PLANT YNG NGHYMRU
CHILDREN IN WALES

Adroddiad ar 7fed Arolygon Blynyddol Tlodi Plant a Theuluoedd 2023

Karen McFarlane | Hydref 2023

Mewn partneriaeth â END CHILD POVERTY NETWORK CYMRU
RHWYDWAITH DILEU TLODI PLANT CYMRU

Diolchiadau

Hoffem ddiolch i aelodau grŵp llywio y Rhwydwaith Dileu Tlodi Plant (ECPN) am eu cydweithrediad.

Hoffai Plant yng Nghymru ddiolch o galon i'r holl ymarferwyr, gweithwyr proffesiynol, plant a phobl ifanc a fu'n cymryd rhan yn yr arolwg. Rydyn ni'n gwerthfawrogi eich amser a'ch ymatebion yn fawr. Bydd canfyddiadau'r arolygon yn cael eu rhannu gydag ymarferwyr, gweithwyr proffesiynol a llunwyr polisi, yn ogystal â Llywodraeth Cymru.

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 yw'r hyn a fynegir yn yr adroddiad hwn, ac nid yw o reidrwydd yn cynrychioli barn yr ariannwr.

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

Mae'r adroddiad hefyd ar gael yn Saesneg ar wefan Plant yng Nghymru

Gwybodaeth am Plant yng Nghymru

PLANT YNG NGHYMRU
CHILDREN IN WALES

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

Ni yw'r corff trosfwaol cenedlaethol 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 ym meysydd polisi a phenderfyniadau.

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

Mae ein haelodau 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 yn ddiweddar rydyn ni wedi cychwyn aelodaeth benodol ar gyfer ein cynulleidfa ifanc.

I gael rhagor o wybodaeth am ein gwaith, neu i ddod yn aelod o Plant yng Nghymru, cysylltwch â membership@childreninwales.org.uk

Gwybodaeth am Rwydwaith Dileu Tlodi Plant Cymru

END CHILD POVERTY NETWORK CYMRU
RHWYDWAITH DILEU TLODI PLANT CYMRU

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

Mae'r Grŵp Llywio yn cynnwys cynrychiolaeth o bob rhan o'r sectorau gwirfoddol a statudol, ac mae gan y rhwydwaith ehangach dros 1200 o aelodau cefnogol o groestoriad eang o asiantaethau.

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

Hawliau Plant a Thlodi

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

Cytundeb rhyngwladol yw CCUHP, 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, cafodd **CCUHP** ei grisialu 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 atal plant a phobl ifanc rhag derbyn llawer o'u hawliau:

- Eu hawliau i ddatblygu hyd eithaf eu potensial (Erthygl 6)
- Eu hawliau i'r iechyd gorau posib a bwyd maethlon (Erthygl 24)
- Eu hawliau i elwa o nawdd cymdeithasol (Erthygl 26)
- Eu hawliau i safon byw digonol sy'n diwallu ac yn cefnogi eu hanghenion (Erthygl 27)
- Eu hawliau i addysg ar sail cyfle cyfartal (Erthygl 28)
- Eu hawliau i gyfleoedd hamdden a chwarae (Erthygl 31)

Mae **Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant 2014** yn gosod dyletswydd sylw dyledus debyg i CCUHP ar gyrff cyhoeddus a enwir, gan gynnwys awdurdodau lleol a byrddau iechyd, wrth iddyn nhw gyflawni eu swyddogaethau yn 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 canlyniadau anghyfartal i bobl sy'n profi anfantais sosio-economaidd.

Ar adeg cyhoeddi'r adroddiad hwn (Hydref 2023), mae Llywodraeth Cymru wedi cynnal ymgynghoriad cyhoeddus ar gyfer Strategaeth Tlodi Plant, ac mae disgwyl iddyn nhw gyhoeddi'r strategaeth derfynol ar ddiwedd 2023.

Cynnwys

Cyflwyniad ... 6

Canfyddiadau'r arolwg ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol ... 9

- Am yr arolwg ... 10
- Pwy ymatebodd ... 11
- **Canfyddiadau** ... 13
- Materion tlodi trosfwaol: cymharu 3 blynedd (2021-2023) ... 14
- Materion tlodi trosfwaol: 2023 ... 18
- Gwariant cyllideb ... 23
- Dyled ... 26
- Cefnogaeth ariannol ... 31
- Prydau ysgol am ddim ... 33
- Addysg a thlodi ... 37
- Iechyd meddyliol ac emosiynol ... 43
- Tlodi a diogelu ... 47
- Taclo tlodi: Strategaeth Tlodi Plant i Gymru ... 50

Canfyddiadau'r Arolwg Plant a Phobl Ifanc ... 55

- Am yr arolwg ... 56
- Pwy ymatebodd ... 57
- **Canfyddiadau** ... 58
- Cyflwyniad ... 59
- Materion tlodi ... 60
- Tlodi a'r ysgol ... 63
- Gwisg Ysgol ... 66
- Bwlio a thlodi ... 71
- Tlodi a'r cartref ... 75
- Tlodi yn y gymuned ... 77
- Tasen i'n Brif Weinidog Cymru ... 79

Cyflwyniad

Mae 28% o blant yng Nghymru yn byw mewn tlodi

Mae tlodi ar led yng Nghymru, ac mae pob awdurdod lleol yn parhau i brofi cyfraddau uchel o dlodi plant. Mae data a gyhoeddwyd yn ddiweddar gan Brifysgol Loughborough, ar ran Clymblaid Dileu Tlodi Plant, yn dangos bod 28% o blant yng Nghymru yn byw mewn tlodi. Er bod y ffigur hwn yn dal yn annerbyniol o uchel, mae wedi gostwng yn sylweddol ers 2022, lle nodwyd bod 34% o blant yng Nghymru yn byw mewn tlodi. Fodd bynnag, o ystyried nad yw'r data'n cwmpasu cyfnod brig yr argyfwng costau byw na chwyddiant, nid yw'n hysbys eto pa mor sefydlog yw'r gostyngiad hwn, na chwaith a yw'n adlewyrchu'n llawn gyfraddau presennol tlodi plant yng Nghymru.

Bellach yn eu 7fed flwyddyn, mae arolygon Blynyddol Tlodi Plant a Theuluoedd Plant yng Nghymru yn ceisio sicrhau mwy o ddealltwriaeth o'r ffeithiau a'r profiadau bywyd y tu ôl i'r ffigurau a'r effaith mae tlodi'n ei chael ar blant, pobl ifanc a'u teuluoedd. Yn hanfodol, mae'r arolygon yn rhoi cyfle i blant, pobl ifanc, ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol rannu eu barn a'u profiadau o dlodi yng Nghymru, ac amlygu'r materion sy'n cael eu hwynebu nawr, yn feunyddiol.

Er yr ymddengys bod cyfradd tlodi plant wedi gostwng yn ystod cyfnod adrodd 2023, gwaetha'r modd, ychydig iawn o 'newyddion da' sy'n adlewyrchu hynny yn yr adroddiad hwn. Eto, mae ymarferwyr yn rhannu darlun digysur o effaith tlodi ar filoedd o blant a phobl ifanc ledled Cymru. Mae'n gwbl annerbyniol bod modd dadlau, yn ystod y 7 mlynedd ers i'r arolygon blynyddol hyn gychwyn, **nad oes fawr ddim wedi newid i'n plant a'n pobl ifanc.**

Mae'r ymarferwyr a'r gweithwyr proffesiynol a ymatebodd i'r arolwg hwn yn gweithio gydag o leiaf **110,000** o deuluoedd a'u plant. At ei gilydd, maen nhw'n gweld costau byw cynyddol, ansicrwydd bwyd a dyled fel ffactorau sy'n cael yr effaith fwyaf ar deuluoedd, gyda 95% yn dweud bod **y sefyllfa'n waeth eleni** na'r llynedd.

Soniodd yr ymatebwyr am ***"ganlyniadau drastig"*** tlodi, ***"iechyd meddwl yn dirywio"*** a ***"gorbryder cynyddol"***, nid yn achos rhieni yn unig, ond i blant hefyd. Mae'r adroddiad hwn yn edrych yn fanylach ar feysydd penodol a hefyd yn rhannu barn a phrofiadau plant a phobl ifanc yng nghyswllt effaith tlodi.

Ar hyd yr adroddiad, defnyddir ffigurau a chanrannau. Fel mewn adroddiadau blaenorol, hoffai Plant yng Nghymru ategu eto bod plentyn, person ifanc a theulu y tu ôl i bob un o'r ystadegau, canrannau, sylwadau a phrofiadau a gyflwynir ar hyd yr adroddiad hwn.

Os na weithredir ar unwaith i ymdrin ag achosion gwaelodol tlodi a'i effeithiau; newid polisïau, gwreiddio dealltwriaeth ac agweddau sydd ddim yn stigmateiddio, bydd cylch ac effaith niweidiol tlodi yn parhau ar gyfer llawer o'n plant a'n pobl ifanc, nid nawr yn unig, ond wrth iddyn nhw dyfu'n oedolion a magu eu teuluoedd eu hunain.

Cefndir yr arolygon

Fe gychwynnon ni ein harolygon yn 2014, gyda ffocws ar brofiadau a barn ymarferwyr. Yn 2016, fe wnaethon ni gynhyrchu ein harolwg cyntaf i blant a phobl ifanc. Roedden ni eisiau clywed eu barn ar dlodi; deall sut mae'n effeithio arnyn nhw, a pha feysydd roedden nhw'n nodi oedd yn cael yr effaith fwyaf ar blant a phobl ifanc sy'n byw mewn tlodi. Ers hynny, rydyn ni wedi cynnal 2 arolwg yr un pryd, 1 ar gyfer ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol, a'r llall ar gyfer plant a phobl ifanc. Er na all cwestiynau'r arolygon gyfateb yn union i'w gilydd, mae mwyafrif y materion a'r themâu yn parhau yr un fath ar draws y ddau arolwg.

Bob blwyddyn, mae ein harolygon yn cadw sawl cwestiwn craidd, fel bod modd cymharu'n uniongyrchol o flwyddyn i flwyddyn. Fodd bynnag, mae rhai cwestiynau ac opsiynau amlddewis wedi gorfod newid i adlewyrchu materion sy'n dod i'r amlwg neu bryderon a godwyd mewn arolygon blaenorol, neu i gynnwys newidiadau deddfwriaethol. Er enghraifft, eleni, rydyn ni wedi cynnwys cyfres newydd o gwestiynau am wisg ysgol a brandio a phrydau ysgol am ddim i bawb.

O ystyried yr ymatebion manwl a gwerthfawr a gafwyd yn y ddau arolwg, mae'r adroddiad hwn yn edrych ar ganfyddiadau'r ddau ar wahân, yn hytrach nag ar y cyd.

Canfyddiadau'r arolwg ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol

Am yr arolwg

Nod yr arolwg oedd cael cipolwg ar brofiadau ac arsylwadau'r rhai sy'n gweithio gyda phlant, pobl ifanc a'u teuluoedd, naill ai'n uniongyrchol neu'n anuniongyrchol. Cynhaliwyd yr arolwg am gyfnod o 7 wythnos o 26 Ebrill – 16 Mehefin 2023, ac fe'i cwblhawyd yn ddienw gan ymatebwyr.

Gofynnwyd i'r ymatebwyr ystyried cwestiynau cysylltiedig â thlodi yn y meysydd canlynol:

- Materion tlodi trosfwaol
- Gwariant cyllideb
- Dyled
- Cefnogaeth ariannol
- Prydau Ysgol am ddim
- Addysg
- Iechyd meddwl ac emosiynol
- Diogelu

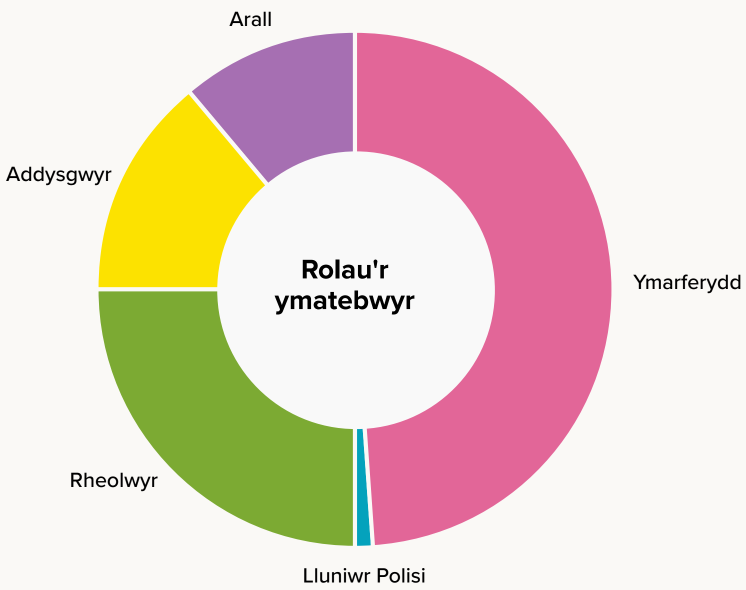
Roedd yr arolwg yn cynnwys cyfuniad o gwestiynau amlddewis ac agored, gan alluogi'r ymatebwyr i rannu eu barn a'u profiadau. Gofynnodd yr arolwg hefyd i'r ymatebwyr rannu eu meddyliau, eu syniadau a'u hatebion ar gyfer atal neu liniaru effaith tlodi. Cyflwynir y rhain ar ddiwedd eu canfyddiadau.

Pwy ymatebodd

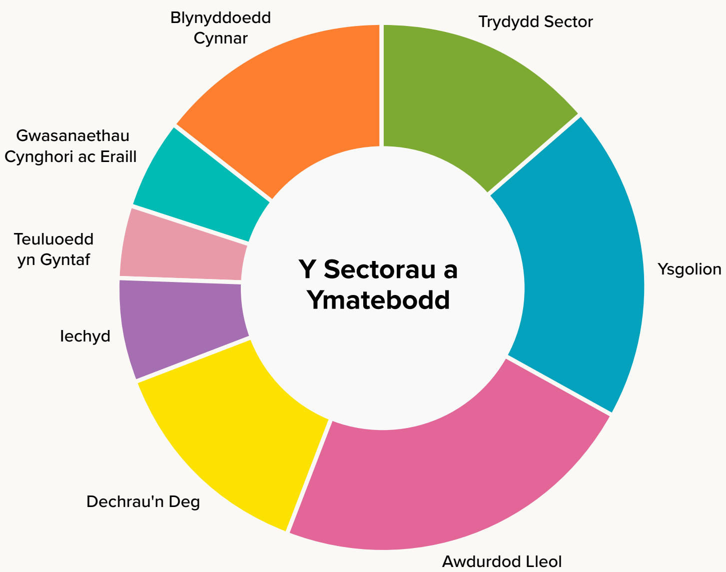
Ymatebodd ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol o bob un o'r 22 o ardaloedd awdurdod lleol yng Nghymru. Cafwyd cyfanswm o 371 o ymatebion, ac roedd 84% o'r ymatebwyr yn gweithio'n uniongyrchol gyda phlant, pobl ifanc a theuluoedd.

Roedd gan yr holl ymatebwyr gylch gorchwyl oedd yn cwmpasu plant, pobl ifanc a/neu deuluoedd. Mae'r rhai sy'n ymwneud yn uniongyrchol â phlant a theuluoedd yn gweithio gydag o leiaf 110,000 o deuluoedd bob blwyddyn. Mae'r ffigur hwn yn amcangyfrif gochelgar a addaswyd, a chymerwyd gofal i sicrhau nad oedd posibilrwydd o 'gyfri dwbl' ar draws sefydliadau ac ardaloedd awdurdod lleol. Yr isafswm gwreiddiol, heb ei addasu, yw 207,500 o deuluoedd.

Roedd yr 16% arall o ymatebwyr yn gweithio'n anuniongyrchol gyda phlant a theuluoedd mewn meysydd megis datblygu polisi, rolau rheoli, ac academia.

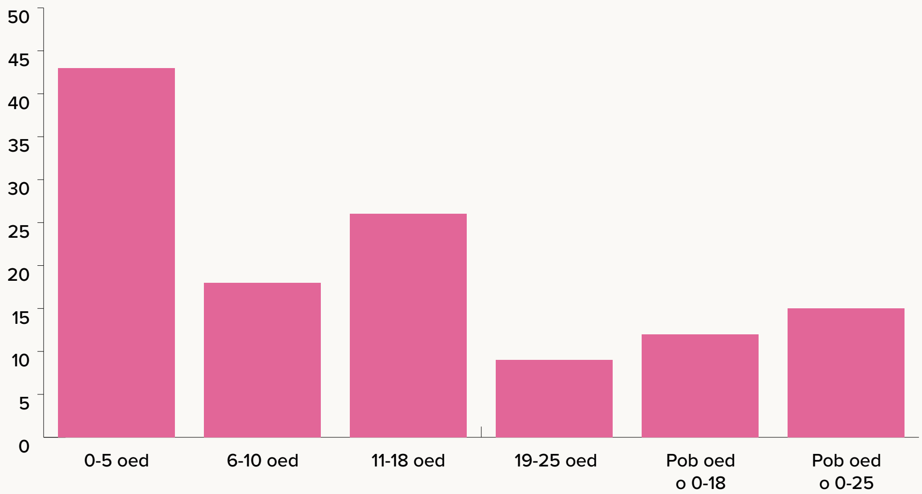


Ymatebodd ystod eang o sectorau a gwasanaethau ar draws Cymru i'r arolwg.



Gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi'r grwpiau oed maen nhw'n gweithio gyda nhw'n bennaf, neu'n gyfrifol amdanynt. Sylwer bod gan rai ymatebwyr gylch gorchwyl oedd yn cwmpasu mwy nag un grŵp oed.

Cwmpas oed cylch gorchwyl yr ymatebwyr



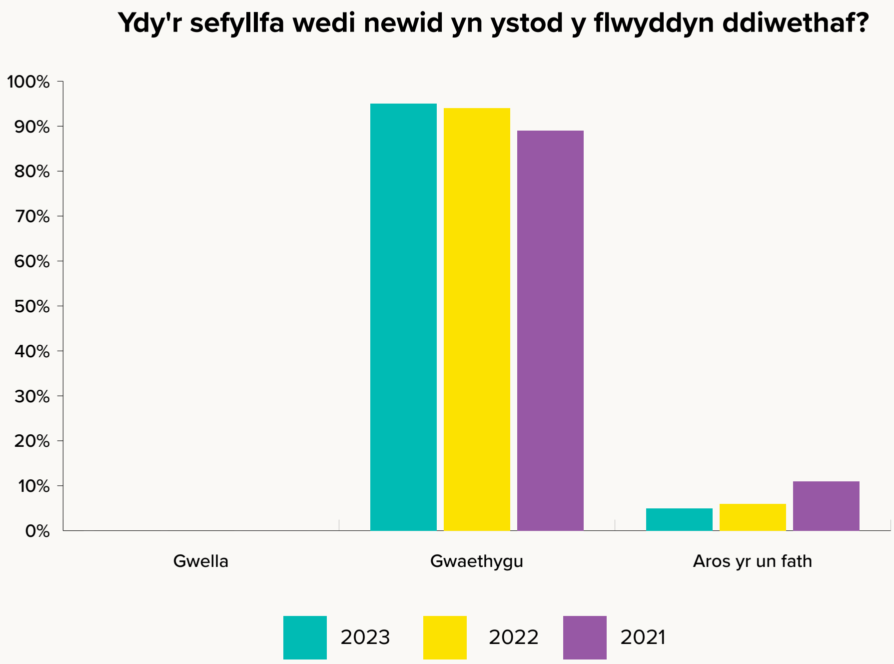
Canfyddiadau

Materion tlodi trosfwaol: cymharu 3 blynedd (2021-2023)

"Mae llawer o deuluoedd wedi bod yn brwydro yn erbyn tlodi ers blynyddoedd cyn yr argyfwng costau byw presennol. Mae adnoddau a gwasanaethau wedi cael eu torri'n ôl, ac mae'r pwysau ar wasanaethau hanfodol wedi cynyddu'n sylweddol. Rydyn ni wedi cyrraedd y storm berffaith."

Yn ystod y 7 mlynedd ers i'r arolygon gychwyn, mae'r cwestiynau wedi newid i adlewyrchu materion cysylltiedig â thlodi sy'n dod i'r amlwg a'u heffaith. Fodd bynnag, mae cwestiynau craidd yn cael eu cynnwys yn gyson o un flwyddyn i'r nesaf. Mae'r cwestiynau craidd hyn yn darparu trosolwg cymaradwy o sefyllfa tlodi yng Nghymru fel y'i gwelwyd a'i profwyd gan ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol.

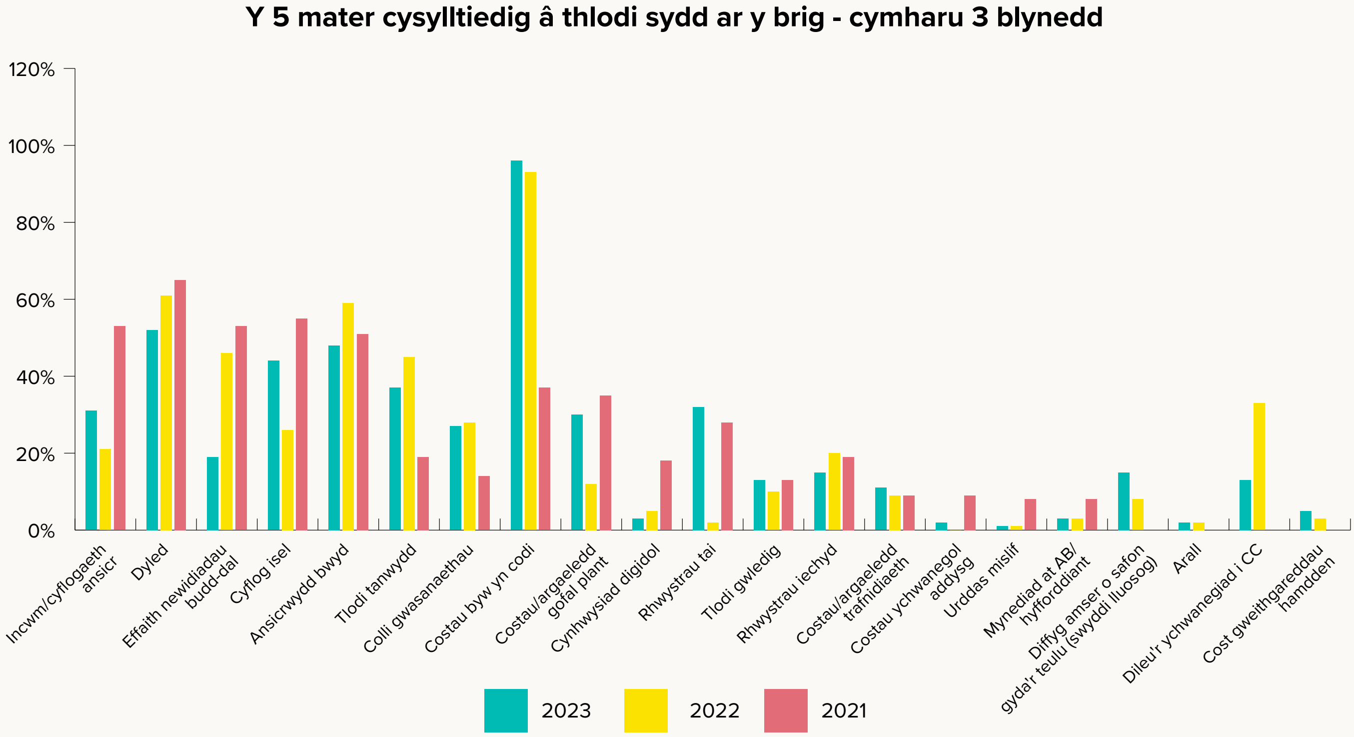
Mae dau o'r cwestiynau hyn yn gofyn ydy'r sefyllfa o ran tlodi wedi newid yn ystod y flwyddyn ddiwethaf; ac yn eu profiad nhw, beth yw'r 5 mater cysylltiedig â thlodi sydd ar y brig ar hyn o bryd ym marn ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol. Fel mae'r siart yn dangos, adroddodd bron yr holl ymatebwyr (95%) fod y sefyllfa gyffredinol o ran tlodi ar gyfer y plant, y bobl ifanc a'r teuluoedd maen nhw'n gweithio gyda nhw wedi ***'gwaethygu'*** yn ystod y 12 mis diwethaf. Dyma'r ffigur uchaf a welwyd mewn unrhyw un o'r arolygon blynyddol hyd yma.



"Maen nhw'n cael mwy o drafferth ymdopi nag rwyf fi wedi gweld erioed o'r blaen mewn 30 mlynedd o weithio gyda theuluoedd a phlant".

Yn yr 2il o'n cwestiynau craidd, cyflwynwyd ystod eang o faterion cysylltiedig â thlodi i'r ymatebwyr. O'r rhain, gofynnwyd iddyn nhw nodi 5 mater oedd yn achosi'r pryder mwyaf a'u rhoi yn eu trefn o ran yr effaith fwyaf ar y plant, y bobl ifanc a'r teuluoedd maen nhw'n gweithio gyda nhw, neu mae eu gwaith yn eu cwmpasu. Ni ofynnwyd i'r ymatebwyr roi'r materion eraill yn eu trefn.

Cyflwynwyd y 3 mater olaf a ddangosir ar y siart yn arolwg 2022, ac o ganlyniad, nid oes data cymaradwy ar gael ar gyfer 2021.



Mae nifer o amrywiadau yn ystod y cyfnod cymharu hwn, ac o ystyried effaith Covid, costau byw cynyddol, y sefyllfa economaidd bresennol ac anghenion newidiol teuluoedd o fewn y tirlun hwn, efallai nad yw hynny'n peri syndod. Mae costau byw cynyddol yn sicr yn cael effaith ar bron bob categori a ddangosir.

Mae'n bosibl hefyd bod effaith dymor hwy Covid yn awr yn dod i'r amlwg ac yn cael ei adlewyrchu yn yr ymatebion. Er enghraifft, mae *colli gwasanaethau* yn awr yn cael ei weld fel mwy o broblem o gymharu â 2021, ac ar hyd yr arolwg, gwnaeth yr ymatebwyr sylwadau ar y nifer cynyddol o deuluoedd a phlant sydd angen cefnogaeth, ond sy'n methu cael mynediad i'r gwasanaethau hynny oherwydd diffyg argaeledd neu gywasgu lleoliadau. Gwnaed sylwadau penodol ynghylch hyn yng nghyswllt iechyd meddwl a banciau bwyd.

"Rwy'n gweld ac yn clywed y peth bob dydd gan deuluoedd eu hunain. Ers cyfnod Covid, mae iechyd meddwl llawer o blant ac oedolion wedi gwaethygu ac mae angen gwasanaethau fel ni arnyn nhw i wybod eu bod nhw ddim ar eu pennau eu hunain."

O ystyried cyfyngiadau'r arolwg hwn, mae'n aneglur a yw capasiti gwasanaethau cefnogi wedi lleihau, neu ydy'r galw wedi cynyddu yn dilyn y pandemig. Mae'r sylwadau'n awgrymu bod y ddau beth wedi digwydd.

Yn ystod y cyfnod o 3 blynedd a ddangosir, mae ***costau byw cynyddol*** wedi golygu bod cynnydd dramatig yn nifer yr ymatebwyr sy'n dewis hynny fel un o'r 5 mater cysylltiedig â thlodi sydd ar y brig. Eleni, dewisodd **96%** hyn fel un o'r 5 uchaf. Pan ofynnwyd iddyn nhw wneud sylw, fe ddywedson nhw fod costau bwyd ac ynni bellach mor uchel fel bod teuluoedd yn methu fforddio'r hanfodion hynny bellach, a bod hynny'n wir ers 2021. Roedd hynny'n cael ei waethygu ymhellach gan ***gyflogau isel, incwm a chyflogaeth ansicr, costau gofal plant uwch*** a ***rhwystrau tai.*** Dywedwyd bod cyllidebu ar gyfer eitemau hanfodol yn ***"dasg amhosibl".***

"Dyw teuluoedd ddim yn gallu rheoli'r sefyllfa, mae'r cynnydd yn y costau y tu hwnt i'w rheolaeth. Allan nhw ddim cynllunio, ac mae'n arbennig o anodd rhagweld costau ynni a bwyd, sydd fel ei gilydd yn wariant hanfodol gyda phlant ifanc"

Mae cynnydd moel i'w weld yn y ***rhwystrau tai*** eleni. Mae'r sylwadau a wnaed yn dangos nifer o resymau am hynny, gan gynnwys niferoedd cynyddol o ***deuluoedd "yn chwalu"*** wrth i rieni ymwahanu ac i bobl ifanc adael cartref y teulu'n gynt. Cyfeiriodd ymarferwyr at y cynnydd hwn yn chwalfa perthnasoedd fel rhywbeth oedd yn uniongyrchol gysylltiedig â materion tlodi, yn bennaf straen a gorbryder a achosir gan ddiffyg incwm a fforddiadwyedd hanfodion.

Cyfeiriwyd at **gostau rhent** cynyddol hefyd fel rhwystr penodol eleni, a hynny i deuluoedd sy'n cyrchu tai a'r rhai sy'n gorfod gadael eu cartref oherwydd prisiau rhent

"Mae diffyg tai, ac mae costau byw wedi codi. Mae dros 3,000 o bobl yn aros am eiddo 1 ystafell wely yn [awdurdod lleol]. Mae pobl ifanc yn gadael cartref yn ifancach, ac mae cost rhentu'n breifat wedi codi y tu hwnt i'r lwfans tai."

Gostyngodd nifer yr ymatebwyr oedd yn dewis **effaith newidiadau budd-dal** a **dileu'r ychwanegiad i Gredyd Cynhwysol** yn ystod y cyfnod cymharu. Fodd bynnag, soniodd ymarferwyr droeon am yr effaith ar deuluoedd. Fe wnaethon nhw gyfeirio at y colli incwm yma fel ffactor o bwys yng nghyswllt gallu teuluoedd i fwydo'u plant, gwresogi eu cartrefi a diwallu eu hanghenion hanfodol, sylfaenol.

Gostyngiad arall yn y gymhariaeth eleni yw nifer y bobl sy'n dewis ***dyled*** fel un o'r 5 mater ar y brig. Fodd bynnag, mae'n dal yn bendant yn destun pryder i ymatebwyr, gyda mwy na hanner (52%) yr holl ymatebwyr yn dewis hyn, ac yn 2023, roedd yn dal i gyrraedd yr 2il safle o ran y materion mwyaf cyffredin oedd yn effeithio ar deuluoedd. Mae dyled yn cael ei archwilio ymhellach mewn adran ar wahân o'r adroddiad hwn.

At ei gilydd, nododd yr ymatebwyr fod effaith tlodi yn effeithio ar fwy o blant, pobl ifanc a theuluoedd nag erioed o'r blaen, ac ar draws mwy o feysydd yn eu bywydau. Cyfeiriwyd yn fynych at **iechyd meddwl gwael a iechyd corfforol oedd yn dirywio**, yn ogystal â'r diffyg ***'amser teulu'***, naill ai oherwydd bod rhieni a gofalwyr o reidrwydd yn gwneud sawl swydd i ddarparu hanfodion, neu oherwydd eu bod yn methu ymgysylltu â gweddill y teulu oherwydd dirywiad yn eu hiechyd meddwl.

"Dim diwedd mewn golwg. Mae iechyd rhieni a phlant yn parhau i ddirywio, ac allan nhw ddim gweld ffordd mas o'r sefyllfa bresennol... mae rhieni'n teimlo'n ddi-werth ac yn ddi-ddefnydd."

Mae ymatebwyr yr arolwg hwn yn gweithio gydag o leiaf 110,000 o deuluoedd, ac fel y dywedodd ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol, mae sefyllfa'r rhan fwyaf o'u teuluoedd yn anobeithiol. Mae plant a phobl ifanc yn dioddef o ddiffyg maeth ac yn llwglyd, mae eu cartrefi'n oer ac yn llaith, ac mae dyledion o reidrwydd yn cynyddu. Yn wyneb hyn, a llawer o faterion eraill cysylltiedig â thlodi, nid yw'n syndod bod ***"teuluoedd wedi cyrraedd pen eu tennyn"***, yn ***"benisel"*** a ***"heb fawr ddim gobaith ynghylch eu dyfodol".***

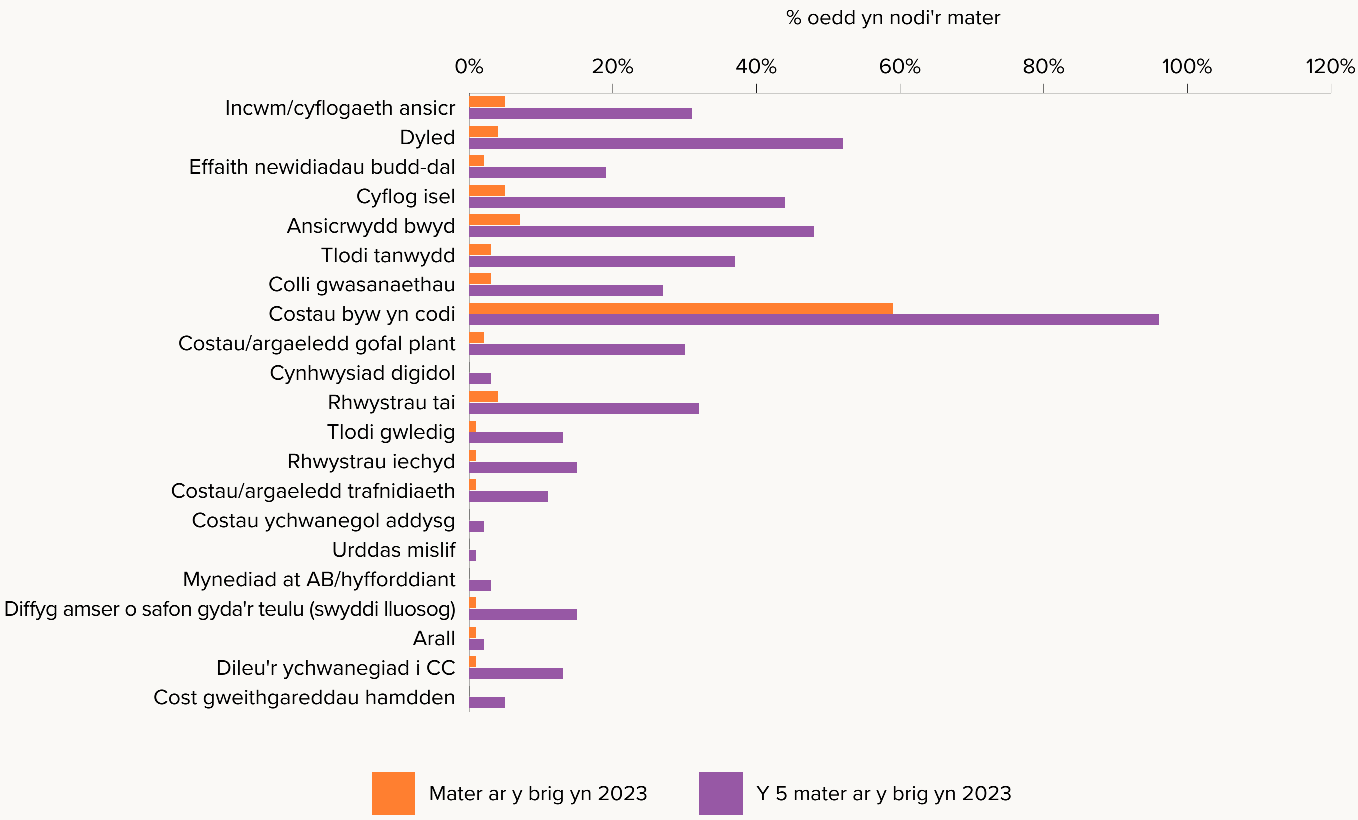
Materion tlodi trosfwaol: 2023

“Mae costau byw cynyddol nid yn unig yn cael effaith ariannol ar deuluoedd, ond hefyd yn cael effaith frawychus ar iechyd corff a meddwl.”

Mae’r adran sy’n dilyn yn darparu rhagor o fanylion am y materion trosfwaol cysylltiedig â thlodi a nodwyd yng nghanfyddiadau eleni, ac mae’n cynnwys sylwadau a phwyntiau gan ymatebwyr. Mae’r darlun cyffredinol yn un digysur.

O’r rhestr a roddwyd, dewisodd yr ymatebwyr y 5 mater maen nhw’n meddwl sy’n effeithio fwyaf ar blant a theuluoedd ar hyn o bryd, a’u rhoi yn eu trefn.

Y 5 mater cysylltiedig â thlodi a nodwyd fel y rhai ar y brig



Nodwyd costau byw cynyddol fel mater ymhlith y 5 uchaf gan 96% o’r ymatebwyr, ac fe’i dewiswyd gan 59% fel y mater ar y brig (y llynedd, roedd y ffigurau hyn yn 93% ac yn 45% y neu tro).

“Mae’r pwysau a’r straen mae rhieni’n eu profi’n ariannol yn effeithio ar eu plant. Mae hynny’n effeithio ar bobl ifanc ac yn gallu creu problemau o ran gorbryder.”

Roedd yr ymatebwyr yn sylweddoli bod **cyfatebiaeth rhwng yr holl faterion a'i gilydd.** Er enghraifft, roedd cyflogau isel ac incwm isel yn effeithio'n uniongyrchol ar allu teuluoedd i gadw i fyny â chostau byw cynyddol, a'u fforddio. Roedd hynny'n cael ei gysylltu'n gyffredinol â theuluoedd yn mynd i ddyled neu fwy o ddyled, oedd yn arwain at straen a dirywiad yn eu hiechyd meddwl. Cyfeiriwyd at yr holl ffactorau hyn fel rhai oedd yn **effeithio'n uniongyrchol ar blant a phobl ifanc** ym mhob rhan o'u bywydau, gan gynnwys llesiant corfforol ac emosiynol; ymgysylltiad a chyrhaeddiad addysgol; ac eithrio cymdeithasol ac ynysu.

"Mae pobl ifanc yn ymgyfarwyddo â safon is nag y dylen nhw. Wrth weld eu rhieni'n cael trafferthion, maen nhw'n rhagdybio byddan nhw hefyd yn y sefyllfa hon. Maen nhw'n dysgu gweld eu gyrfa fel cyfrwng i gyrraedd rhywle, [yn hytrach na] rhywbeth mwy."

Roedd y sylwadau ar ***gostau byw cynyddol*** yn canolbwyntio'n bennaf ar brisiau bwyd ac ynni. Nododd bron pob ymarferydd fod teuluoedd yn cael trafferth ymdopi â'r costau hyn, ac roedd llawer yn gweld nifer cynyddol o deuluoedd yn darparu bwyd a thrydan am yn ail ddiwrnod. Fe wnaethon nhw sylwi fod llawer o rieni ddim yn bwyta'n rheolaidd eu hunain, mewn ymgais i ddarparu ar gyfer eu plant. Roedd hyn yn cynnwys nifer cynyddol o rieni sy'n gweithio.

Yn anochel, dangosodd yr arolwg **gynnydd yn yr atgyfeiriadau i fanciau bwyd** a'r defnydd ohonynt, ond roedd y cynnydd yn y galw yn aml yn golygu bod banciau bwyd yn methu ymateb i'r angen, ac o ganlyniad yn gorfod pennu meini prawf penodol ar gyfer defnydd. Roedd hynny'n anochel yn cau rhai teuluoedd allan, neu'n cyfyngu ar nifer y troeon y gallen nhw gael mynediad i'r banc bwyd.

Roedd cynnydd sylweddol yng nghanran y sylwadau ynghylch ***tlodi gwledig*** ac effaith benodol costau byw cynyddol. Roedd yr ymatebwyr yn canolbwyntio'n arbennig ar ddiffyg mynediad at ***"siopau rhatach",* cysylltiadau trafnidiaeth a fforddiadwyedd trafnidiaeth.** Roedd yr ychydig incwm oedd gan deuluoedd yn cael ei ymestyn ymhellach oherwydd eu bod yn gorfod prynu eitemau o siopau lleol, llai, lle roedd y prisiau fel arfer yn uwch. Roedd mynediad at gefnogaeth fel banciau bwyd, iechyd a gwasanaethau cynghori hefyd yn aml allan o gyrraedd teuluoedd oherwydd problemau trafnidiaeth.

"Nid yw cilfachau o amddifadedd yn cael eu hystyried ar gyfer cymorth grant... mae hyn i gyd yn seiliedig ar y boblogaeth ac yn creu anghydraddoldeb aruthrol mewn cymunedau gwledig."

Nodwyd ***costau ac argaeledd trafnidiaeth*** ymhlith y 5 materion cysylltiedig â thlodi oedd ar y brig. Roedd hyn yn effeithio nid yn unig ar y rhai mewn ardaloedd gwledig, fel uchod, ond hefyd ar y rhai mewn lleoliadau mwy poblog. Roedd y meysydd effaith y cyfeiriwyd atyn nhw amlaf yn ymwneud ag **addysg, cyflogaeth a gofal plant.** Oherwydd bod teuluoedd yn cael trafferth ymdopi'n ariannol i ddiwallu hyd yn oed eu hanghenion sylfaenol, roedd teuluoedd yn gynyddol yn gostwng nifer y diwrnodau roedd eu plant yn mynychu'r ysgol, er mwyn lleihau eu costau o ran trafnidiaeth gyhoeddus a phersonol, ac o ganlyniad gynyddu eu cyllideb mewn meysydd eraill, megis bwyd ac ynni.

"Cynnydd sydyn yn y teuluoedd sy'n methu cludo eu plant i'r ysgol... mae teuluoedd yn methu fforddio mynd â'u plant i'r ysgol 5 diwrnod yr wythnos."

Roedd yr anawsterau o ran costau ac argaeledd trafnidiaeth yn cynnwys rhwystrau i **gyflogaeth a gofal plant.** Wrth i wasanaethau trafnidiaeth gyhoeddus gael eu torri'n ôl neu eu lleihau, dywedwyd bod mynediad at gyflogaeth yn fwyfwy anodd. Roedd hynny, o'i gyfuno â diffyg argaeledd gofal plant, yn golygu bod cynnal cyflogaeth yn eithriadol o anodd i lawer, yn arbennig rhieni sengl. Canfu'r arolwg hefyd fod costau cynyddol trafnidiaeth a gofal plant yn golygu bod teuluoedd yn rheolaidd yn syml yn methu fforddio gweithio. Cyfeiriwyd at ddibynadwyedd trafnidiaeth gyhoeddus hefyd fel problem barhaus, gyda rhieni'n rheolaidd yn profi oedi a chanslo gwasanaethau. O ganlyniad, roedd rhai rhieni yn gadael eu cyflogaeth, o'u gwirfodd neu fel arall, neu mae eu lleoedd mewn gofal plant wedi cael eu canslo oherwydd *'diffyg cysondeb wrth gasglu'r plant'.*

Codwyd materion eraill ynghylch **gofal plant** hefyd, a hynny gan ymarferwyr a'r rhai oedd yn gweithio mewn lleoliadau gofal plant. Cafwyd llawer o sylwadau am fforddiadwyedd gofal plant, yn arbennig i'r rhai ar incwm is.

"Oni bai am y ffaith bod Dechrau'n Deg yn cynnig 12.5 awr o ofal plant a ariannir, fyddai'r rhan fwyaf o deuluoedd ddim yn ystyried talu i'w plentyn fynd yno, oherwydd bydden nhw'n methu ei fforddio."

Roedd ffocws arbennig ar y meini prawf cymhwyso ar gyfer 30 awr o ofal plant a ariannwyd. Dywedwyd bod y rhain ***“mor benodol fel bod rhieni sydd ei angen ddim yn gymwys”.*** Rhoddodd lleoliadau gofal plant eu hunain hefyd gipolwg ar yr anawsterau maen nhw’n eu hwynebu ac effaith costau byw a chynnydd mewn prisiau arnyn nhw.

Fe wnaethon nhw’r sylw bod eu ffioedd wedi gorfod codi i dalu am gyflog byw a’r cynnydd cysylltiedig mewn costau byw. Maen nhw’n gwbl ymwybodol o effaith hyn ar blant a phobl ifanc, ond maen nhw’n rhwystredig oherwydd nad oes fawr o ddewis.

“Fel darparwr gofal plant, allwn ni ddim fforddio derbyn llawer o blant fel rhan o’r cynllun 20 awr a ariannir oherwydd ein bod ni’n colli arian. Mae hynny’n effeithio ar y teuluoedd sydd angen y gwasanaeth yma, oherwydd ein bod ni’n blaenoriaethu plant sydd ddim yn rhan o’r cynllun.

Ar hyn o bryd dydyn ni ddim yn gwneud elw o gwbl bob mis oherwydd [costau]. Petai’r gyfradd yr awr yn cael ei chodi ar gyfer yr 20 awr a ariannir, bydden ni’n gallu cynnig mwy o leoedd.”

Testun pryder arbennig yn yr arolwg eleni oedd y sylwadau ynghylch niferoedd cynyddol o **blant yn cael eu derbyn i ofal.** Roedd yr ymatebwyr yn cysylltu hynny’n uniongyrchol â materion yn ymwneud thlodi, yn arbennig: diffyg arian i fwydo, dilladu a darparu hanfodion sylfaenol i blant; diffyg tai addas a gorlenwi; a dirywiad yn iechyd meddwl rhieni. Dywedodd ymarferwyr hefyd, oherwydd ***‘toriadau’r llywodraeth’***, nad oedd ymyriadau cynnar yn bosibl bellach, a bod hynny’n gwaethygu’r sefyllfa.

“Does dim cyllid ar gael er mwyn i wasanaethau barhau, ac mae hynny’n golygu bod teuluoedd yn anobeithio am gefnogaeth, ac yn cael eu gadael i ddelio â sefyllfaoedd ar eu pennau eu hunain, gan achosi trawma hirdymor.”

O ran nodi’r materion sy’n effeithio ar blant a phobl ifanc, ym maes **tai** y gwelwyd un o’r enghreifftiau mwyaf o gynnydd yn y ganran o gymharu â’r llynedd, gyda 32% o’r ymatebwyr yn ei nodi fel un o’r 5 mater ar y brig (2% yn unig yn 2022), Amlygwyd yr **angen brys am dai fforddiadwy ar rent.** Mae ymatebwyr yn profi twf yn niferoedd y plant sy’n byw mewn llety dros dro, cwbl anaddas am gyfnodau hir. Roedd hyn yn niweidio deinameg y teulu, datblygiad y plentyn a diogelwch. I rai teuluoedd, roedd hyn yn eu gwneud yn fwy ynysig ac yn cael effaith negyddol ar iechyd meddwl holl aelodau’r teulu.

“Mae mwy o deuluoedd a phlant yn byw mewn llety dros dro, sy’n cael effaith sylweddol ar eu datblygiad cymdeithasol.”

Roedd ymarferwyr hefyd yn profi cynnydd yn nifer y **bobl ifanc oedd yn ddigartref.** Ymddangosai fod hyn yn broblem arbennig ar gyfer pobl ifanc 16-21 oed oedd naill ai'n gadael gofal neu'n methu byw gartref bellach. Oherwydd cyfyngiadau'r arolwg, nid yw'n eglur pam mae pobl ifanc yn methu aros yng nghartref y teulu ac mae'r rhesymau'n debygol o fod yn niferus ac yn gymhleth, fodd bynnag, ar sail yr wybodaeth a ddarparwyd, gwelwyd pwysau cysylltiedig â thlodi fel dyled, materion ariannol, diwallu anghenion sylfaenol a iechyd meddwl gwael fel ffactorau arwyddocaol.

"Rwy'n gweld teuluoedd sy'n teimlo eu bod yn methu cefnogi plant ar ôl 16 oed, gan eu gadael yn ddigartref ac angen eu cefnogi a'u meithrin."

Nododd yr ymatebwyr fod angen cefnogaeth ychwanegol ar y bobl ifanc hyn yn aml, yn ogystal â thai, a bod prinder o'r ddau, neu bod y rhestrau aros mor hir nes bod y bobl ifanc wedi *"symud ymlaen"* erbyn hynny. Rhybuddiodd ymarferwyr am nodweddion bregus llawer o'r bobl ifanc hyn, ac roedden nhw'n pryderu am eu hopsiynau a'u deilliannau i'r dyfodol.

"Mae diffyg tai yn y pen draw yn arwain at ddigartrefedd, gan beryglu iechyd, llesiant, cyfleoedd mewn bywyd a chysylltiad â throseddoldeb yn ddifrifol".

Amlygwyd sawl maes arall yn y canfyddiadau; gan gynnwys niferoedd uwch o blant ifanc oedd ***"ddim yn barod i fynd i'r ysgol"*** ac yr oedd oedi yn eu datblygiad. Roedd ymarferwyr yn cysylltu hyn â materion yn ymwneud â thlodi, ond yn bennaf â dirywiad yn iechyd meddwl rhieni. Roedd hyn yn amlwg yn niweidiol i'r plant, ond hefyd i ysgolion, gan fod eu capasiti yn cael ei ddefnyddio fwyfwy i gefnogi'r plant hyn.

Roedd **iechyd corfforol** plant hefyd yn destun pryder. Roedd plant yn colli apwyntiadau ysbyty naill ai oherwydd bod rhieni'n methu fforddio cymryd amser o'r gwaith, yn arbennig y rhai ar gontractau oriau sero, neu oherwydd fforddiadwyedd trafnidiaeth. Ochr yn ochr â hyn, dywedodd ymatebwyr nad oedd plant yn cael lefel ddigonol o faeth.

Roedd yr arolwg yn gofyn cwestiynau penodol ynghylch dyled, iechyd meddwl ac addysg, a chyflwynir y canfyddiadau hynny ar wahân yn yr adroddiad hwn.

At ei gilydd, mae'r canfyddiadau'n dangos bod miloedd o blant, pobl ifanc a'u teuluoedd sy'n byw mewn tlodi, neu o fewn trwch blewyn i hynny, ***"wedi cyrraedd pen eu tennyn"*** yn ariannol ac yn feddyliol.

"Rhaid i ni wneud rhywbeth y tro yma... mae pethau'n gwaethygu yng Nghymru."

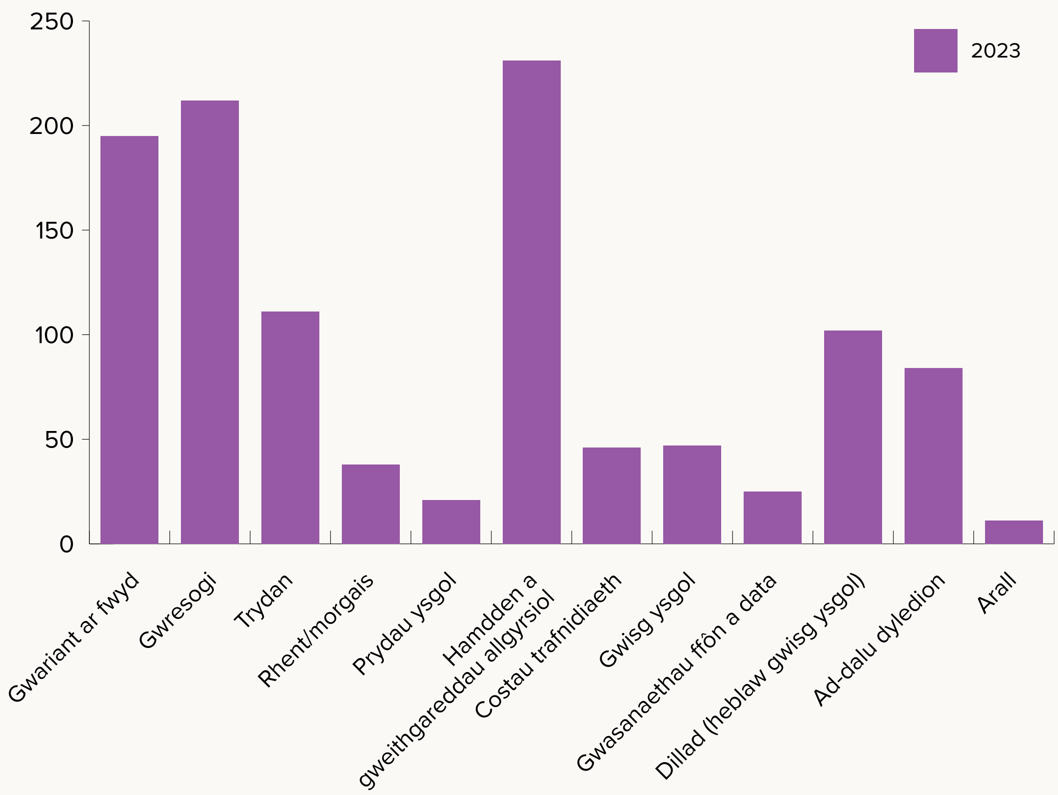
Gwariant cyllideb

“Os nad yw plant yn gallu mynychu gweithgareddau allgyrsiol, fyddan nhw ddim yn ddatblygu’n iawn yn gymdeithasol nac yn addysgol. Mae llu o blant deallus, clyfar sydd ddim yn cael cyfle i dyfu.”

Mae costau byw cynyddol ac incwm isel wedi golygu bod rhaid i deuluoedd wneud dewisiadau anodd iawn ynghylch eu cyllidebau. Er enghraifft, nododd ein harolwg yn 2022 fod rhaid i rai teuluoedd leihau eu gwariant ar fwyd er mwyn cynyddu eu cyllideb ar gyfer trydan neu rent.

Er mwyn archwilio hyn ymhellach a deall ei effaith, cyflwynodd arolwg eleni gwestiwn newydd ynghylch pa gyllideb neu wariant mae teuluoedd yn fwyaf tebygol o’i leihau. Gofynnwyd i ymatebwyr ddewis 3 o’r rhestr a roddwyd.

Meysydd mwyaf cyffredin ar gyfer lleihau cyllideb/gwariant



Mae’r meysydd lle mae gwariant wedi lleihau yn adlewyrchu sylwadau ymarferwyr ar hyd yr arolwg, ac efallai y gellid eu disgwyl. Fodd bynnag, mae effaith hyn yn bellgyrhaeddol, ac yn cyffwrdd â bron pob agwedd ar fywydau teuluoedd, gan beri pryder dwfn i lawer o’r ymatebwyr.

Nodwyd bod gostyngiad yn y gwariant ar **hamdden a gweithgareddau allgyrsiol** yn cael effaith amlwg ar holl aelodau’r teulu. Roedd plant a phobl ifanc yn mynd yn fwy ynysig ac yn colli cymhelliad, roedd rhieni’n cael eu gadael *“yn teimlo’n euog”* am ddileu *“gweithgareddau difyr neu addysgiadol”* ac o ganlyniad, roedd perthnasoedd teuluol yn fwy cecrus.

Gwelid gweithgareddau hamdden, cyfranogiad ac ymgysylltiad fel *"hafan"* i deuluoedd, trwy weithredu fel *"dihangfa"* fechan, roedd mawr alw amdani, o'u hamgylchiadau. Nododd ymarferwyr fod colli'r cyfleoedd pwysig hyn yn cael effaith negyddol ar iechyd meddwl pob aelod o'r teulu. Roedd llawer o deuluoedd a fu gynt ond yn gallu fforddio cymryd rhan mewn gweithgareddau am ddim bellach yn methu gwneud hynny, gan fod rhaid iddyn nhw ostwng eu gwariant ar gostau trafnidiaeth.

"Dyw plant ddim yn cael cymaint o weithgareddau cyfoethogi ag y buasen nhw'n flaenorol, a dydyn nhw ddim yn gweld aelodau o'r teulu estynedig oherwydd costau teithio. Mae hyn yn effeithio ar lesiant emosiynol a meddyliol y teulu cyfan."

Gwresogi oedd yr ail faes mwyaf tebygol o weld gostyngiad mewn gwariant, gyda **bwyd** yn dilyn yn agos iawn. Gwnaeth llawer o'r ymatebwyr y sylw bod eu teuluoedd bellach yn byw heb wres, oherwydd eu bod yn methu fforddio'r costau, neu'n dewis arbed arian yn y fan honno, er mwyn gwario mwy ar bethau eraill. Roedd teuluoedd yn aml yn oer ac yn mynd i'r gwely yn gynnar iawn, dim ond i gadw'n gynnes.

"Teuluoedd yn closio at ei gilydd mewn un stafell, yn gwresogi'r stafell honno'n unig, er mwyn torri'n ôl ar filiau gwresogi – ddylai hynny ddim bod yn digwydd yn 2023."

Dywedwyd bod gostyngiad yn y gwariant ar wres yn cynyddu salwch corfforol, gan achosi diffyg cwsg ac effeithio, yn ei dro, ar allu plant i ganolbwyntio a dysgu yn yr ysgol. Eto, gan arwain at ddirywiad yn eu hiechyd emosiynol, gan adael *"teimlad o anobaith a llesiant meddyliol negyddol".*

Fel y nodwyd mewn cwestiynau blaenorol, roedd **bwyd a bod yn llwglyd** yn faterion arwyddocaol, ac wrth i deuluoedd leihau eu gwariant ar fwyd, roedd canlyniadau uniongyrchol yn anochel, ond roedd ymarferwyr yn rhybuddio am faterion tymor hwy. Fe wnaethon nhw'r sylw bod rhieni'n syml yn methu fforddio darparu bwyd maethlon, iach. Eu blaenoriaeth yw atal teimladau llwglyd, felly mae diet yn rheolaidd yn cynnwys bwydydd *'swmpus', a charbohydradau* yn unig. Mae'r rhain yn gyffredinol yn llawer rhatach i'w prynu ac yn haws eu cyrchu, does dim angen eu cadw'n oer, ac mae angen llai o drydan i'w coginio. Gan fod llawer yn lleihau eu defnydd o drydan, mae dull storio a choginio yn feysydd hanfodol i rieni eu hystyried.

Roedd ymarferwyr yn ymwybodol nad yw plant yn derbyn y maeth angenrheidiol, ac y bydd hynny'n cael effaith niweidiol dros amser ar eu datblygiad, eu haddysg, eu hiechyd meddwl a'u deilliannau tymor hir.

"Rwy wedi gweld teuluoedd yn lleihau faint o arian maen nhw'n ei wario ar fwyd, er enghraifft bwyta grawnfwyd a thost."

Nododd yr ymatebwyr hefyd **ostyngiad sylweddol yn y gwariant ar ddillad**, a hynny o ran gwisg ysgol a dillad eraill. Dywedwyd bod hynny, ochr yn ochr â gwario llai ar drydan, ac felly ar gyfleusterau golchi, yn cynyddu absenoldebau o'r ysgol neu niferoedd y plant oedd yn cael eu hanfon adre am dorri'r rheolau gwisg ysgol. Roedd hynny'n cael effaith ar blant, oedd yn eu hatebion i'w harolwg nhw, yn sôn am *"gael eu hanfon adre i newid",* ond bod ganddyn nhw ddim byd i newid i mewn iddo. Roedden nhw'n sôn yn aml am gael eu disgyblu o ganlyniad.

Roedd diffyg dillad heblaw dillad ysgol yn ynysu plant yn gymdeithasol. Roedden nhw'n llai tebygol o fynd allan rhag ofn iddyn nhw gael eu bwlio oherwydd eu dillad, neu'n syml oherwydd bod ganddyn nhw ddim dillad oedd yn ffitio neu oedd yn addas i'r tywydd ar y pryd. Gwaetha'r modd, roedd ymarferwyr yn nodi bod sut roedd plant yn edrych yn aml yn golygu eu bod yn cael eu *"beirniadu"* neu eu *"trin yn wahanol"* gan weithwyr proffesiynol a gwasanaethau, eto gan arwain at lefel isel o hunan-barch a diffyg hyder.

"Does gan deuluoedd ddim arian i dalu'r dyledion a arweiniodd atyn nhw'n cael atgyfeiriad i'r Gwasanaethau Byw â Chymorth. Mae hynny'n golygu eu bod yn aros yma nes eu bod wedi lleihau eu dyled yn sylweddol, ac mae hynny'n golygu eu bod yn aros yn llawer hwy, gan effeithio ar y gwasanaeth [gallwn ni ddarparu i eraill]."

Rhoddwyd llawer o enghreifftiau eraill o effaith gostyngiadau gwariant, gan gynnwys lleihau gwariant ar ddata ffôn, ac o ganlyniad methu ymgysylltu â gwasanaethau budd-dal neu gefnogaeth, gan gynnwys Credyd Cynhwysol; cynnydd mewn achosion o droi allan; a chynnydd cyson mewn ffioedd ad-dalu llog, gan arwain at gronni mwy o ddyled, na ellir ei reoli.

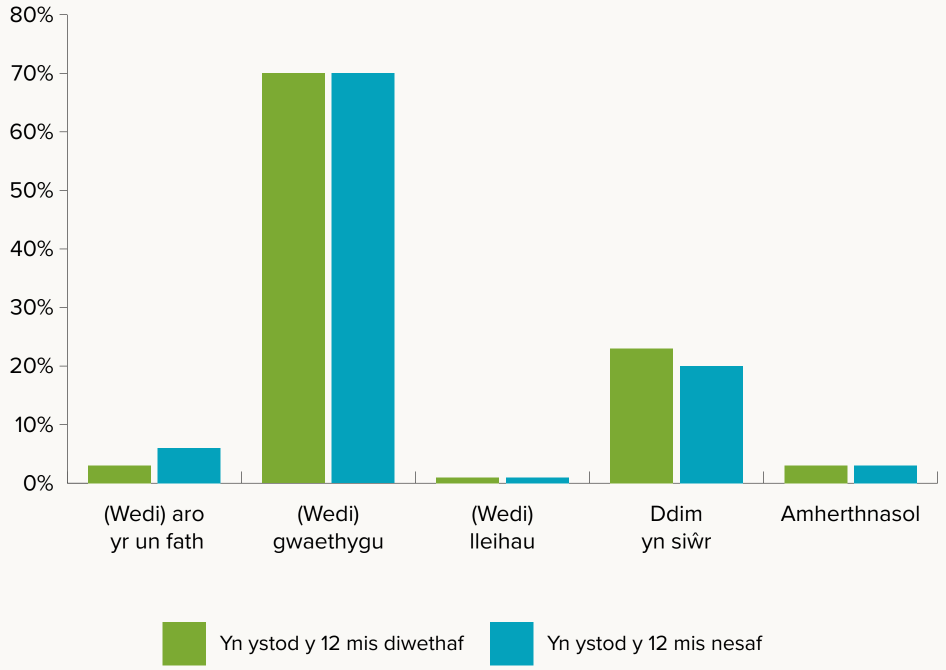
Dyled

“Nawr nid dewis yw dyled, ond rheidrwydd er mwyn diwallu anghenion sylfaenol”.

Roedd dyled yn thema amlwg ar draws holl ymatebion arolwg 2021. O ganlyniad, yn arolwg 2022, fe wnaethon ni geisio deall mwy am y mater hwn, ac fe wnaethon ni gynnwys dyled fel maes pwnc cyfan. Rydyn ni wedi parhau i wneud hynny yn 2023.

Ar sail profiadau ac arsylwadau, fe wnaethon ni holi ymatebwyr am lefelau dyled yn y gorffennol a’r dyfodol, a yw teuluoedd wedi ceisio cyngor ar ddyledion, ac yn olaf, os yw hynny’n hysbys, i bwy mae’r arian yn ddyledus.

Ydy ac a fydd lefelau dyled yn newid i deuluoedd?



Dywedodd yr ymatebwyr (70%) fod **lefelau dyled *‘wedi gwaethygu’*** yn ystod y 12 mis diwethaf i’r rhan fwyaf o deuluoedd maen nhw’n gweithio gyda nhw, ac mae 70% yn disgwyl i’r lefelau dyled hyn gynyddu yn ystod y 12 mis nesa. Wrth addasu’r ffigurau hyn i eithrio’r rhai sydd ddim yn gweithio’n uniongyrchol gyda theuluoedd, mae’r ddau ffigur yn codi i 87%.

Roedd achos dyled yn cael ei gysylltu bron yn ddieithriad â chostau byw, costau tai uchel, ac incwm isel. Wrth i wariant gynyddu’n anorfod, er bod incwm yn parhau’n statig neu’n anghyson, dywedwyd nad oedd gan lawer o deuluoedd unrhyw ddewis heblaw mynd i ddyled, neu ychwanegu at eu dyledion, dim ond er mwyn diwallu anghenion sylfaenol beunyddiol.

“Sut gall unrhyw deulu oroesi heb fynd i ddyled.”

Gwnaeth ymatebwyr sylwadau mai ychydig iawn o allu neu gyfle oedd yn aml i rieni gynyddu eu hincwm er mwyn osgoi neu leihau dyled. Er enghraifft, nid oedd incwm budd-daliadau a chymorth arall gan y llywodraeth yn ddigon i dalu am gostau hanfodol, ac roedd y rhai oedd yn medru gweithio at ei gilydd yn derbyn yr isafswm cyflog, nad oedd eto yn ddigon i dalu am yr hanfodion. Soniwyd bod llawer o rieni yn ymgymryd â 2 swydd neu fwy, ond oherwydd y cyflog isel a'r diffyg ***"oriau cyson"***, roeddent hwythau hefyd yn methu darparu'r hanfodion sylfaenol heb fynd i ddyled.

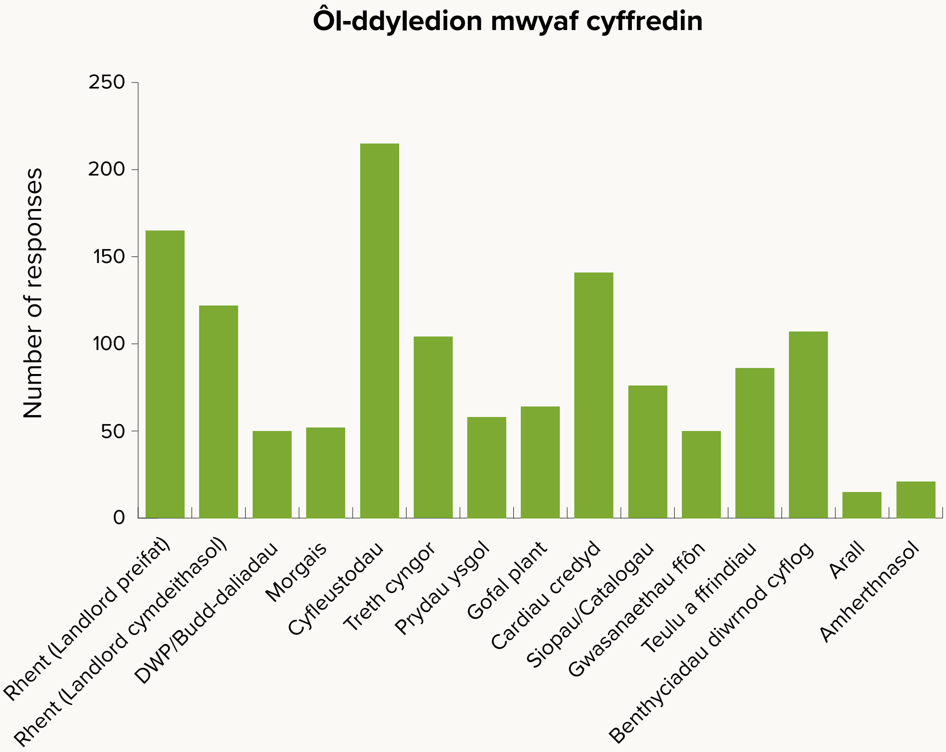
Mae llawer o deuluoedd yr ymatebwyr wedi byw gyda dyled am gyfnod hir, ond eleni maen nhw o'r farn bod y sefyllfa'n gwaethygu a bod ***"dyled yn magu dyled"***. Roedd dyled teuluoedd yn cynyddu'n wythnosol. Mae'r rhai sydd eisoes mewn dyled yn methu fforddio gwneud ad-daliadau, ac yn wir, yn gorfod cynyddu eu dyled, ac mae'r rhai a fu'n hanesyddol ym medru ymdopi heb ddyledion, bellach mewn dyled ac yn cael trafferth fforddio'r ad-daliadau.

"Mae teuluoedd yn methu ymdopi. Defnydd cynyddol o fanciau bwyd, dyledion anferth i fenthyg i gadw'n gynnes, lefelau pryder a straen trwy'r to. Mae teuluoedd yn prynu bwyd rhad, elfennol, nad yw'n faethlon, dim ond er mwyn peidio â bod yn llwglyd. Mae teuluoedd yn defnyddio hybiau Dechrau'n Deg i gadw'n gynnes oherwydd eu bod yn methu fforddio troi'r gwres ymlaen."

Dywedodd nifer bach iawn o ymarferwyr (llai nag 1%), fod rhai teuluoedd yn methu neu'n anfodlon rheoli cyllideb, gwneud dewisiadau gwario da, a rhoi blaenoriaeth i hanfodion, ac y bydden nhw'n elwa o gefnogaeth a chyngor yn hynny o beth. Fodd bynnag, roedd y rhan fwyaf o ymatebwyr yn cael bod eu teuluoedd yn wynebu ***"dewisiadau amhosib"*** a, pha mor dda bynnag oedd eu dewisiadau, bod dim digon o incwm yn syml i fwydo, dilladu a thalu am gartref eu plant. Er eu bod yn defnyddio banciau bwyd, yn defnyddio llai o drydan ac yn torri'n ôl ar lawer o eitemau hanfodol, roedd teuluoedd yn dal i fethu ymdopi heb fynd i ddyled.

"Rwy'n clywed gan deuluoedd sydd am roi bwyd iach i'w plant, maen nhw'n gwybod sut i goginio, ond maen nhw'n gweld y prydau parod rhad fel opsiwn rhatach, ac mae popeth yn cael ei wneud ar sail y gost."

Gofynnodd yr arolwg i'r ymatebwyr ddewis y 3 maes mwyaf cyffredin lle maen nhw'n credu bod arian yn ddyledus.



O ystyried bod y cynnydd yng nghostau ynni a rhent yn hysbys, nid yw'r canfyddiadau'n syndod. Mae cynnydd mewn meysydd eraill megis cardiau credyd, catalogau a benthyciadau diwrnod cyflog hefyd yn arwyddion bod teuluoedd yn methu ymdopi'n ddyddiol ac yn fisol, ac o ystyried eu hamgylchiadau, maen nhw'n annhebygol o fedru talu'r rhain yn ôl.

"Roedd un teulu welais i ddoe yn cychwyn cerdyn credyd arall i dalu morgais y mis yma."

Cyfeiriwyd at yr arfer o **reoli dyledion treth cyngor** mewn rhai ardaloedd awdurdod lleol fel rhywbeth ***"nad oedd o gymorth"*** a oedd yn ***"ychwanegu at faich"*** y rhai oedd mewn trafferthion. Er enghraifft, os yw'r rhandaliadau'n hwyr, caiff yr hawl i dalu yn y modd hwnnw ei ddileu, a chyflwynir cais am un taliad llawn. Pan na wneir y taliad hwnnw, mae'r asiantaethau gorfodi yn ymwneud â'r sefyllfa, ac fel arfer mae beilïod yn ymweld â chartref. Roedd ymarferwyr yn cwestiynu'r arfer yma. Nid yn unig roedd yn cynyddu straen a phryder pob aelod o'r teulu, roedd hefyd yn golygu bod yr awdurdodau lleol ddim yn derbyn unrhyw daliadau o gwbl. Roedd ymarferwyr am sicrhau dull gweithredu mwy empathetig o dan yr amgylchiadau hyn.

"Mae'r cyfan yn mynd yn amhosib ei reoli, ac yn aml yn arwain at y person yn creu Gorchymyn Gostwng Dyled, fel bod y ddyled gyfan yn cael ei dileu a dyw'r cyngor byth yn gweld dim o'r arian (gan gynnwys y ffioedd a ychwanegwyd gan y beili)."

Amlygwyd y **broses Credyd Cynhwysol (CC)** hefyd fel maes arall oedd yn ychwanegu at ddyledion teuluoedd ac yn llwytho mwy o bryder ar rieni. Mynegwyd pryderon ynghylch nifer y ***"camgymeriadau"*** a wnaed gan HMRC a DWP wrth brosesu hawliadau neu wneud taliadau. Roedd y *camgymeriadau* hyn yn aml yn creu gordaliadau; ond roedd teuluoedd yn credu bod y taliadau'n gywir ac yn cyllidebu'n unol â hynny. Wrth i'r camgymeriadau gael eu cywiro, mae incwm teuluoedd nid yn unig yn lleihau, ond hefyd mae cyfran o'r gordaliad yn cael ei gymryd bob mis cyn i'r budd-dal gyrraedd y teulu. Mae hynny'n lleihau eu hincwm ymhellach, sy'n golygu bod teuluoedd yn cronni dyled mewn mannau eraill.

Mae canran yr ymarferwyr sy'n dewis **dyled gofal plant** fel categori cyffredin ar gyfer ôl-ddyledion wedi cynyddu eleni. Mae gofal plant hygyrch, fforddiadwy yn un o'r ffactorau sy'n galluogi rhieni i fynd i weithio neu gynnal cyflogaeth. O ystyried costau byw cynyddol, mae'n anochel bod costau gofal plant wedi gorfod codi i dalu am gostau darparwyr. Gwnaeth ymarferwyr y sylw bod hynny'n cael effaith ar rieni a'r niferoedd sydd bellach mewn dyled i ddarparwyr.

Fe wnaethon nhw sylwadau eu bod, er mwyn lleihau neu sefydlogi'r ddyled hon, yn lleihau eu horiau gwaith, ac o ganlyniad, eu costau gofal plant; yn newid darparwyr wrth i'r ddyled fynd yn rhy fawr; neu'n rhoi'r gorau i gyflogaeth yn llwyr. Mae'r ddyled hon hefyd yn cael effaith ar y lleoliadau eu hunain, gyda llawer yn gorfod gwneud penderfyniadau anodd am eu darpariaeth a'u dichonoldeb yn gyffredinol.

"Rydyn ni'n gweld bod nifer cynyddol o rieni ar ei hôl hi gyda'u costau gofal plant, ac mae hynny'n cael effaith ar ein busnes".

Roedd dyled gynyddol yn cael effaith ar wasanaethau eraill hefyd. Cyfeiriwyd at yr effaith ar wasanaethau trydydd sector yn arbennig. **Roedd dyled yn cynyddu'r galw am gefnogaeth** mewn nifer o feysydd, fel banciau bwyd, llinellau cymorth, gwasanaethau ariannol a chyngor. Roedd yr olaf yn awr yn delio ag achosion mwy cymhleth, fel gorchmynion gostwng dyled, ac yn eu cefnogi. O ganlyniad, roedd angen mwy o amser gydag unigolion, oedd yn cyfrannu at leihau capasiti ac amserau aros hir.

Roedd ymarferwyr yn cydnabod bod llawer o rieni'n ceisio cymorth dim ond pan fyddan nhw'n wynebu argyfwng brys, uniongyrchol. I'r teuluoedd hynny, gall cyfnodau o aros fod yn drychinebus.

"Mae hyn yn rhoi mwy o bwysau ar yr holl wasanaethau cymorth, ac mae achosion yn fwy cymhleth ac angen mwy o amser i ddelio â nhw. Mae'n cymryd mwy o amser i gael apwyntiadau cyngor, felly yn y cyfamser, mae'r beilïod yn aml wedi galw heibio."

Wrth gwrs, nid yw'r ffigurau uchod yn dangos holl effaith dyled. Rhaid cofio hefyd am **gost bersonol ac emosiynol dyled** i rieni a phlant. Mae cryn stigma yn gysylltiedig â dyled, ac amlygodd llawer effaith y stigma yma. Roedden nhw'n canfod bod rhieni'n aml yn teimlo ***"cywilydd"*** neu ***"embaras"*** ac yn credu bod gwasanaethau, yn arbennig gwasanaethau statudol, yn eu gweld fel ***"rhieni gwael, esgeulus"*** oherwydd eu bod mewn dyled. Mae hynny'n aml yn arwain at deuluoedd yn cuddio'u dyledion, neu ran ohonynt, sydd yn ei dro yn lleihau gallu gwasanaethau i'w cefnogi neu eu cynghori.

Roedd ymarferwyr yn cysylltu dyled â dirywiad mewn iechyd meddwl, ac yn dweud bod ofn, pryder a straen byw mewn dyled yn llethu rhieni ac yn cael ei waethygu ymhellach wrth iddyn nhw weld bod dim dewis ond mynd i ddyled bellach er mwyn bwydo'u teuluoedd a thalu eu rhent. Mae teuluoedd yn anobeithio ac yn ***"methu gweld ffordd allan".***

"Dyw oedolion ddim ar gael yn emosiynol fel dylen nhw fod oherwydd y straen a'r pwysau sydd arnyn nhw."

Mae rhieni'n pryderu o ddifri y bydd eu plant yn 'cael eu cymryd i ffwrdd', ac wrth i amgylchiadau a dyledion waethygu, mae'r ofn hwnnw'n cynyddu. Yn ôl yr ymatebion, mae cyfiawnhad dros yr ofn, gan fod ymarferwyr yn sôn am nifer cynyddol o blant yn cael eu cymryd i ofal. Yn ddiddorol, roedd eraill yn adrodd bod gofalwyr maeth hefyd yn cael trafferth darparu hanfodion, a bod rhai wedi gorfod mynd i ddyled eu hunain. Roedd hyn yn arbennig o wir pan na fyddai plant yn cael eu lleoli gyda nhw, a bod eu hincwm yn lleihau.

Roedd straen a phryder rhieni yn effeithio ar blant a phobl ifanc. Maen nhw'n pryderu'n aml am eu rhieni a sut maen nhw'n ymdopi. Maen nhw'n pryderu'n arbennig y gallai beth maen nhw'n ei wneud neu anghenion maen nhw'n eu mynegi wneud hynny'n waeth. Er enghraifft, dydyn nhw ddim yn dweud wrth eu rhieni eu bod yn cael eu bwlio am eu gwisg ysgol oherwydd byddai hynny'n gwneud i'w rhieni ***"deimlo'n wael"*** neu ***"brynu stwff maen nhw'n methu fforddio i roi stop ar y peth".*** Roedden nhw hefyd yn pryderu am gael eu hanfon adre am beidio â chydymffurfio â pholisïau gwisg ysgol oherwydd y byddai hynny hefyd yn gwneud i'w rhieni bryderu'n fwy.

"Mae'n anodd bod yn faterol dlawd, bod yn oer, yn llwglyd, a heb fynediad at ofal iechyd da, ond mae byw gyda rhieni sydd dan straen yn niweidiol".

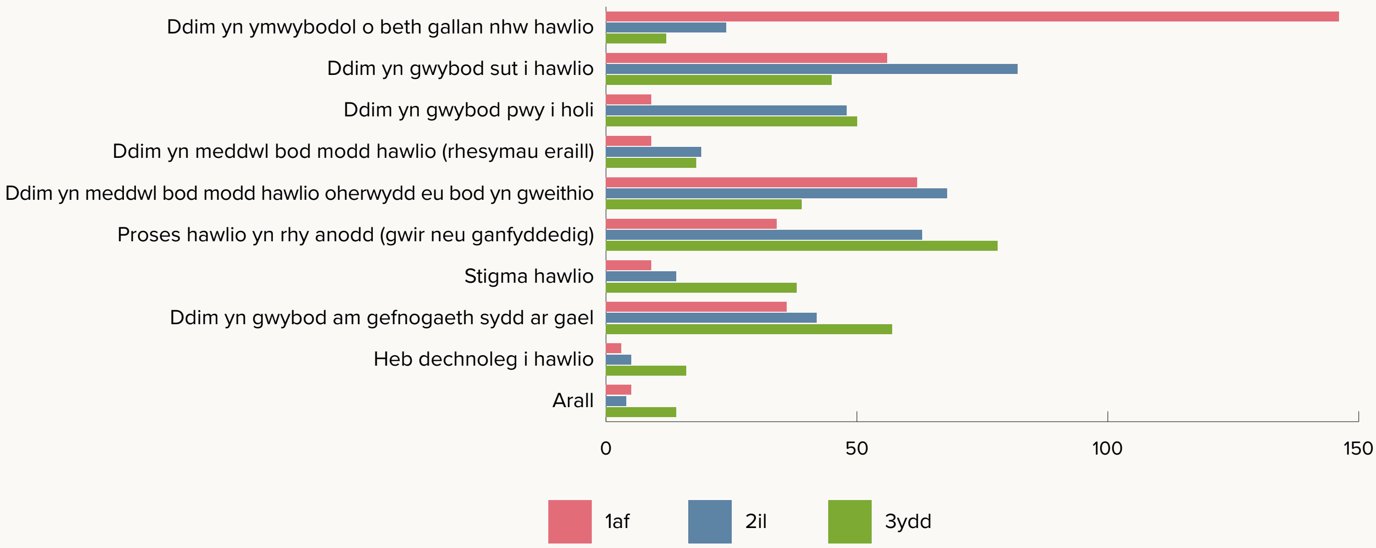
Mae effaith tlodi ac amddifadedd ar iechyd meddwl a llesiant emosiynol yn cael ei harchwilio ymhellach mewn adran ar wahân o'r adroddiad hwn.

Cefnogaeth ariannol

“Gwell mynediad at fudd-daliadau a gwybodaeth a rennir gan DWP – stopio gwneud mynediad at beth sydd ar gael mor anodd.”

Yng Nghymru, dyw llawer o deuluoedd ddim yn hawlio’r holl fudd-daliadau a chefnogaeth sydd ar gael iddyn nhw. Mae hynny’n cynnwys budd-daliadau’r Deyrnas Unedig a rhai penodol 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 hynny.

Rhesymau mwyaf cyffredin dros beidio â hawlio budd-daliadau



Yn ystod y 12 mis diwethaf, ni fu newid yn y 3 rheswm a nodwyd fel y rhai ar y brig. Canfu ein harolwg yn 2022 hefyd mai’r ffaith nad oedd rhieni’n ymwybodol o’r hyn y gallan nhw ei hawlio oedd y prif reswm dros beidio â hawlio. Eto, fel yn achos canfyddiadau’r llynedd, mae, *‘Ddim yn gwybod sut i hawlio’* (2il) a’r *‘broses o hawlio’n rhy anodd’* (3ydd) yn aros yr un fath. Hefyd doedd dim amrywiadau arwyddocaol ar draws yr holl resymau eraill o’u cymharu â’r llynedd.

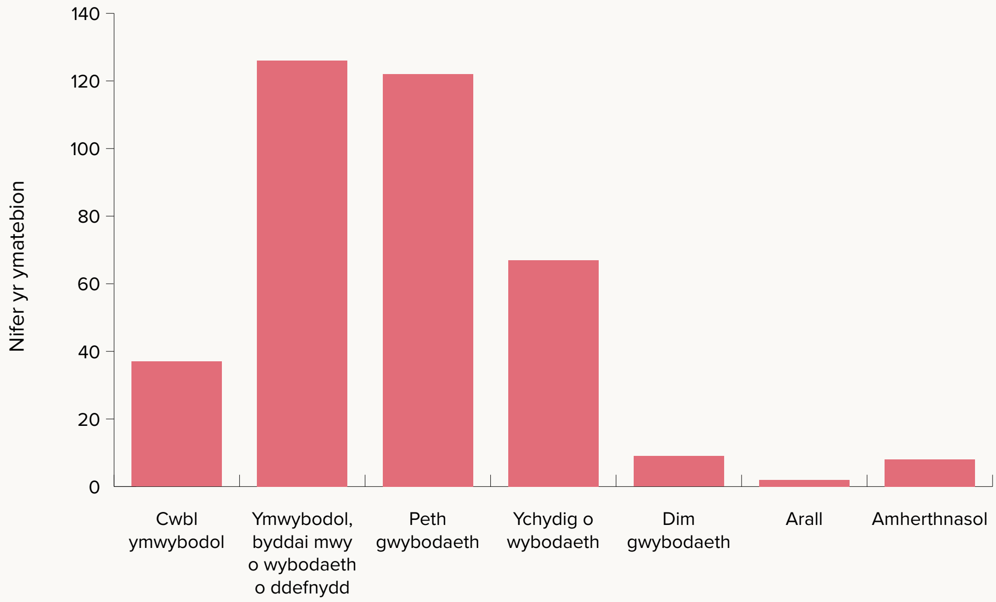
Ar hyd yr adroddiad hwn, mae’r canfyddiadau’n dangos bod sefyllfa bresennol miloedd o blant a’u teuluoedd yn ddifrifol. Bydd llawer o’r rhain eisoes yn hawlio ac yn derbyn yr holl gefnogaeth ariannol mae ganddyn nhw hawl i’w derbyn, ond yn dal mewn sefyllfaoedd ofnadwy. Fodd bynnag, mae angen amlwg o hyd i sicrhau bod teuluoedd yn gwbl ymwybodol o’r hyn y gallan nhw eu hawlio, ac yn deall hynny, a bod rhwystrau i hawlio yn cael eu dileu. Mae hyn yn arbennig o bwysig i’r niferoedd cynyddol o deuluoedd y mae’r systemau yn newydd iddynt, ac sydd bellach yn gymwys i gael cefnogaeth. Gydag incwm mor isel a gwariant mor uchel, gallai hyd yn oed y cynnydd ariannol lleiaf helpu i gefnogi teuluoedd.

“Rydyn ni wedi sylwi ar gynnydd sylweddol yn nifer yr ymholiadau eleni, yn enwedig o blith y rhai sydd byth wedi dod trwy ein gwasanaethau o’r blaen.”

Roedd yr arolwg yn holi ymarferwyr am eu hymwybyddiaeth a'u gwybodaeth eu hunain ynghylch y gefnogaeth ariannol sydd ar gael i deuluoedd. Er nad yw llawer o'u rolau yn draddodiadol yn cynnwys cylch gorchwyl ar gyfer hyn, mae ymarferwyr yn nodi'n gynyddol eu bod yn gorfod darparu gwybodaeth, cyfeirio ymlaen neu wneud atgyfeiriadau i asiantaethau eraill, yn aml gan amharu ar eu bwriad gwreiddiol gyda'r teulu.

"Er ein bod ni'n flaenorol yn gweithio gyda theuluoedd ar faterion [eraill], rydyn ni hefyd bellach yn ymdrin â dyledion tanwydd, budd-daliadau, banciau bwyd ac anawsterau gyda dillad".

Ymwybyddiaeth a gwybodaeth am y gefnogaeth ariannol sydd ar gael



Prydau ysgol am ddim

“Mae’n rhoi tawelwch meddwl i deuluoedd wybod bod eu plant yn cael o leiaf un pryd sylweddol yn ystod y dydd. Mae hefyd yn sicrhau mwy o gydbwysedd cymdeithasol, gan wneud pob plentyn yn gyfartal yn yr ysgol amser cinio.”

Trwy’r Cytundeb Cydweithio gyda Phlaid Cymru, ymrwymodd Llywodraeth Cymru i estyn prydau ysgol am ddim i bob plentyn ysgol cynradd yn ystod oes y cyfnod seneddol hwn yng Nghymru. Cychwynnodd y gwaith 3 blynedd o estyn y rhaglen gyffredinol hon ym mis Medi 2022, gan ddechrau gyda’r disgyblion ysgol gynradd ifancaf.

Roedd dros 66% o’r ymatebwyr yn gweithio gyda theuluoedd lle roedd o leiaf un plentyn yn derbyn prydau ysgol am ddim i bawb (UFSM) trwy gyfnod cyntaf y rhaglen hon. Roedd **canmoliaeth gyffredinol** i’r ddarpariaeth, a ffocws y sylwadau oedd bod ***“plant ddim mor llwglyd”*** yn ystod y dydd, bod plant yn bwyta o leiaf ***“un pryd maethlon y dydd”***; bod ***“llai o stigma”*** yn achos y plant eu hunain a’u rhieni; a bod ***“plant yn teimlo eu bod yn cael eu cynnwys yn fwy ac yn meddu ar fwy o hunan-barch”.***

Roedd darparu UFSM hefyd yn cael **effaith gadarnhaol ar gyllidebau teuluoedd.** Roedd ymarferwyr yn gweld cynnydd yn y gwariant mewn meysydd eraill fel bwyd i’r teulu ac eitemau hanfodol eraill. Roedd hyn yn arbennig o berthnasol i deuluoedd oedd yn gweithio oedd ddim yn gymwys i gael prydau ysgol am ddim, ond a oedd yn dal i fethu fforddio eitemau hanfodol ar gyfer eu teuluoedd. Roedd effaith gadarnhaol hefyd ar siblingiaid o fewn y teulu. Er nad oedd rhai ohonyn nhw’n gymwys i gael darpariaeth gyffredinol o dan y rhaglen, soniodd yr ymarferwyr am gynnydd yn niferoedd y plant hŷn oedd bellach yn gallu cael mynediad at brydau ysgol oherwydd bod cyllidebau wedi cynyddu, i bob pwrpas.

“Mae llawer iawn o’r teuluoedd yn defnyddio hyn, ac mae effaith amlwg ar iechyd meddwl a hunan-barch. Mae ganddyn nhw eu balchder.”

Canlyniad arall arwyddocaol y soniodd ymatebwyr amdano'n rheolaidd oedd yr **effaith gadarnhaol ar iechyd meddwl rhieni.** Nid oedd rhieni bellach yn teimlo'n euog am fethu darparu pryd ysgol, roedden nhw'n poeni llai am sut byddai eu plant yn teimlo yn ystod amser cinio, ac roedd y baich ariannol ac ofn mynd i ddyled prydau ysgol yn lleihau. Fodd bynnag, roedd ymarferwyr yn glir bod pryderon rhieni yn parhau ynghylch eu plant hŷn.

Fel y nodwyd eisoes, croesawyd cyflwyno'r rhaglen hon yn fawr, ond nododd ymarferwyr bod rhai problemau'n codi. Gwnaeth rhai sylwadau fod y bwyd yn annigonol, a heb ddigon o faeth. Roedden nhw'n credu bod safonau'n rhy isel a'u bod wedi gostwng ymhellach wedi i'r rhaglen gael ei chyflwyno. Roedden nhw'n mynegi pryder y byddai'r ***"arferion busnes"*** hyn yn dod yn norm yn ystod y cyfnod nesaf o estyn y rhaglen.

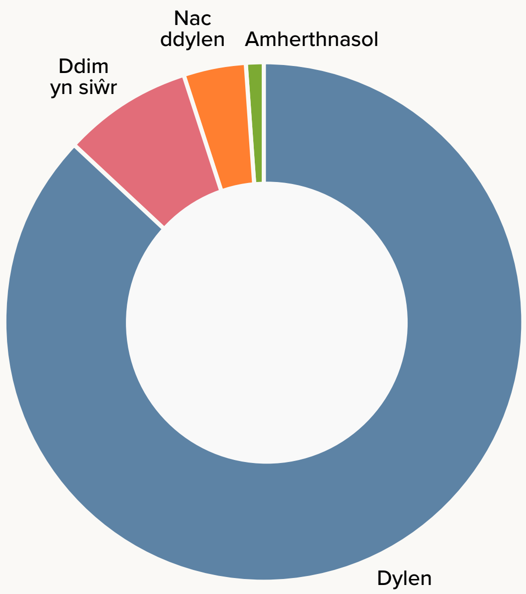
"Gwell mewn egwyddor, ond mae swm a safon y bwyd mae'r plant yn ei dderbyn yn wael dros ben, ac mae rhai plant yn gwrthod ei fwyta ac yn gorfod cael cinio pecyn."

Fe wnaethon nhw amlygu hefyd nad yw pob plentyn yn derbyn eu prydau ysgol am ddim i bawb. Nid y rhaglen oedd yn gyfrifol am hynny, ond yn hytrach arferion rhai ysgolion, yn arbennig mewn perthynas â chyfyngu ar yr amserlen a gwahardd disgyblion. Er bod hynny'n effeithio ar bob disgybl, roedd disgyblion anghenion dysgu ychwanegol yn fwy tebygol o gael diwrnod ysgol byrrach yn rheolaidd. P'un a yw hynny'n cael ei gynllunio trwy gyfyngu ar yr amserlen neu'n digwydd ar unwaith oherwydd gwaharddiad dros dro, canlyniad hynny'n aml oedd bod plant ddim o gwmpas i dderbyn eu pryd ysgol am ddim.

"Rydyn ni wedi gweld cynnydd yn ddiweddar yn nifer y gwaharddiadau a chyfyngu ar amserlenni."

Roedd y cwestiwn olaf am ddarparu prydau ysgol am ddim yn holi a ddylai mwy o blant mewn addysg uwchradd eu derbyn. Roedd mwyafrif (87%) o'r ymatebwyr yn cytuno y dylen nhw, gyda 4% yn unig yn dweud 'na'.

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



Gwnaeth ymatebwyr a ddewisodd 'na' y sylw y *"dylai rhieni sy'n gallu fforddio talu wneud hynny"*. Roedden nhw'n credu y gallai'r arbedion ariannol hynny gael eu gwario ar godi'r trothwy cymhwysedd ar gyfer prydau ysgol am ddim, fel bod mwy o blant yn gallu eu derbyn.

"Does gan blentyn o deulu lle mae'r ddau riant yn gweithio ddim yr un lefel o angen am brydau ysgol am ddim, gallai arian sy'n cael ei wario ar hynny gael ei ddefnyddio'n well i gefnogi'r rhai sydd mewn angen mewn mannau eraill."

Dywedodd eraill y dylai'r ymrwymiad ariannol oedd yn angenrheidiol ar gyfer rhaglen i bawb gael ei gyfeirio, yn lle, at wella safon prydau ysgol a chadw cost y prydau'n fforddiadwy.

Serch hynny, roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr o blaid darpariaeth i bawb mewn addysg uwchradd. Cyfeiriwyd at lawer o fanteision rhaglen gyffredinol, gan ganolbwyntio'n bennaf ar atal plant rhag bod yn llwglyd, ac felly gynyddu eu hymgysylltiad a'u cyrhaeddiad addysgol.

"Dim ond pan fydd y corff wedi cael bwyd y gall yr ymennydd roi sylw a dysgu. Bydd bwyd iach yn cael effeithiau mawr cadarnhaol ar iechyd yn y dyfodol, ac effaith ar wasanaethau iechyd."

Nododd ymarferwyr gysylltiad rhwng ***"boliau llawn"* a dysgu**, gan ddeall bod angen maethiad digonol ar blant i ganolbwyntio, ymgysylltu a ffynnu. Roedden nhw'n cydnabod bod llawer o blant yn dod i'r ysgol heb gael brecwast, ac yn mynd heb ginio yn rheolaidd. Roedd darparu pryd amser cinio, o ganlyniad, yn hanfodol i'w hiechyd corfforol.

Gwnaed sylwadau yn aml am yr **effeithiau cadarnhaol ar lesiant emosiynol a meddyliol dysgwyr.** Roedd darpariaeth i bawb yn lleihau anghydraddoldeb a stigma yng nghyswllt prydau ysgol am ddim. Yn hytrach na phobl ifanc yn ymneilltuo o agwedd gymdeithasol cydfwyta, neu'n ynysu eu hunain, bydden nhw'n cael eu cynnwys yn fwy, ac yn teimlo hynny. Byddai llawer o blant yn teimlo llai o bryder yn ystod amser cinio a'r cyfnod yn arwain at hynny. Fyddai dim rhaid iddyn nhw wneud esgusodion bob dydd bellach, na chael eu holi gan gyfoedion a staff i weld pam nad oedden nhw'n bwyta. Yn eu hymatebion i'r arolwg, dywedodd plant a phobl ifanc y dylai prydau ysgol am ddim gael eu darparu i bob plentyn a pherson ifanc.

"Mae plant yn dweud eu bod nhw ddim eisiau bwyd, a dydyn nhw ddim yn dod â bwyd mewn. Y rheswm am hynny yw bod dim ganddyn nhw. Rhaid i'r anghydraddoldeb a'r stigma yma stopio."

Er bod ffocws y sylwadau yn bendant ar yr effaith gadarnhaol ar blant a phobl ifanc, mynegodd ymarferwyr hefyd y manteision ehangach i'r teulu yn sgîl rhaglen gyffredinol o brydau ysgol am ddim i bob plentyn a pherson ifanc. Er enghraifft, byddai'n lliniaru'r straen a'r pryder emosiynol mae rhieni'n eu hwynebu wrth geisio ymdopi â'u sefyllfa ariannol a darparu bwyd. Roedd ymarferwyr eisoes yn gweld effaith gadarnhaol darparu prydau ysgol am ddim i bawb ar iechyd meddwl rhieni â phlant iau, a chan fod plant hŷn yn ***"bwyta mwy ac felly'n costio mwy"***, byddai baich mwy fyth yn cael ei godi. ***"Fyddai rhieni ddim yn teimlo'n euog bellach am fethu fforddio prydau ysgol".***

Fel y gwelwyd gyda chanlyniadau'r Prydau Ysgol am ddim i bawb yn y cynradd, teimlai'r ymatebwyr y byddai teuluoedd yn defnyddio'u cyllidebau prydau ysgol uwchradd mewn meysydd eraill, megis; darparu mwy o fwyd i'r teulu, trydan ac elfennau hanfodol eraill, a fyddai eto o fudd i'r teulu cyfan.

Er bod cyfran o blant a phobl ifanc yn gymwys i gael prydau ysgol am ddim ac eisoes yn eu derbyn, nododd ymatebwyr fod llawer mwy mewn angen, ond heb fodloni'r meini prawf. Gwelwyd bod hyn yn arbennig o berthnasol yn achos plant o deuluoedd sy'n gweithio, ond sydd ar incwm isel.

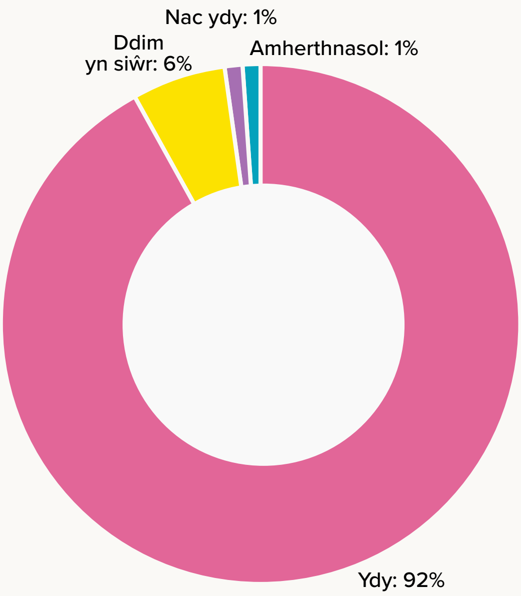
"All myfyrwyr ddim gweithredu na dysgu heb ffynhonnell dda o danwydd. Os yw rhieni'n methu fforddio bwydo'u plentyn, mae hynny'n niweidio'u haddysg er nad ydynt wedi gwneud dim o'i le, a gallai arwain at ddysgu mwy anghyson o gymharu â'u cyfoedion sy'n gallu fforddio prydau bwyd."

Addysg a thlodi

"Maen nhw'n methu canolbwyntio, maen nhw ar y ffin rhwng brwydro neu ffoi. Mae disgwyl iddyn nhw ddilyn rheolau arwynebol fel gwisgo siwmper benodol, ond tu mewn mae ganddyn nhw bethau pwysicach i boeni amdanyn nhw, fel eu Mam sy'n llefen drwy'r amser oherwydd pwysau ariannol".

Ar sail eu profiadau a'u harsylwadau, gofynnodd yr arolwg a yw tlodi'n effeithio ar brofiad plant a phobl ifanc o'r ysgol a dysgu.

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



Roedd yr wybodaeth a ddarparwyd gan ymatebwyr ar gyfer yr adran hon yn helaeth ac yn aml yn ddigysur. Roedden nhw'n nodi'n glir iawn effaith ddyddiol tlodi ar blant a phobl ifanc a'r cysylltiad uniongyrchol rhwng hynny a'u profiadau addysgol. Ymhlith y meysydd y gwnaed sylwadau arnynt amlaf roedd **bod yn llwglyd; bwlio; stigmateiddio; ynysu; amgylchedd y cartref; blinder; a chyfle anghyfartal.** Fodd bynnag, yn cysylltu'r rhain roedd thema drosfwaol ***"tlodi yn arwain at iechyd meddwl ac emosiynol gwael".***

Gwelwyd bod **newyn** yn effeithio'n sylweddol ar allu plant i ganolbwyntio ac ymgysylltu â'u dysgu. Nododd ymarferwyr fod llawer mor llwglyd fel mai bwyd yw eu hunig ffocws a phryd byddan nhw'n bwyta nesaf, os o gwbl. Gwnaeth ymatebwyr y sylw fod nifer cynyddol o blant yn llwglyd, *"yn aml yn dod i'r ysgol heb gael brecwast"*, na hyd yn oed bryd o fwyd y noson flaenorol. Yn rheolaidd prydau ysgol am ddim oedd yr unig brydau roedd plant yn eu cael.

"Mae nifer y disgyblion rydyn ni'n eu gweld yn dod trwy'r ysgol sydd â phroblem o ran cael bwyd a darpariaeth bwyd ar eu cyfer yn destun pryder cynyddol. Mae llawer o ddisgyblion bellach heb fynediad at ddigon o fwyd gartref".

Roedd ymarferwyr yn pryderu, nid yn unig am y bwyd cyfyngedig oedd ar gael i blant, ond hefyd am safon y bwyd. Soniwyd am blant yn bwyta ***“bwyd rhad, byrbrydau a sothach”*** oherwydd bod hynny’n rhatach i deuluoedd ei brynu, ond bod gwerth gwael y bwydydd hynny o ran maeth yn cael effaith niweidiol ar allu dysgwyr i ganolbwyntio. Cyfeiriwyd at fod yn llwglyd a diet gwael hefyd fel ffactorau oedd yn effeithio ar ymddygiad yn y dosbarth. Mae rhai ysgolion yn awr yn rhoi brecwast i blant ac yn ychwanegu at eu cinio. Mae costau hynny yn aml yn dod o gyllidebau adrannol, sy’n golygu bod llai yn cael ei wario mewn meysydd eraill.

Un o’r meysydd cyffredin iawn y soniwyd amdanynt gan ymarferwyr oedd **bwlio a stigmateiddio** oherwydd tlodi. Roedd cysylltiad yn aml rhwng hyn a cholli diddordeb, absenoldeb, gorbryder a iechyd meddwl gwael. Dywedodd ymarferwyr fod yr achosion amlaf o fwlio yn cynnwys bod heb y wisg neu’r cyfarpar cywir; methu fforddio teithiau a gweithgareddau ysgol; cael prydau ysgol am ddim; ac edrych yn ddi-raen.

“Mae hyn yn arwain at ddiffyg hunan-barch ac encilio o fyd addysg, oherwydd teimladau o fod yn annheilwng a methiant i weld y pwynt.”

Er bod y rhan fwyaf o sylwadau yn ymwneud â bwlio a stigmateiddio ymhlith cyfoedion, roedd nifer yn amlygu arfer gwael gan oedolion. Er enghraifft, plant yn cael eu ceryddu o flaen eu cyfoedion oherwydd bod eu dillad heb eu golchi neu oherwydd eu bod yn y wisg ysgol anghywir, gyda hynny’n arwain yn anochel at fwy o fwlio gan eu cyfoedion.

“Gall diffyg dealltwriaeth o’r effeithiau trosfwaol olygu bod plant yn cael eu cosbi gan athrawon pan fydd gwisg ysgol ar goll neu waith cartref heb ei gwblhau”.

Roedd enghreifftiau o stigmateiddio hyd yn oed y plant ifancaf, e.e. peidio â rhoi ffrwyth amser egwyl iddyn nhw gyda'r plant eraill oherwydd bod eu rhieni *'heb dalu yr wythnos honno'.*

Roedd cydnabyddiaeth bod **amgylchedd cartref** llawer o blant a phobl ifanc sy'n byw mewn tlodi yn gallu bod yn anodd, yn gorfforol ac yn emosiynol. Mae'r amgylchiadau hyn yn cael effaith uniongyrchol ar addysg. Mae llawer yn byw mewn llety anaddas, dros dro, lle mae cwblhau gwaith cartref yn heriol. Mae llawer mwy yn byw mewn tai oer, llaith, heb drydan na mynediad i'r rhyngrwyd. Fodd bynnag, y prif bryder a fynegwyd gan ymarferwyr ynghylch amgylchedd y cartref oedd straen a phryder.

Gyda bod rhieni'n pryderu fwyfwy am ddyled, darparu bwyd a hanfodion sylfaenol, yn ogystal â fforddio'r rhent, roedd pawb yn y teulu o dan densiwn, oedd yn aml yn arwain at iechyd meddwl gwael i rieni. Roedd plant yn cario'r pryderon yma gyda nhw i'r ysgol ac roedd hynny'n cyfyngu ar eu gallu i ganolbwyntio neu ymgysylltu. Yn anochel, roedden nhw'n colli mwy a mwy o dir, oedd yn eu gwneud yn fwy pryderus.

"Mae plant yn rhy brysur yn pryderu am eu bywyd gartref. Maen nhw'n methu canolbwyntio."

Mae'r holl sylwadau hyn yn adlewyrchu'n uniongyrchol y rhai a roddwyd gan y plant a'r bobl ifanc eu hunain yn eu harolwg nhw. Dangosir y canfyddiadau hynny yn ail hanner yr adroddiad hwn.

O ystyried y sylwadau, does dim syndod bod ymatebwyr wedi nodi bod **tlodi'n cael effaith sylweddol ar iechyd meddwl** ac effaith niweidiol gysylltiedig hynny ar ymgysylltiad addysgol a dysgu.

"Mae cyrraedd yr ysgol yn ymdrech i lawer, ac felly mae'n hanfodol eu bod yn cael croeso cynnes yn yr ysgol, yn hytrach na chael eu barnu."

Nododd ymatebwyr fod **cyfle anghyfartal** amlwg i blant a phobl ifanc oedd yn byw mewn tlodi. I lawer, roedd hyd yn oed **cyrraedd yr ysgol yn anodd**, gan nad yw pob plentyn yn gallu hawlio cludiant i'r ysgol am ddim, a nododd ymarferwyr "gynnydd sydyn" yn nifer y rhieni oedd yn methu fforddio costau trafnidiaeth. Mae hyn yn cyfateb yn uniongyrchol i'r **cynnydd mewn ceisiadau am addysg hyblyg,** neu mewn rhai achosion, am addysgu gartref. Gan fod fforddio cinio neu wisg ysgol yn mynd yn broblem gynyddol i deuluoedd, roedd mwy o blant yn absennol. Dywedwyd bod ***"camau osgoi"*** fel hyn yn lleihau mynediad at gyfleoedd addysgol.

"Mae teuluoedd yn gofyn am gynllun addysgu hyblyg (cyfuniad o ysgol brif ffrwd ac addysgu gartref) i geisio goresgyn hyn".

Cyfeiriwyd hefyd at gost cyrraedd yr ysgol i blant anabl a rhai ag anghenion dysgu ychwanegol fel rhywbeth anodd neu rwystr oedd yn eu hatal. Er bod rhai yn gallu cyrchu trafnidiaeth unigol wedi'i hariannu, nid yw eraill yn bodloni'r meini prawf cyfredol, a'u teuluoedd sy'n talu'r gost honno.

Ar ôl cyrraedd yr ysgol, roedd **mynediad anghyfartal** i rai gwersi lle roedd angen offer, fel coginio a gwaith coed. Er gwaethaf eu diddordeb, ac mewn rhai achosion, cyfleoedd galwedigaethol posibl, nid oedd modd iddyn nhw gymryd rhan oherwydd y gost, ac roedd plant o deuluoedd incwm is yn fwy tebygol o fod yn absennol ar y diwrnodau hyn. Cyfeiriwyd hefyd at fynediad anghyfartal at wersi cerddoriaeth. Er bod gan rai ysgolion gynllun i 'fenthyg' offeryn, roedd pob un y cyfeiriwyd atynt yn galw am dalu am y wers ei hun.

"Allwch chi ond dysgu cerddoriaeth os byddwch chi'n talu. Sut mae'n deg bod cerddor dawnus sy'n byw mewn tlodi ddim yn cael cyfle i ddysgu?"

Roedd gwersi eraill hefyd yn galw am 'offer' neu greu prosiect gartref. Roedd hynny hefyd yn rhwystr ariannol i rai teuluoedd, ac eto'n golygu bod plant yn absennol neu'n colli diddordeb yn y dosbarth. Roedd ymarferwyr yn cydnabod bod yr amgylchiadau hyn yn debygol iawn o achosi mwy o fwlio, stigmateiddio ac ynysu, ac o niweidio iechyd meddwl.

Agweddau eraill ar y diwrnod ysgol oedd yn cael eu gweld fel rhai straenus, nad oeddent yn cynnwys plant sy'n byw mewn tlodi neu mewn teuluoedd incwm isel oedd **digwyddiadau**. *"Gall cynlluniau ysgol ar hyd y flwyddyn fod yn ddrud"*, ac mae dysgwyr yn cael eu hannog, neu mae disgwyl iddyn nhw wisgo mewn ffordd benodol ar gyfer Dydd Gŵyl Dewi, Diwrnod y Llyfr a nifer o ddigwyddiadau eraill. Roedd hyd yn oed digwyddiad cadarnhaol y gallen nhw fod wedi cymryd rhan ynddo, fel drama ysgol neu gyngerdd Nadolig, yn debygol o fod angen gwisg, neu brynu tocynnau i wylio'r perfformiad. Mae llawer o deuluoedd yn methu fforddio'r rhain, ac eto maen nhw'n arwain at fwy o absenoldebau, fel bod plant yn teimlo wedi'u gadael allan, heb fawr ddim ymdeimlad o berthyn, os o gwbl.

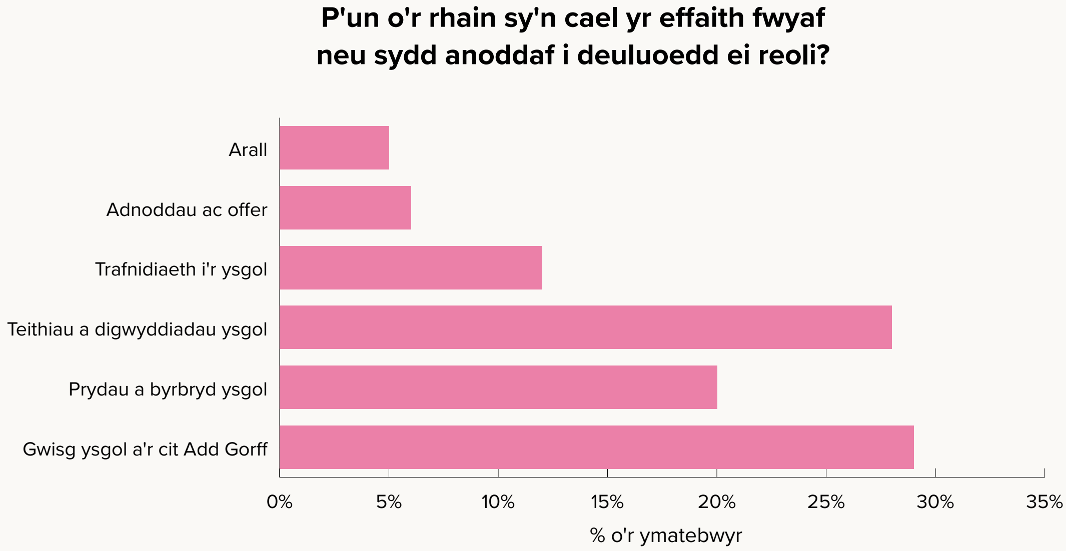
Y 2 faes olaf y gwnaeth ymatebwyr sylwadau arnynt amlaf mewn perthynas â chyfleoedd anghyfartal oedd teithiau **ysgol a gweithgareddau allgyrsiol.** Roedden nhw'n credu'n gryf bod plant oedd yn methu mynd i'r rhain yn *'colli cyfle'*, nid yn unig o ran elfennau addysg ddiwylliannol a hanesyddol y teithiau, ond hefyd yr ymgysylltu â'r pynciau a'r brwdfrydedd yn eu cylch. Gwneir cyfeiriadau cyson at deithiau yn y gwersi, gan ynysu ymhellach y rhai oedd yn methu bod yn bresennol, a chreu mwy o fwlch yn aml. Roedd hyn hefyd yn wir am weithgareddau allgyrsiol, lle roedd plant eto yn methu bod yn rhan o fanteision iechyd a chymdeithasol ehangach gweithgareddau, fel chwaraeon, meithrin tîm, dysgu sgiliau newydd a datblygu cyfeillgarwch. All teuluoedd sy'n gorfod dewis rhwng bwyd, gwres a thrydan yn sicr ddim fforddio talu am offer, cit, trafnidiaeth, tanysgrifiadau na hyd yn oed ddiod yn ystod gweithgaredd. Nododd ymarferwyr fod ***"Plant yn ofni gofyn pan fydd angen arian ar gyfer pethau"*** oherwydd eu bod yn ymwybodol cymaint o straen sydd ar eu rhieni, a dydyn nhw ddim am ychwanegu at y baich yna.

Mae'r dyfyniad canlynol yn crynhoi'n wych atebion ein hymatebwyr i'r cwestiwn *"I ba raddau a sut mae tlodi'n effeithio ar brofiad plant o ddysgu a'r ysgol".*

"Os ydych chi'n llwglyd, rydych chi'n methu dysgu. Os ydych chi'n pryderu am eich rhieni oherwydd eu bod nhw dan gymaint o straen, allwch chi ddim dysgu. Os ydych chi'n teimlo embaras oherwydd eich dillad neu'n gwybod eich bod chi'n methu fforddio beth sydd gan eraill, rydych chi'n methu dysgu. Rydyn ni'n gweld plant yn dewis peidio mynd i'r parc – am ddim – oherwydd eu bod nhw'n methu fforddio can o ddiod fel yr un mae eraill yn prynu. Mae'r cyfan yn effeithio ar eu hiechyd meddwl"

Amlygodd y canfyddiadau hefyd fod **pobl ifanc yn gweithio ar ôl ysgol** er mwyn darparu incwm ychwanegol i'r teulu ar gyfer eitemau hanfodol fel bwyd. Mae'r angen yma am ennill arian yn cael effaith ar ganolbwyntio, presenoldeb a *'chymhelliad i fod yn yr ysgol'*. Roedd hynny'n cael ei gysylltu'n rhannol â lefel isel o obeithion, neu deimlad *"fydd dim yn newid, felly pam trafferthu"* ynghylch addysg.

Roedd y cwestiwn olaf ynghylch tlodi ac addysg 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.



Y pynciau a roddwyd yw meysydd y gwyddys eu bod yn cael effaith ariannol ar deuluoedd, ac fe'u hamlygwyd mewn arolygon blaenorol a chan y prosiect Pris Tlodi Disgyblion. Mae'r prosiect hwn yn darparu adnodd i ddarparwyr addysg ynghylch sut mae lliniaru effaith tlodi ym myd addysg, a lleihau cost y diwrnod ysgol. Ariannir y prosiect gan Lywodraeth Cymru ac mae'n cael ei gyflwyno gan Plant yng Nghymru.

Wrth gymharu'r canfyddiadau hyn â 2022, mae 2 newid arwyddocaol. Bu gostyngiad yng nghanran yr ymatebwyr sy'n dewis ***prydau ysgol*** (27% yn 2022 i 20% yn 2023). Er bod cyfyngu ar allu'r arolwg i ddeall y gostyngiad hwn, mae yn cyd-ddigwydd â chyflwyno cyfnod cyntaf y prydau ysgol am ddim i bawb. Y maes arall gwerth ei nodi yw'r cynnydd yng nghanran y rhai sy'n dewis ***trafnidiaeth i'r ysgol***. Mae hyn wedi codi o 5% yn unig yn 2022, i 12% eleni. Eto, nid yw'r rhesymau am y cynnydd hwn yn hysbys, ond nid yw'n afresymol rhagdybio ei fod yn gysylltiedig â chostau byw cynyddol ac o ganlyniad â chyllidebau llai, fel yr adlewyrchwyd mewn adrannau blaenorol o'r adroddiad hwn.

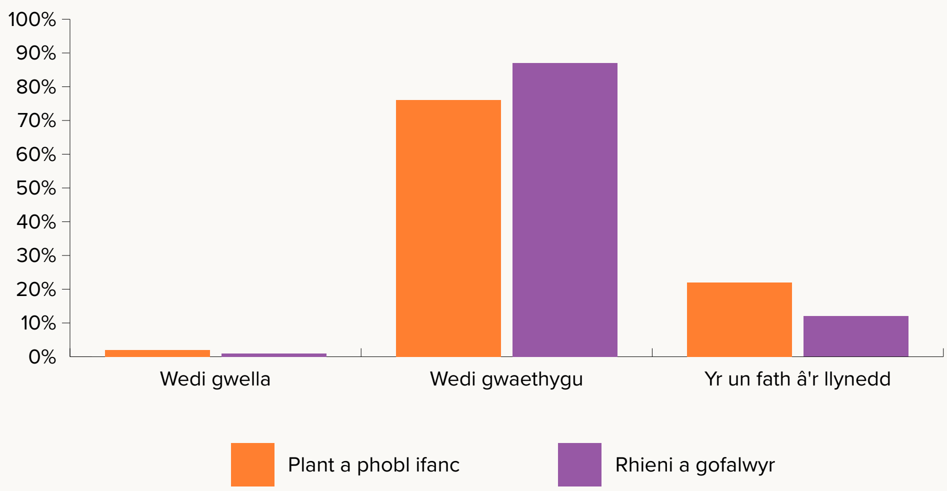
Iechyd meddyliol ac emosiynol

"Mae'r rhan fwyaf o'n rhieni wedi cael presgripsiwn ar gyfer meddyginiaeth atal iselder oherwydd iechyd meddwl gwael, ond does dim ateb. Maen nhw'n parhau i bryderu am ddiwallu anghenion gofal sylfaenol eu plant oherwydd diffyg arian, sydd y tu hwnt i'w rheolaeth"

Fel mae'r canfyddiadau ar hyd yr arolwg yma wedi dangos, mae tlodi yn cael effaith niweidiol ar iechyd emosiynol plant, pobl ifanc a'u teuluoedd. Ym mhob maes sy'n cael eu cwmpasu gan yr adroddiad, dangosir bod amgylchiadau tlodi yn cael effaith uniongyrchol ar iechyd meddyliol ac emosiynol.

Ar sail eu profiad a'u harsylwadau, gofynnodd yr arolwg i ymatebwyr a oedd iechyd emosiynol plant, pobl ifanc, rhieni a gofalwyr wedi newid yn ystod y 12 mis diwethaf.

Newidiadau mewn iechyd emosiynol yn ystod y 12 mis diwethaf



Soniodd mwyafrif llethol o'r ymatebwyr fod iechyd meddyliol ac emosiynol plant, pobl ifanc, rhieni a gofalwyr wedi **dirywio yn ystod y 12 mis diwethaf.** Roedd hyn yn wir ar draws holl ardaloedd awdurdodau lleol a byrddau iechyd Cymru.

Fel yn y 2 arolwg blaenorol gynhalion ni, gwelwyd bod y pandemig wedi effeithio ar iechyd meddwl. Yn achos plant a phobl ifanc, nododd ymarferwyr fod y rhyngweithio â chyfoedion wedi newid, yn enwedig ymhlith y rhai yn y blynyddoedd cynnar, oedd wedi methu cymdeithasu oherwydd y cyfyngiadau, ac a oedd yn dal i ddysgu'r sgiliau hynny. Roedd rhai plant hŷn wedi *'dod yn gyfarwydd â bod ar eu pen eu hunain a pheidio â gweld ffrindiau'* a'r *'ynysu'* yma oedd eu norm bellach. Fodd bynnag, cyfeiriwyd yn amlach at ffactorau eraill oedd yn achosi ynysu, gan gynnwys diffyg arian; gwahardd o'r ysgol; analluedd ariannol i fynychu'r ysgol; gorbryder a iechyd meddwl gwael; ac ofn cael eu bwlio. Gwnaeth ymarferwyr y sylw bod lefelau pryder plant a phobl ifanc yn aml yn codi pan fyddai rhaid iddyn nhw gymdeithasu, neu os oedd disgwyl iddyn nhw wneud hynny.

Beth bynnag oedd y rheswm am yr ynysu, roedd yr holl ymarferwyr yn cydnabod ei fod yn niweidiol i iechyd meddwl, yn gostwng lefelau gwydnwch, a hefyd yn lleihau'r galluoedd i hunan-reoleiddio eu hymddygiad.

Fodd bynnag, nododd mwyafrif yr ymarferwyr a'r gweithwyr proffesiynol mai'r anawsterau, y rhwystrau a'r heriau oedd yn cael eu hwynebu gan y rhai oedd yn byw mewn tlodi neu'n ei wynebu, yn eu profiad nhw, oedd y prif reswm am ddirywiad cynyddol iechyd meddwl ymhlith y plant, y bobl ifanc a'r teuluoedd maen nhw'n gweithio gyda nhw.

"Mae llawer o'n teuluoedd yn byw o'r llaw i'r genau. Mae'r straen yn cael ei basio ymlaen i'r plant, sydd wedyn heb brofiad o fagwraeth ddiogel, sefydlog. Mae hynny yn ei dro yn arwain at broblemau ymddygiad a chyflawniad academaidd isel, a bydd yn ychwanegu at y problemau."

Sylwodd llawer o ymatebwyr ar gynnydd yn nifer y plant a'r bobl ifanc oedd yn arddangos *"materion ymddygiad"*, oedd yn ei dro yn aml yn arwain at amserlen gyfyngedig, gwahardd o'r ysgol neu wrthod derbyn i'r ysgol, ac yn cael effaith ar lefelau straen rhieni yn y cartref. Mewn rhannau eraill o'r adroddiad hwn, nododd ymarferwyr fod hyn hefyd yn effeithio ar alluoedd rhieni i gynnal cyflogaeth neu ddarparu incwm cyson, gan fod angen i rieni gymryd amser o'r gwaith.

Rhoddwyd nifer o resymau am hyn, ond mewn rhai achosion roedd yr hyn a welwyd ar y cychwyn fel *'materion ymddygiad'* a chael eu trin felly, mewn gwirionedd yn anghenion dysgu ychwanegol oedd heb gael diagnosis, neu'n niwroamrywiaeth. Gwelwyd yr amserau aros hir i gael asesiad a diagnosis fel rhywbeth niweidiol i iechyd meddwl y plentyn a'r rhieni, oedd yn achosi straen a phryder yn rheolaidd.

Beth bynnag oedd yr achos, roedd cydnabyddiaeth bod angen brys am gefnogaeth iechyd meddyliol ac emosiynol i holl aelodau'r teulu. Gwaetha'r modd, wrth i'r galw gynyddu, mae rhestrau aros yn estyn, a soniodd ymarferwyr am nifer cynyddol o blant, pobl ifanc a'u rhieni oedd yn wynebu risg ddifrifol ar unwaith, rhai ohonynt mor ifanc ag 11 oed.

Cyfeiriodd ymarferwyr at lawer o ffactorau cysylltiedig â thlodi, y dywedwyd bod pob un ohonynt yn cael effaith gronnol ar iechyd meddwl plant a phobl ifanc ac yn ei waethygu. Er enghraifft, materion cysylltiedig â thlodi fel bod yn llwglyd a diffyg bwyd maethlon; diffyg tai addas, diogel a chynnes; ymgysylltiad yn yr ysgol; a byw mewn amgylchedd teulu llawn tensiwn, gyda checru mynych, wrth i'r pwysau ariannol arnyn nhw gynyddu.

"Mae gennym ni nifer o blant sy'n dweud yn rheolaidd eu bod yn "drist" yn y feithrinfa. Pan fyddwn ni'n gofyn pam, dydyn nhw ddim bob amser yn gallu dweud. Mae nifer o rieni wedi ymwahanu a phlant wedi symud tŷ o ganlyniad i hyn [tlodi]."

Soniodd ymarferwyr fod plant yn rheolaidd yn pryderu am lefelau straen a iechyd meddwl eu rhieni, ac *'yn gyson yn cario hynny gyda nhw'* i'r ysgol, oedd yn effeithio yn ei dro ar eu ffocws. Roedd eraill yn byw gyda rhieni oedd â *"chwpanau mor llawn straen"* fel eu bod yn arddangos ymddygiad abnormal a *"dulliau afiach o ymdopi"*. Soniodd rhai ymarferwyr am gynnydd mewn cam-drin domestig, camddefnyddio sylweddau a gamblo, oedd fel ei gilydd yn cael effaith negyddol ar iechyd emosiynol plant. Roedden nhw'n gweld niferoedd cynyddol o blant a phobl ifanc yn ynysu eu hunain, yn encilio fwyfwy, ac mewn trallod ac yn methu ymdopi o dan lawer o amgylchiadau.

"Mae'r pwysau ariannol ychwanegol yn arwain at iselder, diffyg hunan-barch, a gwanhau clymau teuluol".

Ymddangosai plant a phobl ifanc yn ymwybodol iawn o'r pwysau oedd ar eu rhieni, yn arbennig yn ariannol. Roedden nhw'n deall beth roedd hynny'n ei olygu iddyn nhw ac yn profi ei effaith ar lesiant eu rhieni. Ar hyd eu harolwg hwythau, soniodd plant a phobl ifanc am deimlo'n ***"drist", "yn isel"*** a ***"wedi ynysu"***, gan adleisio sylwadau'r ymarferwyr. Roedden nhw'n "pryderu" am iechyd meddwl eu rhieni ac *"oedden nhw'n ymdopi"*. Roedd plant wedi rhoi'r gorau i ofyn i'w rhieni am arian, am fwyd, neu hyd yn oed am sgidiau newydd, gan eu bod yn credu byddai hynny'n ychwanegu at bryder eu rhieni. Soniwyd bod plant yn y blynyddoedd cynnar hefyd yn pryderu ynghylch sut byddai eu rhieni'n talu am fwyd.

"Mae plant wedi rhannu eu bod wedi dweud celwydd wrth rieni am fwynhau hobïau, oherwydd euogrwydd am y gost".

Gwnaeth y rhai oedd yn gweithio'n uniongyrchol gyda theuluoedd sylwadau mynych bod **gan rieni lai o gapasiti o ran anghenion emosiynol eu plant**. Roedd hynny naill oherwydd eu gallu eu hunain i ymdopi â phwysau a phryder darparu ar gyfer anghenion sylfaenol eu teulu, neu oherwydd bod rhaid iddyn nhw weithio llawer mwy o oriau bellach neu gyflawni sawl swydd. Dywedodd ymarferwyr eu bod yn clywed mwy o blant a phobl ifanc yn sôn am diffyg profiadau teuluol cadarnhaol.

"Mae'r straen ar rieni yng nghyswllt tlodi yn cael effaith ar y cartref. Mae rhieni'n gwneud mwy o swyddi, ac felly'n treulio llai o amser gyda'i gilydd."

Nodwyd hefyd fod pobl ifanc yn pryderu'n fawr am eu dyfodol hwythau, gan gredu, os na all eu rhieni ddarparu bwyd a *"thalu'r biliau"*, na fyddan nhw'n gallu gwneud chwaith. Soniwyd bod llawer o bobl ifanc wedi **digalonni ynghylch eu dyfodol ac yn teimlo'n anobeithiol ac annigonol.**

Roedd y digalondid hwn yn amlwg iawn ymhlith rhieni a gofalwyr hefyd, yn enwedig y rhai sydd wedi bod yn byw mewn tlodi, neu ar gyrion hynny, ers sawl blwyddyn. Nododd ymarferwyr fod rhieni'n ***"methu gweld ffordd allan o'u sefyllfa"*** a'u bod wedi cyrraedd *"pen eu tennyn"*.

"Mae rhieni wedi digalonni oherwydd eu bod yn teimlo eu bod yn methu darparu to dros bennau eu plant, na bwyd iddyn nhw fwyta, na rhoi'r gwres ymlaen".

Roedd y rhai oedd yn ceisio cefnogaeth ar gyfer y dirywiad yn eu hiechyd meddwl yn gyson *"yn methu cael apwyntiad gyda'r meddyg, ac felly'n ceisio brwydro mlaen"*, oedd yn aml yn arwain at ddirywiad pellach a llai o allu i 'reoli' pob agwedd ar eu bywydau. Roedd rhieni hefyd yn pryderu'n fawr am iechyd meddwl eu plant, ac eto roedd hynny'n ychwanegu at y pwysau arnyn nhw.

Soniodd ymarferwyr am gynnydd yn nifer y tadau sydd â iechyd meddwl gwael; cynnydd yn nifer y teuluoedd sy'n chwalu; a chynnydd yn nifer y plant sy'n *"mynd i ofal"*. Doedd dim amheuaeth gan ymarferwyr mai ffactorau cysylltiedig â thlodi oedd yn sylfaenol gyfrifol am y dirywiad mewn iechyd meddyliol ac emosiynol a'r canlyniadau niferus oedd yn gysylltiedig â hynny.

"Mae pryderu am dalu'r biliau, colli eu cartrefi, bwydo'u plant yn gwneud rhieni a gofalwyr yn beryglus o bryderus. Maen nhw'n clywed bod angen iddyn nhw ddarparu diet cytbwys iach ar gyfer eu plant, ond dyw hynny ddim yn bosibl, felly mae euogrwydd yn eu llethu drwy'r amser. Mae hynny'n golygu eu bod yn gecrus ac yn bigog gyda'u plant oherwydd eu bod yn pryderu'n barhaus. All pobl ddim gweld unrhyw ffordd allan o'r sefyllfa hon."

Trwy'r ymatebion a gafwyd yn yr arolwg hwn, mae'n amlwg bod rhai ymarferwyr eu hunain ar incwm isel, a'u bod yn feunyddiol yn wynebu llawer o heriau personol cysylltiedig â thlodi. Hoffem ni gydnabod a diolch y rhai a roddodd eu straen a'u pryder eu hunain o'r neilltu er mwyn parhau i gefnogi plant, pobl ifanc a'u teuluoedd, yn aml o dan amgylchiadau anodd iawn.

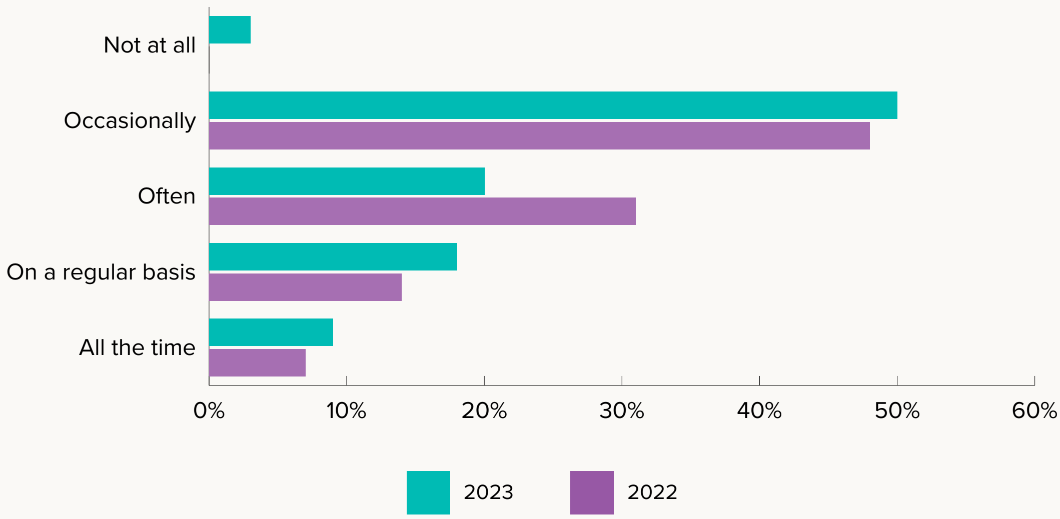
Tlodi a diogelu

"Ychydig flynyddoedd yn ôl, eithriad oedd plant oer, llwglyd, a byddech chi'n pryderu, ond nawr mae hynny'n normal… Dyw plentyn sy'n oer ac yn llwglyd oherwydd bod eu teulu'n methu fforddio gwres a bwyta'n iawn ddim yn anghyffredin bellach. Dyma ein realiti nawr."

Roedd yr holl ymatebwyr yn mynegi'n glir iawn **nad yw tlodi, ynddo'i hun, yn fater diogelu,** ac roedden nhw'n cydnabod bod rhieni'n gwneud popeth o fewn eu gallu i ddiogelu a gofalu am eu plant. Fodd bynnag, o ganlyniad i dlodi, mae rhieni'n methu fwyfwy i ddarparu bwyd, gwres, dillad a thai diogel, ac yn fwy tebygol o brofi straen, pryder a iechyd meddwl gwael oherwydd eu hamgylchiadau ariannol. Mae'r materion cronnol hyn yn arwain at bryderon diogelu ar gyfer nifer cynyddol o ymarferwyr.

Ar sail eu profiad, gofynnodd yr arolwg i ymatebwyr a oedd ffactorau cysylltiedig â thlodi'n destun pryder diogelu iddyn nhw, ac os felly, pa mor aml.

Ydy ffactorau cysylltiedig â thlodi'n achosi pryderon diogelu i chi?



Doedd dim gwahaniaethau arwyddocaol rhwng y grwpiau oed, y lleoliadau daearyddol, y sectorau ac amlder y pryderon.

"Dyw bod mewn tlodi, ynddo'i hunan, ddim yn gwneud pobl yn rhieni gwael".

Roedd yr ymatebwyr yn cydnabod bod llawer o bryderon diogelu yn deillio o effaith tlodi a'r pwysau ariannol ac emosiynol mae hynny'n ei greu. Roedden nhw'n deall bod **rhieni'n wynebu amgylchiadau eithriadol o anodd**, ac o ganlyniad yn gorfod gwneud penderfyniadau amhosibl.

Wrth i nifer cynyddol o deuluoedd fethu fforddio bwyd, dillad addas a digonol, trydan a chyfleusterau golchi, mae ymarferwyr yn naturiol yn pryderu am les plant. Yn hanesyddol, byddai'r ffactorau hyn wedi *"codi baner goch"*, ond mae ymarferwyr yn nodi bod hyn mor normal bellach fel eu bod yn aml yn cael trafferth sicrhau cydbwysedd, ac yn nodi bod **penderfyniadau ynghylch diogelu yn mynd yn fwy anodd**. Lleisiwyd hyn ar draws pob sector a rôl.

"Cael mwy a mwy o sgyrsiau ynghylch diffiniad o esgeuluso yn y cyfnod yma".

Gan fod cynifer o deuluoedd mewn argyfwng, yn methu bwydo a dilladu eu plant, mae ymarferwyr yn cael ***"trafferth gwybod pryd mae hynny'n mynd yn destun pryder"***. Er bod niferoedd atgyfeirio ac adrodd wedi cynyddu, roedd pryder, oherwydd bod diffyg bwyd a hanfodion mor gyffredin, nad oedd modd rhoi gwybod am bob achos, ac roedd rhybuddion y byddai hynny'n arwain at 'guddio neu golli' materion diogelu eraill.

"Colli prydau, cartref oer, cartrefi a dillad gwael neu annigonol. Esgeuluso, ond yn aml yn anfwriadol."

Amlygwyd y **straen ar rieni a'r dirywiad yn eu hiechyd meddwl** yn y rhan fwyaf o ymatebion. Er eu bod yn cydnabod ac yn gwerthfawrogi achosion hynny, roedden nhw'n ymwybodol iawn o'r canlyniadau posibl i blant a phobl ifanc. Fe wnaethon nhw'r sylw y gall straen, pryder a iechyd meddwl gwael i gyd arwain at ostyngiad yng ngalluoedd rhieni i "ymdopi" ag anghenion corfforol ac emosiynol plant.

"Gall straen ac anobaith arwain at ddewisiadau gwael" a nododd ymarferwyr fod rhai rhieni yn camddefnyddio sylweddau er mwyn 'ymdopi'. Fe wnaethon nhw sylw hefyd fod cam-drin domestig wedi cynyddu, ond roedd teuluoedd yn aml yn dal i fyw gyda'r rhai oedd yn eu cam-drin oherwydd eu bod yn teimlo, yn ariannol, nad oedd modd iddyn nhw adael.

"Mae effaith tlodi yn aruthrol. Mae iechyd a llesiant pobl yn dechrau dirywio, ac yn gallu golygu eu bod yn troi at arferion afiach fel camddefnyddio sylweddau i'w helpu i ymdopi. Wrth iddyn nhw ddechrau cael trafferth rheoli pethau a gofalu amdanynt eu hunain, mae hynny'n effeithio ar y gofal maen nhw'n ei roi i'w plant."

Roedd **tai** hefyd yn destun pryder. Dywedodd yr ymatebwyr fod cyfraddau troi allan yn codi gan adael rhai teuluoedd yn ddigartref, neu mewn llety gwael, anaddas. Mae teuluoedd yn cael eu symud i 1 ystafell mewn hostel neu westy, heb gyfleusterau coginio, storio bwyd na golchi dillad, sy'n "creu pryderon diogelu".

Er mwyn **cynyddu incwm**, mae mwy o blant a phobl ifanc yn cael eu **gadael ar eu pen eu hunain** neu yng ngofal siblingiaid, cymdogion, ffrindiau ac aelodau o'r teulu oherwydd bod rhieni'n lleihau ffioedd gofal plant, yn gweithio oriau hwy, neu'n cyflawni sawl swydd. Mynegwyd pryderon niferus ynghylch effaith bosibl hyn, gan gynnwys addasrwydd y gofalwyr; priodoldeb gweithgareddau pan fyddan nhw ar eu pennau eu hunain; mwy o berthnasoedd teuluol yn chwalu; natur agored i niwed plant a phobl ifanc (paratoi amhriodol, gangiau, ymddygiad troseddol); ac a oedd modd diwallu eu hanghenion sylfaenol yn ystod y cyfnod yma.

Mae ymarferwyr wedi nodi bod mwy o blant yn *"mynd i ofal"*, ac mae llawer yn disgwyl i'r cynnydd yma barhau. At ei gilydd, **mae rhieni'n gwneud popeth o fewn eu gallu** i ofalu am eu plant a rhoi popeth mae arnyn nhw ei angen iddyn nhw. Fodd bynnag, gyda 28% o blant yng Nghymru yn byw mewn tlodi, mae miloedd o deuluoedd yn cael trafferth gwneud hyn. Roedd ymatebwyr yn cydnabod bod eu rolau wedi newid, a bod gwasanaethau wedi lleihau, gan arwain at lai o ddarpariaeth o ran gwaith ataliol a gwasanaethau cefnogi.

"Mae angen i ddulliau diogelu fod yn rhagweithiol gyda mesurau atal, yn hytrach na bod yn adweithiol pan fydd niwed yn digwydd."

Taclo tlodi:
Strategaeth Tlodi Plant i Gymru

Ar ddiwedd 2022, ymrwymodd Llywodraeth Cymru i adnewyddu Strategaeth Tlodi Plant 2015. I helpu i lywio'r broses hon, gofynnodd yr arolwg i ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol beth ddylai gael ei gynnwys mewn strategaeth tlodi plant ddiwygiedig.

Ym mis Mehefin 2023, lansiodd Llywodraeth Cymru eu Strategaeth Tlodi Plant Ddrafft. Roedd y ddogfen hon ar gael ar gyfer ymgynghoriad cyhoeddus rhwng diwedd Mehefin a dechrau Medi 2023. Nid oedd amserlenni ein harolwg (26 Ebrill – 16 Mehefin), yn caniatáu i ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol weld y strategaeth ddrafft cyn ymateb i'r cwestiwn hwn. Gan ein bod wedi rhagweld hynny, y cwestiwn a ofynnwyd oedd, *"pa gamau ddylai gael eu blaenoriaethu a'u cynnwys mewn strategaeth tlodi plant i Gymru"*.

Defnyddiwyd y sylwadau a gafwyd gan ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol, o fewn yr adran hon ac ar hyd yr arolwg, i lywio ymateb ffurfiol i ymgynghoriad Llywodraeth Cymru.

Mae modd categoreiddio ymatebion yr ymarferwyr a'r gweithwyr proffesiynol i 4 prif faes, **ysgolion; incwm; gwasanaethau a chefnogaeth; mynediad a chyfranogiad.** Rhestrir y blaenoriaethau hyn isod ac maen nhw'n ymwneud yn uniongyrchol â nifer y sylwadau a'r awgrymiadau a gafwyd ar bob pwnc, gydag 1 yn derbyn y nifer mwyaf o sylwadau ym mhob categori, ac yn y blaen.

Y tu allan i'r categorïau hyn, rhoddodd yr ymatebwyr flaenoriaeth i un cam gweithredu trosfwaol y dylid ei gynnwys mewn strategaeth tlodi plant: **yr angen am dargedau penodol, cynllun gweithredu, ac atebolrwydd.**

Ysgolion

1. **Prydau ysgol am ddim:** Estyn y ddarpariaeth prydau ysgol am ddim i bawb i grwpiau oed eraill. Adolygu a chynyddu'r meini prawf cymhwysedd presennol ar gyfer prydau ysgol am ddim.

2. **Gwisg ysgol:** Lleihau'r costau trwy sicrhau nad yw ysgolion yn defnyddio logos a brandio ar wisg ysgol. Dylai ysgolion weithredu'n llawn bob agwedd ar y canllawiau polisi statudol. Dylai teuluoedd fedru prynu holl eitemau'r wisg ysgol o gyflenwyr llai drud, fel archfarchnadoedd. Gwisg ysgol am ddim i'r rhai ar incwm isel.

3. **Costau ysgol ychwanegol:** Dylai cost teithiau ysgol gael ei lleihau, a dylai pob taith ysgol fod yn ddi-dâl i'r rhai ar incwm isel. Dylai costau ysgol ychwanegol eraill, fel gweithgareddau a chyfarpar, fod yn ddi-dâl i deuluoedd ar incwm isel.

4. **Gweithgareddau allgyrsiol:** Darpariaeth ddi-dâl a mynediad hwylus i blant sy'n byw mewn tlodi, gan gynyddu eu cyfleoedd i ymgysylltu, cael eu cyfoethogi a chael eu trin yn deg.

5. **Brecwast ysgol am ddim:** Darparu brecwast ysgol am ddim i bawb

6. **Profiad ysgol:** Gwella profiad ysgol plant a phobl ifanc sy'n byw mewn tlodi a rhoi sylw i gyfraddau presenoldeb dysgwyr sydd o dan anfantais.

7. **Safon prydau ysgol:** Darparu prydau ysgol mwy maethlon, o safon uwch. Cynyddu maint y dognau a roddir yn y prydau ysgol am ddim i bawb, a'r lwfans (hynny yw faint sydd ar gael) ar gyfer prydau ysgol am ddim.

8. **Addysg blynyddoedd cynnar:** Cynyddu'r cyllid ar gyfer addysg blynyddoedd cynnar.

9. **Blaenoriaethau eraill:** Gwella mynediad at swyddogion ymgysylltiad teuluol ysgolion; cynyddu defnydd o'r ysgol fel ased cymunedol; cynyddu lefel y Grant Datblygu Disgyblion i ysgolion; gwneud y diwrnod ysgol yn hwy, fel bod modd i rieni weithio diwrnod llawn.

Incwm

1. **Help a chymorth ariannol:** Gwella sefyllfa ariannol teuluoedd, yn arbennig y rhai sydd fymryn o dan y trothwy budd-daliadau, trwy ddarparu cymorth gyda hanfodion yn ystod yr argyfwng costau byw.

2. **Budd-daliadau:** Diwygio'r system les, gan gynnwys adolygu meini prawf cymhwysedd rhai budd-daliadau. Dileu'r terfyn 2 blentyn a'r cap ar fudd-daliadau. Cynyddu'r budd-daliadau presennol a symleiddio'r system. Cynyddu ymwybyddiaeth o'r hyn y gellir ei hawlio a chyflwyno ymrestru awtomatig. Cyflwyno Incwm Sylfaenol Cyffredinol. Cynyddu tâl gofalwyr a lleihau'r cosbau cysylltiedig o ran budd-daliadau.

3. **Ynni a bwyd:** Cyflwyno grantiau i helpu gyda chostau ynni. Lleihau costau ynni cartrefi'r prif gyflenwad a rhai 'oddi ar y grid'. Taclo prisiau bwyd a chostau eitemau hanfodol eraill.

4. **Cyflogaeth:** Ymdrin â chyflogau a chyflogaeth â thâl isel, yn enwedig y rolau a'r gwasanaethau hynny sy'n sbarduno lleihau tlodi, fel darpariaeth gofal plant. Cynyddu mynediad at gyflogaeth â thâl gwell. Codi'r isafswm cyflog.

5. **Addysg a hyfforddiant:** Gwella mynediad at gyfleoedd hyfforddi ac addysg i oedolion, gan roi cefnogaeth i'w mynychu (costau trafnidiaeth, gofal plant etc.)

6. **Cymorth brys:** Cynyddu'r ddarpariaeth ariannol o ran pecynnau cymorth brys. Cynyddu mynediad at y pecynnau hyn a'u hargaeledd.

7. **Busnes a'r economi:** Cefnogi busnes a thwf, yn arbennig cyfleoedd busnes cymunedol. Ceisio creu cyflogaeth, a chefnogi hynny. Taclo elw ym myd diwydiant a threthu arian annisgwyl.

Gwasanaethau a chefnogaeth

1. **Gwasanaethau a dargedwyd:** Cynyddu cyllid, argaeledd a hygyrchedd gwasanaethau a dargedwyd i gefnogi pob teulu, nid dim ond y rhai sy'n byw mewn tlodi. Y gwasanaethau y dylid rhoi blaenoriaeth iddyn nhw yw'r trydydd sector; iechyd emosiynol a meddyliol; rhaglenni magu plant; cyngor ar ddyled ac arian; hyfforddiant a chyflogaeth. Atal gwasanaethau rhag cael eu hariannu yn y tymor byr i sicrhau sefydlogrwydd y ddarpariaeth.

2. **Gofal plant:** Estyn gofal plant am ddim i grwpiau oed eraill. Gwella'r gefnogaeth o ran gofal plant di-fwlch. Darparu mwy o ofal plant ar gyfer anghenion dysgu ychwanegol a phlant ag anabledd. Ymdrin â chostau gofal plant ac argaeledd lleol.

3. **Gwasanaethau statudol:** Cryfhau a chynyddu cyllid mewn gwasanaethau cyffredinol fel iechyd, addysg a gwasanaethau plant.

4. **Hybiau llesiant:** Ehangu ac ariannu hybiau i deuluoedd sy'n darparu 'siopau dan yr unto' ac yn cynnwys gwasanaethau a chefnogaeth sy'n cynnig gweithgareddau llesiant, cyngor, cyfleoedd i gefnogi cymheiriaid a mynediad at wi-fi a TG.

5. **Tai:** Darparu tai cymdeithasol fforddiadwy o safon. Cynyddu argaeledd tai cymdeithasol. Cyflwyno capiau rhent.

6. **Ymyrraeth gynnar ac ataliaeth:** Cynyddu'r cyllid a'r ymrwymiad i wasanaethau sy'n canfod risgiau cysylltiedig â thlodi ac yn eu hatal rhag gwaethygu.

7. **Perthnasoedd:** Gwella gwaith amlasiantaeth. Cynyddu a gwella ymgysylltiad a pherthynas â rhieni. Gwrando ar leisiau plant a phobl ifanc a'u clywed.

8. **Plant ag anabledd:** Mwy o ffocws ar anghenion plant ag anabledd a niwroamrywiaeth, ac ymrwymiad i hynny.

9. **Diogelu:** Adolygu a diwygio trothwyon diogelu.

Mynediad a chyfranogiad

1. **Trafnidiaeth:** Cynyddu mynediad at drafnidiaeth gyhoeddus, yn arbennig mewn ardaloedd gwledig, difreintiedig. Lleihau costau trafnidiaeth. Ymdrin ag argaeledd a chostau trafnidiaeth i'r ysgol.

2. **Chwaraeon a hamdden:** Darparu mynediad gwell, di-dâl i chwaraeon, clybiau a gweithgareddau hamdden, gan gynnwys yn ystod gwyliau'r ysgol. Ystyried y rhwystrau i fynediad, gan gynnwys trafnidiaeth.

3. **Ymgysylltu:** Cynnwys cymunedau, gan wneud plant yn rhan o benderfyniadau lleol a chenedlaethol. Mynd ati'n rhagweithiol i glywed a chefnogi eu hanghenion.

Gofynnodd ein harolwg gwestiwn tebyg i blant a phobl ifanc, ac mae'n arbennig o ddiddorol nodi bod eu hatebion yn cyfateb yn uniongyrchol i lawer o'r rhai a gafwyd gan ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol. Cewch hyd i'w hymatebion tua diwedd yr adroddiad.

Canfyddiadau'r Arolwg Plant a Phobl Ifanc

Am yr arolwg

Mae'r arolwg Plant a Phobl Ifanc yn rhan allweddol o'r adroddiad blynyddol hwn ar dlodi. Bob blwyddyn, mae'r arolwg yn rhoi llais i blant a phobl ifanc, gan sicrhau bod eu barn, eu safbwyntiau a'u profiadau o dlodi yn cael eu clywed. Fel ymarferwyr, gweithwyr proffesiynol, addysgwyr, llunwyr polisi ac yn y pen draw, amddiffynwyr a chefnogwyr plant a phobl ifanc, ein dyletswydd yw gwrando ar eu lleisiau a chymryd camau i sicrhau bod pob plentyn a pherson ifanc yn gallu gwireddu eu hawliau.

Trwy'r arolwg yma, roedden ni eisiau sicrhau gwell dealltwriaeth o'r materion cysylltiedig â thlodi sy'n bwysig i blant a phobl ifanc, ac effaith bosibl y materion hynny ar eu bywydau.

Bu'r arolwg yn fyw am gyfnod o 7 wythnos rhwng 26 Ebrill a 16 Mehefin 2023. Roedd yn agored i bob plentyn a pherson ifanc yng Nghymru ac fe gafodd ei gwblhau'n ddienw gan yr ymatebwyr.

Gofynnwyd i blant a phobl ifanc ystyried materion yn y meysydd canlynol:

- Materion tlodi
- Tlodi a'r ysgol
- Tlodi a'r cartref
- Tlodi yn y gymuned
- Bwlio cysylltiedig â thlodi
- Atebion i dlodi

Roedd opsiynau amlddewis ym mhob categori, yn ogystal â'r cyfle i ddarparu sylwadau agored ynghylch sut gallai pob mater dan sylw effeithio ar blant oedd yn byw mewn tlodi.

Gofynnwyd yr holl gwestiynau yn y trydydd person, ac roedd yr arolwg yn darparu esboniadau gofalus, hawdd eu deall o derminoleg benodol ar gyfer y plant a'r bobl ifanc, er enghraifft beth yw ystyr y termau 'tlodi' a 'dyled'.

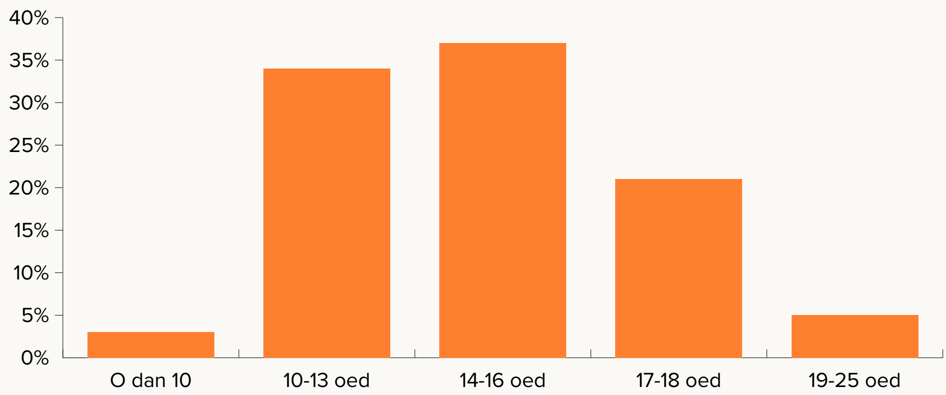
Pwy ymatebodd

Mae'n bwysig nodi na thargedwyd plant a phobl ifanc sy'n byw mewn tlodi a/neu sy'n byw mewn ardaloedd difreintiedig wrth ddosbarthu'r arolwg; nid oedd yr arolwg chwaith yn gofyn i blant a phobl ifanc oedden nhw eu hunain wedi byw mewn tlodi neu ei brofi. Yn hytrach, roedd yr arolwg yn ceisio'u barn ar sut gallai tlodi effeithio ar wahanol agweddau ar fywydau plant.

O ystyried y paramedrau hyn, nid yw'n hysbys felly faint o'r ymatebwyr sydd â phrofiadau bywyd o dlodi, neu a ydynt yn byw mewn ardaloedd difreintiedig. Dylid nodi hefyd bod cyfraddau cwblhau cwestiynau unigol weithiau'n amrywio, ac felly bod y canrannau a gyfrifwyd wedi'u seilio ar y nifer a atebodd bob cwestiwn, yn hytrach na chyfanswm nifer yr ymatebwyr.

Ymatebodd cyfanswm o 270 o blant a phobl ifanc o 20 ardal Awdurdod Lleol ar draws Cymru. Roedd eu hoed yn amrywio o blant o dan 10 oed i rai hyd at 25 oed.

Ystod oed yr ymatebwyr



O'r ymatebwyr, nododd 7% fod ganddynt anabledd, roedd 2% yn dewis peidio â dweud, roedd 12% yn ansicr, a disgrifiodd 79% eu hunain fel rhai heb anabledd.

Holwyd plant a phobl ifanc hefyd am eu hethnigrwydd, ac er na chwblhaodd pawb y cwestiwn yma, dyma'r hunaniaethau a nodwyd: Asiaidd o wlad arall (1); Asiaidd Cymreig neu Brydeinig (11); Du o wlad arall (2); Tras Gymysg (12); Gwyn o wlad arall (9); Gwyn Cymreig neu Brydeinig (215); Unrhyw grŵp ethnig arall (2); Ddim yn siŵr (15); a Dewis peidio â dweud (2).

O ystyried y niferoedd bach oedd yn nodi anabledd neu eu bod yn perthyn i grwpiau ethnig lleiafrifol, nid yw'n bosibl dadansoddi a yw ymatebion a chanfyddiadau'r grwpiau hyn yn arwyddocaol wahanol i rai'r ymatebwyr eraill.

Canfyddiadau

Cyflwyniad

Cafodd effaith tlodi ar fywydau plant a phobl ifanc ei hystyried a'i mynegi'n ofalus gan y rhai a ymatebodd. Roedden nhw'n pryderu am effaith tlodi, yn emosiynol ac yn gorfforol, nid ar y plant a'r bobl ifanc eu hunain yn unig, ond hefyd eu rhieni a'u gofalwyr.

Beth bynnag oedd y cwestiynau, roedd plant a phobl ifanc yn gwneud sylwadau am annhegwch tlodi, ac yn teimlo'n gryf iawn am hynny. Roedd hynny'n fwyaf amlwg yng nghyswllt addysg, bwyd a bwlio. Trist yw nodi **eu bod hefyd yn teimlo na fyddai fawr ddim yn newid ar gyfer eu dyfodol.** Roedd rhai eisoes yn pryderu ynghylch sut bydden nhw'n bwydo eu hunain neu'n darparu cartref iddynt eu hunain yn y dyfodol, neu'n llwyddo i gael hyd i gyflogaeth fyddai'n darparu digon o incwm i wneud hynny.

Er nad oedd yr arolwg yn gofyn i blant a phobl ifanc oedd ganddyn nhw eu hunain brofiad bywyd o dlodi, roedd hynny'n aml yn amlwg o'r sylwadau. Mae llawer o'r plant hyn yn wynebu brwydrau a heriau beunyddiol, ac yn achos rhai o'r bobl ifanc hŷn, ymddengys eu bod wedi gwneud hynny ers nifer o flynyddoedd. Mae'n ddealladwy felly, o dan yr amgylchiadau hynny, bod teimladau o **ddigalondid, diffyg cymhelliad, lefel isel o ddyheadau a theimladau o 'gael eu hanwybyddu' a 'cholli mas'.** Roedd ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol wedi sylwi ar hynny hefyd, ac mae eu canfyddiadau hwythau'n adlewyrchu'r meddyliau a'r teimladau hyn.

Bob blwyddyn, rydyn ni'n gofyn i blant a phobl ifanc am y materion tlodi sy'n effeithio arnyn nhw, a phob blwyddyn, maen nhw'n ddigon caredig i roi eu hamser i ystyried y cwestiynau a dweud wrthyn ni beth sydd angen newid a sut. **Bob blwyddyn, does dim yn newid. Nid yw hyn yn dderbyniol.**

Materion tlodi

“Rydyn ni’n teimlo’n oer, yn llwglyd ac yn anhapus.” (o dan 10oed)

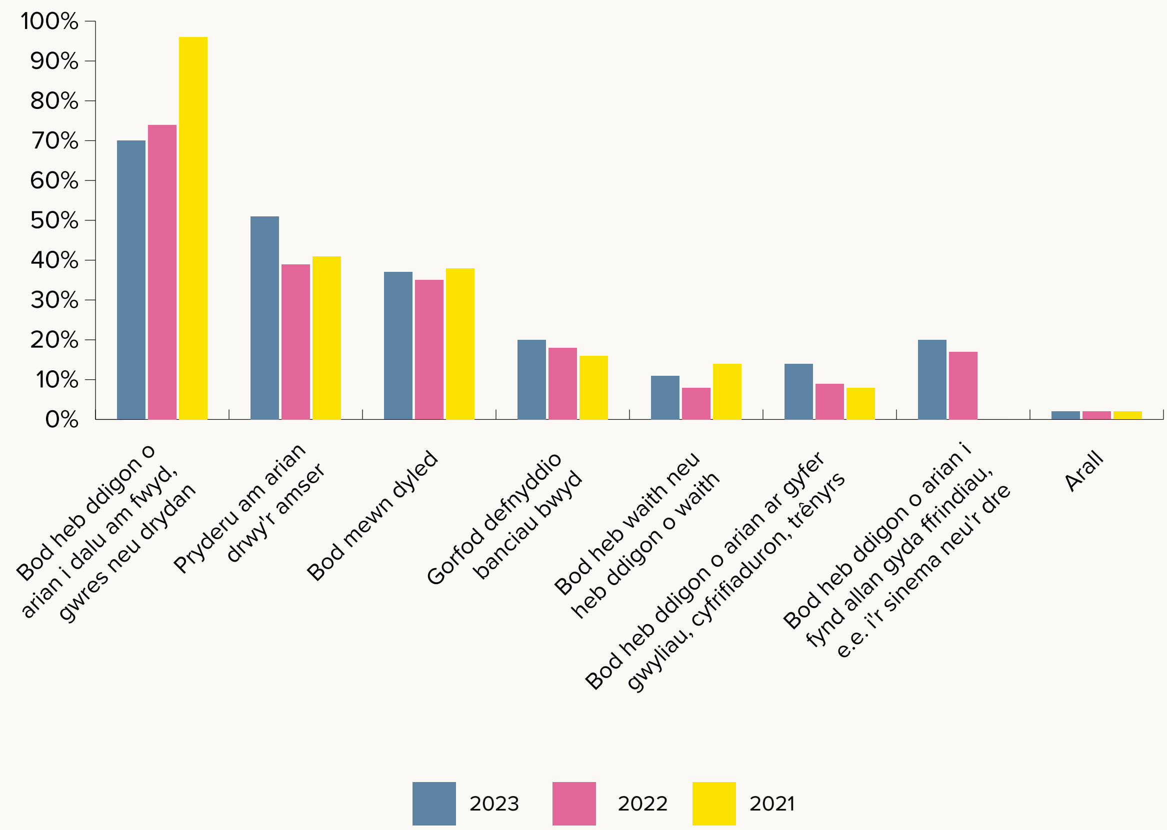
Gofynnodd yr arolwg i blant a phobl ifanc beth oedden nhw’n meddwl oedd yn effeithio fwyaf ar blant oedd yn byw mewn tlodi. Yn y cwestiwn yma, disgrifiwyd tlodi a dyled fel hyn:

Tlodi: *Ystyr hyn yw bod heb ddigon o arian i brynu pethau rydych chi angen bob dydd, fel bwyd neu ddillad.*

Dyled: *Ystyr hyn yw bod arian yn ddyledus i rywun arall, ond bod dim digon o arian i’w dalu’n ôl.*

Gofynnwyd iddyn nhw ddewis 2 opsiwn o’r rhestr a ddarparwyd. Mae’r opsiynau hyn wedi’u seilio ar faterion a nodwyd gan blant a phobl ifanc mewn arolygon blaenorol. Mae’r siart isod yn cymharu 3 blynedd.

"Yn eich barn chi, beth sy'n effeithio fwyaf ar blant sy'n byw mewn tlodi?"



Gofynnodd yr arolwg hefyd sut gallai tlodi effeithio ar blant a phobl ifanc. Gan fod canllawiau pynciau yn fwriadol heb eu cynnig ar gyfer y cwestiwn hwn, roedd y sylwadau a ddarparwyd yn eang eu cwmpas, o fethu fforddio trafnidiaeth a ‘symud o gwmpas’ i iechyd gwael a fforddiadwyedd addysg coleg a phrifysgol. Fodd bynnag, roedd mwyafrif o’r sylwadau yn canolbwyntio ar 2 faes; **effaith feddyliol ac emosiynol byw mewn tlodi;** a’r effaith **bersonol, gorfforol,** gyda’r ddau’n gysylltiedig â’i gilydd.

Beth bynnag oedd eu hoed, roedd plant a phobl ifanc yn credu bod tlodi yn 'achosi' pryderon a straen, gan roi bywydau plant dan ***"bwysau aruthrol"***, oedd yn ei dro yn arwain at iechyd meddwl gwael, ***"iselder"***, ***"tristwch"***, **ynysu** a ***"phlentyndod anhapus".***

"Mae Mam yn crio drwy'r amser achos bod dim arian ganddi hi. Rydw i'n teimlo'n wael ofnadw a ddim yn gwybod beth i wneud. Alla i ddim dweud wrthi mod i'n llwglyd achos bydd hi'n crio mwy." (10-13oed)

Gwnaeth plant a phobl ifanc sylwadau droeon am iechyd emosiynol a meddyliol. Roedden nhw'n cydnabod ei fod yn anodd canolbwyntio yn yr ysgol oherwydd eu bod yn pryderu'n barhaus am fwyd ac arian. Roedden nhw hefyd yn meddwl am eu rhieni oedd *"dan lawer o straen".* Roedd hynny'n golygu bod rhai plant yn teimlo'n euog, felly anaml y bydden nhw'n gofyn am unrhyw beth er mwyn osgoi *"mwy o straen".*

Roedd rhai pobl ifanc hŷn yn sylweddoli bod y 'straen' yma'n cael effaith ar eu cyrhaeddiad ac na fydden nhw ***"byth yn mynd i'r brifysgol"*** oherwydd eu bod yn annhebygol o gyflawni'r graddau angenrheidiol. Roedd llawer yn gweld yr amgylchiadau cysylltiedig â thlodi fel rhai parhaol, a chylch ***"cenedlaethau o dlodi yn ddi-dor".***

"Mae angen datrys y problemau hyn cyn gynted â phosib, er mwyn y genhedlaeth nesa o oedolion. Er gwybodaeth, ddylen i ddim bod yn gorfod dweud hynny yn y lle cyntaf." (14-16oed)

Roedd y sylwadau hyn yn cyd-fynd â chynnydd sylweddol, oedd yn destun pryder mawr, yng nghanran y **sylwadau negyddol am y dyfodol** i blant a phobl ifanc. Fel yn achos canfyddiadau'r arolwg ymarferwyr, roedd digalondid, rhwystredigaeth, ac weithiau dicter ynghylch tlodi yng Nghymru.

Fe wnaethon nhw'r sylw fod ***"dim pwynt"* i addysg**, oherwydd bod angen i bobl ifanc gael swydd ar unwaith i *"helpu eu teuluoedd"*. Roedd pobl ifanc eraill yn credu y byddai eu dyfodol yn debyg i'w rhieni, sy'n *"gweithio'n galed iawn"*, ond yn dal i fethu fforddio bwyd neu hanfodion. Fe wnaethon nhw fynegi dicter ynghylch y sefyllfa hon, ac roedden nhw'n cyfeirio llawer o hynny at ysgolion a'u *"gwisgoedd drud"* a'r hyn roedden nhw'n ei weld yn ddiffyg gweithredu ynghylch bwlio cysylltiedig â thlodi.

"Dyw hyn ddim yn deg a dyw Llywodraeth Cymru ddim fel petai ots ganddyn nhw am wneud unrhyw beth amdano fe." (17-18oed)

Roedd eraill yn grac bod Llywodraeth Cymru *"ddim yn gwneud digon i helpu plant"* a ddim yn poeni am y rhai oedd yn byw mewn tlodi. Roedd ambell un hefyd yn grac bod eu rhieni'n methu eu bwydo neu eu dilladu.

"Teimlo bod bywyd ar i lawr o hyd. Teimlo'n isel a iechyd meddwl gwael. Teimlo bod na unman diogel i drafod unrhyw beth, gan fod bywyd bob amser yn llawn helbul." (14-16oed)

Yr ail faes trosfwaol y buon nhw'n canolbwyntio arno oedd **effaith bersonol a chorfforol** tlodi. Fe wnaethon nhw nodi bod plant oedd yn byw mewn tlodi yn fwy tebygol o fod yn dost o gymharu â'u cyfoedion, ac yn amlach, bod cartrefi'n oer ac yn llaith heb *"unrhyw le preifat nac unrhyw le i wneud gwaith cartref".* Soniodd rhai fod ganddyn nhw ddim gwely iddyn nhw eu hunain, a doedd gan 2 o'r rhai ymatebodd ddim toiled gartref. Roedd llawer o sylwadau am gyflwyniad personol, gan fod dillad yn rhy fach neu'n annigonol, ac roedd cost uchel trydan yn golygu mai anaml y câi dillad eu golchi, a doedd dim dŵr poeth i gael cawod. Roedden nhw'n dweud bod hynny'n achosi bwlio, oedd yn gwneud iddyn nhw *"deimlo'n wael"*, ac yn arwain at iechyd meddwl gwael.

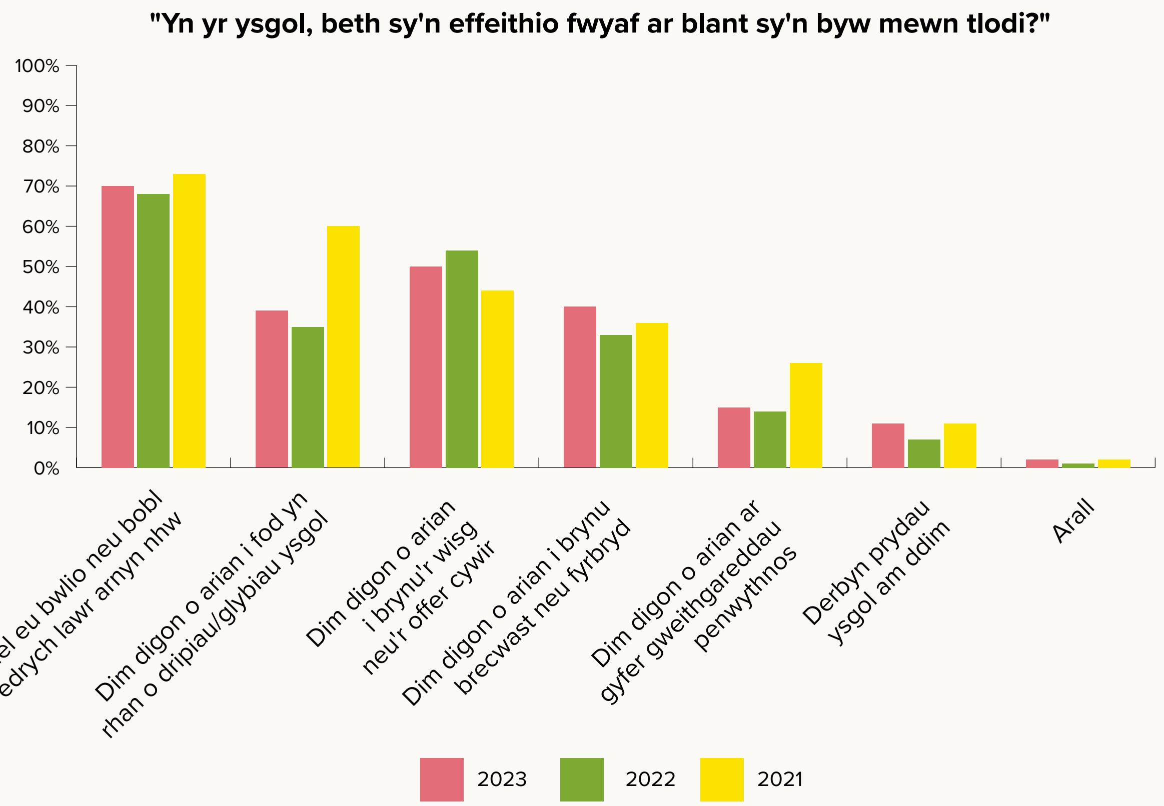
"Dyw plant ddim yn haeddu pryderu, maen nhw'n haeddu plentyndod lle gallan nhw ffynnu." (19-25oed)

Mae llawer o'r materion a godwyd yn cael eu harchwilio'n fanylach yn yr adrannau sy'n dilyn o'r adroddiad hwn.

Tlodi a'r ysgol

"Cael eich bwlio a'ch cywilyddio am fod heb ddigon o arian, methu fforddio cael bwyd yn yr ysgol, mynd ar deithiau ysgol, a methu fforddio'r wisg a'r offer cywir." (14-16oed)

Gofynnodd yr arolwg, mewn perthynas â'r ysgol, beth sy'n fwyaf tebygol o effeithio ar y rhai sy'n byw mewn tlodi. Rhoddwyd opsiynau amlddewis, a gofynnwyd i'r plant a'r bobl ifanc ddewis 2 yn unig. Roedd yr opsiynau hyn eto wedi'u seilio ar faterion a godwyd gan ymatebwyr mewn arolygon blynyddol blaenorol. Mae'r tabl isod yn cymharu 3 blynedd.



Fel mewn blynyddoedd blaenorol, ***'cael eu bwlio neu bobl yn edrych lawr arnyn nhw'*** yw'r opsiwn a ddewiswyd amlaf o hyd. Mae canfyddiadau 2022 a 2023 yn gymharol debyg, er bod amrywiadau sylweddol o'u cymharu â 2021. Does dim modd dadansoddi'r rheswm am hynny ar sail paramedrau'r data a gasglwyd yn yr arolwg hwn. Er enghraifft, dydyn ni ddim yn gwybod beth yw cefndir sosio-economaidd yr ymatebwyr, pa ysgolion maen nhw'n mynd iddynt, na'u profiadau bywyd o dlodi.

Serch hynny, mae'r gwahaniaethau rhwng y blynyddoedd yn dilyn y cynnydd mewn costau byw, ac felly gallant adlewyrchu newidiadau yn amgylchiadau teuluoedd a blaenoriaethau'r cyfnod yma. Er enghraifft, yn 2021, roedd *methu fforddio teithiau ysgol* yn bwysig i blant a phobl ifanc, ac er bod hynny'n amlwg yn dal yn rhywbeth pwysig iddyn nhw, mae dillad digonol a chywir, ynghyd â bwyd, bellach yn bwysicach.

“Wynebu llawer o fwlio am fod yn dlawd. Bod heb bethau sydd gan eraill, a theimlo eich bod chi’n cael eich gadael allan. Teimlo’n unig ac mae eich bywyd yn wag.” (14-16oed)

Ar hyd eu hymatebion, gwnaed nifer sylweddol o gyfeiriadau at dlodi a iechyd emosiynol gwael. Er enghraifft, methu fforddio’r wisg ysgol gywir neu dderbyn prydau ysgol am ddim, oedd yn arwain at fwlio, ac yn ei dro yn arwain at deimlo’n ynysig, a chreu iechyd emosiynol gwael. O ystyried y materion pwysig a godwyd gan blant a phobl ifanc yng nghyswllt gwisg ysgol a bwlio, caiff y pynciau hyn eu harchwilio’n fanylach yn yr adrannau o’r adroddiad hwn sy’n dilyn.

“Pobl yn edrych lawr arnoch chi, methu bod yr un fath â phobl eraill, felly cael eich bwlio, yna teimlo’n drist iawn, gan arwain at iselder a llawer o bethau eraill.” (14-16oed)

Gwnaed sylwadau’n aml am **fwyd ac eisiau bwyd**. Roedd plant yn debygol o ddod i’r ysgol yn llwglyd, ac roedd hynny’n effeithio ar eu gallu i ganolbwyntio ac ymgysylltu’n llawn. Nododd rhai fod hynny’n effeithio ar eu haddysg, gan y byddai diffyg canolbwyntio yn arwain at raddau gwael, gan greu ***“cylch o dlodi”***.

Cafwyd llawer o sylwadau bod plant a phobl ifanc yn aml yn methu fforddio cinio. Nid yw’n eglur o’r sylwadau oedd y plant yma’n gymwys i dderbyn prydau ysgol am ddim, ond gan nad oedden nhw’n bwyta yn ystod amser cinio, mae’n rhesymol tybio nad oedden nhw’n gallu hawlio prydau ysgol am ddim, neu fod stigma derbyn prydau am ddim yn rhy fawr. Mae canfyddiadau’r arolwg ymarferwyr yn dangos bod nifer cynyddol o blant a phobl ifanc yn methu fforddio bwyd amser cinio, ac eto dydyn nhw ddim yn bodloni’r meini prawf i dderbyn prydau ysgol am ddim.

“Mae pobl ifanc yn pryderu am gael prydau ysgol am ddim oherwydd y stigma a’r bwlio sy’n gysylltiedig â hynny.” (14-16oed)

Gwnaeth ambell berson sylw fod **maint dogn y prydau ysgol am ddim** yn *“llai nag oedd gan bobl eraill”* a bod eu dewis hefyd yn gyfyngedig o fewn y lwfans. Buon nhw hefyd yn disgrifio stigma prydau ysgol am ddim, a *“pha mor amlwg yw hi”* pa ddisgyblion sy’n eu cael nhw yn ystod amser cinio. Efallai bod deall y sylwadau hyn yn haws trwy’r arolwg ymarferwyr, lle nodwyd bod y ‘lwfans’ ar gyfer prydau ysgol am ddim yn rhy isel, a bod dysgwyr yn aml yn gorfod gofyn pris pob eitem neu bod eitemau ddim yn cael eu rhoi iddyn nhw oherwydd eu bod yn *‘methu’u fforddio’*. Yn anochel, roedd y sylwadau am brydau ysgol am ddim yn gyffredinol yn cynnwys bwlio, stigma ac ynysu.

“Methu canolbwyntio oherwydd mod i’n poeni am fy rhieni, methu mynd i’r ysgol achos bod fy rhieni’n methu rhoi credyd ar y mesuryddion trydan a nwy, bod yn oer ac yn methu cael pryd cynnes neu hyd yn oed fwyd achos bod hynny’n rhy ddrud.” (o dan 10)

Roedd **teithiau ysgol** hefyd yn codi pryderon ac fe'u dewiswyd gan 39% o'r plant a'r bobl ifanc fel un o'r materion mwyaf tebygol o effeithio ar y rhai oedd yn byw mewn tlodi. Roedd y rhai oedd yn methu fforddio mynd ar deithiau yn teimlo wedi'u heithrio, eu hynysu, a soniwyd eu bod yn fwy tebygol o gael eu bwlio am *"beidio â bod yn bresennol"*. Adleisiwyd hyn yng nghanfyddiadau'r ymarferwyr, ac fe wnaethon nhw nodi bod plant oedd yn methu cyfranogi mewn taith ysgol yn tueddu i fod yn absennol ar ddiwrnod y daith, yn hytrach nag *'wynebu eu cyfoedion'* neu gael eu gweld yn 'cael eu gadael allan'.

"Weithiau mae teithiau ysgol yn bwysig i'ch addysg, a byddai'n dda gweld hynny." (10-13oed)

Soniodd plant hefyd am deimlo dan straen ac yn fwy pryderus cyn ac ar ôl teithiau ysgol. er enghraifft, gallai'r llythyr cyn y daith gyda gwybodaeth a chostau roi rhieni dan fwy o bwysau, a nododd plant eu bod yn osgoi hynny. Wedi'r daith, byddai trafodaethau dan arweiniad athro yn normal yn y dosbarth, ac roedd hynny'n cynyddu teimladau o fod yn ynysig a chael eu cau allan.

Roedd plant a phobl ifanc yn cydnabod bod tlodi yn cael effaith yn yr ysgol, a'i fod yn gallu effeithio ar eu canlyniadau addysgol, eu profiadau personol, a'u hiechyd meddwl.

"Dim arian i fforddio anghenion sylfaenol yr ysgol, fel gwisg neu ddeunyddiau ysgrifennu, sy'n creu anfantais aruthrol ac yn cynyddu'r siawns o fethu cwblhau'r ysgol neu fethu arholiadau." (17-18oed)

Roedd mwyafrif llethol o'r plant a'r bobl ifanc yn credu'n gryf bod angen i annhegwch tlodi newid, yn arbennig ym myd addysg ac ysgolion.

"Gwaetha'r modd, rydyn ni'n byw mewn byd sy'n credu bod y cyfoethog yn haeddu mwy ac sy'n anghofio mai'r genhedlaeth nesaf yw ein dyfodol. Ar hyn o bryd dydyn ni ddim yn gwneud digon nac yn rhoi digon." (19-25oed)

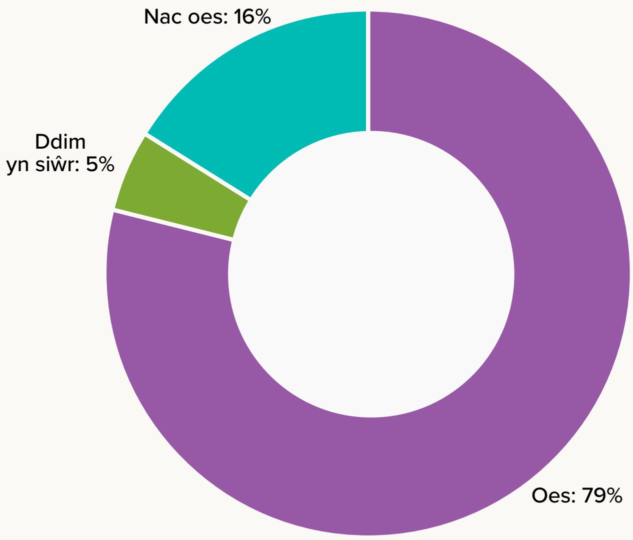
Gwisg Ysgol

“Mae’n hurt bod rhieni’n gorfod gwario cymaint ar wisg ysgol. Mae’n eu hecsbloetio ac yn eu rheoli. Pam gwneud iddyn nhw dalu cymaint am siwmper lwyd?” **(14-16oed)**

Yn ein harolygon blynyddol blaenorol, mae costau gwisg ysgol, yn arbennig y rhai lle mae gofyn sicrhau bathodyn neu logo’r ysgol, wedi codi’n gyson fel testun pryder i deuluoedd incwm is a’r rhai sy’n byw mewn tlodi. Er mwyn archwilio hynny ymhellach, eleni roedd yr arolwg yn holi plant a phobl ifanc am y wisg mae’n rhaid iddyn nhw ei gwisgo ac o ba fathau o siopau mae modd ei phrynu.

Yn yr adran flaenorol *‘Tlodi a’r Ysgol’*, dywedodd 50% o’r plant a’r bobl ifanc fod bod heb ddigon o arian i brynu gwisg ysgol yn cael effaith sylweddol ar y rhai sy’n byw mewn tlodi. Nodwyd bod y rhai oedd yn methu fforddio’r wisg ysgol lawn, gywir, yn fwy tebygol o gael eu bwlio a’u hynysu, yn ogystal â bod yn fwy tebygol o gael eu cosbi neu eu hanfon adref. Roedden nhw’n credu bod hyn yn gwbl annheg, ac yn sylweddoli nad oes rhaid i wisg ysgol fod mor ddrud ag y mae. Bu’r ymarferwyr yn gwneud sylwadau am hyn hefyd, ac mae eu canfyddiadau nhw yn dangos, yng nghyswllt addysg, mai ***costau gwisg ysgol oedd yn cael yr effaith fwyaf,*** a nhw oedd yr anoddaf i deuluoedd eu rheoli.

Oes rhaid i ti wisgo bathodyn neu logo'r ysgol ar dy wisg ysgol?



Efallai ei fod yn destun syndod, er gwaethaf canllawiau polisi gwisg ysgol statudol Llywodraeth Cymru, fod 79% o’r rheiny a ymatebodd i’r arolwg wedi dweud bod rhaid iddyn nhw wisgo bathodyn neu logo’r ysgol.

Mae'r canllawiau polisi yn cydnabod bod gwisg ysgol yn faich ariannol, yn arbennig ar deuluoedd incwm is. Mae'n gofyn i ysgolion ystyried cost eu gwisg, ac osgoi eitemau cost uchel fel siacedi ffurfiol a defnydd o siopau gwisg ysgol arbenigol yn unig. Anogir ysgolion i beidio â defnyddio dillad wedi'u brandio, a hyd yn oed os bydd logo, ni ddylai hynny fod yn orfodol. Gwnaeth un person y sylw fod hynny'n wir yn eu hysgol nhw, ond roedd gwisgo siaced heb logo'r ysgol yn *"gwneud i chi sefyll allan"* fel eich bod yn fwy tebygol o gael eich bwlio.

Yr union faterion hyn a amlygwyd gan blant a phobl ifanc fel; rhwystrau i fynychu'r ysgol oherwydd fforddiadwyedd y wisg; cynyddu bwlio i rai â gwisg nad yw'n cydymffurfio; ac arwain at gosb roedden nhw'n credu oedd yn annheg i'r rhai oedd yn methu fforddio'r costau.

"Os nad oes gennych chi'r wisg gywir, rydych chi'n cael slip gwisg ysgol i fynd adre, ac os na fyddwch chi'n cywiro'r wisg, fe gewch chi bwynt ymddygiad negyddol sy'n gallu cynyddu'n gyfnod o aros ar ôl ysgol." (14-16oed)

Roedd gwisg ysgol yn cael ei gweld fel eitem hanfodol, fel arall *"allwch chi ddim mynd i'r ysgol".* Roedd un person ifanc 14-16 oed yn meddwl bod *"codi TAW ar wisg ysgol yn ofnadwy",* a nododd gymaint rhatach y byddai petai hynny ddim yn digwydd.

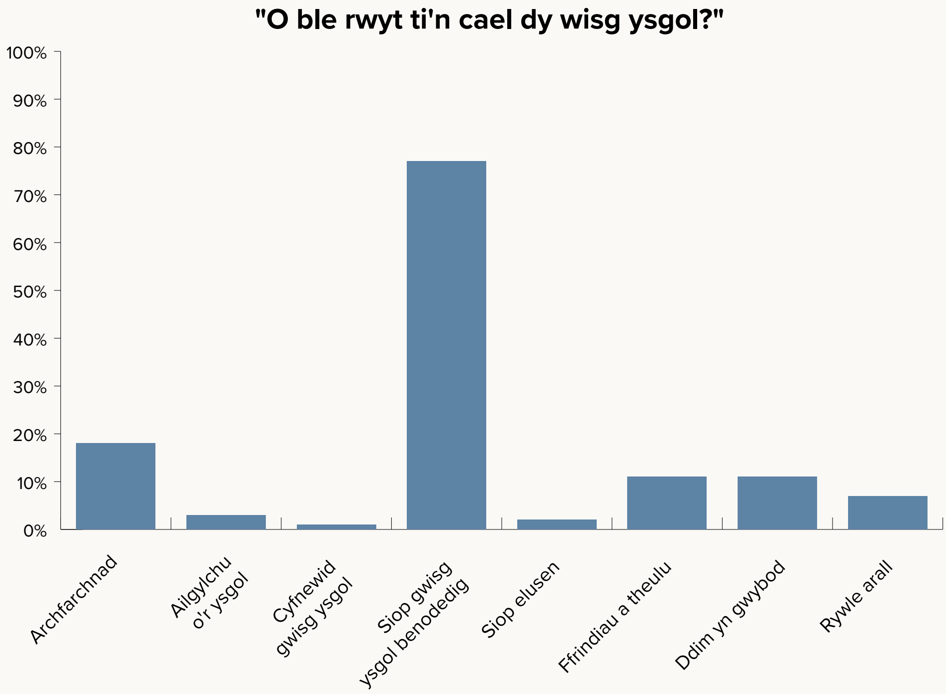
Credai'r rhan fwyaf o'r rhai a ymatebodd y dylai teuluoedd oedd yn methu fforddio cost y wisg ei derbyn yn ddi-dâl, gan nodi y byddai hynny'n lleihau bwlio ac yn cael effaith gadarnhaol ar iechyd meddwl. Roedd bod heb y wisg gywir, ynghyd ag eitemau oedd wedi treulio ac oedd ddim yn ffitio'n gywir, yn cael ei weld fel prif achos bwlio cysylltiedig â thlodi yn yr ysgol, ac un o'r prif amgylchiadau pan na fyddai plant a phobl ifanc yn mynychu'r ysgol.

Gofynnodd yr arolwg faint a pha eitemau o wisg yr ysgol oedd angen bathodyn neu logo'r ysgol. Roedd yr eitemau hyn yn amrywio ond yn cynnwys siacedi ffurfiol wedi'u brandio (31%) a chit Addysg Gorfforol (60%). Ni ofynnwyd i'r plant a'r bobl ifanc sawl eitem yn eu cit Addysg Gorfforol oedd angen bod wedi'u brandio, ond ar sail eu sylwadau, mae'n amlwg bod ysgolion yn aml yn gofyn bod y logo ar 2-4 eitem (e.e. hwdi, top chwaraeon, siorts/sgert a throwsus hyfforddi hir). Mae'n debygol, felly, bod rhai ysgolion yn gofyn am hyd at 9 eitem wedi'u brandio.

"Mae gwisg ysgol yn dal yn ddrud iawn i rieni ei phrynu, yn enwedig bob blwyddyn pan fydd plant yn tyfu i fyny... yn y diwedd mae rhaid iddyn nhw wisgo gwisg ysgol sy'n rhy fach iddyn nhw." (17-18oed)

Fel mae'r siart isod yn dangos, mae gofyn bod mwyafrif o'r rhai a ymatebodd yn gwisgo 2 eitem o wisg ysgol wedi'u brandio.

"Petai dim bathodynnau ar wisg ysgol, a'i bod yn blaen, byddai'n rhatach ac yn haws i bobl gael gafael arni. Gallai'r ysgol hyd yn oed werthu bathodynnau i'w smwddio ar y wisg, oherwydd mae gorfod prynu o siop gwisg ysgol yn ddrud iawn." (10-13oed)



I deuluoedd sy'n byw mewn tlodi neu ar incwm isel, mae cost gwisg ysgol yn gyfran sylweddol o'u cyllideb, ac mae hynny'n amlwg yn fwy gwir fyth os na allan nhw brynu'r rhan fwyaf, neu'r cyfan o'r eitemau pwysig, o fanwerthwyr llai drud.

Roedd plant a phobl ifanc yn adnabod y problemau o ran cost, ac roedd rhai ohonyn nhw'n "grac" bod rhaid i deuluoedd ddewis rhwng prynu gwisg ysgol neu brynu bwyd. Bu eraill yn canolbwyntio ar effaith peidio â chydymffurfio ar iechyd meddwl a bwlio, eto gan gredu bod hynny'n "annheg".

Mewn cwestiwn ar wahân, gofynnwyd beth fyddai'n helpu i stopio bwlio cysylltiedig â thlodi mewn ysgol. Roedd eu sylwadau'n canolbwyntio'n bennaf ar wisg ysgol, ac awgrymwyd atebion fel; cael gwared o'r holl frandio; *"siopau cyfnewid gwisg ysgol"*, gwisg ysgol am ddim i bawb i leihau'r gwahaniaethau; a newid ym mholisïau a disgyblaeth gwisg ysgol.

I sicrhau dealltwriaeth bellach o gostau gwisg ysgol, mae'r tabl uchod wedi cael ei gynnwys, ac mae'n rhoi enghraifft o gostau gwisg ysgol o 2 ysgol uwchradd yng Nghymru. Cyfrifwyd y rhain ym mis Awst 2023, ychydig cyn y tymor ysgol newydd. Lle nad oes angen brandio eitemau, mae'r costau'n seiliedig ar brisiau un o'r prif archfarchnadoedd.

Mae'r tabl hefyd yn cynnwys canran y dysgwyr y mae'r ysgol yn gwybod eu bod yn gymwys i dderbyn prydau ysgol am ddim.

Blwyddyn Ysgol 23/24	**Costau Ysgol A**	**Costau Ysgol B**	**Costau archfarchnad heb logos**
% o'r dysgwyr sy'n gallu hawlio Prydau Ysgol am ddim *	**£30.00****	**38%**	
Siaced ffurfiol	£8.00	£30.00 **	£14.00
Sgert/trowsus x 2	£7.50	£8.00	£8.00
Crys x 5	£7.00 **	£7.50	£7.50
Tei	£34.00 **	£6.00 **	£4.00
Siwmper x 2	£5.00	£32.00 **	£5.00
Sanau/teits x 5	£14.00	£5.00	£5.00
Esgidiau	£44.00 **	£14.00	£14.00
Top Add Gorff x 2	£24.00 **	£37.00 **	£3.00
Siorts Add Gorff x 2	£10.00	£5.00	£5.00
Trênyrs	£183.50	£10.00	£10.00
Cyfanswm	£183.50	£154.50	£75.50
*** Cymwys i dderbyn prydau ysgol am ddim**			
**** Rhaid cael y logo, ac ar gael o siop benodol yn unig**			

Fel mae'r tabl yn dangos, mae gwisg ysgol yn ddrud, ac mae hynny'n fwy gwir fyth lle mae disgwyl eitemau wedi'u brandio. Nid yw'r costau hyn yn cynnwys eitemau y mae angen eu newid yn ystod y tymhorau ysgol, ac mae'n bwysig nodi mai costau un plentyn yn unig sydd yma.

Soniodd ambell blentyn a pherson ifanc fod eu hysgolion yn mynd ati'n rhagweithiol i helpu teuluoedd oedd yn methu fforddio gwisg ysgol. Fe wnaethon nhw nodi *"ailgylchu gwisg ysgol"*, lle roedd dysgwyr yn cyfrannu eu gwisg, fel ei bod yn cael ei rhoi i deuluoedd eraill. Roedd y rhain yn cael eu gweld fel camau cadarnhaol iawn i helpu plant oedd yn byw mewn tlodi.

"Mae ein hysgol ni yn gweithio'n galed i sicrhau bod plant mewn tlodi ddim yn sefyll allan yn amlwg. Mae gwisg ysgol ar gael am ddim i blant sydd angen hynny, ac mae wedi cael ei chyfrannu gan blant eraill." (10-13oed)

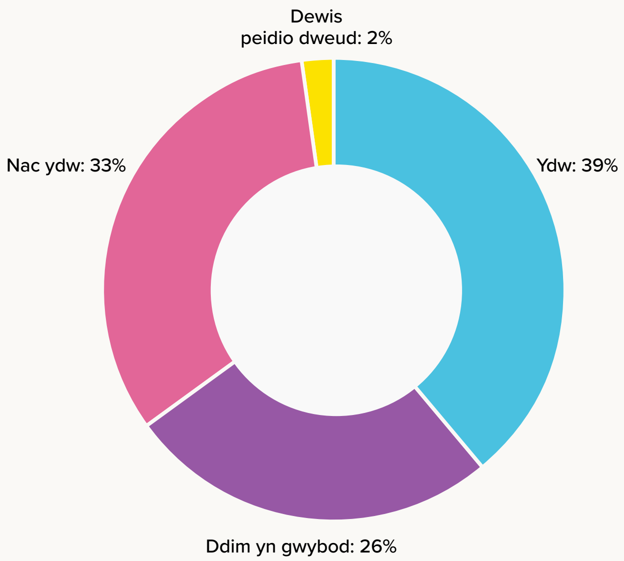
Lle roedd hyn yn digwydd, roedd rhai plant a phobl ifanc yn falch dros ben o'u hysgol, eu gweithredoedd eu hunain a sut roedd plant yn cael eu trin yn y lleoliad. Wrth ddadansoddi'r canfyddiadau, roedd yn ddiddorol iawn darganfod bod y rhai oedd yn sôn am gamau cadarnhaol, lliniarol yn yr ysgol, ddim yn sôn am fwlio, annhegwch nac ynysu. Roedd hyn yn anghyffredin o gymharu â'r ymatebwyr eraill. Nid yw cyfyngiadau, niferoedd a natur ddienw'r arolwg yn caniatáu dadansoddi nac ymchwilio pellach i hyn; serch hynny, mae'n dal yn werth ei nodi.

Bwlio a thlodi

"Mae bwlio mewn ysgolion oherwydd cyfoeth yn ofnadwy. Fel rhywun a gafodd brofiad difrifol o hynny, mae'n eich dinistrio chi ac yn lladd unrhyw hunan-hyder neu hunan-werth sydd gennych chi. Mae'n eich gwneud yn besimistaidd dros ben am flynyddoedd wedyn." (17-18oed)

Cafodd cwestiynau am fwlio eu cynnwys am y tro cyntaf yn arolwg 2022. Cyn hynny, doedden ni ddim yn holi'n benodol am fwlio cysylltiedig â thlodi, ac eto roedd cynifer o blant a phobl ifanc yn cynnwys hynny yn eu hymatebion, heb ystyried y cwestiwn. O ganlyniad, mae bwlio cysylltiedig â thlodi yn awr yn cael ei gynnwys fel rhan greiddiol o'n harolwg.

Ydych chi'n gweld plant a phobl ifanc yn cael eu bwlio oherwydd bod ganddyn nhw ddim cymaint o arian neu'r un pethau ag eraill?



Yn arolwg 2022, dywedodd mwyafrif (40%) o'r plant a'r bobl ifanc eu bod nhw ddim yn gweld bwlio cysylltiedig â thlodi. Fodd bynnag, eleni, dywedodd y mwyafrif (39%) eu bod yn gweld hynny.

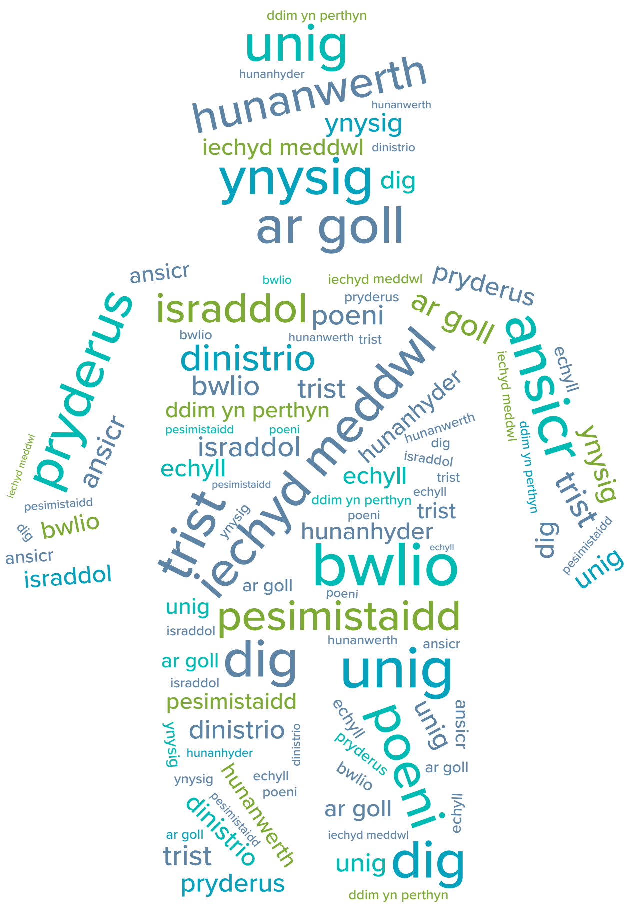
Lle tystiwyd i fwlio cysylltiedig â thlodi neu ei brofi, roedd sylwadau plant a phobl ifanc yn troi i raddau helaeth o gwmpas canlyniadau tlodi, fel gwisg ysgol oedd wedi treulio, yn ddi-raen, o'r maint anghywir; diffyg gwisg ysgol gywir; derbyn prydau ysgol am ddim; peidio â chymryd rhan mewn teithiau ysgol a digwyddiadau; a'r dillad sy'n cael eu gwisgo ar ddiwrnodau heb wisg ysgol.

"Fe ges i fy mwlio, ond roeddwn i mewn gwell sefyllfa nag un o'm ffrindiau, roedd e'n cael prydau ysgol am ddim (roedd e'n methu fforddio gwisg ysgol, ac yn aml prydau ysgol am ddim oedd unig bryd y dydd iddo fe). Bron bob dydd byddai'r plant eraill yn tipio'i hambwrdd bwyd ac yn ceisio rhwygo'i wisg ysgol, oedd eisoes wedi treulio." (14-16oed)

Cafodd canlyniadau bwlio eu mynegi'n glir gan blant a phobl ifanc. Roedd cydnabyddiaeth o effaith negyddol hyn ar iechyd meddwl ac empathi at y rhai oedd yn cael eu bwlio.

“Rydych chi bob amser yn cael eich bwlio oherwydd eich bod chi'n methu rhannu byrbryd, neu does gennych chi ddim y wisg gywir. Mae tyllau yn fy sgidiau, felly mae rhaid i fi wneud yn siŵr bod neb arall yn gweld hynny pan fydda i'n eistedd wrth y ddesg, achos byddan nhw'n bwlio chi os gwelan nhw.” (10-13oed)

Nodwyd hefyd fod y rhai oedd yn cael eu bwlio yn cael mwy o amser *'allan o'r ysgol'*. Gwnaeth rhai y sylw fod y rhai oedd yn cael eu bwlio *“ddim eisiau dod i'r ysgol”* a byddai hynny'n effeithio ar eu *“datblygiad, eu haddysg, a'u dyfodol tymor hir”.*



Er y gall bwlio ei hun gynyddu cyfraddau absenoldeb, dylid nodi y gallai fod ffactorau eraill cysylltiedig â thlodi sy'n dylanwadu ar y cyfraddau hyn, fel yr amlygwyd yng nghanfyddiadau *Ymarferwyr a Gweithwyr Proffesiynol* yr adroddiad hwn.

Roedd effaith ar y rhai oedd yn tystio i'r bwlio hefyd. Roedden nhw'n ei ddisgrifio fel rhywbeth *“ofnadwy”* ac *“annheg”*. Gwnaeth sawl un ohonyn nhw sylwadau am gael eu hypsetio, ond eu bod nhw ddim yn gwybod beth i'w wneud neu pwy dylen nhw ddweud wrthyn nhw.

“Ofnadwy, pam dyw athrawon ddim yn stopio fe?” (10-13oed)

Doedd dros chwarter (26%) y plant a'r bobl ifanc 'ddim yn gwybod' oedd bwlio cysylltiedig â thlodi yn digwydd. Fodd bynnag, ar sail llawer o'u sylwadau, mae'n amlwg bod bwlio yn digwydd, ond y gallai fod am resymau eraill. Nododd nifer bach iawn fod *"plant yn cael eu pryfocio"* am fyw mewn tlodi, yn hytrach na'u bwlio. Efallai mai profiad neu ddealltwriaeth sy'n gyfrifol am y persbectif yma.

Yn achos y rhai a atebodd 'na' i'r cwestiwn yma, roedd llawer ohonyn nhw wedi *"clywed ei fod yn digwydd"*, ond heb gael profiad uniongyrchol ohono na thystio iddo, tra bod eraill yn gwneud y sylw bod *"neb yn yr ysgol mewn tlodi"*. Wrth gwrs, mae'n bosibl bod hynny'n wir, ond o ystyried nifer y plant sy'n byw mewn tlodi neu'n dod o deuluoedd incwm isel yng Nghymru, byddai hynny'n anghyffredin.

Mae'n fwy tebygol, siŵr o fod, bod eu hysgol yn gweithio i liniaru effaith tlodi, ac o ganlyniad yn lleihau bwlio cysylltiedig â thlodi. Cafwyd sawl enghraifft gadarnhaol gan y plant a'r bobl ifanc hyn. Fe wnaethon nhw nodi bod pob dysgwr yn eu hysgol yn cael eu trin yn gyfartal, *"heb eithriadau"*; maen nhw'n dysgu ac yn deall beth mae tlodi'n ei olygu a sut gallai wneud i blant a phobl ifanc deimlo; ac mae'r ysgol yn *"ailgylchu"* y gwisgoedd ysgol, felly *"rydyn ni i gyd yn cyfnewid gwisg ysgol"*.

"Mae fy ysgol wedi ceisio gwrthweithio hyn." (14-16oed)

Mae rhai ysgolion yn amlwg wedi cymryd camau neu wrthi'n rhoi 'dull ysgol gyfan' o weithredu ynghylch tlodi ar waith, ac ar sail y canfyddiadau hyn, ymddengys bod hynny'n cael effaith gadarnhaol. Lle rhoddodd plant a phobl ifanc enghreifftiau o arfer cadarnhaol er mwyn ymdrin â bwlio cysylltiedig â thlodi, nid oedd neb ohonynt wedi tystio i'r math yma o fwlio na'i brofi mewn ysgolion. O ystyried pa mor aml y ceir sylwadau ynghylch bwlio cysylltiedig â thlodi, mae'r canfyddiad yma'n arwyddocaol.

Mae'r mesurau yr ymddengys bod yr ysgolion hyn yn eu rhoi ar waith yn cyfateb i'r rhai sy'n cael eu hargymell mewn rhai rhaglenni, fel Pris Tlodi Disgyblion, a ariannwyd gan Lywodraeth Cymru a'i hwyluso gan Plant yng Nghymru. Mae gwybodaeth ac adnoddau ar gyfer y rhaglen hon ar gael yn hwylus ar wefan Hwb Llywodraeth Cymru.

"Rhoi gwybodaeth iddyn nhw i'w codi, gwneud pobl yn ymwybodol o'u teimladau, gwisg ysgol am ddim." (10-13oed)

Roedd y cwestiwn olaf am fwlio cysylltiedig â thlodi yn gofyn i blant a phobl ifanc *'beth sy'n gallu cael ei wneud i stopio hyn'*. Yr ymateb mwyaf cyffredin oedd yr angen am gynyddu ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o fwlio cysylltiedig â thlodi. Roedden nhw'n credu y byddai hynny, ochr yn ochr â mesurau eraill, yn lleihau bwlio cysylltiedig â thlodi.

"Dylen ni ddysgu pobl ifanc am wirioneddau tlodi. Po ifancaf fyddan nhw wrth ddysgu am dlodi a bwlio, mwyaf tebygol ydyn nhw o dderbyn hynny." (14-16oed)

Fodd bynnag, nododd nifer o'r plant a'r bobl ifanc yr angen i athrawon ddeall mwy am *"sut deimlad yw byw mewn tlodi"*, gan y byddai hynny'n lleihau disgyblaeth oedd yn cael ei gweld yn annheg, fel *"pwyntiau ymddygiad negyddol"* am fod heb y wisg ysgol gywir.

"Peidiwch â thynnu sylw at unigolion." **(17-18oed)**

Ymhlith y **mesurau eraill i atal bwlio** roedd gwisg ysgol am ddim i'r rhai oedd angen hynny; dileu logos ar wisg ysgol ac eitemau drud fel siacedi ffurfiol; prydau ysgol am ddim i bawb; ailgylchu gwisg ysgol; 'siopau cyfnewid'; gwahardd diwrnodau heb wisg ysgol; trafnidiaeth am ddim i'r ysgol; a theithiau ysgol am ddim.

"Mae pobl yn pigo ar blant ac yn gwneud hwyl am eu pennau oherwydd bod dim digon o arian gan eu rhieni. Hefyd mae hynny'n effeithio ar eu graddau, fel bod nhw ddim yn gallu cael swyddi da, ac mae'r cylch yn parhau." **(14-16oed)**

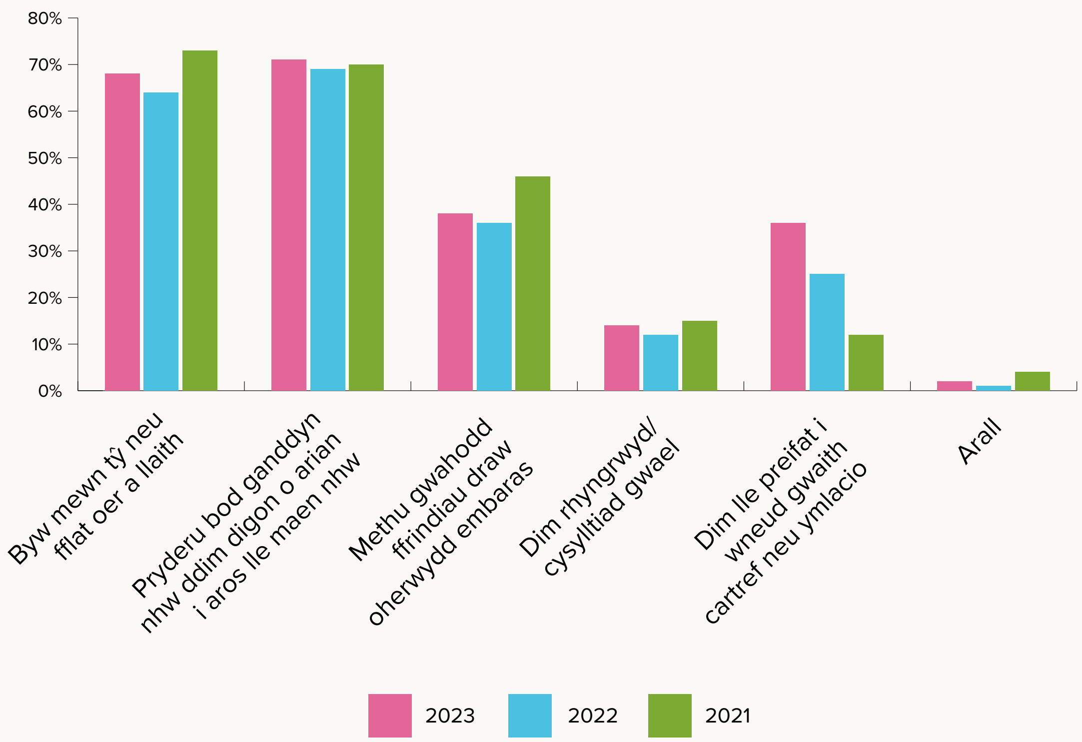
Mae'r mesurau hyn nid yn unig yn ymwneud yn uniongyrchol â'r achosion a nodwyd ar gyfer bwlio cysylltiedig â thlodi, ond hefyd â'r rhai a nodwyd gan ymarferwyr a gweithwyr proffesiynol. Y thema drosfwaol gan blant a phobl ifanc yw bod **pawb yn haeddu tegwch** ac na ddylai profiadau addysgol ddibynnu ar incwm nac amgylchiadau.

Tlodi a’r cartref

“Dydych chi ddim eisiau mynd adre. Does dim byd i’w fwyta, mae’n oer, yn llaith ac yn drewi. Allwn ni ddim fforddio pethau neis na lle cynnes.” (10-13oed)

Gofynnodd yr arolwg i’r ymatebwyr ystyried beth oedden nhw’n meddwl fyddai’n effeithio fwyaf ar blant oedd yn byw mewn tlodi, pan oedden nhw gartref. Eto, roedd fformat y cwestiwn yn gofyn i’r ymatebwyr ddewis 2, o’r rhestr a ddarparwyd.

Gartref, beth sy'n effeithio fwyaf ar blant sy'n byw mewn tlodi?



Mae’r canfyddiadau’n parhau’n gymharol gyson ar draws y cyfnod cymharu o 3 blynedd, ond bu cynnydd sydyn yn nifer y plant a’r bobl ifanc sy’n dewis *‘dim lle preifat’*. Mae’r rheswm am hynny’n aneglur, ond roedd ymatebwyr a ddewisodd yr ateb hwn yn fwy tebygol o sôn am straen cysylltiedig â thlodi, *“dadleuon teuluol”*, tensiwn ar yr aelwyd, a lleoedd i fyw oedd *“wedi’u cywasgu”*. Soniodd rhai am *“fethu fforddio bwyd”,* rhent a hanfodion eraill fel achos dadleuon gartref.

“Rwy’n credu bod hyn yn achosi llawer o ddadleuon neu anghytundeb ynghylch beth sy’n hanfodol a beth sydd ddim.” (14-16oed)

Yn eu harolwg nhw, dywedodd ymarferwyr fod perthnasoedd teuluoedd yn fwyfwy helbulus, ac mae hynny’n cael ei ategu gan atebion y plant a’r bobl ifanc. Cafwyd mwy o sylwadau eleni am ddadleuon yn y cartref nag mewn blynyddoedd blaenorol.

“Gwrando ar rieni’n dadlau mwy gartre.” (10-13oed)

Fel yn achos llawer o'r atebion a ddarparwyd ar hyd yr arolwg, **llesiant emosiynol a iechyd meddwl** oedd amlycaf yn y sylwadau. Nodwyd teimladau o *"bryder"* a'u bod yn *"poeni"*, *"gorfod gwylio'r mesuryddion i weld a fyddwn ni yn y tywyllwch"*, a phryderu oedden nhw'n gallu fforddio cawod neu olchi eu dillad.

"Pryderu ydy'r tŷ yn mynd i fod yn barhaol – pryderu am fwyd a diod – pryderu am ddillad – pryderu am ffyrdd o fynd i lefydd." (14-16oed)

Soniodd eraill am deimlo gormod o embaras i wahodd ffrindiau draw, nid dim ond oherwydd *"cyflwr eu cartref"*, ond hefyd oherwydd bod eu rhieni'n methu fforddio byrbrydau neu ddiodydd iddyn nhw; doedd *"dim digon o gelfi"*; doedd ganddyn nhw ddim trydan, a gallai hynny arwain at ddadleuon pellach yn y teulu. Ar draws pob ystod oed, roedd hynny'n cynyddu teimladau o fod yn ynysig, yn unig, a *"ddim yn ddigon da"*.

Soniwyd hefyd am **fwyd ac eisiau bwyd** yn y cartref. Cododd rhai y ffaith nad oedd fawr ddim bwyd, os o gwbl, gartref, a dywedwyd bod hynny'n *"arbennig o wir yn ystod gwyliau'r ysgol"*. Roedd sawl plentyn a pherson ifanc hefyd yn cael trafferth gweld eu rhieni ddim yn bwyta, roedd hynny'n cynhyrchu euogrwydd iddyn nhw, ac yn gwneud i un plentyn 10-13 oed *"deimlo'n isel ac yn drist"*.

"Mae'r bwyd yn aml yn mynd i'r person mwyaf anghenus yn y teulu, ac mae'n gallu bod yn anodd gweld rhieni'n mynd heb brydau bwyd." (14-16oed)

Mynegwyd pryderon ynghylch gallu aros yn eu cartref, ac roedd *"ofn parhaus ynghylch cael eu troi allan gan landlordiaid."* Disgrifiwyd yr amgylchedd allanol y tu allan i'r cartref yn fynych fel un *"anniogel"* oedd yn ynysu, a thai cymdeithasol fel rhywbeth *"prin"*.

Soniodd plant a phobl ifanc am yr heriau ymarferol gartref, fel methu fforddio trydan, wi-fi neu fynediad i'r rhyngrwyd. Eto, nodwyd yr ynysu mae hynny'n achosi, ond roedden nhw hefyd yn pryderu am eu gwaith cartref. Wrth i *"fwy o waith ysgol gael ei wneud dros y rhyngrwyd"*, roedden nhw'n pryderu na fydden nhw'n gallu ei gwblhau ac y *"bydden nhw mewn trwbl y diwrnod wedyn"*. Roedd hefyd yn anodd i blant gael hyd i le tawel, preifat i gwblhau eu gwaith cartref, ac eto roedd hynny'n peri pryder iddyn nhw, achos roedden nhw'n teimlo y bydden nhw'n *"ei wneud yn anghywir"* a naill ai'n colli mwy o dir yn eu gwaith ysgol neu'n cael athrawon yn achosi "embaras" iddyn nhw o flaen gweddill y dosbarth.

"Os byddwch chi'n pryderu gormod, mae'n gallu bod yn ddrwg i'ch iechyd." (10-13oed)

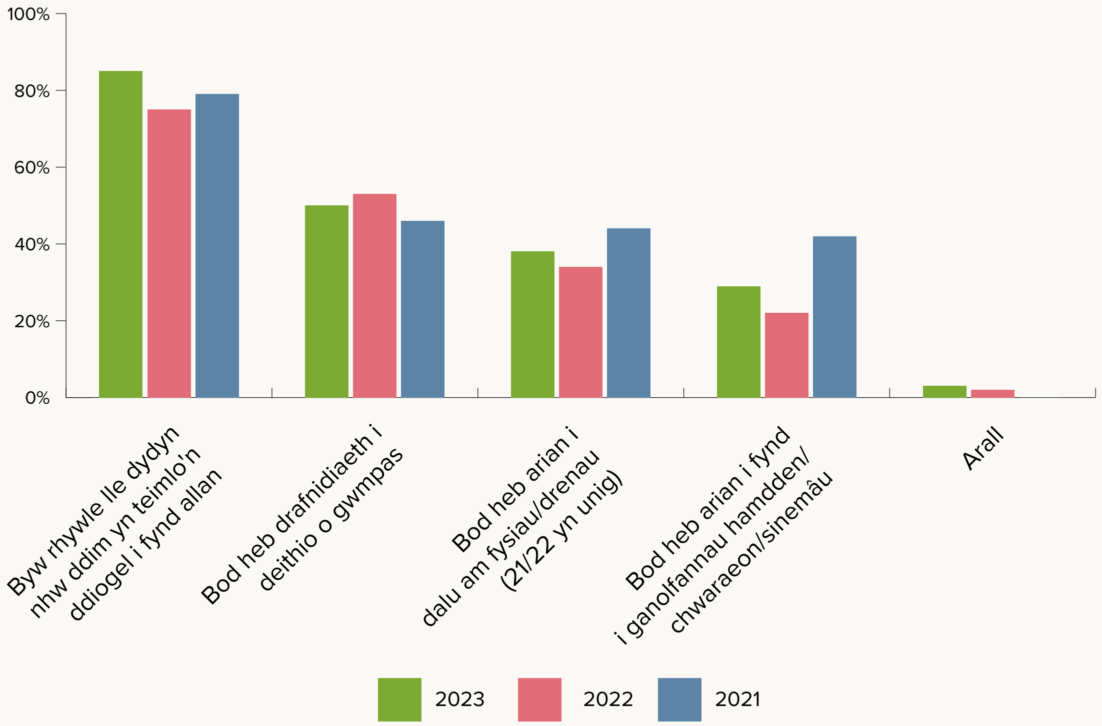
Tlodi yn y gymuned

“Does yna unman ar ôl lle gall pobl ifanc fodoli heb wario arian. Mae canolfannau ieuenctid, llyfrgelloedd etc wedi cael eu cau, ac mae arddegwyr yn cael bai ar gam am loetran mewn mannau cyhoeddus.” **(19-25oed)**

Hwn oedd y cwestiwn olaf yn ein cyfres ar effaith tlodi ar draws gwahanol amgylcheddau, ac eto, gofynnwyd i blant a phobl ifanc ddewis 2 o’r opsiynau a ddangosir isod.

Fel mae’r siart yn dangos, dywedodd 85% o blant a phobl ifanc mai byw *rhywle lle dydyn nhw ddim yn teimlo’n ddiogel i fynd allan* fyddai’r peth mwyaf tebygol o effeithio ar y rhai oedd yn profi tlodi.

"Allan yn y gymuned, beth ych chi'n meddwl fyddai'n effeithio fwyaf ar blant sy'n byw mewn tlodi?"



Roedd plant a phobl ifanc yn pryderu am gael eu ***“bwlio”*** a’u ***“barnu”*** gan eu cyfoedion yn y gymuned. Nodwyd teimladau o gywilydd ac embaras am eu dillad a ble maen nhw’n byw. Gwaethygwyd hynny gan deimladau o fod yn ynysig yn eu cymuned a heb eu derbyn neu’n *“cael eu hanwybyddu oherwydd eu bod yn dlawd”*. Roedd hynny’n eu gwneud yn fwy pryderus ac felly bydden nhw’n llai tebygol o *“fynd allan”*.

“Pobl yn pigo arnyn nhw am sut maen nhw’n edrych a’r dillad maen nhw’n gwisgo – cael eu barnu.” **(14-16oed)**

Roedd canfyddiad hefyd fod eu cymunedau yn ***“beryglus”***, gydag ambell un yn cyfeirio at *“gangiau”* a *“defnydd o gyffuriau”*. Mynegwyd pryder am *“ymwneud â’r bobl anghywir”* a mynd i’r carchar. Adleisiwyd y sylwadau hyn yng nghanfyddiadau’r ymarferwyr hefyd.

“Angen lle mwy diogel i chwarae.” (14-16oed)

Roedd diffyg trafnidiaeth gyhoeddus a’r ffaith nad oedd yn fforddiadwy yn cael ei weld fel mater oedd yn gwaethygu sefyllfa plant a phobl ifanc oedd yn byw mewn tlodi. Roedd mynediad at drafnidiaeth gyhoeddus yn eithriadol gyfyngedig, ond hyd yn oed lle roedd ar gael, roedd y gost fel arfer yn rhwystr. Eto, dywedwyd bod hyn yn ynysu pobl ifanc ymhellach oddi wrth eu ffrindiau, eu gweithgareddau a’u hysgol, ac fe’i nodwyd fel rhywbeth oedd yn cael effaith niweidiol ar eu llesiant meddwl. Dywedodd un person ifanc eu bod yn methu mynd i apwyntiadau iechyd a meddyg oherwydd diffyg trafnidiaeth.

“Sut gallwch chi fynd i unrhyw le heb arian? Os mai o’r braidd mae gan eich teulu ddigon i brynu bwyd, allwch chi ddim dal bws/trên. Rydych chi’n mynd yn ynysig iawn.” (19-25oed)

Roedd llawer o’r sylwadau’n sôn am fynediad at *“leoedd i dreulio amser”* yn y gymuned, gan nodi nad oedd digon o glybiau ieuenctid na chanolfannau cymunedol fel arfer. Lle roedden nhw’n bodoli, fel arfer roedd angen arian i dalu am *“glwb”* neu weithgaredd, ac roedd angen arian i’w wario ar ddiod neu fyrbryd hyd yn oed mewn digwyddiadau ‘am ddim i’w mynychu’. Roedd gallu prynu diod yn bwysig i blant a phobl ifanc oherwydd byddai hynny’n eu gwneud *‘yr un fath â phawb arall’* ac felly yn cael eu cynnwys.

“Bod heb ddigon o arian i wneud unrhyw beth braf i chi’ch hun a’ch gwneud yn hapus. Ypsetio oherwydd eich bod chi’n methu gwneud y pethau mae pobl eraill yn gallu gwneud.” (14-16oed)

Roedd rhwystrau hefyd i’r rhai oedd yn cwrdd â ffrindiau ar y strydoedd, ar feinciau neu mewn parciau yn eu cymuned leol. Roedd oedolion yn eu gweld yn *“loetran”* ac roedd pobl yn cadw dweud wrthyn nhw am ‘symud ymlaen’. Roedd hynny’n cael effaith ar eu hymdeimlad o berthyn i’w cymuned, ac yn effeithio ar eu hunan-barch a’u hyder.

I rai, roedd rhesymau mwy ymarferol dros fethu cyfranogi’n gorfforol yn eu cymuned. Roedd y rhain yn cynnwys bod heb got gynnes ar gyfer y glaw neu’r oerfel, a meddu ar un pâr o esgidiau yn unig, oedd i’w cadw’n *“esgidiau ysgol”*.

“Dim ond eisiau byw bywyd syml heb bryderu na byw mewn ofn.” (14-16oed)

Tasen i'n Brif Weinidog Cymru......

"Byddwn i'n gwneud yn siŵr bod pob plentyn yn cael eu hawliau dynol trwy fedru mynd i'r ysgol, cael bwyd a diod i fyw, a thŷ gweddus i aros ynddo os nad yw eu cartref yn ddiogel." (10-13yrs)

Ar gyfer ein cwestiwn olaf, fe wnaethon ni ddisgrifio'r Prif Weinidog fel y *'person sy'n gyfrifol am Gymru gyfan'* a gofyn i blant a phobl ifanc beth bydden nhw'n ei wneud i atal tlodi petaen nhw yn y rôl hon.

Atebwyd y cwestiwn yma gan dros hanner (52%) y plant a'r bobl ifanc a gymerodd ran yn yr arolwg. Roedden nhw'n cydnabod pwysau a chyfrifoldebau bod yn Brif Weinidog, gan ddweud bod y *'gwaith yn anodd'* a bod *'llawer i'w wneud'.*

Yn fwyaf cyffredin, roedden nhw'n ceisio rhoi sylw i faterion oedd yn effeithio ar blant a phobl ifanc yn yr ysgol. Roedd y rhain yn cynnwys prydau ysgol; gwisg ysgol; teithiau ysgol; bwlio; ac anghydraddoldeb.

Fel Prif Weinidog bydden nhw'n sicrhau bod pob plentyn a pherson ifanc yn cael **prydau ysgol am ddim**, gyda rhai'n nodi y bydden nhw'n darparu **brecwast am ddim** i bawb oedd eisiau hynny. Roedd rhoi sylw i'r bwyd oedd yn cael ei ddarparu yn yr ysgol yn bwysig iddyn nhw, nid yn unig i sicrhau bod plant oedd yn byw mewn tlodi *"ddim yn llwglyd"*, ond hefyd i **greu cydraddoldeb a chynhwysiad** ymhlith eu cyfoedion. Roedden nhw hefyd yn gweld y ddarpariaeth hon fel ateb cadarnhaol wrth ymdrin â bwlio yn yr ysgol.

"Gwneud brecwast am ddim i bob oed yn yr ysgol, fel bod dim rhaid i neb fynd i'r ysgol yn llwglyd na bod â chywilydd wrth orfod gofyn am bryd o fwyd am ddim, oherwydd gallen nhw ei gael gyda ffrindiau." (10-13oed)

O ystyried y materion niferus godon nhw ynghylch gwisg ysgol, does dim syndod y byddai'r plant a'r bobl ifanc yn newid y sefyllfa bresennol yn rôl y 'Prif Weinidog'. Nododd rhai fod y 'grant gwisg ysgol' presennol ddim yn ddigon, ac y dylai fod ar gael ar hyd y flwyddyn. Yr atebion mwyaf cyffredin a roddwyd, fodd bynnag, oedd darparu **gwisg ysgol am ddim** i bob plentyn, beth bynnag oedd eu cefndir; ***'gwahardd'*** **gwisg ysgol wedi'i frandio** oedd yn ddrud, a byddai'r 'gwaharddiad' yma yn golygu bod darparu'r wisg yn rhatach i ysgolion; ac yn olaf, y dylai pob ysgol hwyluso ***'siop cyfnewid gwisg ysgol'.*** Eto, roedd plant a phobl ifanc yn gweld hyn fel mesur i leihau anghydraddoldeb a bwlio, ag â'r arbedion a wnaed, gallai teuluoedd gynyddu eu cyllideb mewn meysydd eraill a gallu talu am *'rent'* a *'bwyd'* gartref.

"Darparu'r eitemau [cyfarpar i'r ysgol] a phrydau ysgol am ddim, ac fel y soniwyd eisoes, gwisg ysgol am ddim i bob disgybl hefyd, heb ystyried eu cefndir na'u hamgylchiadau, fel bod pob plentyn yn gyfartal, a bod dim un disgybl yn cael eu barnu ar sail beth sydd ganddyn nhw neu ddim ganddyn nhw. Gall pob plentyn ganolbwyntio ar y rheswm pam maen nhw yn yr ysgol, sef i gael addysg." (14-16oed)

Fel Prif Weinidog, gwnaeth rhai plant a phobl ifanc y sylw y bydden nhw'n **darparu teithiau** ysgol am ddim i bawb, nid dim ond y rhai oedd yn gallu fforddio mynd. Diben hyn eto oedd sicrhau cydraddoldeb, lleihau bwlio, a'r *"un profiadau dysgu â phawb arall."*

Gwnaeth un person ifanc y sylw, os diben teithiau ysgol yw gwella'r dysgu, pam mae rhai disgyblion yn cael eu heithrio. Disgrifiodd un arall deithiau ysgol fel rhywbeth oedd i bob pwrpas yn *'amlygu'* plant sy'n byw mewn tlodi, gan *'eu bod bob amser yn cael eu gadael ar ôl'.* Er bod mwyafrif y rhai a wnaeth sylwadau am deithiau ysgol eisiau iddyn nhw fod ar gael yn ddi-dâl i bob dysgwr, nododd eraill y byddent yn *"gwneud i ysgolion sefydlu cronfa teithiau ysgol"*, a fyddai'n darparu teithiau am ddim i'r rhai roedd eu teuluoedd yn methu fforddio talu.

Er bod llawer o'u 'gweithredoedd' uchod yn cynnwys canlyniadau cadarnhaol ar gyfer bwlio cysylltiedig â thlodi, roedd rhai plant a phobl ifanc eisiau ymdrin yn benodol â bwlio mewn ysgolion. I wneud hynny, bydden nhw'n hyfforddi pob athro, gan roi dealltwriaeth o *"sut brofiad yw byw mewn tlodi"* iddyn nhw; sut gallan nhw gefnogi disgyblion sy'n byw mewn tlodi; cynhwysiad a chydraddoldeb; a sut mae lleihau bwlio.

"Gwario mwy o arian ar athrawon i'w hyfforddi i gefnogi disgyblion ac addysgu mwy am fwlio a chydraddoldeb." (10-13oed)

Gyda'r hyfforddiant yma, byddai rhaid wedyn i bob athro gynyddu ymwybyddiaeth o effaith tlodi ac addysgu dysgwyr ynghylch hynny. O gael yr wybodaeth a'r ddealltwriaeth yma, credai plant a phobl ifanc y byddai pawb yn cael eu trin yn gyfartal, gyda pharch, ac o ganlyniad, fyddai plant ddim yn cael eu bwlio oherwydd eu bod nhw'n byw mewn tlodi.

Ymhlith y meysydd eraill bydden nhw'n rhoi sylw iddyn nhw fel Prif Weinidog, roedd **cynyddu'r lleiafswm cyflog ac incwm**; a darparu **trafnidiaeth gyhoeddus well a fforddiadwy.**

Roedd gwell argaeledd i drafnidiaeth gyhoeddus a lleihau costau teithio yn flaenoriaeth i rai, gan gredu mai trafnidiaeth yw'r *"asgwrn cefn i bobl"*, oherwydd allan nhw ddim cael hyd i gyflogaeth na chael mynediad i wasanaethau hebddo.

"Byddwn i'n sefydlu rhyw fath o docyn teithio sy'n gallu cynorthwyo pobl mewn tlodi i deithio ar fysus a threnau. Gall [y rhain] fod yn ddrud iawn." (19-25oed)

Byddai **cynyddu'r isafswm cyflog** yn sicrhau bod pobl yn cael tâl teg am eu gwaith, fel bod dim rhaid iddyn nhw weithio cynifer o oriau na gwneud nifer o swyddi. Byddai hynny'n golygu bod rhieni'n gallu treulio mwy o amser gyda'u teuluoedd, yn arbennig rhieni sengl, ac yn gallu fforddio eu bwydo, a darparu dillad a chartref ar eu cyfer.

"Talu mwy o arian i rieni fel eu bod yn gallu cefnogi eu teulu heb weithio gormod o oriau a phenwythnosau." (14-16oed)

Roedd plant a phobl ifanc hefyd yn awyddus i gynyddu budd-daliadau a newid y systemau presennol. Petaen nhw *'â gofal am Gymru'*, bydden nhw'n gweithio i **gynyddu Credyd Cynhwysol a lleihau'r amser aros; newid budd-daliadau gofalwyr ifanc;** a chyflwyno **incwm sylfaenol** i bob oedolyn. Roedden nhw'n credu y byddai'r incwm sylfaenol yma yn rhoi'r hanfodion i bobl, ac yna, os ydyn nhw'n gweithio, byddai hynny'n *"fonws"* a bydden nhw'n gallu *"gwella eu bywydau"*.

"Gwneud rhai budd-daliadau, fel budd-daliadau gofalwyr ifanc, yn llai ymwthiol ac yn llai niweidiol i fudd-dal rhieni'r gofalwr. Am bob £1 o fudd-dal i ofalwr ifanc, mae budd-dal y rhiant yn gostwng 60c. Byddai [hyn] yn gymhelliad i ofalwyr ifanc fynd ar y budd-daliadau hyn, yn hytrach na mynd trwy sianeli answyddogol neu beidio gwneud cais am help o gwbl." (14-16oed)

Doedd budd-daliadau ddim yn cael eu gweld yn darparu'r *"pethau sylfaenol i gadw pobl yn iach"* ac mae pobl ifanc eisiau newid hyn. Roedden nhw'n credu y dylai budd-daliadau, fan lleiaf, ddarparu digon o incwm i brynu bwyd a thalu costau tai y rhai sydd angen hynny.

"Ydyn, mae pobl yn cael budd-daliadau, ond yn amlwg os yw pobl yn byw heb fedru fforddio pryd cynnes o fwyd a chartref cynnes, dyw hynny ddim yn ddigon." (19-25oed)

Mae plant a phobl ifanc yn anhygoel. Nid yn unig buon nhw'n ddigon caredig i gymryd amser i ystyried ac ateb y cwestiwn yma, ond wrth wneud hynny, fe wnaethon nhw ddangos mewnwelediad, dealltwriaeth o'r heriau a ddaw yn sgîl tlodi, ac empathi at y rhai sy'n delio â hynny.

"Byddwn i'n cynnal arolwg fel sydd wedi digwydd yma ac yn cydweithio ag ymchwilwyr ac arbenigwyr eraill ar y pwnc. Rwy'n teimlo byddai buddsoddi mewn ysgolion, rhaglenni a thrafnidiaeth gyhoeddus, yn enwedig mewn ardaloedd lle mae pobl yn ystadegol dlotach, yn lliniaru tlodi ac yn darparu cyfleoedd i bobl ifanc ac oedolion dderbyn addysg sy'n gallu eu grymuso i gyflawni gwell swyddi. Os caiff pobl y cyfle yma, bydd yn eu cymell i ddyfalbarhau." (17-18oed)

Maen nhw'n amlwg am wneud gwahaniaeth a chynyddu cyfleoedd i bawb sy'n byw mewn tlodi neu ar incwm isel. Y thema ar hyd eu sylwadau oedd peidio â derbyn anghydraddoleb ac *"annhegwch"*. Petaen nhw'n Brif Weinidog, dyma beth bydden nhw am ei newid.

Hoffai Plant yng Nghymru ddiolch o galon i'r holl blant a phobl ifanc a fu'n cymryd rhan yn yr arolwg hwn. Mae gwrando ar eu lleisiau a chlywed eu lleisiau'n weithredol yn greiddiol i'n gwaith.

Byddwn ni'n sicrhau bod eu lleisiau'n cael eu clywed trwy rannu eu sylwadau a'u canfyddiadau o'r arolwg hwn gydag ymarferwyr, gweithwyr proffesiynol a llunwyr polisi, a hynny'n lleol ac yn genedlaethol, yn ogystal â Gweinidogion, swyddogion Llywodraeth Cymru ac, wrth gwrs, Prif Weinidog Cymru.