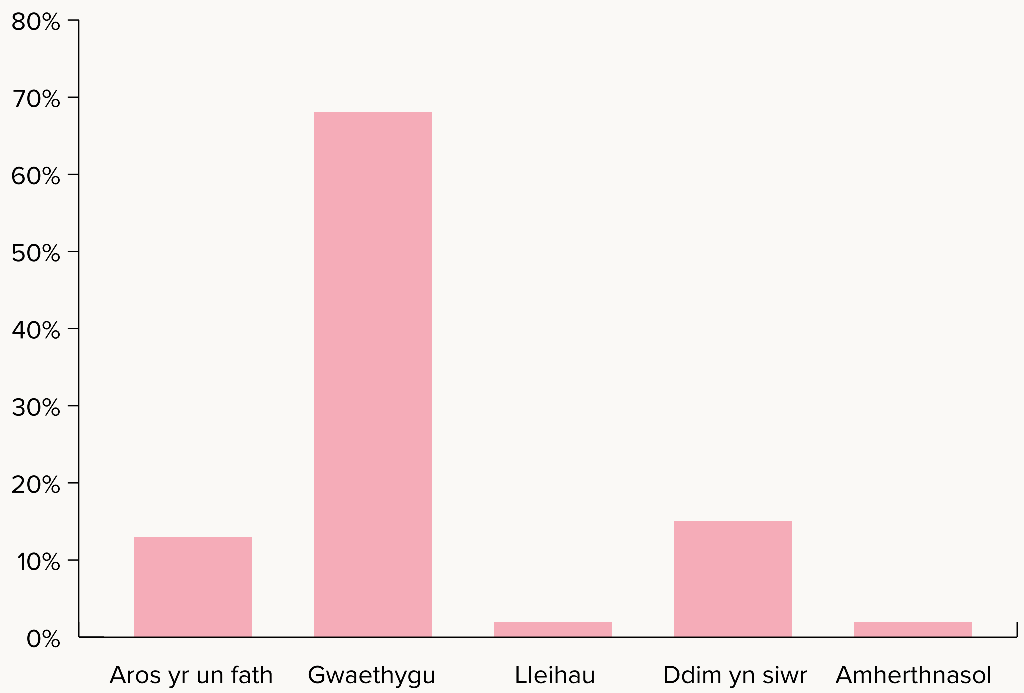
Gwelwyd mai dyled oedd un o’r **ffactorau mwyaf arwyddocaol yng nghyswllt straen cynyddol**, pryder a gorbryder, a’r dirywiad yn iechyd meddwl rhieni. Nododd ymatebwyr ostyngiad yn ymgysylltiad teuluol rhieni oherwydd straen cysylltiedig â dyled a’r ffaith bod y teulu cyfan yn fwyfwy ynysig. Cyfeiriwyd hefyd at yr **effaith emosiynol** roedd hyn yn parhau i’w chael ar blant a phobl ifanc. Dywedodd llawer fod plant yn eithriadol ymwybodol o’r sefyllfa ariannol, a’u bod yn pryderu am eu rhieni.

“Mae cynnydd yn y teuluoedd rydyn ni’n eu cefnogi mewn argyfwng sydd hefyd mewn dyledion ac yn methu diwallu anghenion sylfaenol plant.”

Yn aml doedd plant a phobl ifanc ddim yn gofyn am fwyd oherwydd bod hynny'n achosi pryder pellach yn y cartref, ac yn rhoi mwy o straen ar berthnasoedd. Cafwyd sylwadau hefyd ynghylch plant yn cael ofn wrth i gasglwyr dyledion ddod i'r tŷ neu'n pryderu am fod yn ddigartref. Dywedwyd hefyd fod rhai pobl ifanc yn *'troi at ymddygiad peryglus'* er mwyn ceisio gwella sefyllfa ariannol eu teulu cyfan.

"Teimlo effeithiau anawsterau iechyd meddwl eu rhieni a'r straen yn gwaethygu oherwydd pryder am eu dyledion. Mynd heb ddillad ac esgidiau newydd. Bod mewn perygl o gael eu troi allan."

Fydd lefelau dyled yn newid i deuluoedd yn ystod y 12 mis nesaf?



Fel mewn blynyddoedd blaenorol, gwelwyd dyled fel ffactor risg sylweddol, gyda rhieni heb fawr ddim dewis, os o gwbl, heblaw **parhau i *'suddo'* ymhellach i ddyled.**

Mae **cost hanfodion sylfaenol ac angenrheidiol yn llawer mwy nag incwm pobl.** Yn y rhan fwyaf o amgylchiadau, mae rhieni a gofalwyr yn methu cynyddu eu hincwm. Roedd y rhesymau am hynny'n amrywio, ond roedd llawer yn troi o gwmpas iechyd meddwl; capasiti cyfyngedig gan eu bod eisoes yn gwneud sawl swydd; trafnidiaeth a gofal plant. Roedd hynny'n wir yn achos y rhai oedd yn derbyn budd-daliadau a'r rhai oedd mewn cyflogaeth incwm isel.

"Gwaetha'r modd, mae rhaid i ni atal lle'r plentyn yn y lleoliad nes bod y ddyled yn cael ei chlirio. Gallai hynny olygu bod rhieni'n methu mynd i'r gwaith oherwydd eu bod yn gofalu am eu plentyn, ac yna maen nhw'n methu talu'r ddyled."

Dywedwyd eto fod tlodi 'mewn gwaith' ar gynnydd. Credai'r ymatebwyr y bydd y sefyllfa gyffredinol bresennol o ran tlodi a'i effaith yn parhau i waethygu yn ystod y 12 mis nesaf.

Rhwystrau i gael mynediad i wasanaethau

"Lludded – mae llawer o bobl sydd mewn tlodi yn teimlo eu bod yn rhedeg yn barhaus, ac yn gallu colli ysgogiad. Mae biwrocratiaeth yn hunllef. Mae'n anodd cael help gan berson go iawn, a chewch eich trosglwyddo o un man i'r nesaf. Mae pobl yn rhoi i fyny."

Mae'n hysbys bod llawer o deuluoedd sy'n byw mewn tlodi ac ar incwm is heb gyrchu'r gefnogaeth mae arnyn nhw ei hangen nac y gallan nhw ei hawlio. Gall hynny fod yn wir am gefnogaeth ariannol ac emosiynol. Yn arolwg eleni, roedden ni am archwilio hyn ychydig ymhellach. Gofynnwyd i'r ymarferwyr a'r gweithwyr proffesiynol rannu eu profiadau ynghylch y math o rwystrau, os o gwbl, y mae'r rhai sy'n byw mewn tlodi yn eu hwynebu. Cyfeiriwyd at lawer o rwystrau.

"Mae nifer o rwystrau, dyw llawer o bobl ddim yn gwybod pa gefnogaeth sydd ar gael, na sut mae ei chyrchu. Mae gan lawer o wasanaethau restrau aros eithriadol o hir, a gall pobl aros am flynyddoedd i gael cymorth. Mae llawer o bobl yn teimlo bod stigma ynghylch cyrchu gwasanaethau, a gall hynny eu hatal rhag estyn allan."

Y rhwystrau a nodwyd amlaf oedd **diffyg gwybodaeth am wasanaethau** a mynediad atynt, **toriadau cyllid, disbyddu staff a gwasanaethau; canoli cefnogaeth;** a lleihau cyswllt wyneb yn wyneb. Pan fydd rhieni'n estyn allan, maen nhw'n aml yn cael eu **'troi i ffwrdd'** neu maen nhw'n medru cael mynediad at wasanaethau mewn modd cyfyngedig iawn yn unig, megis banciau bwyd (3 gwaith mewn unrhyw gyfnod o 12 mis). Roedd rhai gwasanaethau ar gael ar-lein yn unig, er enghraifft, cyngor ariannol a iechyd meddwl, ac roedd hynny'n bendant yn rhwystr i nifer o rieni.

"Hefyd mae terfynau yn eu lle gyda gwasanaethau'r 'cyngor', er enghraifft sawl gwaith gall teulu gyrchu banc bwyd, DAF neu dalebau ynni, sy'n creu rhwystr i deuluoedd sy'n gofyn am help."

Nododd ymatebwyr fod cyllidebau gwasanaeth o dan gymaint o bwysau nes bod **meini prawf cymhwysedd** ar gyfer cael mynediad at wasanaethau yn newid yn barhaus. Mae hynny'n aml yn golygu bod plant, pobl ifanc a'u rhieni heb fynediad at ymyrraeth gynnar, ac felly eu bod mewn argyfwng llwyr erbyn cael mynediad i'r gwasanaeth. Nododd ymarferwyr hefyd fod hynny o reidrwydd yn cynyddu'r ddarpariaeth mae ar bob unigolyn neu deulu ei hangen, ac felly'n lleihau'r capasiti i gefnogi eraill.

“Mae ein capasiti staff yn gyfyngedig, ac i dderbyn atgyfeiriad mae’n rhaid iddo fodloni rhai meini prawf penodol er mwyn i ni fedru cadw ein rhestrau aros o dan reolaeth.”

Yn anochel, o ystyried y sylwadau uchod, cyfeiriwyd yn rheolaidd at restrau ac amserau aros hir ar draws ystod eang o ddarpariaeth cymorth a gwasanaeth, gan gynnwys iechyd meddwl plant ac oedolion; darpariaeth tai; gwasanaethau cynghori; cymorth a diagnosis anghenion dysgu ychwanegol; gwasanaethau iechyd; a chymorth i deuluoedd. Roedd pryder nad yw gwir ddarlun yr heriau yn cael ei adlewyrchu yn yr ystadegau.

“Mae gwasanaethau dan straen, e.e. ymyrraeth gynnar a gwasanaethau ataliol o dan bwysau, ac yn aml iawn y cyngor gan reolwyr yw cyflwyno ffurflen atgyfeirio ‘amlasiantaeth’ gyda golwg ar asesiad gwasanaethau cymdeithasol ynghylch pryderon. Mae hyn yn eu symud oddi ar y llyfrau fel ymyriad llwyddiannus, ond yn gadael fawr ddim lle i wneud llawer o waith i helpu’r teulu i wella’u sefyllfa. Mae hefyd yn gadael y teuluoedd yn teimlo eu bod wedi’u bradychu. Ar ôl gofyn am ychydig o help, maen nhw’n cael eu hunain wedi’u gollwng i gylch y gwasanaethau statudol oedd yn codi ofn arnyn nhw.”

Cyfeiriodd llawer o ymatebwyr at rai teuluoedd yn teimlo’n *‘anobeithiol’* ynghylch cyrchu cefnogaeth a bod *‘dim pwynt’* ceisio cysylltu â gwasanaethau gan na fyddai dim yn newid. Roedd hynny’n wir yn achos cefnogaeth emosiynol ac ariannol, hyd yn oed pan oedden nhw mewn perygl.

Rhwystrau eraill a amlygwyd oedd diffyg gwasanaethau lleol a chostau trafnidiaeth; **prosesau gweinyddol, ffurflenni cais cymhleth a ‘gormod’ o waith papur ailadroddus.** Roedd hefyd lawer o sylwadau ynghylch rhaglenni a phrosiectau **cymorth tymor byr.** Er bod cefnogaeth ychwanegol yn cael ei chroesawu, dim ond am gyfnod byr iawn roedd hynny’n cael ei ariannu’n aml. Roedd natur fylchog, ad hoc hynny yn golygu bod teuluoedd yn cael eu gadael heb gefnogaeth barhaus, ac yn teimlo’n anobeithiol ac yn ddi-werth. Nododd rhai ymarferwyr fod teuluoedd wedyn yn aml yn amharod i ymgysylltu â rhaglenni eraill, hyd yn oed os oedden nhw’n helaethach.

“Mae’n cynyddu’r stigma ac yn rhoi bai ar deuluoedd, ond yn y rhan fwyaf o achosion, cost y rhent yw’r broblem, yn hytrach na sut mae teuluoedd yn medru ymdopi.”

Roedd sylwadau hefyd yn canolbwyntio ar y **stigma a’r pryderon** mae rhieni’n eu hwynebu wrth ofyn am gefnogaeth. Mae rhieni’n pryderu ynghylch sut mae gwasanaethau’n eu gweld, a fydd eu plant yn cael eu ‘cymryd oddi arnyn nhw’, neu a fyddan nhw’n cael eu cyfeirio at y gwasanaethau cymdeithasol. Roedd canfyddiadau blaenorol o gael eu trin heb fawr ddim urddas na pharch hefyd yn cael effaith ar eu parodrwydd i ymgysylltu â gwasanaethau neu geisio cymorth.

Er mwyn lleihau neu ddileu rhwystrau, roedd ymatebwyr yn cynghori’r canlynol:

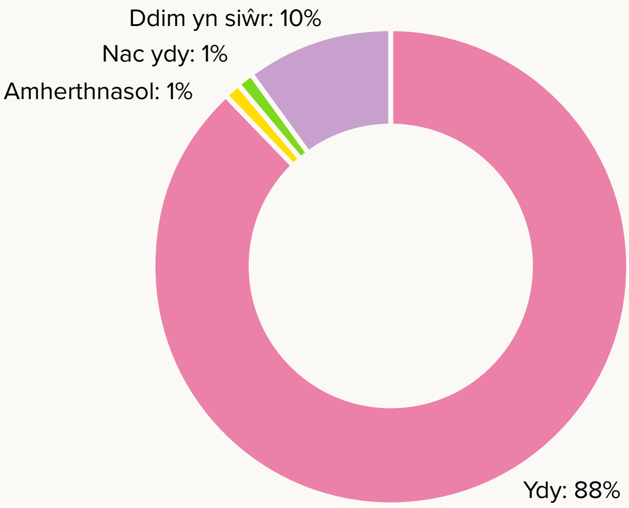
- Mwy o wasanaethau yn y gymuned leol ac yng nghartrefi teuluoedd
- Gwell hyrwyddo ar wasanaethau cyfredol
- Cyfnodau cyllido hwy ar gyfer gwasanaethau. Nid yw cyllid blynyddol yn caniatáu cynllunio a darparu’n strategol ar gyfer gwasanaethau
- Lleihau biwrocratiaeth. Creu prosesau symlach sy’n haws eu deall a chael hyd i ffordd drwyddynt.
- Dull gweithredu dim drws anghywir. Ddylai teuluoedd ddim cael eu symud o un man i’r nesaf er mwyn cael cefnogaeth.
- Mwy o gefnogaeth ymyrraeth gynnar. Byddai hynny’n fwy effeithiol, yn ariannol o ran y gwasanaethau ac yn emosiynol o ran y babanod, y plant a’r bobl ifanc.
- Ystyried costau trafnidiaeth mewn cyllidebau gwasanaeth.
- Parch a disgresiwn. Dylai pawb sy’n cyrchu gwasanaethau gael eu trin yn dda, gan ddarparwyr gofalgar, hawdd troi atynt, sy’n “gwrando’n iawn” ar anawsterau ac anghenion teuluoedd. Dylai hynny fod yn wir ar draws pob sector, gan gynnwys y sector statudol.
- Mwy o ddarpariaeth wyneb yn wyneb.
- Dull cwbl gyfannol o ymdrin â thlodi. Dylai hynny fod ar lefel genedlaethol a lleol, gan gynnwys sut mae gwasanaethau’n cael eu hariannu a sut dylen nhw weithio ar y cyd. Hefyd mae angen dileu seilos ariannu ac ymarfer.

Addysg a thlodi

"Mae [tlodi] yn effeithio ar bopeth – canolbwyntio, y gallu i ddod i'r ysgol yn barod i ddysgu, anawsterau gyda grwpiau cyfoedion/cyfeillion, hunan-barch, hyder, dyheadau, dymuno peidio gofyn am unrhyw beth ychwanegol cysylltiedig â'r ysgol; e.e. teithiau, cyfarpar".

Roedd ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol yn credu bod tlodi'n cael effaith negyddol ar brofiad plant a phobl ifanc o'r ysgol a dysgu, yn ogystal â'u deilliannau addysgol.

Ydy tlodi'n effeithio ar brofiad plant a phobl ifanc o'r ysgol a dysgu?



Fel yn achos canfyddiadau ein hadroddiad tlodi yn 2023, y materion y cyfeiriwyd atynt amlaf oedd **newyn; bwlio; stigmateiddio; ynysu cymdeithasol; costau ysgol (gwisg ysgol a thrafnidiaeth); blinder** a **chyfleoedd anghyfartal**. Yn cysylltu'r rhain roedd thema drosfwaol ***"tlodi yn arwain at iechyd meddyliol ac emosiynol gwael"*** ac effaith hynny ar allu a chapasiti disgyblion i ddysgu.

Eleni cafwyd nifer cynyddol o sylwadau ynghylch ymddygiad 'gwael' yn amgylchedd yr ysgol,. Nododd yr ymatebion fod problemau ymddygiad fel arfer yn digwydd o ganlyniad i'r ffactorau uchod, cysylltiedig â thlodi, a bod hynny'n gallu troi'n **gylch parhaus** i lawer o blant a phobl ifanc os byddan nhw'n aros mewn tlodi.

"Mae plant llwglyd yn golygu plant blinedig, sy'n golygu diffyg canolbwyntio, sy'n golygu diffyg cadw gwybodaeth, sy'n golygu diffyg cynhwysiant, sy'n arwain at fethu, sy'n arwain at golli hyder, sy'n arwain at ddicter, sy'n arwain at gau allan, sy'n arwain at ynysu. Yn fy mhrofiad i, tlodi ac ynysu cymdeithasol yw'r achos gwaelodol."

Amlygodd ymatebwyr hefyd **gynnydd mewn absenoldeb**, a nodi cysylltiad uniongyrchol rhwng hynny a thlodi. Nodwyd bod plant yn ***"colli ysgol oherwydd cost cyrraedd yno"***; eu bod yn absennol yn hytrach na chael eu cosbi am wisgo'r wisg ysgol anghywir, a bod plant a phobl ifanc yn cymryd diwrnodau allan o'r ysgol er mwyn *"osgoi'r gweithgaredd neu'r digwyddiad, oherwydd bod rhieni'n methu ei fforddio".*

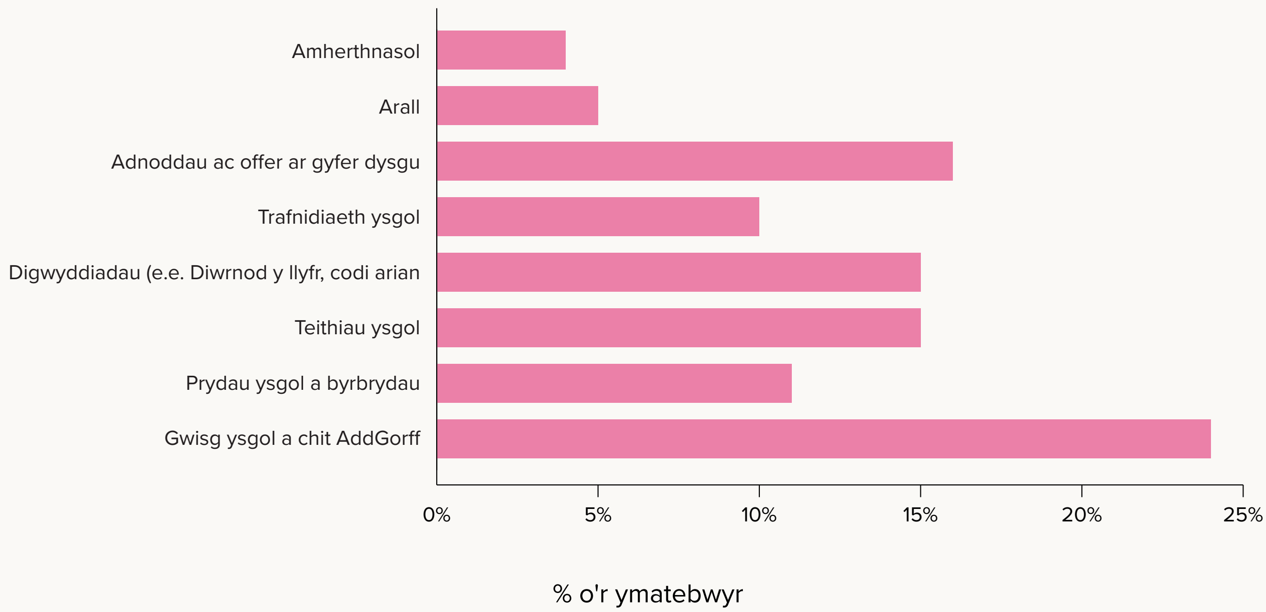
"Mae staff ysgol yn treulio cymaint o amser yn delio â phryderon iechyd meddwl pobl ifanc a diogelu, nes bod hynny'n bwyta i mewn i'r amser dysgu."

Roedd pryderon hefyd am y galwadau cynyddol oedd ar ysgolion a'u staff, yn enwedig yng nghyswllt **iechyd meddwl ac ymddygiad heriol**. Disgrifiad rhai oedd bod eu hysgolion yn methu ymateb i'r galw oherwydd *"nifer y plant sydd mewn angen ar hyn o bryd"*.

"Os ydyn nhw'n llwglyd dydyn nhw ddim yn canolbwyntio. Os ydyn nhw'n methu fforddio'r wisg ysgol gywir, dydyn nhw ddim yn cael dod i'r dosbarth, felly dydyn nhw ddim yn dysgu'n iawn."

Roedd yr arolwg yn gofyn **pa agwedd ar addysg oedd yn cael yr effaith ariannol fwyaf ar deuluoedd**. Gofynnwyd i'r ymatebwyr ddewis un maes o'r rhestr a ddarparwyd.

P'un o'r canlynol sy'n cael yr effaith fwyaf neu sydd anoddaf i deuluoedd ei reoli?



Fel mewn blynyddoedd blaenorol, nodwyd **gwisg ysgol** fel y gost anoddaf i'w rheoli. Fel y dangoswyd yn ymatebion y plant a'r bobl ifanc yn yr adroddiad hwn, roedd effaith gwisg ysgol anghywir fel arfer yn golygu eu bod yn cael eu **bwlio gan eu cyfoedion** ac yn cael amrywiol gosbau gan yr ysgol, gan gynnwys **cadw mewn ar ôl ysgol a/neu eu hynysu**. Teimlai plant a phobl ifanc fod hynny'n **annheg** oherwydd nad nhw oedd yn rheoli cyllideb na gwariant y teulu. Mae'r adran ar wisg ysgol yn edrych yn fanylach ar hyn.

Prydau ysgol am ddim

"Mae hyn wedi bod o fudd aruthrol i deuluoedd. Maen nhw'n teimlo o dan lai o bwysau i ddarparu cinio pecyn iach a maethlon yn ystod y dydd. Mae plant yn mwynhau bwyta gyda'i gilydd ac yn barod i ddysgu."

Ym mis Medi 2022, trwy'r Cytundeb Cydweithredu, cychwynnodd Llywodraeth Cymru ar gyfnod 3 blynedd o estyn prydau ysgol am ddim i'r holl blant mewn ysgolion cynradd ledled Cymru.

Roedd dros 72% o'r ymatebwyr yn gweithio gyda theuluoedd lle roedd o leiaf un plentyn yn derbyn y fantais hon, ac roedd eu hymatebion i'r fenter hon yn **eithriadol gadarnhaol**. Maen nhw'n sôn am weld **gwahaniaeth sylweddol, amlwg** mewn plant a'u rhieni, nid dim ond trwy'r gwerth maethol, ond trwy helpu i leihau'r baich ariannol ar iechyd meddwl rhieni; gwell ymgysylltiad gan blant; mwy o gydraddoldeb a chymdeithasu yn ystod prydau bwyd, a gostyngiad yn y stigma cysylltiedig â thlodi i'r teulu cyfan.

"Mae wedi gwneud gwahaniaeth mawr o ran pryder. Mae hefyd wedi sicrhau bod plant yn cael o leiaf un pryd bwyd da bob dydd."

Gwnaeth ymarferwyr y sylw fod rhieni'n defnyddio'r **arian maen nhw'n ei arbed** i brynu hanfodion eraill, ac mewn llawer o achosion, ymddengys ei fod yn cefnogi gwell presenoldeb yn yr ysgol, gan fod rhieni'n gwybod y bydd eu plant yn cael eu bwydo.

Er bod prydau ysgol am ddim i bawb yn yr ysgol gynradd yn fenter i'w chroesawu, y mae mawr angen amdani, nodwyd bod teuluoedd yn dal i orfod talu dyledion prydau ysgol oedd wedi cronni cyn i'r rhaglen hon ddechrau.

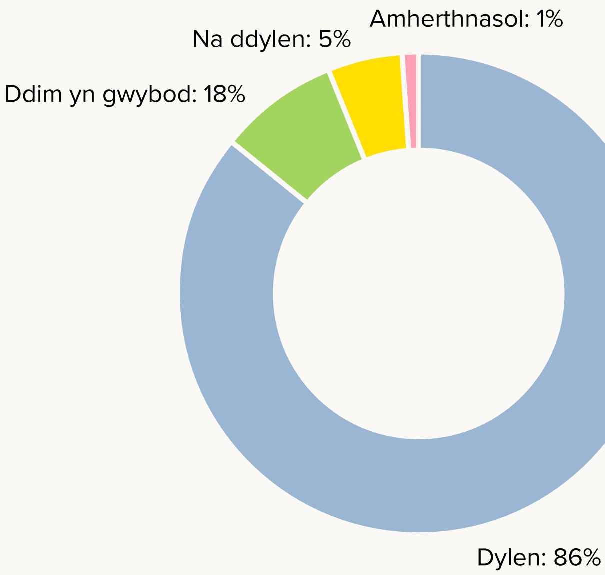
Mater a godwyd gan rai ymatebwyr oedd bod rhai teuluoedd bellach yn **colli cyfle i gael budd-daliadau eraill, grantiau a chefnogaeth**. Cyn y rhaglen, roedd angen i deuluoedd ar incwm isel gofrestru er mwyn derbyn prydau ysgol am ddim. Os oedden nhw'n gymwys, byddai hynny wedyn yn eu galluogi i gael mynediad at fathau eraill o gefnogaeth a chymorth, megis y Grant Hanfodion Ysgol (SEG). Nodwyd bod rhieni'n dal yn ddryslyd ynghylch a ddylen nhw ymgeisio am gefnogaeth arall ariannol, ac os felly, sut.

"Oherwydd bod Prydau Ysgol am ddim yn cael eu hestyn i gynnwys pawb, nid yw'r teuluoedd sydd mewn angen yn eglur bod angen iddyn nhw ymgeisio am gronfeydd eraill i'w cefnogi, i'w helpu gyda gwisg ysgol etc. Mae wedi achosi dryswch i lawer."

Er bod llawer o ysgolion yn rheolaidd yn hyrwyddo'r angen parhaus am geisiadau, nid yw eraill yn gwneud hynny, ac felly mae rhai teuluoedd wedi gweld gostyngiad yn swm y gefnogaeth ariannol maen nhw'n ei derbyn.

Roedd y cwestiwn olaf am ddarparu prydau ysgol am ddim yn gofyn a ddylai mwy o blant mewn addysg uwchradd eu derbyn nhw. Dywedodd mwyafrif (86%) o'r ymatebwyr y dylen nhw, gyda 5% yn unig yn dweud 'na'.

Ddylai mwy o blant mewn addysg uwchradd dderbyn prydau ysgol am ddim?



"Dyw plentyn ddim yn stopio bod mewn tlodi wrth fynd i'r ysgol uwchradd. Mae angen egni arnyn nhw i ddysgu a bod y gorau gallan nhw fod."

Roedd barn gref iawn ynghylch yr angen am **brydau ysgol am ddim mewn ysgolion uwchradd**. Dywedodd y rhai oedd o blaid hynny fod prydau ysgol uwchradd yn ddrud iawn a bod y costau'n parhau i godi. Nodwyd hefyd bod y trothwy cymhwysedd cyfredol yn rhy isel, a bod niferoedd mwyfwy uchel mewn angen, ond yn dal yn anghymwys. Gwnaed sylwadau ynghylch hyn hefyd gan y rhai oedd yn meddwl na ddylai prydau ysgol gael eu darparu am ddim i bawb.

“Pam mae oed yn ffactor yn nadl tlodi?”

Yng nghanfyddiadau eu harolwg nhw, rhoddodd y plant a’r bobl ifanc sylwadau yn union yr un fath, yn ogystal â chytuno â’r ymarferwyr y byddai **cynnig cyffredinol** yn dileu **stigma a phryderon**. Pan ofynnwyd iddyn nhw beth bydden nhw’n ei wneud petaen nhw’n Brif Weinidog Cymru, roedd hynny’n cynnwys darparu prydau ysgol am ddim i bob plentyn a pherson ifanc fel blaenoriaeth allweddol.

“Dylid talu am bob pryd ysgol heb i blant orfod defnyddio ôl bys i gael pryd, neu fod â system taliadau cerdyn. Rwy’n gwaredu wrth feddwl bod plant y mae eu rhieni wedi anghofio neu sy’n methu fforddio ychwanegu arian at y cerdyn, yn cael eu gwrthod wrth ofyn am fwyd yn ffreutur yr ysgol. Dylai pob plentyn ysgol gael pryd iach, beth bynnag yw eu sefyllfa.”

Amlygodd rhai sylwadau yr angen i blant sydd ar amserlen lai gael eu hystyried, naill ai o dan y system bresennol, neu mewn unrhyw ddarpariaeth i’r dyfodol. Adroddwyd bod y rhai ar **amserlen lai yn aml yn mynd heb fwyd** yn yr ysgol, hyd yn oed os oedden nhw’n gymwys i dderbyn prydau ysgol am ddim.

“Mae arddegwyr eisoes yn profi stigma ac yn cael trafferth ffitio i mewn, ac mae hynny’n gallu bod yn niweidiol iawn, a’u hynysu. Bydd prydau ysgol am ddim i bawb yn golygu bod plant ddim yn cael eu hynysu ymhellach oddi wrth eraill.”

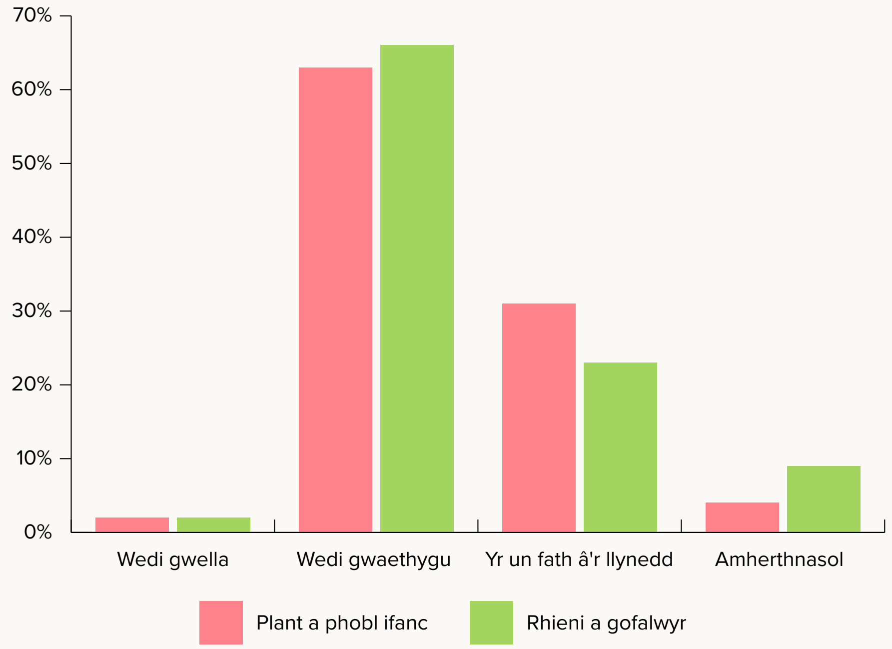
O’r 5% a ddywedodd na ddylai prydau ysgol am ddim gael eu cynnig i bawb mewn ysgolion uwchradd, teimlai’r mwyafrif, oherwydd toriadau ariannol a chyllidebau tynn mewn awdurdodau lleol, y dylai teuluoedd dalu am brydau ysgol, os gallan nhw fforddio gwneud hynny.

Iechyd meddyliol ac emosiynol

"Gall yr heriau parhaus sy'n gysylltiedig â thlodi… gyfrannu at deimladau o anobaith, diymadferthedd ac iselder."

Ni ellir tanbrisio effaith tlodi ar iechyd meddyliol ac emosiynol. I gynifer sy'n byw gyda'r amgylchiadau hynny, mae straen a phryderon yn bresennol yn barhaus, ac yn anochel yn effeithio ar y teulu cyfan. Yn ddieithriad, nododd yr holl ymatebwyr fod **tlodi yn cael effaith aruthrol** ar iechyd meddwl babanod, plant, pobl ifanc a'u rhieni. Roedd cydnabyddiaeth bod hyn yn effeithio hyd yn oed ar y babanod ifancaf, gan fod rhieni'n fwyfwy analluog i ymgysylltu'n emosiynol ac yn feddyliol â'u plant, neu i ddiwallu eu hanghenion datblygiadol ac emosiynol.

Newidiadau mewn iechyd emosiynol yn ystod y 12 mis diwethaf



Ar draws yr holl ganfyddiadau, beth bynnag oedd y cwestiynau, mae **iechyd meddwl gwael wedi bod yn amlwg iawn**, gydag ymatebwyr yn nodi cysylltiad uniongyrchol rhwng hynny a thlodi. Nodwyd yr effaith ym mhob rhan o fywydau plant, o'r ymgysylltiad yn y meithrin, hyd at yr ysgol, ac o fewn perthnasoedd teuluol a chyfoedion.

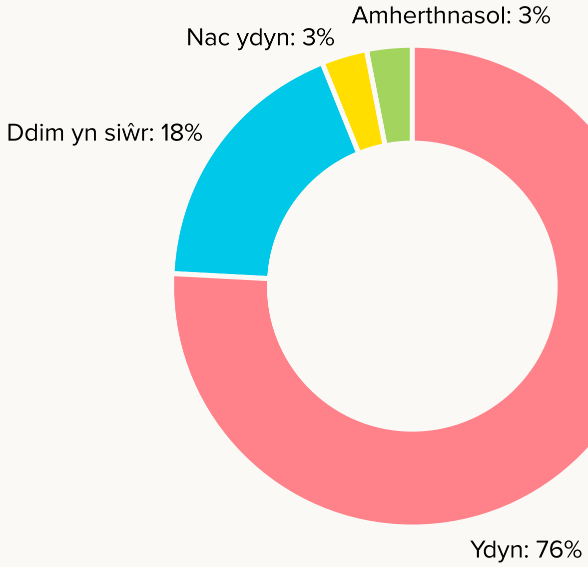
"[Effaith] aruthrol, oherwydd er bod teuluoedd yn ceisio cuddio'u trafferthion oddi wrth eu plant, mae plant yn gwybod beth sy'n digwydd, ac mae hynny'n golygu eu bod yn ansicr, ac mae hynny'n cael effaith negyddol ar eu llesiant bob dydd."

Roedd nifer sylweddol o sylwadau yn cynnwys gwahaniaethau amlwg eleni o ran ymddygiad gwael, perthnasoedd teuluol a rhwng cyfoedion yn chwalu, ynysu a risg i'r hunan. Disgrifiodd ymarferwyr hyn fel llwybr sy'n dal i lithro ar i lawr.

Yn eu harolwg nhw, soniodd plant a phobl ifanc am eu straen a'u pryderon hwythau, ynghyd â chonsyrn am eu rhieni. Teimlai rhai yn grac, trallod a chywilydd, gan feio'u rhieni weithiau am eu sefyllfa, ond yn poeni lawn cymaint am eu hiechyd meddwl oherwydd y straen.

Mae'r canfyddiadau hyn wedi bod yn gyson yn ystod y blynyddoedd diwethaf, ac felly yn arolwg 2024, fe ofynnon ni i ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol am effaith tlodi ar berthnasoedd teuluol.

Ydy ffactorau cysylltiedig â thlodi yn cael effaith negyddol ar berthnasoedd rhwng rhieni/gofalwyr a'u babanod, eu plant a'u pobl ifanc?



Adroddodd ymarferwyr eu bod yn gweld cynnydd mewn gwrthdaro ymhlith teuluoedd gartref oherwydd straen a phryder a achosir gan dlodi, gyda phlant a phobl ifanc yn teimlo'n grac ac yn dal dig yn erbyn eu rhieni a'u gofalwyr, a nifer cynyddol o rieni sydd heb fod o fewn cyrraedd yn emosiynol.

"Pan fydd y rhieni dan straen, maen nhw'n llai tebygol o ymdopi â sefyllfaoedd heriol. Mae hynny'n cael effaith ar sut maen nhw'n magu'r plant, mae'r berthynas yn colli cytgord, ac mae perthnasoedd yn gallu chwalu."

Nodwyd hefyd fod rhai rhieni'n cael mwy o drafferth meithrin ymlyniad wrth eu babanod oherwydd bod eu hiechyd meddwl yn dirywio. Eto, roedd yr ymatebwyr yn glir iawn bod **rhieni'n gwneud eu gorau** glas i fod yn gefnogol ac ymgysylltu â'u plant, ond bod hynny'n llawer rhy aml yn anodd o dan yr amgylchiadau, ac yn arwain yn rheolaidd at rieni'n teimlo'n fwy euog fyth, oedd yn cael effaith negyddol ar y plant.

"Mae mwy o blant yn dod i'r ysgol gyda phroblemau treuliant difrifol a achosir gan gamfaethiad, ac mae mwy a mwy ohonyn nhw ar feddyginiaeth oherwydd gorbryder ac iselder."

Roedd niferoedd sylweddol yn cyfeirio at yr **angen brys am wella mynediad at gefnogaeth ymyrraeth gynnar**, ochr yn ochr â mwy o gymorth iechyd meddwl mwy prydlon i holl aelodau'r teulu. Codwyd llawer o bryderon bod y **ddarpariaeth CAMHS gyfredol yn annigonol** i fodloni'r galw, ac y byddai'r galw hwnnw'n anochel yn cynyddu'n gyflym.
Roedd y sefyllfa nawr yn cael ei disgrifio fel un **'cronig'.**

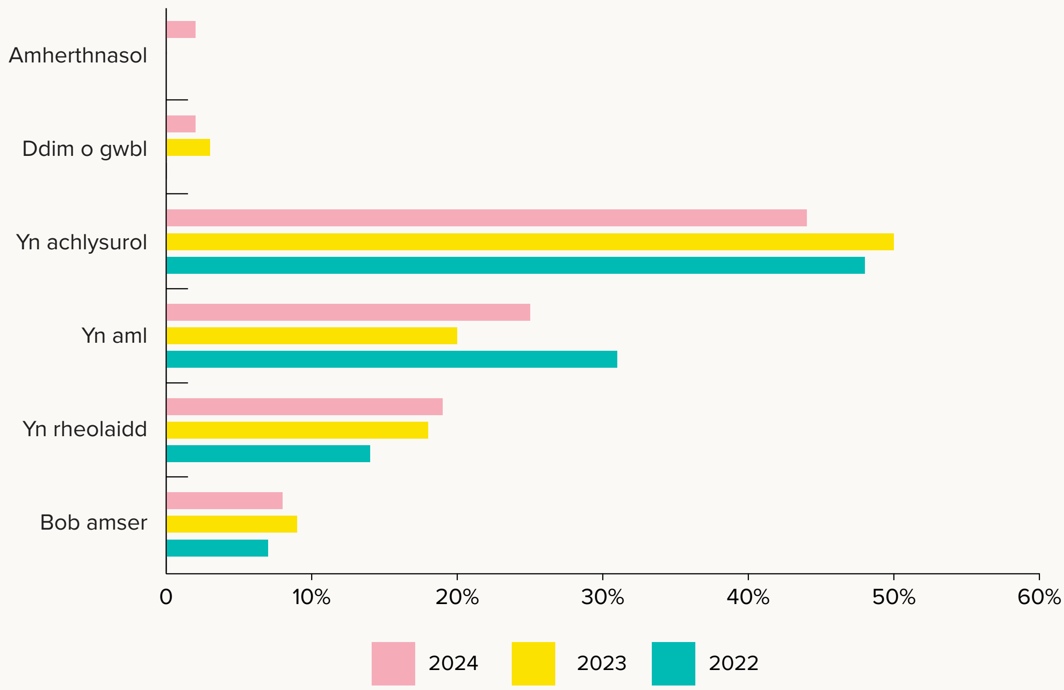
"Rwy'n gweld disgyblion bob dydd sydd â phryderon gartref. Wrth i'r arholiadau nesáu, rwy'n gweld ymddygiad sy'n cyfateb yn uniongyrchol i'r straen maen nhw'n ei deimlo oherwydd eu bod heb y gallu, yr amgylchedd na'r adnoddau i wneud yn dda. Mae gorbryder ymhlith plant wedi cynyddu, mae ymosodedd ymhlith disgyblion yn cynyddu, mae hunan-barch yn isel."

Roedd cysylltiad agos iawn rhwng iechyd meddwl gwael a thlodi. Dywedodd yr ymarferwyr bod y llwybrau allan o dlodi fel arfer wedi'u 'cau' gan iechyd meddwl gwael. Er enghraifft, roedd rhieni'n aml yn methu gweithio, ymgysylltu â chymorth na cheisio cymorth oherwydd eu hiechyd meddwl; roedd presenoldeb plant a phobl ifanc yn yr ysgol yn rheolaidd yn wael, oherwydd straen costau ysgol a bwlio, ac roedd hynny'n fynych yn arwain at gyrhaeddiad addysgol isel.

Tlodi a diogelu

“Plant yn edrych yn ddi-raen, yn dweud bod dim bwyd yn y tŷ, rhieni â iechyd meddwl gwael, plant yn dweud eu bod yn rhannu gwelyau neu’n cysgu ar gelfi anaddas (matiau, cadeiriau etc), tai mewn cyflwr gwael (llwydni, lleithder) a byth yn mynd allan unrhyw le.”

Ydy ffactorau cysylltiedig â thlodi yn achosi pryderon diogelu i chi?



Y maes mwyaf cyffredin oedd yn destun pryder, o bell ffordd, oedd diffyg arian i fedru **fforddio hanfodion**, fel bwyd, gwres, dillad, cynnyrch hylendid a thrafnidiaeth. Roedd pryderon **nad oedd anghenion sylfaenol plant yn cael eu diwallu**, a’u bod yn mynd heb fwyd, dillad addas, ac amodau digonol gartref. Mae hynny’n arwain at bryderon ynghylch esgeuluso, gan fod plant ddim yn edrych fel petaent yn cael digon o faeth, ac maen nhw mewn dillad sy’n aml yn frwnt neu’n rhy fach.

“Mae angen bwyd, gwres, amgylchedd sefydlog, dillad priodol a chynnyrch hylendid ar blant. Os nad yw’r anghenion hynny’n cael eu diwallu, mae’n destun pryder. Yn bendant, nid y teuluoedd sydd ar fai, ac mae angen mwy o gefnogaeth.”

Teimlai gweithwyr proffesiynol fod tlodi a phryderon ynghylch sefyllfa ariannol a'r gallu i fforddio hanfodion yn cael effaith ar iechyd meddwl rhieni, oedd yn ei dro yn effeithio ar lesiant plant.

"Bod plant o deuluoedd sy'n brwydro yn erbyn dyled yn byw gyda rhieni sydd dan straen. Mae plant o dan anfantais o'r cychwyn, a heb fynediad llawn at holl brofiadau cadarnhaol plant eraill. Gall hynny effeithio ar eu hiechyd meddwl ac achosi problemau ymddygiad."

Amlygwyd **tai** fel maes oedd yn destun pryder i fabanod, plant, pobl ifanc a'u teuluoedd oedd yn byw mewn tlodi. Roedd y pryderon yn mynd y tu hwnt i'r amodau byw yn y cartref, lle doedd dim digon o arian i brynu elfennau hanfodol fel gwelyau a matresi, gyda chartrefi'n ddi-raen oherwydd diffyg arian i brynu cynnyrch glanhau hanfodol. Teimlai gweithwyr proffesiynol fod materion tai, fel **rhenti uchel, a safonau tai gwael ac anniogel,** tenantiaethau ansicr ac ôl-ddyledion rhent/morgais yn cael effaith negyddol ar deuluoedd oedd yn byw mewn tlodi.

"Gorfod dadflaenoriaethu hanfodion sylfaenol fel bwyd a dillad, a hynny yn y tymor hir mewn ymateb i'r costau rhent, yn hytrach na mater acíwt, tymor byr cysylltiedig â chyflogaeth neu ddiffyg budd-daliadau."

Soniodd rhai gweithwyr proffesiynol **pa mor fregus oedd plant a phobl ifanc** sy'n byw mewn tlodi, a bod perygl iddyn nhw fod yn rhan o ymddygiad oedd yn cymryd risgiau, fel eu bod yn agored i gael eu hecsbloetio. Soniwyd hefyd bod yr anawsterau sy'n codi trwy dlodi, a'r brwydrau mae rhieni'n eu hwynebu, yn gallu golygu bod perthnasoedd teuluol yn chwalu, a lefel y tensiwn ar aelwydydd yn codi.

"Mwy o bwysau ar deuluoedd oherwydd costau cynyddol yn arwain at fwy o wrthdaro posibl ar yr aelwyd a mwy o berygl trais yn y cartref."

Lliniaru effaith tlodi: Beth sydd ei angen ar ymarferwyr?

"Mwy o gyfleoedd i glywed beth mae teuluoedd eisiau gan wasanaethau, gyda beth mae angen help arnyn nhw. Bydden ni hefyd yn hoffi gallu darparu tystiolaeth bod eu barn yn cael gwrandawiad ar lefelau uchaf y llywodraeth, a'u bod yn rhan o'r newid."

Trwy ein harolygon dros y blynyddoedd, mae'n gwbl amlwg bod ymarferwyr a gweithwyr eisiau gwneud mwy i fynd i'r afael ag effaith tlodi a darparu gwell cefnogaeth a dealltwriaeth i'r babanod, y plant, y bobl ifanc a'r teuluoedd maen nhw'n gweithio gyda nhw. Maen nhw'n deall bod ganddyn nhw rôl hanfodol i'w chwarae, ond dydyn nhw ddim yn siŵr beth mwy gallan nhw wneud.

Roedd arolwg eleni yn gofyn yn benodol iddyn nhw pa wybodaeth, sgiliau neu hyfforddiant fyddai'n eu helpu i ddatblygu eu dealltwriaeth a chryfhau'r gefnogaeth maen nhw'n ei rhoi i deuluoedd i helpu i liniaru effaith tlodi fel rhan o'u rolau.

"Mae llawer o gyrsiau yn trafod yr arwyddion i sylwi arnyn nhw a sut mae rhoi gwybod am anawsterau, ond dydyn nhw ddim yn treulio llawer o amser ar beth gallwn ni wneud i helpu."

Roedd mwyafrif llethol o'r ymatebwyr, beth bynnag oedd eu rôl, eisiau gwybod **sut i ymdrin â materion cysylltiedig â thlodi** gyda phlant a rhieni, **sut i wrando arnyn nhw ac ymgysylltu** â nhw mewn ffordd gefnogol. Teimlai rhai fod sgyrsiau ynghylch tlodi *'yn amhriodol'*, ond roedd cydnabyddiaeth bod y rhain yn angenrheidiol er mwyn cefnogi anghenion teulu.

"Does dim hyfforddiant i fod yn Swyddog Ymgysylltu â Theuluoedd. Byddai hyfforddiant ar sut i ymgysylltu â theuluoedd o amrywiaeth o gefndiroedd yn dda."

Er bod y rhan fwyaf yn cyfeirio at yr angen am hyfforddiant, gwnaeth eraill sylwadau ynghylch yr angen am ragor o wybodaeth ynghylch darpariaeth gwasanaethau. Bydden nhw'n benodol yn hoffi cael **gwybodaeth genedlaethol a lleol** ynghylch ble dylid cyfeirio teuluoedd, beth sydd ar gael i'w cefnogi, ac yn bwysig, sut mae cyrchu hynny. Gwnaed llawer o sylwadau ynghylch gwybodaeth drosfwaol am fudd-daliadau lles, yn ogystal â'r angen am hyfforddiant manwl ar y pwnc yma.

Dywedodd ymatebwyr fod **angen arweiniad a gwybodaeth yn uniongyrchol gan Lywodraeth Cymru**. Yn arbennig, yr angen i Lywodraeth Cymru roi arweiniad i gefnogi eu Strategaeth Tlodi Plant (2024), o ran beth sy'n gweithio a sut mae ei roi ar waith. Roedd y sylwadau hyn yn cyfeirio nid at raglenni cenedlaethol neu leol yn unig, ond at amrywiaeth eang o rolau ac ymarfer. Mae sefydlu dull gweithredu 'Cymuned o Ymarfer' yn ddiweddar er mwyn gwella'r cysylltiad rhwng gwasanaethau yn gam cadarnhaol at helpu i gysylltu gwasanaethau a dod yn fwy ymwybodol o'r ddarpariaeth sydd eisoes ar gael a ble mae'r bylchau.

Rhywbeth pwysig i nifer o'r ymatebwyr oedd yr angen am ddarparu tystiolaeth **bod plant, pobl ifanc a rhieni'n cael gwrandawiad ar y lefel uchaf**, p'un a yw hynny mewn polisi ac ymarfer cenedlaethol, neu ar lefel fwy lleol. Adroddwyd bod teuluoedd yn aml yn 'bwydo i mewn' i wasanaethau a pholisïau, ond mai anaml y caiff canlyniadau eu 'bwydo'n ôl' iddyn nhw. Mae angen clywed profiadau bywyd, eu parchu, a'u defnyddio i lywio canlyniadau.

Mae'n werth nodi bod y rhai a ymatebodd i'r arolwg hwn hefyd wedi gofyn am adborth uniongyrchol gan Lywodraeth Cymru. Buont hwythau'n mynegi'r angen am wybod bod eu profiadau wedi cael eu clywed ar y lefel uchel a pha effaith mae hynny wedi'i chael, os o gwbl.

Dylai ymgysylltu ddigwydd y ddwy ffordd, a dylai bob amser gynnwys adborth i'r rhai fu'n cymryd rhan.

Hoffai Plant yng Nghymru ddiolch i bawb a fu'n rhan o'r arolwg hwn. Rydyn ni'n gwerthfawrogi'r amser rydych chi wedi'i gymryd i'w gwblhau, ond yn fwy na hynny, eich ymatebion meddylgar, pwyllog.

Unwaith eto, trwy'r ymatebion a gafwyd yn arolwg eleni, mae'n amlwg bod rhai ymarferwyr eu hunain ar incwm isel, ac yn wynebu llawer o heriau personol cysylltiedig â thlodi yn feunyddiol. Bydden ni'n hoffi cydnabod a diolch i'r rhai sy'n rhoi eu straen a'u pryderon eu hunain o'r neilltu er mwyn parhau i gefnogi'r plant, y bobl ifanc a'r teuluoedd maen nhw'n gweithio gyda nhw, a hynny'n aml o dan amgylchiadau anodd iawn. Diolch yn fawr.