

# Blw Bo.

## Gwerthusiad Pecyn Cymorth TrACE

Yn y Sector Camddefnyddio Sylweddau

Adroddiad Terfynol

Mehefin 2023



## Cynnwys

1 Rhagair.....	3
2. Cyflwyniad a Chyd-destun.....	4
Dull Ymchwil .....	4
3. Cyd-destun.....	6
Pecyn Cymorth TrACE a Pheilot Sector Camddefnyddio Sylweddau .....	8
4. Rhesymeg, Nodau ac Amcanion Craidd.....	11
5. Gweithredu'r Prosiect.....	15
Cynnydd Cyffredinol a Momentwm.....	15
Proses Pecyn Cymorth Craidd .....	16
Llywodraethu ac Ymgysylltiad Ehangach .....	19
Gweithgarwch hybu, ymgysylltu a chefnogi ehangach .....	21
6. Canlyniadau Peilot .....	24
Dangosyddion Llwyddiant .....	29
7. Gwersi Allweddol a Camau Nesaf .....	32
Y Pecyn Cymorth a'r broses gefnogi .....	32
Ystyriaethau Strategol a Pholisi.....	34
Dysgu ar y Cyd a Chydweithio .....	35
Ffactorau Llwyddiant .....	35
Hyfforddiant a Datblygu Sgiliau .....	36
Sylwadau Cyffredinol a Camau Nesaf.....	37
8. Casgliadau ac Argymhellion .....	39

## 1. Rhagair



### **Dr Joanne Hopkins, Cyfarwyddwr Rhaglen ar gyfer ACEau, Cyfiawnder Troseddol ac Atal Trais**

“Mae Canolfan Profiad Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACE) Cymru wedi cael y ffrainc o gydweithio â phobl wych yn y sector Camddefnyddio Sylweddau sy'n gweithio yn y gymuned ac mewn lleoliadau clinigol. Rydym wedi datblygu pecyn hyfforddi cynhwysfawr, wedi'i gyfoethogi'n sylfaenol â ffilmiau anhygoel gan Eternal Media i ddod â phwysigrwydd mabwysiadu dull sy'n ystyriol o Drawma ac ACE, a'r canlyniadau cadarnhaol y gellir eu cyflawni i bobl sy'n cyrchu gwasanaethau ac yn eu darparu. Rydym wedi gweithio gyda chydweithwyr yn Llywodraeth Cymru, Polisi Camddefnyddio Sylweddau, i ddatblygu'r dull hwn ac rydym yn ddiolchgar am gyllid ganddynt i sicrhau swydd yn Hyb ACE Cymru i arwain y gwaith hwn i ni.

Rydym yn croesawu'n fawr y gwerthusiad hwn o'r gwaith hyd yma, a'r gydnabyddiaeth drwyddi draw o waith caled ac ymrwymiad pawb a gymerodd ran. Rydym yn annog ac yn croesawu pob adborth adeiladol; nid yn unig i wella'r gwaith yn y sector hwn, ond hefyd i fynd â'r dysgu i'n Cymuned Ymarfer er budd pawb sy'n gweithio gyda ni i roi Pecyn Cymorth TrACE ar waith yn eu sefydliadau neu sectorau; ac yn y pen draw i gyfrannu at ein huchelgais ar y cyd bod Cymru'n dod yn Genedl sy'n ystyriol o drawma. Bydd y gwaith hwn yn cefnogi'n uniongyrchol y gwaith o *roi Cymru Ystyriol o Drawma: Ymagwedd Gymdeithasol at Ddeall, Atal a Chefnogi Effeithiau Trawma ac Adfyd*, sef ein fframwaith cydgynhyrchu, a ddarperir ar y cyd â phobl a sefydliadau yng Nghymru, i gyflawni hyn.”

## 2. Rhagymadrodd a Chyd-destun

Yn Awst 2022, comisiynodd Hyb Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACE) Cymru BlwBo Limited i werthuso cynllun peilot o'r Pecyn Cymorth TrACE (Trawa ac ACE) yn annibynnol<sup>1</sup> o fewn y sector Camddefnyddio Sylweddau.

Diben y gwerthusiad oedd galluogi Hyb ACE Cymru i adolygu sut roedd sefydliadau Camddefnyddio Sylweddau yn defnyddio'r Pecyn Cymorth, yn llywio datblygiad ychwanegol adnodd y Pecyn Cymorth, ac yn gwneud argymhellion i lywio'r cymorth a gynigir gan Hyb ACE Cymru yn y dyfodol. Roedd y tîm gwerthuso hefyd i arsylwi cynnydd y Cynllun Peilot, gan ddarparu adborth ffurfiannol i Hyb ACE Cymru, ac olrhain rhyngweithiadau'r Grŵp Cyfeirio Arbenigol<sup>2</sup> a'r Gymuned Ymarfer<sup>3</sup> Grwpiau. Roedd y gwaith hwn yn caniatáu i ddata a thystiolaeth gael eu casglu yn ystod y Cynllun Peilot, ac i werthuswyr gynnig cipolwg ar y canfyddiadau a oedd yn dod i'r amlwg wrth i'r Cynllun Peilot fynd rhagddo.

Mae'r adroddiad gwerthuso hwn yn rhoi trosolwg o'r Cynllun Peilot, gan ddisgrifio:

- Trefniadau gweithredu ar gyfer y Broses Beilot.
- Lefelau ymgysylltu a rhyngweithio.
- Cynnydd a wnaed a chyflawniadau allweddol, gan gynnwys cyfraniad at y canlyniadau a nodwyd.
- Rhwystrau rhag symud ymlaen.
- Adborth ar adnodd y Pecyn Cymorth a strwythur cymorth ehangach TrACE.
- Gwersi a ddysgwyd a chymau nesaf a awgrymir.
- Casgliadau ac argymhellion

Wrth fframio'r adroddiad hwn, rydym wedi ceisio rhoi'r cynllun peilot yn ei gyd-destun o ran y polisi ehangach a'r dirwedd weithredu ynghylch ymarfer ystyriol o drawma yng Nghymru, gan gynnwys Fframwaith Ystyriol o Drawma Cymru<sup>4</sup>, sy'n darparu diffiniad Cymru o ymagwedd ystyriol o drawma, a set o bump egwyddor sy'n ategu pedair lefel ymarfer sy'n disgrifio'r rolau gwahanol all fod gan bobl a sefydliadau wrth gynorthwyo pobl a effeithir gan drawma. Mae ymgorffori'r egwyddorion a'r dulliau gweithredu a amlinellir yn y Fframwaith yn amlwg yn mynd i fod yn brosiect hirdymor a fydd yn mynnu ymgysylltiad parhaus gan randdeiliaid lluosog. Mae deall sut mae'r Cynllun Peilot hwn wedi cyfrannu at y genhadaeth strategol ehangach honno felly wedi bod yn rhan o'n dadansoddiad cyffredinol.

### Dull Ymchwil

Mae'r tîm gwerthuso wedi defnyddio dull ffurfiannol i'r ymarfer gwerthuso, gan olrhain gweithrediad a chynnig adborth i dîm y prosiect ar gynnydd, heriau, a themâu ehangach sy'n dod i'r amlwg. Roedd

<sup>1</sup> <https://acehubwales.com/trace-Toolkit/>

<sup>2</sup> Sefydlwyd Grŵp Cyfeirio Arbenigol i gynghori a chefnogi cyflwyno'r Pecyn Cymorth ac roedd yn cynnwys Byrddau Cynllunio Ardal a chynrychiolwyr o'r Sector Camddefnyddio Sylweddau, yn ogystal â staff Hyb ACE Cymru a chynrychiolwyr LIC.

<sup>3</sup> Darparodd y Gymuned Ymarfer fforwm i ymarferwyr TrACE o wahanol sectorau ddod at ei gilydd i rannu arfer gorau a thrafod meysydd o ddiddordeb cyffredin.

<sup>4</sup> <https://traumaframeworkcymru.com/wp-content/uploads/2022/07/Trauma-Informed-Wales-Framework.pdf>

y dull hwn yn ceisio cynnig cymorth 'gwirio a herio' i'r tîm darparu wrth iddynt ddarparu'r Cynllun Peilot.

Fel y byddech yn ei ddisgwyl â gwerthusiad Cynllun Peilot, roedd elfen broses gref i'r ymchwil. Rydym wedi ceisio deall trefniadau gweithredu, ymgysylltu a llywodraethu, â'r bwriad o nodi'r hyn sydd wedi gweithio'n dda, a sut y gellir gwella'r ddarpariaeth yn y dyfodol. Rydym hefyd wedi ceisio adborth ar y Pecyn Cymorth ei hun, gan ystyried ei effeithiolrwydd ac edrych a oes ffyrdd y gellir ei wella. Ceisiodd y tîm ymchwil hefyd werthuso i ba raddau y mae'r prosiect wedi gwneud cynnydd yn erbyn ei ganlyniadau datganedig, sef:

Canlyniad 1	Datblygu gwybodaeth a sgiliau am ACEau. Gall ymwybyddiaeth helaethech o ACEau helpu sefydliadau i fabwysiadu ymagwedd gwasanaeth cyfan, sy'n cynnwys eu holl staff, i gynorthwyo defnyddiwr gwasanaeth sy'n agored i niwed (trwy gymorth wedi'i dargedu ac arbenigol sy'n bodoli) a chymryd ymagwedd gyffredinol at lesiant ac adeiladu gwytnwch.
Canlyniad 2	Sefydlu ymarfer Ystyriol o ACE/Trawma - e.e., darparu amgylcheddau diogel a meithringar, sefydlu diwylliant o ymddiriedaeth, cydweithio, dewis a rymuso - a phob aelod o'r gweithlu yn chwarae rhan.
Canlyniad 3	Creu dealltwriaeth glir a rennir o sut olwg sydd ar sefydliad Camddefnyddio Sylweddau sy'n ystyriol o drawma, fel model, y gall sefydliadau ei ddefnyddio i werthuso a gwella eu harferion presennol.
Canlyniad 4	Pwyslais ar gynorthwyo llesiant staff a'r ddarpariaeth o hyfforddiant a chymorth ychwanegol; gan gydnabod mynychder eang trawma ac y gall gweithio gyda phobl agored i niwed fod yn feichus yn emosiynol.
Canlyniad 5	Datblygu dealltwriaeth o'r cymorth ychwanegol a'r hyfforddiant y gallai fod ei angen ar staff ar draws y sector i fodloni gofynion y mater sy'n cyd-ddigwydd o ran diagnosis o Gamddefnyddio Sylweddau ac iechyd meddwl a darparu gwaith arbenigol wedi'i dargedu'n fwy gyda Straen Trawmatig Cymru i gefnogi hyn.
Canlyniad 6	Galluogi'r gweithlu i gysylltu â sectorau eraill sy'n ystyriol o drawma i gefnogi datblygiad dull system gyfan â defnyddwyr gwasanaeth yn ganolog.

Er mwyn datblygu'r gwaith hwn a bodloni'r gofynion a amlinellwyd yn y Fanyleb Ymchwil wreiddiol yn llawn, datblygwyd methodoleg fesul cam. Roedd y fethodoleg yn cynnwys:

- Adolygiad desg llawn o ddogfennaeth prosiect a gwybodaeth reoli.
- Cyfweiliadau ansoddol lled-strwythuredig â staff Hyb ACE Cymru a rhanddeiliaid mewnol allweddol.
- Cyfweiliadau ansoddol lled-strwythuredig â rhanddeiliaid allanol, gan gynnwys ymarferwyr sydd â phrofiad perthnasol o Becyn Cymorth TrACE ac ymarfer ehangach sy'n ystyriol o drawma.
- Arsylwi ar gyfarfodydd Grŵp Cyfeirio Arbenigol a Chymunedau Ymarfer a hwyluso trafodaethau â thema
- Cyfweiliadau ymgynghori manwl â sefydliadau Peilot TrACE.
- Cyfarfodydd diweddar ac adborth rheolaidd â Thîm y Prosiect.
- Dadansoddi data gwerthuso ac adrodd.

Mae'r adroddiad hwn yn crynhoi canfyddiadau'r gwerthusiad ac yn mynd i'r afael â'r cwestiynau ymchwil craidd. Rydym hefyd wedi archwilio'r holl ddata a'r dogfennau polisi sydd ar gael i roi ein canfyddiadau yn eu cyd-destun, archwilio amrediad o faterion allweddol a darparu cyfres o gasgliadau ac argymhellion ymarferol. Mae'r holl gyfraniadau i'r ymchwil wedi'u gwneud yn ddiennw ac estynnwn ein diolch i bawb sydd wedi cyfrannu at y broses werthuso hon.

### 3. Cyd-destun

Mae Pecyn Cymorth TRACE yn rhan o ymdrech lawer ehangach i hyrwyddo a datblygu ymarfer sy'n ymwybodol o ACE ac yn ystyriol o drawma yng Nghymru. Sefydlwyd Hyb ACE Cymru yn 2017 â chylch gwaith penodol i greu Cymru sy'n Ymwybodol o ACE a gwneud Cymru'n arweinydd o ran mynd i'r afael ag ACEau, eu hatal a'u lliniaru. Roedd y gwaith hwn i'w ddatblygu trwy

- **Ledaenu** gwybodaeth gan alluogi lleisiau cymunedau, plant a theuluoedd i gyd-ddylunio datrysiadau fydd yn gweithio iddynt.
- **Rhannu tystiolaeth** am yr hyn y gall sefydliadau ei wneud yn wahanol i helpu atal a lliniaru Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod.
- **Datblygu gwybodaeth a sgiliau** ymhlith gweithwyr proffesiynol, darparu hyfforddiant ar eu cyfer i'w galluogi eu hunain a'u sefydliadau i dyfu eu rhwydweithiau mewnol ac allanol i newid ymarfer.
- **Tynnu dysgu** oddi wrth unigolion, cymunedau, sefydliadau a'r system ehangach a'i rannu drwy amrywiaeth o setiau dysgu gweithredol a chymunedau ymarfer.
- **Gyrru newid** a thrawsffurfio system ar lefelau lleol a chenedlaethol.

Daeth ffurfio Hyb ACE Cymru (a'i gyllid gan Lywodraeth Cymru) yn sgîl corff cynyddol o ymchwil a amlygodd effaith niweidiol ACEs a'r angen i fynd i'r afael â'r mater mewn polisi ac ymarfer. Adnabu Astudiaeth ACE gyntaf Cymru y perthnasoedd cryf rhwng trawma plentyndod ac iechyd gwael ar draws cwrs bywyd yng Nghymru, gan gynnwys risg gynyddol o ymddygiadau niweidiol i iechyd, llesiant meddyliol isel a datblygiad cynnar afiechyd cronig.

Roedd astudiaethau ac adolygiadau ychwanegol yn atgyfnerthu'r sylfaen dystiolaeth ac yn pwysleisio'r angen i ACEau (a thrawma cynyddol) ddod yn ystyriaethau pwysig yn y ffordd y mae polisiâu a gwasanaethau'n cael eu cynllunio a'u darparu yng Nghymru. Roedd adolygiad yn 2021 o Bolisi ACE Llywodraeth Cymru<sup>5</sup> yn cydnabod y cynnydd a oedd wedi'i wneud ac yn amlygu'r angen am ymrwymiad parhaus ar draws y system i flaenoriaethu camau gweithredu ar ACEau. Roedd yr adolygiad hefyd yn cymeradwyo rôl bwysig Hyb ACE Cymru fel adnodd i ysgogi a chefnogi datblygiad arfer da ledled Cymru; gweithio gyda sefydliadau ar draws gwahanol sectorau i sicrhau bod gwasanaethau'n ymwybodol o ACE ac yn ystyriol o drawma.

<sup>5</sup> <https://www.gov.wales/sites/default/files/pdf-versions/2021/3/3/1615991408/review-adverse-childhood-experiences-ace-policy-report.pdf>

Fel rhan o'i ymdrech i hyrwyddo dulliau sy'n ymwybodol o ACE ac yn ystyriol o drawma, datblygodd Hyb ACE Cymru Becyn Cymorth Sefydliadol Ystyriol o Drawma ac ACE (TrACE), a lanswyd ym mis Gorffennaf 2020. Darparodd y Pecyn Cymorth, a ddatblygwyd ar y cyd â rhanddeiliaid eraill, adnodd ymarferol a chanllaw i gynorthwyo sefydliadau i ymgorffori Ymwybyddiaeth o ACE ac Ymarfer Ystyriol o Drawma. Heriodd proses y Pecyn Cymorth sefydliadau i fyfyrion ar ddiwylliant, ymarfer a phroses bresennol ac adnabod gweithgaredd i weithredu rhagor o ymagweddau ystyriol o drawma ac ymatebol i drawma, gan arwain at berchnogaeth gynyddol ar gyfer newid trawsffurfiol o fewn eu lleoliad. Y nod yn y pen draw oedd sicrhau canlyniadau gwell i unigolion yr effeithiwyd arnynt gan ACE, gan leihau'r risg o gael trawma eto, cynyddu gwytnwch, a mynd i'r afael â rhwystrau i ymgysylltu â ddarparwyr gwasanaethau.

Cafodd y Pecyn Cymorth ei dreialu i ddechrau â nifer fach (chwech) o sefydliadau ar draws y sectorau addysg bellach, tai a chamddefnyddio sylweddau, i brofi'r dull gweithredu a datblygu dysgu ar sut y gellid gwella'r broses a'r cymorth yn raddol. Roedd y gwaith yn wirfoddol ei natur ac i bob pwrpas roedd y broses yn ceisio 'gweithio gyda'r parod' a datblygu arfer cadarnhaol trwy adeiladu carfan o ddarparwyr gwasanaeth ymroddedig a brwdfrydig. Mae Hyb ACE Cymru hefyd wedi mynd ati i ddarparu pecynnau hyfforddi ledled Cymru, sy'n cynnwys elfen 'hyfforddi'r hyfforddwr' cryf i gyflwyno sefydliadau i egwyddorion allweddol, annog datblygu'r gweithlu, a hyrwyddo arfer gorau wrth ddarparu gwasanaethau.

Yn ogystal â'i arlwy craidd o'r Pecyn Cymorth, llwyddodd y tîm yn Hyb ACE Cymru i sicrhau adnoddau ychwanegol gan Lywodraeth Cymru i ddatblygu arfer a threialu'r Pecyn Cymorth o fewn sectorau penodol, yn gyntaf o fewn Addysg Bellach, ac yna o fewn y sector Camddefnyddio Sylweddau – sef wrth gwrs y pwynt ffocws ar gyfer y darn gwerthuso hwn. Mae'r tîm hefyd yn gweithio gyda'r sector Addysg Uwch yng Nghymru, yn benodol Prifysgol Glyndŵr sydd wedi ymrwymo i ddod yn sefydliad blaenllaw ar gyfer ymarfer sy'n ystyriol o drawma yng Nghymru.

Ar ôl lansio'r Pecyn Cymorth, bu Hyb ACE Cymru yn cydweithio â Straen Trawmatig Cymru, Llywodraeth Cymru a Grŵp Cyfeirio Arbenigol i gydgyhyrchu Fframwaith Arfer Trawma Cenedlaethol i Gymru<sup>6</sup>, a gyhoeddwyd ym mis Gorffennaf 2022. Datblygwyd 'Fframwaith Trawma Cymru' i helpu pobl, sefydliadau a systemau i atal adfyd a thrawma a'u heffeithiau negyddol cysylltiedig. Ei nod yw hwyluso datblygiad dull systemau cyfan o gefnogi anghenion pobl sydd wedi profi adfyd a thrawma, gan gyflwyno cysondeb a chydlynid i gefnogi ymdrech ehangach yn y maes hwn.

Mae'r Fframwaith wedi'i gefnogi a'i gymeradwyo gan Lywodraeth Cymru, sydd bellach yn ei ystyried yn ganolog i'w cynllun ACEau ac i gyflawni'r camau gweithredu a nodir yn eu Strategaeth 'Law yn Llaw at Iechyd Meddwl'. Mae'r Fframwaith hefyd yn uniongyrchol berthnasol ar draws amrediad o feysydd polisi ehangach, yn enwedig y rhai sy'n cynorthwyo pobl a chymunedau agored i niwed.

Mae'r Fframwaith Trawma yn nodi diffiniad Cymru o ddull ystyriol o drawma, ac yn manylu ar bump egwyddor arweiniol sy'n sail i bedair Lefel Ymarfer diffiniedig, yn amrywio o 'Ymwybyddiaeth o Drawma' i 'Ymyriadau Arbenigol'. Yn hollbwysig, mae'r Fframwaith yn cyfeirio'n benodol at Becyn Cymorth TrACE fel mecanwaith defnyddiol ar gyfer datblygu'r gwaith hwn. Felly, nid yn unig y mae'r

---

<sup>6</sup> <https://traumaframeworkcymru.com>

Fframwaith wedi datgan yn bendant ymrwymiad Llywodraeth Cymru i ACEau ac ymarfer sy'n ystyriol o drawma, ond mae hefyd wedi tynnu sylw at y Pecyn Cymorth fel mecanwaith ar gyfer ymarfer myfyriol a newid.

Mae'r datblygiad hwn o'r Fframwaith wedi darparu cyd-destun pwysig ar gyfer cynllun peilot y Pecyn Cymorth, ac mae'r tîm ymchwil wedi gallu archwilio canfyddiadau rhanddeiliaid o'r cyfeiriad ehangach o ran ymarfer sy'n ystyriol o drawma yng Nghymru, a sut mae hyn wedi llywio eu hymgysylltiad a'u hymarfer ehangach. Croesawodd tîm Hyb ACE Cymru gyflwyniad y Fframwaith Trawma a thynnodd sylw at ba mor gyflym y cafodd ei gydgyhyrchu a'i gymeradwyo (Medi 2021 - Gorffennaf 2022) fel tystiolaeth o'r ewyllys gwleidyddol a'r egni sydd wedi dechrau adeiladu yn y gofod hwn.

Yn fwy cyffredinol, mae'r Fframwaith Trawma, Pecyn Cymorth TrACE, ac ymdrechion ehangach i hyrwyddo ymarfer sy'n ymwybodol o ACE ac yn ystyriol o drawma yng Nghymru, yn amlwg yn gorgyffwrdd yn gryf â meysydd polisi strategol allweddol eraill. Er bod asesiad llawn o'r cefndir cyd-destunol hwn y tu hwnt i gwmpas yr ymarfer hwn, mae'n bwysig serch hynny i fframio'r cynllun peilot hwn o fewn y dirwedd ehangach honno. Siaradodd yr holl randdeiliaid a gyfwelwyd yn gadarnhaol am y cynnydd sy'n cael ei wneud ar lefel strategol a darparu yng Nghymru ac roeddent yn gweld y cynllun peilot hwn fel cam tuag at gyflawni nodau llawer ehangach. Roedd llawer o randdeiliaid hefyd wedi cysylltu'r cynllun peilot (a'r Pecyn Cymorth) ag ymdrechion ehangach Hyb ACE Cymru i hyrwyddo ymarfer ystyriol o drawma yng Nghymru – felly unwaith eto, mae'r prosiect hwn yn cael ei weld yn rhan o ddarlun ehangach.

### **Pecyn Cymorth TrACE a Chynllun Peilot Sector Camddefnyddio Sylweddau**

Mae Pecyn Cymorth TrACE yn darparu mecanwaith i sefydliadau gynnal proses fyfyrion sy'n ystyried arfer a chapasiti presennol ar draws chwe pharth allweddol, sef:

1. Llywodraethu ac Arwain.
2. Polisiâu a Gweithdrefnau
3. Datblygu a Chynorthwyo'r Gweithlu.
4. Mannau Corfforol.
5. Dylunio a Darparu Gwasanaeth
6. Gwerthuso a Monitro.

Mae'r Pecyn Cymorth wedi'i gynllunio i gael ei ddefnyddio'n hyblyg gan wahanol fathau o sefydliadau ar draws gwahanol sectorau. Felly, er bod y cynllun peilot hwn wedi canolbwyntio ar gymhwyso'r Pecyn Cymorth mewn lleoliadau camddefnyddio sylweddau, mae'r adnodd craidd a ddefnyddir i raddau helaeth yr un fath ag a ddefnyddiwyd mewn lleoliadau eraill (Addysg Bellach, Tai, Addysg Uwch). Mae'r model generig hwn yn nodwedd ddylunio'r Pecyn Cymorth i raddau helaeth, ac ystyrir rhinweddau cymharol y dull hwn yn ddiweddarach yn yr adroddiad hwn.

Mae'r canllawiau sy'n cyd-fynd â'r Pecyn Cymorth yn amlinellu proses fesul cam â phwyslais ar 'Gam Paratoi' cychwynnol a 'Phroses Hunanasesu'; mae hyn yn galluogi sefydliadau i ystyried eu parodrwydd, cyn symud ymlaen i bwysu a mesur eu harferion, eu sgiliau a'u cymwyseddau presennol.



Mae'r ffeithlun ar dudalen 12 yn crynhoi'r camau allweddol ym mhroses y Pecyn Cymorth ac yn amlinellu adnoddau ac allbynnau cysylltiedig.

Mae'n bwysig nodi bod y Pecyn Cymorth wedi'i ddatblygu cyn cyflwyno'r Fframwaith Trawma, a chyn datblygu cynlluniau ar gyfer y Cynllun Peilot Camddefnyddio Sylweddau. Roedd Hyb ACE Cymru hefyd wedi darparu llawer iawn o hyfforddiant ar draws y sector (ac i eraill) cyn lansio'r Pecyn Cymorth. Wrth fyfyrion ar gynnydd ac effeithiolrwydd y Cynllun Peilot, cafwyd rhywfaint o sylwebaeth ar ddilyniant digwyddiadau, a sut, mewn 'byd delfrydol', y byddai'r Fframwaith wedi bod yn ei le cyn datblygu a lansio'r Pecyn Cymorth. Ystyrir y dilyniant hwn yn ddiweddarach yn yr adroddiad; fodd bynnag, mae'n amlygu'r ffordd iteradd (ac organig) y mae polisi ac ymarfer wedi datblygu yn y maes hwn.

Ar ôl gwneud gwaith â ffocws sectoraidd gyda'r sector Addysg Bellach yng Nghymru, gwahoddwyd Hyb ACE Cymru i ddatblygu cynnig ar gyfer cynllun peilot o'r Pecyn Cymorth gyda'r Sector Camddefnyddio Sylweddau. Sicrhawyd cymorth gan dîm Camddefnyddio Sylweddau Llywodraeth Cymru, a rhoddwyd pecyn ariannu cychwynol yn ei le ar gyfer 2022/2023 i alluogi penodi Rheolwr Prosiect dynodedig i arwain y prosiect yn Hyb ACE Cymru. Penderfynwyd y byddai ymdrech yn cael ei gwneud i ddod o hyd i ymgeiswyr â phrofiad uniongyrchol o weithio yn y sector, a llwyddodd tîm Hyb ACE Cymru i benodi seondai o ddarparwr Camddefnyddio Sylweddau trydydd sector.

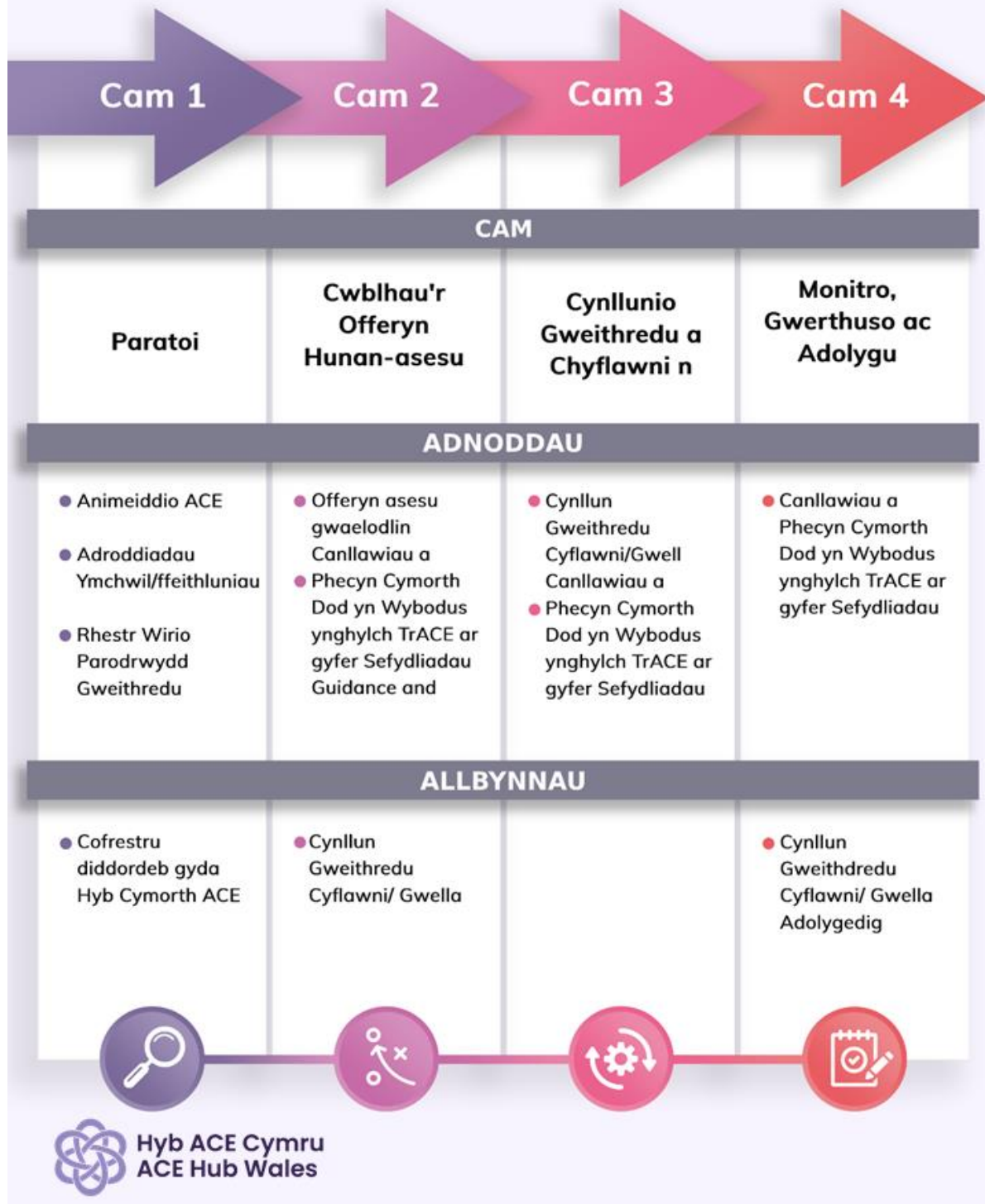
Yn ogystal ag annog sefydliadau i dreialu'r Pecyn Cymorth, mae'r prosiect hwn wedi ceisio meithrin cysylltiad ac ymarfer gorau ar draws y sector a darparu cyfleoedd ar gyfer dysgu ehangach. Felly roedd y model Cynllun Peilot Camddefnyddio Sylweddau yn cynnwys:

- Hyrwyddo Pecyn Cymorth TrACE ar draws y sector Camddefnyddio Sylweddau, â'r bwriad o annog sefydliadau i ymgysylltu â phroses y Pecyn Cymorth.
- Cymorth gweithredol i sefydliadau sy'n ystyried/ymgymryd â phroses y Pecyn Cymorth.
- Ymgysylltu â Grŵp Cyfeirio Arbenigol i arwain y broses a meithrin ymgysylltiad â'r Bwrdd Cynllunio Ardal (comisiynwyr), Llywodraeth Cymru a rhanddeiliaid strategol eraill.
- Sefydlu Fforwm Ymarferwyr i ddarparu lle i sefydliadau Camddefnyddio Sylweddau ddod at ei gilydd i drafod, datblygu a rhannu arferion sy'n dod i'r amlwg.
- Cysylltu ymarferwyr â'r grŵp Cymuned Ymarfer ehangach, sy'n cynnwys cynrychiolaeth o sectorau allweddol eraill.
- Ymagwedd Gwaelod i fyny/ Dull optio i mewn â ffocws ar gydgynhyrchu.

Mae'r cynllun peilot wedi bod yn rhedeg ers dechrau Ebrill 2022, ac ym Mehefin 2022 penodwyd BlwBo Limited yn werthuswyr annibynnol i olrhain cynnydd, llunio dysgu perthnasol, a darparu casgliadau ac argymhellion ymarferol i lywio'r camau nesaf. Yn yr adrannau canlynol o'r adroddiad hwn, rydym yn cynnal dadansoddiad thematig o'r Cynllun Peilot, cyn cyflwyno ein hasesiad o'r graddau y mae'r prosiect wedi cyflawni yn erbyn ei amcanion/canlyniadau gwreiddiol a chyflwyno ein casgliadau a'n hargymhellion.

# Sefydliadau sy'n Wybodus ynghylch TrACE (Trawma ac ACE)

Dod yn Sefydliad sy'n Wybodus ynghylch TrACE



## 4. Sail Resymegol, Nodau ac Amcanion Craidd

Mae cynllun peilot Pecyn Cymorth TrACE wedi ceisio adeiladu ar y gwaith yr oedd Hyb ACE Cymru eisoes wedi bod yn ei wneud gyda rhanddeiliaid ledled Cymru. Felly roedd nodau a rhesymeg yr ymyriad yn cyd-fynd yn agos â chenhadaeth ehangach Hyb ACE Cymru, sef creu “Cymru sy’n ymwybodol o ACEau a gwneud Cymru’n arweinydd o ran mynd i’r afael â, atal a lliniaru ACEau”.

Y rhesymeg sylfaenol ar gyfer Pecyn Cymorth TrACE yw ei fod yn darparu mecanwaith (a phroses) ar gyfer sefydliadau sydd am fyfyrion ar eu harferion presennol ac ystyried pa gamau y mae angen iddynt eu cymryd i sefydlu dull mwy ystyriol o drawma ar draws gwahanol feysydd eu gweithrediad. Deilliodd y penderfyniad i ganolbwyntio gweithgaredd cynllun peilot yn benodol ar y Sector Camddefnyddio Sylweddau o drafodaethau â Llywodraeth Cymru (Tîm Camddefnyddio Sylweddau), a sicrhodd fod cyllid ychwanegol ar gael i ariannu cynllun peilot blwyddyn a helpu i sicrhau bod pob sefydliad sy’n gweithio gyda phobl agored i niwed yn y sector wedi cael mynediad at amrediad o hyfforddiant, offer ac adnoddau i ymgorffori dulliau sy’n ymwybodol o drawma ac ACE.

Roedd y tîm yn Hyb ACE Cymru a chydweithwyr yn Llywodraeth Cymru wedi teimlo y byddai’r sector Camddefnyddio Sylweddau yn cyd-fynd yn dda â dull TrACE, o ystyried y lefelau o drawma y mae defnyddwyr gwasanaeth yn eu profi fel arfer, a’r pwysau a wynebir gan staff rheng flaen wrth iddynt ymateb i drawma cleientiaid yn ddyddiol. Er bod y cynllun peilot yn cynrychioli cynnig cymorth gwell ar gyfer y sector Camddefnyddio Sylweddau, roedd adnodd craidd y Pecyn Cymorth eisoes wedi’i sefydlu, ac eisoes wedi’i dreialu â sampl o sefydliadau eraill (gan gynnwys Gwasanaeth Cyffuriau ac Alcohol Gwent (GDAS). Roedd hyn yn galluogi’r tîm 'gychwyn ar garlam' a hyrwyddo adnodd a oedd mewn gwirionedd wedi’i 'ffurfio'n llawn', tra hefyd yn tynnu ar yr hyn a ddysgwyd eisoes gan sefydliadau eraill.

Yn ychwanegol at broses y Pecyn Cymorth, aeth y Cynllun Peilot ati i gysylltu darparwyr camddefnyddio sylweddau a darparu cyfleoedd ar gyfer datblygu ymarfer a dysgu ar y cyd. Ystyriwyd felly bod y Grŵp Cyfeirio Arbenigol a'r Grwpiau Cymuned Ymarfer yn rhan annatod o amcanion ehangach y Peilot. Rhagflaenodd y Grŵp Cyfeirio Arbenigol brosiect y Cynllun Peilot, ar ôl ei sefydlu’n flaenorol i ystyried datblygu a chyflwyno hyfforddiant ACEau ar gyfer y sector. Roedd hyfforddiant wedi’i gydgyhyrchu’n flaenorol gyda’r Sector ac roedd Pecyn Cymorth TrACE wedi dod i’r amlwg fel y cam rhesymegol nesaf ar gyfer datblygu/gwreiddio arfer sy’n ystyriol o drawma.

Wrth ystyried rhesymeg, nodau ac amcanion y Peilot Camddefnyddio Sylweddau, nododd nifer o randdeiliaid ei bod yn debygol bod llawer yn y sector camddefnyddio sylweddau wedi ystyried eu hunain yn ystyriol o drawma hyd yn oed cyn lansio’r cynllun peilot. Byddai llawer o ymarferwyr wedi cael rhyw lefel o hyfforddiant ar ACEau neu ddulliau ystyriol o drawma (yn aml gan Hyb ACE Cymru), tra gallai eraill fod wedi credu’n reddfol mai dyna sut mae pobl yn y sector yn tueddu i weithio. Roedd cael y meddylfryd hwn a’r sylfaen ymarfer o fewn y sector yn amlwg wedi bod o gymorth i’r Cynllun Peilot mewn sawl ffordd, gan fod y tîm i bob pwrpas

yn pregethu i'r cadwedig. Wedi dweud hynny, nododd rhai cyfweleion fod hyn hefyd yn dod â her o ran gorfod 'dad-ddewis' arfer presennol ac ystyried y ffordd orau o annog a gwreiddio dulliau mwy ffurfiol ar lefel sefydliadol.

Serch hynny, yr hyn a oedd yn amlwg o gyfweiliadau ar draws yr holl grwpiau rhanddeiliaid, oedd y lefel uchel o gymorth a oedd yn bodoli ar gyfer dulliau gweithredu wedi'u llywio gan drawma yn gyffredinol, ac i'r Pecyn Cymorth fel mecanwaith ar gyfer helpu sefydliadau i ddatblygu ac addasu eu hymarfer. Ar unrhyw adeg yn ystod y gwerthusiad ni wnaeth unrhyw randdeiliad ar unrhyw lefel gwestiynu rhesymeg y Cynllun Peilot na gwerth y Pecyn Cymorth fel adnodd, sy'n nodi (a) bod y fenter wedi gwneud synnwyr i randdeiliaid, a (b) bod y tîm wedi llwyddo i feithrin ymgysylltiad a theimlad cadarnhaol gan y sector.

Pan ofynnwyd iddynt am nodau'r Cynllun Peilot, roedd llawer o randdeiliaid yn tueddu i'w weld drwy lens gwella gwasanaethau ac yn teimlo ei fod yn gam nesaf naturiol i'r sector o ystyried y gwaith blaengar sydd wedi'i wneud yng Nghymru ynghylch ACEau a mabwysiadu ymagwedd cyfiawnder cymdeithasol. Dywedodd un rhanddeiliad strategol, *“Y nod oedd helpu'r sector ar eu taith. Cafodd y gwaith a wnaethpwyd ar ddarpariaeth hyfforddiant cyn y pandemig dderbyniad da ac roedd eisiau ymgysylltu ar bawb. Roedd y cam nesaf hwn bob amser yn mynd i fod yn fwy heriol. Mae angen hunanfyfrio a buddsoddiad gwirioneddol o amser a meddwl, ac mae'r Pecyn Cymorth yn darparu sylfaen ar gyfer gwneud y gwaith hwnnw ar lefel sefydliadol”*.

Roedd y ffocws ar gefnogi newid ar lefel sefydliadol a system gyfan hefyd yn boblogaidd, a derbyniodd llawer o'r rhai a fu'n ymwneud ag arwain y Cynllun Peilot y byddai cynnydd yn debygol o fod yn gynyddrannol ac y byddai'n cymryd amser i ymgorffori newidiadau mewn diwylliant ac ymarfer. Felly, ystyriwyd bod rheoli disgwyliaid a rhoi sicrwydd ynghylch cyflymder disgwylidig y cynnydd yn nodweddion pwysig o'r ffordd yr oedd angen esbonio'r Cynllun Peilot i'r sector. Mae a ddaeth y neges hon yn llwyddiannus i'r holl randdeiliaid yn cael ei ystyried yn ddiweddarach yn yr adroddiad hwn, gan ei bod yn ymddangos bod petruster i ymgysylltu mewn rhai cyfeiriadau oherwydd pryderon ynghylch faint o waith y gallai fod ei angen, y gallu i ddarparu adnoddau ar gyfer y gwaith, a'r hyn a ddisgwylir gan sefydliadau sy'n cymryd y broses Pecyn Cymorth.

Gan fyfrio ar y thema hon o reoli disgwyliaid, dywedodd un Rhanddeiliad Strategol, *“Mae angen pobl arnom i ddeall nad ydym yn disgwyl iddynt gael gwybodaeth am drawma yfory, ond hoffem iddynt allu myfrio ar eu hymagwedd a disgrifio lle maen nhw ar y daith. Dywedwch wrthym beth allwch chi ei wneud â'r adnoddau sydd gennych ac yna gallwn gael y sgwrs honno a datblygu ffordd o symud hyn ymlaen”*.

Roedd y staff yn Hyb ACE Cymru yn gefnogol iawn i'r Cynllun Peilot ac yn ei weld fel estyniad naturiol i'w cenhadaeth bresennol, yn ogystal â chyfle i ganolbwyntio egni a chymorth ychwanegol ar y Sector Camddefnyddio Sylweddau. O ystyried bod ymgysylltu â'r Peilot i fod yn gwbl wirfoddol, roedd y tîm yn cydnabod o'r cychwyn cyntaf bod cynnydd yn mynd i ddibynnu ar ymgysylltu cadarnhaol a 'phrynu i mewn' gan y sector. Fel y cyfryw, y nod oedd 'gweithio gyda'r parod' ac yn raddol adeiladu ymgysylltiad ehangach dros amser. Disgrifiodd

un rhanddeiliad strategol yr eisiau i adeiladu mudiad cymdeithasol o amgylch ymarfer sy'n ystyriol o drawma, gan ddefnyddio'r Pecyn Cymorth fel mecanwaith i gefnogi'r newid hwnnw. *"Roedd eisiau cynnig glasbrint arnom i bobl sy'n dangos iddyn nhw y math o ystyriaethau sydd angen iddyn nhw eu cadw mewn cof wrth iddyn nhw geisio cyflwyno'r egwyddorion hyn i'w diwylliant sefydliadol. Mae hon yn daith ac nid oes pen draw taith mewn gwirionedd - mae'n rhaid i ni helpu pobl i symud ar hyd y gromlin".*

Ar lefel ymarferol, roedd tîm Hyb ACE Cymru hefyd yn gweld y Peilot fel cyfle arall i brofi'r Pecyn Cymorth a defnyddio adborth gan randdeiliaid i fireinio a chryfhau'r cynnig TRACE. Cafodd yr angen i helpu sefydliadau drwy'r broses ei ymgorffori yn y model Peilot, a chynigiodd tîm Hyb ACE Cymru arweiniad, cymorth a her yn ôl yr angen. O ystyried maint cymedrol y tîm roedd hwn bob amser yn nod uchelgeisiol. Dywedodd un ymgynghorai, *"Roeddem yn gwybod y byddai hwn yn ofyn mawr, ac felly roeddem am roi cymorth a strwythurau yn eu lle i ategu'r ymdrech".* Nododd rhanddeiliad arall, *"Mae adnoddau cyfyngedig i ysgogi'r gwaith hwn, ond mae'n gysylltiedig â rhai uchelgeisiau mawr. Y syniad yw i sefydliadau ddefnyddio'r Pecyn Cymorth ac ymrwymo i'r broses, fel y gallant wedyn ddod â'u hadnoddau eu hunain at y bwrdd".*

Nodweddion allweddol eraill y model yr oedd rhanddeiliaid yn eu croesawu oedd y ffocws ar gynorthwyo staff i ddelio'n well â thrawma, ac ymdrechion i gynnwys comisiynwyr gwasanaeth trwy gael Arweinwyr Byrddau Cynllunio Ardal yn eistedd ar y Grŵp Gwarchod Arbenigol. Ystyriwyd bod y dull cynhwysol hwn wedi helpu i ysgogi newid diwylliannol ar lefel sefydliadol a sectoraidd.

Wrth ystyried nodau'r Cynllun Peilot, teimlai'r holl randdeiliaid fod y prif Ganlyniadau a nodwyd yn y cynnig gwreiddiol yn berthnasol ac yn gynrychioliadol o'r meysydd cynnydd allweddol yr oedd angen mynd i'r afael â hwy gan y gwaith. Roedd y ffocws ar ddatblygu ymwybyddiaeth, cyd-ddealltwriaeth ac arfer da yn amlwg yn hanfodol i fodel y Pecyn Cymorth, a'r pwyslais ar gefnogi trawma staff, datblygu'r gweithlu a chysylltu ymarferwyr, yn unol â chenhadaeth ehangach Hyb ACE Cymru. Roedd rhanddeiliaid yn cydnabod lefel uchelgais y canlyniadau hyn, gan nodi eu bod yn nodau hirdymor a fyddai'n debygol o gymryd peth amser i'w cyflawni. Serch hynny, gwelwyd eu bod yn cynnig strwythur eglur i'r prosiect ac yn themâu y teimlai rhanddeiliaid y gallai'r Cynllun Peilot wneud cyfraniad ystyrlon iddynt dros gyfnod y prosiect.

O ystyried natur hirdymor y Canlyniadau hyn, gofynnwyd hefyd i randdeiliaid ystyried dangosyddion llwyddiant 'tymor byrrach' penodol ar gyfer y Cynllun Peilot. Awgrymodd y rhan fwyaf o randdeiliaid fod angen i ddangosyddion ganolbwyntio ar gynnydd realistig o amgylch metrigau gweladwy allweddol, megis ymgysylltu, ymwybyddiaeth, cyfranogiad a sgiliau. Fodd bynnag, mynegodd rhanddeiliaid eraill betruster i gynnig dangosyddion nes eu bod wedi bod drwy'r broses. Roedd yr ymdeimlad hwn o 'dyn ni ddim yn gwybod beth nad ydyn ni'n ei wybod' yn rhywbeth a oedd i'w weld yn cymryd amser i dorri i lawr yng nghamau cychwynnol y Peilot.

Bu un sefydliad Peilot yn myfyrio ar sut y gallai llwyddiant edrych iddynt o ymgysylltu â'r broses. *“Sut fyddai llwyddiant yn edrych yn y tymor byr? Os gallwn fynd trwy 50% o dystiolaethu'r chwe pharth yn yr ychydig fisoedd nesaf, byddwn yn hapus. Rydym yn hyderus fod gennym y dystiolaeth i fynd i'r afael â'r holl feysydd, ond rydym hefyd yn gwybod ei fod yn ymwneud â mwy na hynny - rydym am adeiladu momentwm ac egni gwirioneddol o amgylch y broses”.*

Rydym yn ailedrych ar y dangosyddion llwyddiant yn ddiweddarach yn yr adroddiad hwn ac rydym hefyd yn ystyried i ba raddau y mae'r cynllun peilot wedi cyflawni yn erbyn y rhesymeg, nodau ac amcanion a nodwyd ar ddechrau'r broses. Yn yr adran nesaf, edrychwn ar sut mae'r gwahanol feysydd cyflwyno wedi datblygu yn ystod y Cynllun Peilot a lefel y cynnydd a wnaed.

## 5. Gweithredu'r Prosiect

Mae Peilot Pecyn Cymorth TrACE wedi bod yn rhedeg ers mis Ebrill 2022, gyda thîm ACE Hub Cymru yn gweithio'n helaeth gyda rhanddeiliaid i annog a chefnogi ymgysylltiad â'r Pecyn Cymorth, a chynnig cyfleoedd ehangach ar gyfer cydweithredu, hyfforddi a datblygu ymarfer da.

Mae'r model cyflawni i raddau helaeth wedi dilyn y strwythur a nodwyd yn y cynnig gwreiddiol, gan ddefnyddio adnodd presennol Pecyn Cymorth TrACE fel mecanwaith i sefydliadau sydd am fyfyrion a chynllunio ar sail eu hymarfer sy'n ystyriol o drawma. Ochr yn ochr â hyn defnyddiwyd y Grŵp Cyfeirio Arbenigol fel fforwm ar gyfer trafodaeth ehangach â Chomisiynwyr Gwasanaeth ac arbenigwyr eraill, tra sefydlwyd grŵp Fforwm Darparwyr i ddechrau i sicrhau cydweithrediad â gwasanaethau darparwyr Camddefnyddio Sylweddau.

Yn fwy cyffredinol mae tîm Hyb ACE Cymru wedi ceisio mabwysiadu dull hyblyg a rhagweithiol o hyrwyddo'r Cynllun Peilot, gan ymgysylltu ag unrhyw randdeiliaid sydd wedi mynegi diddordeb. Mae hyn wedi arwain at gyflwyno gweithgareddau ehangach a aeth y tu hwnt i'r cynllun gwaith gwreiddiol. Fel y dywedodd un aelod o'r Tîm, *"Rydym wedi gorfod bod yn heini a cheisio gweld cyfleoedd i wthio'r gwaith yn ei flaen lle bynnag y gallwn"*.

Mae hefyd yn bwysig tynnu sylw at lefel naturiol y gorgyffwrdd a fu rhwng y Cynllun Peilot a chenhadaeth graidd ehangach Hyb ACE Cymru, gan gynnwys gweithgareddau wedi'u targedu at sectorau eraill (fel Addysg Bellach). Teimlwyd bod gallu rhyngweithio â'r gymuned ehangach hon o randdeiliaid, a dysgu oddi wrthi, wedi sicrhau manteision i'r Cynllun Peilot a'r sefydliadau dan sylw. Er enghraifft, i gynorthwyo dysgu rhyngddisgyblaethol ehangach, mae'r tîm wedi parhau i hwyluso'r grŵp Cymuned o Ymarfer, gan ddod ag ymarferwyr o amrediad o sectorau at ei gilydd i gael sgysiau am eu profiadau a rhannu syniadau ar y ffordd orau o lywio ymarfer sy'n ystyriol o drawma sy'n dod i'r amlwg. Mae llawer o'r sefydliadau Camddefnyddio Sylweddau sydd wedi ymgysylltu â Phecyn Cymorth TrACE (neu wedi dangos diddordeb ynddo) hefyd wedi rhyngweithio â'r grŵp Cymuned Ymarfer. Er nad yw elfennau fel y Gymuned Ymarfer yn rhan o'r Cynllun Peilot yn unig, maent yn amlwg wedi cyfrannu at y cynnydd a wnaed.

### Cynnydd a Momentwm Cyffredinol

Mae Cynllun Peilot Pecyn Cymorth TrACE wedi datblygu ymgysylltiad cadarnhaol yn llwyddiannus gan amrywiaeth o randdeiliaid ar draws y sector Camddefnyddio Sylweddau. Gyda llawer yn y sector yn amlwg yn cefnogi'r symudiad tuag at fwy o ffocws ar ymarfer sy'n ystyriol o drawma, efallai y byddai paroddrwydd bob amser i gymryd rhan yn y sgwrs ac ystyried y Pecyn Cymorth fel mecanwaith ar gyfer datblygiad sefydliadol a newid diwylliannol. Dros y cyfnod gwerthuso, rydym wedi gweld lefel uchel o frwdfrydedd ac ymrwymiad gan lawer o randdeiliaid sydd yn amlwg wedi croesawu'r broses Beilot ac wedi elwa ohoni.

Wedi dweud hynny, mae hefyd yn bwysig cydnabod bod y sector, fel llawer o rai eraill, wedi wynebu straen a heriau sylweddol. Effaith argyfyngau olynol fel y pandemig COVID, yr argyfwng costau byw, ac ati; yn anochel wedi gadael eu hôl ac yn golygu bod sefydliadau yn dod i'r Cynllun Peilot â rhywfaint o flinder 'wedi'i bobi i mewn'. Mae'r mater o gapasiti cyfyngedig felly wedi'i godi fel rhwystr sydd wedi cyfyngu ar lefel yr ymgysylltu â'r Pecyn Cymorth ac wedi arafu cynnydd y Cynllun Peilot. Fodd bynnag, yr hyn sydd hefyd yn glir o'n sgysiaau ag ymgylgoreion yw bod y Cynllun Peilot wedi llwyddo i feithrin ymgysylltiad a momentwm cadarnhaol yn raddol dros amser. Er bod rhai rhwystredigaethau wedi'u mynegi ynghylch cyflymder y cynnydd, roedd ymdeimlad clir hefyd bod momentwm yn cynyddu bellach, a bod strwythur wedi'i roi ar waith a allai gynnal cynnydd yn y dyfodol. Mynegwyd barn gref hefyd gan lawer mai megis dechrau ar broses lawer hwy oedd y Cynllun Peilot (a oedd bob amser wedi'i gynllunio i fod yn ymyriad byr), ac felly y dylid asesu llwyddiant ar y sail honno.

Wrth ystyried y broses weithredu'n ehangach, roeddem o'r farn y gallai fod yn ddefnyddiol edrych ar bob elfen yn ei thro, gan dderbyn bod rhyngweithio a gorgyffwrdd cryf wedi bod rhwng pob rhan o'r broses beilot.

### **Proses Pecyn Cymorth Craidd**

Wrth wraidd y Cynllun Peilot hwn oedd ymdrech i annog sefydliadau Camddefnyddio Sylweddau i ymgysylltu â Phecyn Cymorth TrACE a'i ddefnyddio fel sail ar gyfer myfyrio, cynllunio a gwreiddio ymarfer ystyriol o drawma ar lefel sefydliadol. Felly cafodd y Pecyn Cymorth ei hyrwyddo a'i esbonio'n weithredol trwy amrywiaeth o sianeli, yn y gobaith y byddai sefydliadau'n dod ymlaen i ddechrau'r broses.

Erbyn diwedd cyfnod y Cynllun Peilot cychwynnol, roedd dau sefydliad Camddefnyddio Sylweddau wedi dod ymlaen a dechrau gweithio ar broses y Pecyn Cymorth. Yn ogystal, roedd sgysiaau hefyd wedi'u cynnal ag amrywiaeth o sefydliadau eraill a oedd wedi mynegi diddordeb mewn ymgysylltu â'r Pecyn Cymorth – y mae rhai ohonynt bellach wrthi'n gwneud cynlluniau i gychwyn ar y broses TrACE. Mae rhai ymarferion diddorol wedi dod i'r amlwg hefyd yn rhanbarthol/lleol trwy Fyrddau Cynllunio Ardal. Mae rhai Byrddau Cynllunio Ardal wedi dechrau hwyluso sgysiaau a datblygu ymarfer da ar draws eu rhwydweithiau darparwyr, gan ddefnyddio Pecyn Cymorth TrACE fel offeryn datblygu.

Gan fyfrio ar lefelau uniongyrchol o ymgysylltu ag adnodd y Pecyn Cymorth, mynegodd rhai rhanddeiliaid siom nad oedd rhagor o sefydliadau wedi dod ymlaen. Fodd bynnag, teimlai eraill fod y lefel hon “*yn iawn*” o ystyried maint y Cynllun Peilot a'r gallu oedd gan Hyb ACE Cymru i gynorthwyo sefydliadau a oedd yn mynd drwy'r broses yn weithredol.

Ymhellach, teimlai'r rhan fwyaf o'r rhanddeiliaid, er gwaethaf y defnydd cymedrol o'r Pecyn Cymorth, fod prosiect y Cynllun Peilot wedi helpu i nodi rhai o'r rhwystrau allweddol i ymgysylltu ar gyfer y sector Camddefnyddio Sylweddau, gan ddatblygu mwy o eglurder ar sut y gellir adeiladu ymgysylltiad ychwanegol dros amser. Fel y dywedodd un rhanddeiliad, “*Yn ddelfrydol, byddai eisiau mwy na dau arnoch, ond mae'n ddechrau, a gallwn adeiladu o'r fan*



*honno. Mae hyn yn rhywbeth y mae angen ei wreiddio ac nid ei weld fel rhywbeth ychwanegol. Os gallwn gyfleu hynny, byddwn yn cael rhagor o bobl i gymryd rhan”.*

Yn bwysig, roedd yr holl randdeiliaid o'r farn bod adnodd y Pecyn Cymorth yn 'addas i'r diben' ac roeddent yn gwerthfawrogi hyblygrwydd yr offeryn a sut mae'n caniatáu i ddefnyddwyr gymhwyso'r ymagwedd mewn ffordd sy'n gweithio iddynt hwy. Pan ofynnwyd am adborth ar y Pecyn Cymorth, roedd rhanddeiliaid yn gallu cynnig amrywiaeth o awgrymiadau ar sut i wella'r adnodd ymhellach. Roedd y rhain yn cynnwys:

- Lle i symleiddio'r iaith a ddefnyddir yn y Pecyn Cymorth. *“Efallai ailweithio peth o'r derminoleg i symleiddio a delio mewn iaith sy'n golygu rhywbeth i staff a defnyddwyr gwasanaeth. Angen meddwl am sut rydyn ni'n ymgysylltu â phobl a'r iaith rydyn ni'n ei defnyddio”.*
- Angen arweiniad ychwanegol ar ba dystiolaeth y gall sefydliadau ei defnyddio wrth weithio trwy wahanol feysydd y broses hunanasesu.
- Cryfhau ymhellach y canllawiau o amgylch y Peuoedd. *“Mae'r hunanasesiad yn fan cychwyn da, ond mae digon o le i ddatblygu'r offer ymhellach”.*
- Cyfle i dynnu ar brofiad pobl eraill a datblygu enghreifftiau ac o bosibl templedi i helpu sefydliadau i ddeall sut roedd eraill wedi mynd i'r afael â'r broses.
- Datrys problemau TG sy'n gysylltiedig â chyflwyno dogfennau i Hyb ACE Cymru fel enghreifftiau o ymarfer ar draws peuoedd.

Mae tîm Hyb ACE Cymru yn cydnabod bod y Pecyn Cymorth yn adnodd y bydd angen iddo esblygu'n barhaus a chael ei wella dros amser, felly un o nodau allweddol y Cynllun Peilot fu datblygu'r hyn a ddysgwyd gan y sefydliadau Camddefnyddio Sylweddau hynny sydd wedi ymgysylltu â'r sefydliadau Camddefnyddio Sylweddau a defnyddio'r adnodd. *“Rydym yn bwriadu creu offer ychwanegol a fydd yn cynorthwyo sefydliadau, bydd hyn yn rhywbeth a fydd yn cael ei godi yng Nghymuned Ymarfer TrACE cyfle i fynychwyr amlygu offer y teimlant fydd o gymorth, cyn sefydlu grŵp tasgau a gorffen i gydgyhyrchu'r adnoddau hyn”.*

Mae'n bwysig tynnu sylw at y ffaith bod Hyb ACE Cymru eisoes wedi bod yn gweithio'n frwd gyda rhanddeiliaid yn ystod y Cynllun Peilot i fireinio'r Pecyn Cymorth a chryfhau rhai o'r agweddau a grybwyllwyd uchod. Mae Sefydliadau Peilot wedi gallu cynnig adborth yn uniongyrchol i staff Hyb ACE Cymru yn ystod cyfarfodydd rheolaidd a chafwyd cyfleoedd i drafod gwahanol agweddau ar y Pecyn Cymorth yn ystod cyfarfodydd Grŵp Cyfeirio Arbenigol/Cymuned Ymarfer. Yn ogystal, mae tîm Hyb ACE Cymru wedi bod yn ailedrych ar nodiadau canllaw ac yn datblygu adnoddau newydd i arwain sefydliadau drwy broses y Pecyn Cymorth. Er enghraifft, mae staff wedi bod yn cydgynhyrchu adnodd Canllawiau Polisi â chydweithwyr o Addysg Bellach ac Addysg Uwch ac mae gwaith ar y gweill i gydgyhyrchu adnodd newydd i gefnogi'r parth 'Mannau Corfforol' gydag aelodau o'r Gymuned Ymarfer dros y misoedd diwethaf. .

Mae'r gwaith ar y Canllawiau Polisi yn enghraifft o sut mae tîm Hyb ACE Cymru wedi ymateb i adborth y maent wedi'i dderbyn. Roedd defnyddwyr y pecyn cymorth wedi tynnu sylw at y ffaith bod y Pau Polisi yn achosi rhywfaint o gur pen, felly mae'r tîm wedi ceisio dysgu o

sectorau eraill a chynnig arweiniad ychwanegol. Dywedodd aelod o'r tîm, *“Mae hon yn her i sefydliadau. Sut all sefydliadau flaenoriaethu, diweddarau ac ymgorffori newidiadau ar draws pob polisi. Y gobaith yw y bydd y ddogfen hon yn helpu sefydliadau i fynd i'r afael â'r gwaith hwn, gan roi awgrymiadau ar bwy sydd angen cymryd rhan o bob rhan o'r sefydliad i ymdrin â gwahanol feysydd polisi. Bydd hwn wedyn yn hygyrch i bob sector”*.

Wrth fyfyrion ar y broses yn ehangach, pwysleisiodd nifer o sefydliadau a rhanddeiliaid fod ymgysylltu â'r Pecyn Cymorth yn gofyn am ymrwymiad adnoddau sylweddol ar lefel sefydliadol, yn ogystal â 'phrynu i mewn'/perchnogaeth gan staff allweddol (ar y lefel gywir o fewn y sefydliad). Adleisiwyd y pwynt diweddarach hwn gan staff Hyb ACE Cymru a rhanddeiliaid strategol eraill a nododd fod ymgysylltiad gan sefydliadau wedi methu weithiau oherwydd bod y gwaith yn cael ei ddyrannu i un person yn unig neu i aelodau iau o staff. *“Yr hyn sy'n tueddu i ddiwydd yw y bydd uwch swyddog yn cofrestru ac yna bydd yn dyrannu'r gwaith i aelod iau o staff. Yna mae'n ei chael yn anodd creu lefel ddigonol o ymgysylltu a momentwm i sicrhau newid ystyrlon. Mae angen iddo fod yn ymdrech tîm, a'i wneud yn y ffordd gywir, â chefnogaeth gywir. Nid tasg ydyw; mae'n newid diwylliant”*.

Roedd y sefydliadau hynny a ymgysylltodd yn weithredol â'r Pecyn Cymorth fel rhan o'r Cynllun Peilot yn gallu siarad am sut yr oeddent wedi mynd i'r afael â'r broses a pha gynlluniau yr oeddent wedi'u rhoi ar waith i symud y gwaith yn ei flaen. Yn y ddau achos dyrannwyd gwaith i unigolyn arweiniol, a sefydlodd weithgor mewnol wedyn i gynnal y broses hunanasesu ar draws y meysydd.

Mae'r ddau ddarparwr gwasanaeth wedi gwneud cynnydd amrywiol o ran cwblhau'r hunanasesiad a mynd i'r afael â'r Cam Cynllunio Gweithredu. Adroddodd un sefydliad eu bod yn dal yn y camau cynnar o strwythuro eu gwaith myfyrio, ar ôl cael trafferth adeiladu a chynnal momentwm. Adroddodd y sefydliad arall eu bod wedi gwneud cynnydd da, ar ôl edrych i ddechrau am 'enillion cyflym' cyn mabwysiadu *“dull araf a chyson”*. Mae'r sefydliad hwn wedi sefydlu Pwyllgor Ystyriol o Drawma i arwain ar waith TrACE a datblygu tîm o hyrwyddwyr ar draws y sefydliad. Nodwyd bod rhan fawr o'r broses hunanasesu wedi bod yn edrych ar ba dystiolaeth sydd eisoes yn bodoli ar draws meysydd allweddol, sydd ynddi'i hun wedi bod yn dasg fawr. Wrth fyfyrion ar y gwaith, dywedodd yr *Arweinydd Sefydliadol*, *“Mae gwneud newid mewn sefydliad mawr yn heriol, felly mae'n bwysig edrych ar yr hyn sy'n gyraeddadwy, a'r hyn y gellir ei wneud yn y tymor byr i greu momentwm”*.

Pwysleisiodd y ddau sefydliad Cynllun Peilot fod y broses wedi bod yn dasg sylweddol a oedd yn gofyn am ymrwymiad parhaol i newid. Dywedodd un o'r sefydliadau, *“Mae'r dull hwn yn gofyn am ymrwymiad hirdymor, ac mae angen inni fynd i'r afael â hyn mewn modd amyneddgar a graddol ac ystyried sut y gallwn ddod ag eraill â ni ar y daith hon”*.

Soniodd un o sefydliadau'r Cynllun Peilot am ba mor dda yr oedd proses TrACE wedi cyd-fynd ag ymdrechion ehangach i wreiddio cydgynhyrchu a phrofiad byw drwy gydol eu gwaith. Soniwyd hefyd am y modd yr oedd y broses 'hunanfyfyrion' wedi helpu i sbarduno peth ystyriaeth o faterion ehangach, megis cymhwysedd diwylliannol.

Mae profiad y ddau sefydliad a gymerodd ran yn y Cynllun Peilot felly wedi cynhyrchu rhywfaint o ddysgu pwysig a fydd, gobeithio, yn llywio gwaith parhaus i hyrwyddo'r Pecyn Cymorth ac ymarfer sy'n ystyriol o drawma.

Mae'r Cynllun Peilot hefyd wedi ysgogi dysgu ar gyfer Hyb ACE Cymru. Pan ofynnwyd iddynt fyfyrion ar y broses, roeddent yn cydnabod bod y model yn gofyn llawer o randdeiliaid. Wedi dweud hynny, gwnaethant y pwynt y bu disgwyl erioed y byddai cyflawni cynnydd ystyrlon yn debygol o gymryd amser a bod yn daith raddol. Er bod y tîm yn teimlo eu bod wedi gwneud ymdrechion da i bwysleisio'r pwynt hwnnw, roeddent yn cydnabod y byddai angen parhau i ailadrodd y neges mai taith yn hytrach na digwyddiad yw TrACE. Fel y dywedodd un ymgynghorai, *"Proses yw hon nid cyrchfan. Bydd yn cymryd amser i ymarfer wreiddio"*.

Yn olaf, canmolodd nifer o randdeiliaid ansawdd y cymorth a ddarparwyd gan dîm Hyb ACE Cymru. Gwelwyd bod y staff wedi bod yn gadarnhaol, yn rhagweithiol, yn hyblyg ac yn ymroddedig yn y ffordd yr oeddent yn darparu eu cymorth. Fel y dywedodd un ymgynghorai, *"Mae wedi bod yn wych cael y cyswllt hwnnw â'r tîm. Maent wedi bod yn ymatebol iawn, ac mae'n ymddangos bod yr Hyb ACE wedi cydnabod eu bod ar y daith hon hefyd, ac nad oes gan un person yr holl atebion"*. Roedd ymgynghorai hefyd yn gwerthfawrogi cael tîm â *phrofiad uniongyrchol o'r sector Camddefnyddio Sylweddau*, *"...mae'r profiad o weithio yn y sector wedi bod yn ddefnyddiol, oherwydd mae'n golygu eu bod yn deall sut mae pethau'n gweithio yn y byd go iawn ac yn deall rhai o'r heriau sy'n ein hwynebu"*.

### **Llywodraethu ac Ymgysylltiad Ehangach**

Mae'r Grŵp Cyfeirio Arbenigol wedi cyfarfod yn rheolaidd yn ystod y Cynllun Peilot, gan ddarparu fforwm ar gyfer trafodaethau ar ddatblygu arfer sy'n ystyriol o drawma ar draws y sector. Mae'r cyfarfodydd hefyd wedi cynnig sail ar gyfer hyrwyddo'r Pecyn Cymorth, rhannu ymarfer gorau a myfyrion ar rwystrau, cyfleoedd a themâu allweddol. Yn hollbwysig, mae Byrddau Cynllunio Ardal a rhanddeiliaid strategol eraill (gan gynnwys Llywodraeth Cymru) wedi cymryd rhan gref yn y sesiynau hyn, gan roi pont ddefnyddiol i'r tîm at gomisiynwyr gwasanaethau a chaniatáu i faterion mwy strategol gael eu hystyried.

Mae nifer dda wedi mynychu sesiynau Grŵp Cyfeirio Arbenigol a dywedodd pob un o'r rhanddeiliaid yr ymgynghorwyd â nhw eu bod wedi gweld y cyfarfodydd yn ddefnyddiol ac yn teimlo bod y grŵp wedi cyflawni rôl bwysig fel rhan o'r ymdrech i symud y sgwrs yn ei blaen ynghylch ymarfer ystyriol o drawma yn y sector. .

Yn ystod dyddiau cynnar y Cynllun Peilot, teimlai rhai rhanddeiliaid fod y Grŵp Cyfeirio Arbenigol wedi cael trafferth cydio mewn/datblygu ymdeimlad o'i rôl ei hun a'r hyn a ddisgwylid gan fynychwyr mewn perthynas â'r Cynllun Peilot. Fel y nododd un ymgynghorai, *"I ddechrau, methodd y Grŵp Cyfeirio Arbenigol â deall beth oedd eu rôl. Er bod eu gwaith blaenorol ar hyfforddiant yn eithaf syml a dirweddol, roedd y cam hwn yn cynnwys edrych yn ehangach ar sut i ymgysylltu â gwasanaethau i ymgorffori arferion sy'n ystyriol o drawma. Nid oeddent yn gallu gweld beth oedd eu rôl na beth oedd yn cael ei ofyn ganddynt"*.

Teimlwyd bod y rhwystredigaethau cynnar hyn yn rhannol oherwydd pwysau llwyth gwaith a 'lludded cyfarfod' mynychwyr Grwpiau Cyfeirio Arbenigol. Dadleuodd eraill efallai y bu angen mwy o eglurder ar statws a chyfeiriad teithio gwaith i hyrwyddo ymarfer sy'n ystyriol o drawma. Er enghraifft, galwodd un ymgynghorai am arweinyddiaeth gryfach gan Lywodraeth Cymru, gan awgrymu, *"Efallai bod rôl i Lywodraeth Cymru i fywiogi a chynnull grwpiau fel hyn drwy gynnig rhagor o eglurder ar sut y maent yn teimlo bod y gwaith yn cyd-fynd â'r agenda ehangach"*.

Er gwaethaf y dechrau araf hwn, daeth y grŵp yn fwy sefydledig dros amser ac mae'n ymddangos bod momentwm cadarnhaol ynghylch gwaith y Grŵp Cyfeirio Arbenigol. Mae'r rhan fwyaf o randdeiliaid bellach yn gweld y grŵp yn fecanwaith gwerthfawr ar gyfer datblygu a rhannu ymarfer da ar draws y sector.

Mae tîm Hyb ACE Cymru wedi defnyddio cyfarfodydd Grŵp Cyfeirio Arbenigol i roi diweddariadau a chael adborth ar Gynllun Peilot y Pecyn Cymorth, yn ogystal â chynnal trafodaethau â thema ar wahanol agweddau ar ymarfer sy'n ystyriol o drawma. Er enghraifft, gofynnwyd i aelodau'r Grŵp Cyfeirio Arbenigol gyfrannu eu barn ar ddangosyddion llwyddiant posibl ar gyfer y Pecyn Cymorth fel rhan o weithdy wedi'i hwyluso.

Mae cyfarfodydd hefyd wedi cynnwys cyflwyniadau gan sefydliadau sydd wedi defnyddio'r Pecyn Cymorth neu sydd wedi gwneud gwaith ehangach i ymgorffori ymarfer sy'n ystyriol o drawma. Mae'r gwaith hwn i rannu dysgu wedi sbarduno sgysiau ac wedi galluogi'r grŵp i ddatblygu eu meddwl am y camau nesaf a sut y gellir meithrin arfer cadarnhaol ar draws y sector. Mae'r cyfarfodydd hefyd wedi hwyluso cyswllt rhwng gwahanol sefydliadau, gan helpu i greu cymuned o ymarferwyr sy'n ystyriol o drawma ledled Cymru. Dywedodd un rhanddeiliad, *"Cawsom GDAS yn dod i mewn i gyfarfod Grŵp Cyfeirio Arbenigol i siarad am eu cynllun peilot o'r Pecyn Cymorth, a oedd yn ddefnyddiol iawn. Bydd sgysiau am deithiau yn allweddol i'r broses hon, gan gynnwys trafodaethau am 'lympiau ar y ffordd'"*. Dywedodd rhanddeiliad arall, *"Mae ymdrech i rannu dysgu wedi cael derbynid da ac mae'n helpu eraill i'w gael ac eisiau bod yn rhan o'r broses"*.

Un o nodweddion allweddol y Grŵp Cyfeirio Arbenigol fu cyfranogaeth Byrddau Cynllunio Ardal a gwelwyd bod cael y cysylltiad uniongyrchol hwn â chomisiynwyr gwasanaethau wedi bod yn amhrisiadwy. Mae'r rhan fwyaf o randdeiliaid yn credu bod cyfranogiad cryf gan Gomisiynwyr yn mynd i fod yn ganolog i sicrhau cynnydd tuag at ddull system gyfan, felly mae gan y Grŵp Cyfeirio Arbenigol rôl fawr wrth symud y gwaith hwnnw yn ei flaen.

Ochr yn ochr â'r Grŵp Cyfeirio Arbenigol, roedd y Cynllun Peilot yn bwriadu datblygu Fforwm Darparwyr i sicrhau cyswllt eglur â darparwyr gwasanaeth ac i hyrwyddo ymhellach ymgysylltiad â'r Pecyn Cymorth. Mewn ymdrech i recriwtio sefydliadau i'r grŵp hwn, gofynnwyd i aelodau'r Grŵp Cyfeirio Arbenigol wneud awgrymiadau ar gyfer cyswllt a allai fod eisiau cymryd rhan. Galwyd cyfarfod cychwynnol o'r Fforwm Darparwyr, ond daeth yn amlwg nad oedd gan lawer o'r rhai a oedd yn bresennol ymdeimlad cywir o'u rôl neu fod ganddynt yr awdurdod o fewn eu sefydliadau i gychwyn gwaith gyda'r Pecyn Cymorth. Penderfynwyd

felly y byddai'r Fforwm Darparwyr yn cael ei oedi tan adeg pan fyddai mwy o ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o'r Pecyn Cymorth ar draws y sector.

O ganlyniad i'r newid hwn, mae rhagor o ffocws wedi'i roi ar y grŵp Cymuned Ymarfer, sy'n edrych ar ddatblygu arfer TrACE ar Lefel Genedlaethol ar draws sectorau lluosog. Yn dilyn hynny, gwahoddwyd y sefydliadau Camddefnyddio Sylweddau hynny a fynegodd ddiddordeb mewn ymuno â'r Fforwm Darparwyr i gymryd rhan yn y Gymuned Ymarfer yn lle hynny. Nododd aelod o dîm Hyb ACE Cymru, *“Roeddem bob amser yn ceisio creu'r Gymuned Ymarfer genedlaethol ac roedd yn teimlo ei bod yn briodol cysylltu'r rhai a oedd wedi mynegi diddordeb yn y PF â'r rhai a gymerodd ran yn y broses TrACE i'r Gymuned Ymarfer. sydd wedi ymgymryd yn effeithiol â gwaith cynlluniedig y Fforwm Darparwyr”*.

Mae Hyb ACE Cymru yn parhau i fod yn agored i gynorthwyo grŵp darparwyr sector Camddefnyddio Sylweddau ar ryw adeg yn y dyfodol, o bosibl fel is-grŵp sy'n gadael y Gymuned Ymarfer. Nodwyd hefyd bod rhywfaint o weithgaredd wedi digwydd yn rhanbarthol, yn gysylltiedig ag ymdrechion Byrddau Cynllunio Ardal i ffurfio grwpiau a rhwydweithiau i drafod ymarfer ystyriol o drawma gyda'u darparwyr gwasanaeth. Awgrymodd staff y gallai hyn arwain at ragor o grwpiau rhanbarthol dros amser, ac y byddai angen meddwl ymhellach wedyn ynghylch sut mae arfer rhanbarthol a chenedlaethol yn rhyngweithio.

Mae'r Gymuned Ymarfer wedi cyfarfod yn rheolaidd dros gyfnod y Cynllun Peilot, gan ddenu presenoldeb cryf o amrediad eang o sefydliadau â diddordeb ar draws y sectorau Camddefnyddio Sylweddau, Addysg Bellach, Addysg Uwch, a sectorau eraill. Mae'r sesiynau hyn wedi canolbwyntio ar ddysgu ar y cyd a datblygu ymarfer ystyriol o drawma, â chyfarfodydd yn darparu gofod i randdeiliaid siarad am eu profiadau.

Mae'n ymddangos bod cyfarfodydd Cymuned Ymarfer wedi ychwanegu gwerth ac ysgogiad cadarnhaol i gynllun peilot y Pecyn Cymorth TrACE a'r genhadaeth ehangach i hyrwyddo ymarfer sy'n ystyriol o drawma. Mae gallu rhyngweithio ag ymarferwyr o sectorau eraill yn amlwg wedi bod yn nodwedd boblogaidd o'r sesiynau hyn ac mae'n dangos bod awydd i gydweithio i ddysgu, datblygu dulliau gweithredu ar y cyd a dod o hyd i atebion cyffredin. O ystyried yr awydd i feithrin dull system gyfan, dylai hyn fod yn ffynhonnell anogaeth.

Ymddengys hefyd fod y Gymuned Ymarfer wedi cwmpasu'r rôl a fwriadwyd yn wreiddiol ar gyfer y Fforwm Darparwyr i raddau helaeth, gan gynnig llwyfan ar gyfer ymgysylltu â darparwyr gwasanaethau Camddefnyddio Sylweddau. Mae Hyb ACE Cymru hefyd yn teimlo bod y Grŵp Cyfeirio Arbenigol a'r Gymuned Ymarfer yn helpu i atgyfnerthu a gwella sianeli cyfathrebu rhwng Byrddau Cynllunio Ardal a darparwyr gwasanaethau Camddefnyddio Sylweddau ledled Cymru, a ddylai unwaith eto hybu'r uchelgais i ddatblygu dull system gyfan.

### **Gweithgarwch hyrwyddo, ymgysylltu a chynorthwyo ehangach**

Yn ogystal â'r gwaith i gefnogi Sefydliadau Peilot TrACE a hwyluso'r Grŵp Cyfeirio Arbenigol/grwpiau Cymuned Ymarfer, mae Hyb ACE Cymru wedi gwneud ymdrech sylweddol

i ymgysylltu â chymaint o sefydliadau â phosibl. Mae hyn wedi amrywio o sgysiau unigol i hyrwyddo'r Pecyn Cymorth, i gynnal sesiynau hyfforddi ar lefel sefydliadol neu ar lefel ardal.

Mae'r gwaith hwn wedi bod yn rhan o'r ymgyrch ehangach i ymgysylltu â'r sector a symud y sgwrs yn ei blaen ynghylch gwerth, ac ymarferoldeb, mewnosod arfer sy'n seiliedig ar drawma ar lefel sefydliadol. Er ei bod yn anodd crynhoi'r holl waith hwn, mae'n amlwg wedi gwneud cyfraniad sylweddol at amlygrwydd Pecyn Cymorth TrACE a'r gydnabyddiaeth ohono.

Mae hyfforddiant wedi bod yn ffocws mawr i'r tîm, o ran darparu hyfforddiant 'mopio i fyny' i sefydliadau a fu'n ymwneud yn flaenorol â'r datblygiad hyfforddiant cychwynnol cyn i'r cynllun peilot hwn ddechrau, yn ogystal â gweithio ar ddiweddarau'r adnoddau hyfforddi. Mae Canolfan ACE Cymru wedi ceisio ymgysylltu â Darparwyr Gwasanaethau i drafod anghenion hyfforddi parhaus ac yn y dyfodol ac ystyried sut y gellir ei gyflwyno. Mae'r Tîm Hyb ACE wedi cydnabod yr angen i ddiweddarau'r adnodd hyfforddi i ystyried y Fframwaith Trawma newydd ac ymgorffori'r dysgu sydd wedi dod i'r amlwg ers i'r pecyn gael ei ddatblygu'n wreiddiol. Nododd aelod o'r Tîm, *“Dechreuwyd ar y gwaith o ddiweddarau'r adnodd hyfforddi gwreiddiol wrth i'r Fframwaith Trawma Cenedlaethol gael ei lansio yn 2022 ac roedd yr hyfforddiant yn rhagflaenu hyn, felly roedd angen iddo alinio â'r Fframwaith Trawma, ac roedd angen diwygio a diweddarau'r llawlyfr hyfforddi cysylltiedig hefyd.”*

Nododd rhyngweithiadau â'r sector hefyd fod angen mynediad at hyfforddiant Trawma Gwell<sup>7</sup>, gan fod staff mewn llawer o wasanaethau sy'n cefnogi unigolion â lefelau cymhleth o drawma. Awgrymodd aelodau Hyb ACE Cymru fod hyn yn rhywbeth y gellir ei archwilio drwy drafodaethau â Llywodraeth Cymru a Straen Trawmatig Cymru, sy'n gyfrifol am ddarpariaeth fwy arbenigol.

Mae llawer o weithgaredd wedi'i dargedu hefyd at ymgysylltu â Byrddau Cynllunio Ardal, yn y Grŵp Cyfeirio Arbenigol a thrwy sgysiau un-i-un. Mae'r rhyngweithiadau hyn wedi ystyried sut y gellir datblygu arfer sy'n ystyriol o drawma yn lleol trwy wasanaethau a gomisiynir. Mae'r tîm hefyd wedi cyflwyno sesiynau 'hyfforddi'r hyfforddwr' ar gyfer Byrddau Cynllunio Ardal. Mae Canolfan ACE Cymru yn teimlo bod y gwaith hwn yn dechrau 'dwyn ffrwyth'; a sawl maes wrthi'n datblygu eu cynlluniau a'u dulliau eu hunain. Mae darparwyr gwasanaethau hefyd yn adrodd am ddeialog gadarnhaol â'u Byrddau Cynllunio Ardal lleol ynghylch sut i ddatblygu arfer ar y cyd.

Siaradodd arweinwyr Byrddau Cynllunio Ardal am rai o'r gweithgareddau cadarnhaol sydd wedi digwydd yn eu hardaloedd. Soniodd un am sut yr oedd y Cynllun Peilot wedi cyd-daro â chylch comisiynu, gan arwain at roi ffocws cryfach ar ymarfer ystyriol o drawma fel rhan o'r broses dendro. Mae hyn wedi anfon neges glir at ddarparwyr ynghylch disgwyliadau, ac mae'r

---

<sup>7</sup> Diffiniwyd yn y ddogfen Fframwaith Trawma fel 'Ymagwedd a ddefnyddwyr gan weithwyr rheng flaen sy'n darparu cymorth uniongyrchol neu ddwys i bobl sy'n cael eu hadnabod fel rhai a brofodd ddigwyddiadau trawmatig o fewn eu rôl, ac mae'n cwmpasu ffyrdd o weithio i helpu pobl i ymdopi ag effaith eu trawma'.

Byrddau Cynllunio Ardal wedi dangos llawer o ddiddordeb. Maent bellach wedi sefydlu Fforwm Ymarferwyr Ystyriol o Drawma lleol i rannu ymarfer gorau a thrafod heriau cyffredin, gan nodi bod hyn yn ymwneud ag, *“Adeiladu cymuned gefnogol ar gyfer ymarfer sy’n ystyriol o drawma ym maes camddefnyddio sylweddau a’r dirwedd ehangach”*.

Mae tystiolaeth hefyd bod gwasanaethau a gomisiynir yn dechrau ymgysylltu â’r broses ac yn ystyried sut y gallant ddefnyddio’r Pecyn Cymorth i ymgorffori ymarfer sy’n ystyriol o drawma ar draws eu darpariaeth. Mae'r cynnydd hwn wedi cynnwys rhai arferion diddorol sy'n dod i'r amlwg yn ymwneud â chynghreiriau o ddarparwyr, lle mae gwahanol sefydliadau wedi dod at ei gilydd i ddarparu gwasanaethau a gomisiynir. Er y gallai cymhwyso TraCE ar draws cynghrair ychwanegu rhywfaint o gymhlethdod, mae ganddo hefyd botensial sylweddol ar gyfer gwreiddio ymarfer dros grŵp ehangach o ddarparwyr – felly gallai cefnogi ac olrhain cynnydd yn y lleoliadau hyn gynhyrchu rhywfaint o ddysgu diddorol.

Yn olaf, mae’r Hyb ACE wedi mynd ati i ddarparu gwybodaeth, diweddariadau ac adnoddau trwy eu gwefan ddwyieithog a thrwy sianeli cyfryngau cymdeithasol. Mae’r llwyfannau hyn wedi darparu ffynhonnell ddefnyddiol o wybodaeth i randdeiliaid ar Becyn Cymorth TrACE, y polisi ehangach ac adnoddau eraill. Mae’r tîm hefyd yn awr yn edrych ar ffyrdd newydd o gyfathrebu gwybodaeth a rhannu’r hyn a ddysgwyd â rhanddeiliaid, er enghraifft, *“Rydym am ddatblygu adnoddau fideo i egluro’r pethau hyn, yn enwedig o ran siarad â phobl drwy’r broses feddwl gychwynnol hon. Gall ein gwefan ymdopi â’r math hwn o gynnwys nawr, felly gallwn fod ychydig yn fwy creadigol”*.

Gan edrych i’r dyfodol, mae Hyb ACE Cymru wedi penderfynu ymestyn contract yr Arweinydd Camddefnyddio Sylweddau TrACE am ddwy flynedd arall. Mae’r cyllid wedi’i ganfod o’u cyllideb gyllido graidd gan Lywodraeth Cymru, ac mae Tîm Hyb ACE Cymru hefyd wedi bod yn rhan o drafodaethau gyda Thîm Camddefnyddio Sylweddau Llywodraeth Cymru i ystyried sut y gallant hefyd ymestyn eu cymorth ar gyfer gwaith parhaus. Gellir ystyried bod y penderfyniad i barhau â’r ddarpariaeth yn ganlyniad pwysig i’r Cynllun Peilot, gan y bydd yn sicrhau bod y sector yn parhau i gael cymorth â ffocws. Wrth wneud sylw ar y penderfyniad i ymestyn y swydd Camddefnyddio Sylweddau, dywedodd rhanddeiliad, *“Roeddem yn teimlo bod angen parhau â’r gwaith a ddechreuwyd gennym. Rydym yn meddwl yn strategol am ddyfodol y gwaith hwn, gan ddefnyddio’r Pecyn Cymorth fel adnodd i weithredu uchelgeisiau’r Fframwaith Trawma. Mae llawer rhagor o ddysgu a chynnydd i ddod”*.

## 6. Canlyniadau'r Cynllun Peilot

Datblygwyd Cynllun Peilot Pecyn Cymorth TrACE i sicrhau cynnydd yn erbyn cyfres o brif ganlyniadau uchelgeisiol. Roedd y canlyniadau hyn yn ymwneud â thaith tymor hwy i wreiddio ymarfer ystyriol o drawma. O ystyried bod y Cynllun Peilot i'w gyflwyno dros gyfnod cymharol fyr, roedd yn mynd i allu cyfrannu at y canlyniadau hyn yn unig, yn hytrach na'u cyflawni'n llwyr.

O'r cychwyn cyntaf, roedd rhanddeiliaid yn gweld y Cynllun Peilot fel rhan o broses barhaus ehangach, ac rydym wedi ceisio fframio ein hasesiad i nodi cynnydd tymor byr, ac i archwilio sut mae'r Peilot wedi 'symud y deial' ar y nodau tymor hwy hyn. Roedd tîm Hyb ACE Cymru yn fodlon ar y cyfan â'r cynnydd a wnaed ac yn teimlo bod y Cynllun Peilot wedi gosod sylfeini cryf ar gyfer gweithgaredd yn y dyfodol. Dywedodd un aelod o'r tîm, *“Byddem oll wedi hoffi cyflawni mwy, ond rwy'n meddwl ein bod wedi gwneud llawer mewn cyfnod byr”*.

Wrth ystyried y gwahaniaeth y mae'r gwaith hwn wedi'i wneud, man cychwyn amlwg yw ystyried i ba raddau y mae'r gweithgaredd wedi gwneud cyfraniad cadarnhaol at y canlyniadau targed a nodwyd. Fe wnaethom hefyd ofyn i rhanddeiliaid am eu canfyddiadau ehangach o sut mae'r Cynllun Peilot wedi sicrhau buddion, gan archwilio unrhyw ganlyniadau nas rhagwelwyd a 'dangosyddion llwyddiant' posibl ar gyfer model y Pecyn Cymorth a allai fod wedi dod i'r amlwg.

Mae rhai o'r canlyniadau sydd wedi dod i'r amlwg o'r Cynllun Peilot yn ymddangos yn eithaf cynnil eu natur. Soniodd rhanddeiliaid am sut mae'r ymyriad wedi meithrin perthnasoedd newydd, wedi datblygu ymwybyddiaeth a dealltwriaeth pobl o gysyniadau allweddol, ac wedi cynnig lle i lunio syniadau newydd a chynlluniau parhaus. Er y byddai'n hawdd anwybyddu rhai o'r canlyniadau llai dirweddol/meddalach hyn, pwysleisiodd rhanddeiliaid bwysigrwydd y cyflawniadau hyn fel sylfeini ar gyfer gwaith parhaus. Mae casglu'r 'canlyniadau canolradd' ehangach hyn a deall sut mae'r Cynllun Peilot wedi cynnal momentwm a darparu sbardun ar gyfer cynnydd parhaus felly wedi bod yn rhan o'n dadansoddiad.

### Canlyniad 1 – Datblygu gwybodaeth a sgiliau ACEau

Mae'r Cynllun Peilot a'r broses ehangach o ymgysylltu â'r sector Camddefnyddio Sylweddau wedi cryfhau'n amlwg lefelau gwybodaeth a sgiliau o gwmpas ymarfer ystyriol o ACE/trawma. Mae'r sefydliadau sydd wedi treialu'r Pecyn Cymorth wedi cael cyfle i fyfyrion ar eu dealltwriaeth a'u harferion presennol, gan eu helpu i nodi sut i ddatblygu ymhellach ddulliau gweithredu sy'n ystyriol o drawma wrth symud ymlaen. Mae'r dysgu o fewn y sefydliadau hyn wedi bod yn sylweddol a gwnaethant siarad am werth gallu mynd ar y daith honno â chymorth tîm ymroddedig yn Hyb ACE Cymru.

Wrth fyfyrion ar yr hyn a gyflawnwyd, dywedodd un rhanddeiliad strategol, *“Maen nhw wedi gwneud gwaith gwych. Momentwm yn dechrau cynyddu wrth i'r cynllun peilot ddod i ben ac*



*mae'r neges yn dod allan bod hwn yma i aros. Mae'r egwyddorion yn dechrau ymsefydlu, felly mae'n bosibl y bydd cyfle nawr i gynnwys hyn yn y cylch comisiynu gwasanaethau".*

Yn fwy cyffredinol, mae strwythur y Grŵp Cyfeirio Arbenigol a'r Gymuned Ymarfer wedi dod â chymuned ehangach o sefydliadau at ei gilydd o bob rhan o'r sector i ystyried, trafod, datblygu a gweithredu gweithgaredd ar ymarfer sy'n ystyriol o drawma. Mae'n ymddangos bod y grwpiau hyn wedi bod yn werthfawr i gyfranogwyr, sydd wedi gallu rhannu eu profiadau, a mynd â dysgu a syniadau yn ôl i'w sefydliadau eu hunain. Trwy ddarparu lle i randdeiliaid strategol ac ymarferwyr ddod at ei gilydd, gwelwyd bod y Cynllun Peilot wedi symud y sgwrs yn ei blaen am sut olwg sydd ar 'ystyriol o drawma' yn y sector, a sut y gellir ei wneud yn effeithiol ac yn gynaliadwy.

Nid yn unig y mae proses y Cynllun Peilot wedi datblygu'r sgwrs, ond mae hefyd wedi dod ag etholaeth ehangach i'r sgwrs. Roedd rhanddeiliaid yn gwerthfawrogi'r cyfle i edrych ar y mater hwn ochr yn ochr â'u cyfoedion, a hefyd i gymharu a chyferbynnu dulliau o sectorau eraill. I randdeiliaid siarad mor gadarnhaol am y grwpiau hyn, ar adeg pan fo'r rhan fwyaf o bobl yn wynebu pwysau gwaith sylweddol, mae'n siarad â lefel y cymorth sy'n bodoli ar gyfer y broses hon. Er mwyn i hwn ddod yn fudiad cymdeithasol (fel yr amlygwyd gan rai rhanddeiliaid), mae angen meithrin cymunedau fel hyn ac adeiladu arnynt.

Mae tîm Hyb ACE Cymru hefyd wedi bod yn brysur gydag ymdrechion i hyrwyddo'r Pecyn Cymorth, adeiladu cysylltiadau newydd yn y sector, a darparu rhaglen o hyfforddiant. Mae'r holl feysydd hyn wedi adeiladu gwybodaeth a sgiliau. Yn yr un modd, mae'n ymddangos bod y gwaith gyda Byrddau Cynllunio Ardal wedi adeiladu momentwm cadarnhaol, gan helpu i greu deinamig lle mae Byrddau Cynllunio Ardal yn dechrau ymgysylltu â darparwyr gwasanaethau i ddatblygu dulliau mwy lleol. Mae'r 'effaith luosog' hon wedi rhoi hwb i effaith gyffredinol y gwaith hwn ac mae'n un o'r canlyniadau canolradd cynnil hynny y byddai wedi bod yn anodd eu rhag-weld ymlaen llaw.

Yn hollbwysig, mae'r Cynllun Peilot hefyd wedi caniatáu i Hyb ACE Cymru a rhanddeiliaid strategol eraill ddatblygu eu gwybodaeth eu hunain am sut y gallai ymgorffori arfer sy'n seiliedig ar drawma weithio yn y sector hwn. Mae Tîm Hyb ACE Cymru yn derbyn nad ydynt yn dal yr holl atebion ac yn teimlo bod y broses yn ymwneud â datblygu ar y cyd ymagwedd sy'n gyson, ond yn ddigon hyblyg i weithio ar draws sectorau. Mae'r Cynllun Peilot felly wedi darparu lle i arbrofi, dysgu beth sy'n gweithio'n dda a beth sydd ddim, ac adeiladu cynnydd cynyddrannol. Mae'r gwaith hefyd wedi amlygu lle gallai fod angen diwygiadau ychwanegol yn y Pecyn Cymorth, a pha ganllawiau a chymorth ychwanegol sydd eu hangen i helpu sefydliadau i ddatblygu eu dull.

## **Canlyniad 2 – Ymgorffori Ymarfer Ystyriol o Drawma ac ACE**

Roedd sefydlu arferion ystyriol o Drawma ac ACE o fewn sefydliadau ac ar draws y sector yn amlwg yn ganlyniad a oedd yn mynd i gymryd mwy o amser i'w gyflawni nac oes y Cynllun Peilot hwn. Mae ymgysylltu'n llawn â'r Pecyn Cymorth yn cymryd amser ac ymrwymiad, ac mae hyd yn oed ymgymryd â'r cam hunanasesu yn gofyn am ymdrech barhaus a phenodol.

Mae'n bosibl hefyd bod lefel yr ymrwymiad gofynnol (neu o leiaf canfyddiadau sefydliadau o'r hyn y gellid ei gynnwys neu ei ddisgwyl ganddynt) hefyd wedi arwain at nifer fach o sefydliadau yn dod ymlaen i ymgysylltu'n uniongyrchol â Chynllun Pheilol y Pecyn Cymorth. Fel y cyfryw, byddai'n afrealistig honni bod y gwaith hwn wedi ymgorffori ymarfer ar hyn o bryd, hyd yn oed o fewn y sefydliadau cyfranogol hynny.

Fodd bynnag, yr hyn sy'n amlwg yw bod y Cynllun Peilot wedi symud llawer o sefydliadau ymhellach ar hyd y gromlin. Bellach mae gan sefydliadau peilot brosesau mewnol ar waith i adolygu eu harferion presennol ar draws Peuoedd ac maent yn datblygu cynlluniau i roi ymarfer newydd ar waith maes o law. Mae diddordeb cynyddol hefyd yn y Pecyn Cymorth a'r drafodaeth ynghylch ymarfer ystyriol o drawma gan gymuned ehangach o randdeiliaid – y mae rhai ohonynt naill ai'n defnyddio'r Pecyn Cymorth, neu'n bwriadu gwneud hynny, fel sail i ddatblygu eu hymarfer eu hunain yn y maes hwn.

Wrth fyfyrion ar y gwaith i ddatblygu a gwreiddio arfer cadarnhaol, dywedodd un o dîm Hyb ACE Cymru, *“Mae'r cyflymder wedi bod yn bryder ar adegau, ac roedd yn heriol gwyllo ac aros am fomentwm i adeiladu. Fodd bynnag, rydym bellach yn dechrau gweld cynnydd cadarnhaol ac mae rhywfaint o ddysgu gwerthfawr yn dechrau dod i'r amlwg”*.

Mae'n bwysig cydnabod bod y Fframwaith Trawma yn debygol o fod yn ysgogiad pwerus wrth i sefydliadau fynd ati i wneud y gwaith hwn. Gyda rhagor o eglurder yn dod i'r amlwg ynghylch sut mae'r gwaith hwn yn cyd-fynd ar lefel strategol a pholisi, yr hawsaf y dylai fod i sicrhau ymgysylltiad.

### **Canlyniad 3 – Creu cyd-ddealltwriaeth o sut olwg sydd ar sefydliad camddefnyddio sylweddau sy'n ystyriol o drawma**

Unwaith eto, mae hwn yn ganlyniad sy'n cynrychioli proses barhaus, yn hytrach na chyrchfan tymor byr. Serch hynny, mae'n ymddangos bod yr holl waith y mae'r Cynllun Peilot wedi'i hwyluso wedi gwneud cyfraniad cadarnhaol yma. Mae ymdrechion tîm Hyb ACE Cymru wedi'u hanelu at ddatblygu rhagor o eglurder ynghylch yr hyn y mae'r broses hon yn ei olygu i'r sector.

Mae'r ffaith y byddai llawer o sefydliadau Camddefnyddio Sylweddau eisoes wedi ystyried eu hunain yn gweithio mewn ffordd sy'n ystyriol o drawma i ryw raddau, wedi rhoi cefndir diddorol i'r gwaith hwn. Yn amlwg, mae agwedd gadarnhaol y sector at y gwaith yn ffactor galluogi, fodd bynnag mae dad-ddewis ac ailfformatio agweddau ac arferion presennol yn dasg gymhleth (ac a allai fod yn gymhleth). O'r herwydd, mae'n ymddangos bod y pwyslais ar weithio gyda'r rhai parod ac adeiladu cymuned ymarfer wedi bod yn ddull effeithiol. Nid yw Canolfan ACE Cymru wedi honni bod ganddyn nhw'r atebion i gyd nac wedi ceisio gorfodi dull 'un maint i bawb', gan ffafrio dod â sefydliadau ynghyd i ddatblygu syniadau newydd. O ganlyniad, mae rhanddeiliaid wedi teimlo eu bod yn llywio'r drafodaeth ac yn helpu i greu ymdeimlad o sut beth fydd arfer sy'n ystyriol o drawma yn y sector.

Mae'r gwaith gyda Byrddau Cynllunio Ardal hefyd wedi'i ystyried yn bwysig i lywio'r ffordd y mae dulliau gweithredu sy'n ystyriol o drawma yn cael eu hintegreiddio i wasanaethau a

gomisiynir. Gyda rhai Byrddau Cynllunio Ardal bellach yn dechrau cael trafodaethau manwl â'u darparwyr lleol ar ymarfer ystyriol o drawma, mae'n debygol y bydd hyd yn oed rhagor o fanylion a dyluniad yn dechrau ffurfio ynghylch sut olwg sydd ar sefydliad Camddefnyddio Sylweddau sy'n ystyriol o drawma ar lefel ranbarthol – felly mae hwn yn debygol o fod yn ddarlun sy'n esblygu.

Mae'r Grŵp Cyfeirio Arbenigol a grwpiau'r Gymuned Ymarfer hefyd wedi helpu i wneud cynnydd yn erbyn y canlyniad hwn, gan gynnig lle i ddysgu a datblygu syniadau.

#### **Canlyniad 4 – Pwyslais ar gefnogi llesiant staff a darparu hyfforddiant a chymorth ychwanegol**

Mae Pecyn Cymorth TrACE yn rhoi pwyslais mawr ar lesiant staff ac mae'r nod hwn wedi'i ddatblygu'n uniongyrchol trwy weithgaredd y Cynllun Peilot a'r rhaglen hyfforddi ehangach a gyflwynwyd. Ymhellach, mae tîm Hyb ACE Cymru wedi darparu amrediad eang o gymorth i sefydliadau yn ystod y Cynllun Peilot, yn amrywio o drafodaethau esboniadol anffurfiol i drafodaethau mwy cysylltiedig, wedi'u teilwra am fanylion technegol y Pecyn Cymorth neu agweddau eraill ar ymarfer sy'n ystyriol o drawma. Trwy gydol yr holl waith hwn, bu ffocws ar staff a sut mae trawma yn effeithio ar eu llesiant wrth iddynt ddarparu cymorth. Mae enghreifftiau o arfer cyfredol wedi'u rhannu mewn cyfarfodydd amrywiol Grŵp Cyfeirio Arbenigol/Cymuned o Ymarfer, a rhoddwyd y cyfle i randdeiliaid feddwl sut y gallent symud yr agwedd hon ar y gwaith yn ei blaen - naill ai drwy broses y Pecyn Cymorth neu mewn termau mwy cyffredinol.

Wrth i ragor o sefydliadau ymgysylltu â phroses Pecyn Cymorth TrACE, bydd mwy o ddysgu a data yn dod i'r amlwg ar y ffordd orau o ffurfweddu cymorth, adnoddau a hyfforddiant i sicrhau'r canlyniadau cadarnhaol mwyaf posibl i staff. Bydd adeiladu mecanweithiau ar gyfer sicrhau mewnbyn ac adborth gan staff yn allweddol i lwyddiant y gwaith hwn. Yn ogystal, gwnaeth nifer o randdeiliaid y pwynt bod y sector Camddefnyddio Sylweddau ar flaen y gad o ran cyflogi staff â phrofiad o fyw a defnyddio cymorth cymheiriaid – gan roi pwyslais gofalus ar ymgorffori ystyriaethau trawma ar bob lefel, sydd hyd yn oed yn fwy hanfodol i iechyd y sefydliad. ac effeithiolrwydd darparwyr gwasanaethau.

Y tebygolrwydd yw bod y sector Camddefnyddio Sylweddau eisoes yn effro i raddau helaeth i'r angen i ofalu am lesiant staff a'u hamddiffyn rhag effeithiau trawma dirprwyol. Fodd bynnag, y cam nesaf fydd datblygu ymarfer da ymhellach ac ystyried sut y gellir gwreiddio hyn ym mholisiau, gweithrediadau a diwylliannau sefydliadau mewn ffordd gyson a chadarn. Gyda'r Fframwaith Trawma bellach mewn grym, mae rôl sefydliadau fel Hyb ACE Cymru a Straen Trawmatig Cymru yn debygol o fod yn hollbwysig fel cyd-arweinwyr ar gyfer gweithredu'r fframwaith.

**Canlyniad 5 - Datblygu dealltwriaeth o'r cymorth a'r hyfforddiant ychwanegol y gallai fod eu hangen ar staff ar draws y sector i fodloni gofynion y mater sy'n cyd-ddigwydd o ran diagnosis o Gamddefnyddio Sylweddau ac iechyd meddwl, a darparu gwaith arbenigol wedi'i dargedu'n fwy gyda Straen Trawmatig Cymru i gefnogi hyn**

Gan adeiladu ar y canlyniad diwethaf, mae'r ymgysylltu helaeth y mae Hyb ACE Cymru wedi'i gael â rhanddeiliaid dros y misoedd diwethaf wedi hwyluso trafodaethau ynghylch anghenion cymorth a gofynion hyfforddi sefydliadau. Mae'r hyfforddiant y mae'r tîm wedi'i ddarparu wedi caniatáu iddynt asesu ffocws ac effeithiolrwydd adnoddau presennol a chasglu adborth gan hyfforddeion. Ar sail hyn, mae gwaith eisoes wedi'i wneud i fireinio adnoddau a meddwl sut mae angen i becynnau hyfforddi esblygu i adlewyrchu uchelgais cynyddol y gwaith yn y maes hwn.

Yr hyn a oedd yn amlwg o'n trafodaethau â rhanddeiliaid (a'n harsylwadau o drafodaethau mewn sesiynau Grŵp Cyfeirio Arbenigol a Chymunedau Ymarfer) oedd lefel y diddordeb sy'n ymddangos fel pe bai'n bodoli ymhlith darparwyr gwasanaethau am hyfforddiant mwy arbenigol sy'n mynd y tu hwnt i'r lefelau mwy elfennol sy'n ymwybodol ac yn ystyriol o drawma. Bydd hyn yn cynnig cyfleoedd i sefydliadau fanteisio ar y ddarpariaeth hyfforddi a gynigir gan Straen Trawmatig Cymru. Tynnodd nifer o ymgynghoreion sylw at yr angen am ragor o gydgyssylltu a chydweithio rhwng y ddarpariaeth, ac i Lywodraeth Cymru chwarae rhan weithredol wrth ystyried sut mae gwahanol rannau o'r jig-so sy'n seiliedig ar drawma yn cydfynd â'i gilydd wrth symud ymlaen.

Dywedodd un o sefydliadau'r Cynllun Peilot hefyd y gall mynd drwy'r broses Pecyn Cymorth amlygu gofynion sgil/hyfforddiant mewn meysydd eraill. Iddynt hwy, nododd yr hunanasesiad fod angen edrych yn fwy gofalus ar gymhwysedd diwylliannol. *“Mae mynd drwy'r broses hunanasesu wedi ein harwain i gwestiynu pam nad ydym yn gweld rhagor o bobl o gefndiroedd ethnig yn cael mynediad i'n gwasanaethau. Hefyd, rydym wedi cwestiynu a ydym wedi ein harfogi'n llawn i werthfawrogi a chynorthwyo'r mathau o drawma y gallai gwahanol grwpiau fod wedi'u hwynebu. Os ydych chi'n mynd trwy'r broses hunanasesu, efallai y byddwch chi hefyd yn mynd ati trwy'r lens cymhwysedd diwylliannol ar yr un pryd”.*

Un o'r prif themâu a ddaeth i'r amlwg ar bob cam o'r gwerthusiad oedd pwysigrwydd cael adnoddau pwrpasol i yrru'r gwaith hwn yn ei flaen a chynnig cymorth diduedd, hyblyg, gwybodus a brwdfrydig i sefydliadau wrth iddynt fynd ar eu taith sy'n ystyriol o drawma. Mae darparwyr gwasanaethau dan bwysau ac ar unrhyw adeg yn ceisio ymateb i lu o wahanol gynlluniau, blaenoriaethau a heriau polisi. Fel y cyfryw, mae angen iddynt allu galw ar arweiniad, cyngor ac adnoddau i strwythuro eu gwaith a'u helpu i gynnal momentwm. Mae angen cyfleoedd arnynt hefyd i gyfarfod ag eraill sy'n mynd drwy'r un broses ac mae angen hwyluso'r dimensiwn cydweithredol hwn. Roedd y galwadau ar Hyb ACE Cymru i barhau â'u gwaith yn y maes hwn felly yn ddiffuant ac o'r galon.

## **Canlyniad 6 - Galluogi'r gweithlu i gysylltu â sectorau eraill sy'n ystyriol o drawma i gynorthwyo datblygiad ymagwedd system gyfan gyda'r defnyddiwr gwasanaeth yn ganolog**

Mae hon yn agwedd o'r Cynllun Peilot lle teimlai rhanddeiliaid fod cynnydd sylweddol wedi'i wneud. Mae'r Grŵp Cyfeirio Arbenigol a grwpiau'r Gymuned Ymarfer wedi dod â phobl ynghyd i drafod pynciau o ddiddordeb cyffredin a rhannu arfer gorau ar draws gwahanol sectorau a lleoliadau. Mae'n hawdd diystyru gwerth y rhyngweithiadau hyn, ond dyma un o'r

llynynnau o'r Cynllun Peilot y tynnodd rhanddeiliaid sylw ato fel un sydd wedi rhoi'r gwerth a'r ysgogiad mwyaf i'r gwaith.

Mae'n ymddangos bod awydd am ragor o gydweithio rhwng cymheiriaid a gwaith traws-sector ac mae'r Cynllun Peilot wedi chwarae rhan mewn datblygu a sianelu'r brwdfrydedd sy'n amlwg yn bodoli ar draws y sector Camddefnyddio Sylweddau. Edrych ar sut y gellir cynnal hyn a'i ddatblygu ymhellach fydd y cam nesaf.

Mae'r gwaith gyda Byrddau Cynllunio Ardal a rhanddeiliaid strategol eraill hefyd wedi helpu i ddatblygu gwell dealltwriaeth o sut y gellir gwreiddio ymarfer sy'n ystyriol o drawma ar lefel system gyfan. Gyda rhai Byrddau Cynllunio Ardal bellach yn trafod y dull gweithredu â darparwyr gwasanaethau ac yn dechrau cyflwyno disgwyliadau ymarfer sy'n ystyriol o drawma i feini prawf comisiynu, mae'n amlwg bod newid mewn uchelgais yn digwydd. Gellir gweld cyflwyno'r Fframwaith Trawma hefyd fel datganiad polisi cadarn gan Lywodraeth Cymru ac eraill ar y cyfeiriad teithio, a ddylai ddangos i sectorau allweddol fod hwn yn faes sydd yma i aros a bod angen ei ystyried yn ofalus.

Ar y cyfan, er i'r Cynllun Peilot gymryd peth amser i adeiladu momentwm a bod ymgysylltiad uniongyrchol â'r Pecyn Cymorth wedi bod yn gymedrol, mae effaith ehangach y gwaith wedi bod yn gadarnhaol ac yn arwyddocaol. Mae rhagor o eglurder yn dechrau dod i'r amlwg ynghylch yr hyn y mae bod yn sefydliad SM ystyriol o drawma yn ei olygu, a'r hyn a ddisgwylir gan sefydliadau wrth iddynt ddechrau ar y broses o ddatblygu a gwreiddio eu hymagwedd. Soniodd nifer o randdeiliaid am sut mae'r sgwrs bellach wedi symud ymlaen, gydag ACEau a Thrawma yn dod yn rhan gynyddol o drafodaethau bob dydd ynghylch polisi ac ymarfer. Er mai megis dechrau y mae'r broses hon o hyd, mae momentwm cadarnhaol yn cynyddu ac mae gwaith Hyb ACE Cymru wrth gyflwyno'r Cynllun Peilot hwn wedi gwneud cyfraniad pwysig at y cynnydd hwnnw.

Yn hollbwysig, mynegodd rhanddeiliaid y farn eu bod am barhau i ymgysylltu â thîm ACE Hub Cymru ac y byddent yn croesawu unrhyw gymorth ychwanegol y gallant ei gynnig. Mae hyn yn tynnu sylw at y potensial ar gyfer datblygu rôl Canolfan ACE Cymru a chyflunio strwythur cymorth sy'n gallu meithrin dull system gyfan o ymdrin ag ymarfer sy'n ystyriol o drawma. Yn ogystal, pan ofynnwyd iddynt ynghylch gwrthffeithiol yr hyn a fyddai wedi digwydd heb ymyrraeth y Cynllun Peilot hwn, roedd yr holl randdeiliaid yn ddiamwys yn eu hasesiad na fyddai unman yn agos at gymaint o gynnydd na momentwm wedi'i gyflawni yn y sector Camddefnyddio Sylweddau heb y cymorth hwn a dargedwyd. *"Fydden ni ddim lle rydyn ni heb waith caled y tîm. Maent wedi datblygu diddordeb a momentwm ac mae'r broses yn llawer mwy aeddfed nawr"*.

### **Dangosyddion Llwyddiant**

Wrth ystyried canlyniadau'r Cynllun Peilot, sydd ar y cyfan yn tueddu i fod yn fwy hirdymor eu natur, fe wnaethom hefyd ofyn i randdeiliaid am ddangosyddion llwyddiant tymor byr posibl ar gyfer y cynllun peilot. Mae hwn yn gwestiwn y mae Hyb ACE Cymru hefyd wedi ceisio ei archwilio yn ystod y Cynllun Peilot – gan wahodd y Grŵp Cyfeirio Arbenigol a'r Gymuned

Ymarfer i drafod y thema yn ystod cyfarfodydd. I lawer, nid yw hwn wedi bod yn gwestiwn hawdd i'w ateb, gan fod teimlad bod angen i chi fynd drwy'r broses cyn y gallwch gael syniad o sut beth fydd llwyddiant. Felly, wrth i ragor o sefydliadau ymgysylltu â'r Pecyn Cymorth, y mwyaf o ddysgu a ddaw i'r amlwg a'r hawsaf fydd hi i ddiffinio dangosyddion clir.

Serch hynny, mae'r rhan fwyaf o randdeiliaid yn dal i deimlo y byddai gwneud gwaith ychwanegol i ddatblygu canlyniadau llwyddiant byddai canlyniadau dangosyddion/canolradd yn fuddiol. Roedd yr awgrymiadau a gyflwynwyd gan randdeiliaid yn tueddu i ymwneud â chynnydd cymedrol y gellir ei weld – felly gweld mwy o sefydliadau'n cymryd rhan yn y sgwrs, cynnydd graddol yn y nifer sy'n manteisio ar y Pecyn Cymorth, cynnydd cyson ar fynd i'r afael â pharthau, parhad o waith Hyb ACE Cymru, etc.

I'r rhan fwyaf o'r Rhanddeiliaid fodd bynnag, y prawf terfynol (neu ddangosydd llwyddiant) ar gyfer y gwaith hwn fydd gweld sut y mae o fudd i ddefnyddwyr gwasanaeth terfynol, o ran eu profiad o gael mynediad at wasanaethau, a'u teithiau personol eu hunain. Fel y dywedodd un rhanddeiliad, *“Effaith ddisgwyliedig y gwaith hwn fyddai creu gwasanaeth mwy hyblyg, sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn ac sy'n cydymdeimlo â'r heriau y mae unigolion yn eu hwynebu a'r rôl y gall trawma ei chwarae yn rhai o'r ymddygiadau y mae pobl yn eu cyflwyno”*.

Er y bydd yn sicr yn cymryd amser i waith ar Becyn Cymorth TrACE ddod yn rhan annatod o'r gwaith a sicrhau manteision sylweddol i ddefnyddwyr gwasanaethau, mae sefydliadau eisoes yn gweld 'egin gwyrdd' o'r gwaith y maent eisoes wedi'i wneud. Er enghraifft, soniodd un darparwr gwasanaeth am sut yr oedd dull mwy ystyriol o drawma wedi cynorthwyo newid cadarnhaol yn un o'u cleientiaid, *“Mae gennym ni ddefnyddiwr gwasanaeth sydd wedi bod trwy ddadwenwyno saith gwaith. Maent wedi rhoi cynnig ar bob math o ddulliau gwahanol ac nid oeddent yn gweithio. Fodd bynnag, ers hynny rydym wedi anfon y person hwnnw at seicolegydd ac mae wedi cael diagnosis o PTSD, wedi cael CBT, ac mae bellach oddi ar y cyffuriau. Mae hynny'n dangos potensial y ffordd hon o weithio. Gadewch i ni edrych ar beth yw'r opsiynau, ystyried y dystiolaeth, a gofyn i ddefnyddwyr gwasanaethau beth sydd ei eisiau arnynt/beth sy'n helpu”*.

Roedd rhai enghreifftiau eraill o sylwadau gan randdeiliaid ar ddangosyddion llwyddiant posibl yn cynnwys:

- “Byddai cael ymarfer ystyriol o drawma ar agenda gwasanaethau Camddefnyddio Sylweddau yn ddechrau cadarn. Byddai'n llwyddiant iddyn nhw fyfyrion ar hyn.”
- “Tynnu rhywfaint o ddysgu allan a gwneud rhai newidiadau cadarnhaol sy'n bwydo i mewn i wasanaethau gwell – sef y nod yn y pen draw”
- “Os gallwn ddangos a dangos tystiolaeth o rai egin gwyrdd go iawn gan y sefydliadau sydd wedi ymuno, bydd hynny'n helpu i ddod â rhagor o bobl ar y daith gyda ni.
- “Os gallwn ni gael grŵp cryf at ei gilydd sy'n hyrwyddo'r gwaith hwn, bydd hynny'n creu mudiad pwerus dros newid”
- “Rhagor o bobl/sefydliadau yn cymryd rhan yn y Pecyn Cymorth”
- “Os gallwn ddangos bod y Gwaith Grŵp wedi cael ei gynnal”

- “Gallai rôl y Comisiynwyr fod yn ddiddorol iawn yma – sut y gellir eu helpu i greu deinamig lle mae’r ffordd hon o weithio’n cael ei gwreiddio?”
- “Gwasanaethau perthynol – gwneud yn siŵr ein bod yn darparu hyfforddiant a chymorth sy’n cyd-fynd yn dda â sectorau cysylltiedig eraill – digartrefedd, cyfiawnder troseddol, ac ati.”
- “Os yw defnyddwyr gwasanaeth yn dweud wrthym fod gwasanaethau’n gwella. Dyddiau cynnar, ond mae’n rhaid mai dyma’r mesur llwyddiant yn y pen draw”
- “Byddai sefydliadau sy’n cwblhau’r hunanasesiad yn gam cyntaf pwysig iawn. Os cymerant olwg onest, 360 ar eu sefyllfa bresennol, mae hynny’n sylfaen wych ar gyfer rhagor o waith. Byddai hynny’n gyraeddadwy ac yn fesuradwy”
- “Ymrwymiad parhaus gan Lywodraeth Cymru i gynnal momentwm”.
- “Nodi pa adnoddau sydd ar gael i helpu’r sefydliadau hynny ar lawr gwlad i gynnal cynnydd”
- “Mae sefydliadau peilot yn dangos newidiadau yn y ffordd y maent yn gweithredu ac yn dangos eu bod yn gallu nodi lle mae angen iddynt wneud rhagor, a bod hyn yn digwydd wedyn”
- “Gallai’r canlyniad craidd fod yn rhagor o sefydliadau wedi ymrwymo i wneud hyn heb ICC”.

Yn yr adran nesaf rydym yn ystyried gwersi allweddol sydd wedi dod i’r amlwg o’r Cynllun Peilot ac unrhyw awgrymiadau ynghylch blaenoriaethau a phwyntiau pwyslais wrth symud ymlaen.

## 7. Gwersi Allweddol a Chamau nesaf

Rhan ganolog o'r sail resymegol ar gyfer Cynllun Peilot Pecyn Cymorth TraCE ar Gamddefnyddio Sylweddau oedd cynhyrchu dysgu ac adborth ar y Pecyn Cymorth ac ystyried y ffordd orau o gefnogi ac ymgorffori ymarfer ystyriol o drawma ar draws y sector. Er mai ymyriad byr fu hwn, mae'r profiad wedi helpu i nodi rhai pwyntiau dysgu pwysig ac wedi ysgogi myfyrio ar yr hyn sydd angen digwydd nesaf.

### Y Pecyn Cymorth a'r broses gymorth

Mae'r sefydliadau hynny sydd wedi gweithio neu ymgysylltu â Phecyn Cymorth TrACE yn teimlo ei fod yn adnodd defnyddiol sy'n addas at y diben ac yn darparu mecanwaith defnyddiol ar gyfer myfyrio a chynllunio. Wedi dweud hynny, mae Hyb ACE Cymru yn cydnabod y gallai'r Pecyn Cymorth elwa o gael ei ddiweddarau yn unol â dysgu ac adborth a bydd angen ei fireinio'n barhaus. Cynigiodd rhanddeiliaid amrywiaeth o awgrymiadau ar sut y gellid cryfhau'r adnodd yn y dyfodol, ac mewn rhai achosion mae Hyb ACE Cymru eisoes yn gweithio ar hyn.

Roedd lefelau ymgysylltu â'r Pecyn Cymorth yn gymedrol ac roedd ymdeimlad bod rhai sefydliadau wedi bod yn amharod i gamu ymlaen o bryder nad oedd ganddynt y capasiti, neu oherwydd eu bod yn ansicr ynghylch yr hyn a ddisgwylir ganddynt. Er bod cyfyngiadau capasiti wrth gwrs yn broblem wirioneddol, efallai bod rheoli disgwyladau yn rhywbeth y mae angen ei ystyried hefyd. Er bod Hyb ACE Cymru yn derbyn y bydd taith TrACE yn cymryd amser ac yn broses raddol, maent yn teimlo efallai nad yw'r neges hon wedi cyrraedd digon ar draws y sector. O ystyried y thema hon, dywedodd un aelod o dîm Hyb ACE Cymru, *“Efallai y bu diffyg dealltwriaeth o'r hyn y mae'n ei olygu, ac efallai bod hyn wedi dychryn pobl. Mae hyd yn oed pobl ar y Grŵp Cyfeirio Arbenigol wedi cymryd nifer o gyfarfodydd i ddeall y cysyniad ac mae wedi cymryd amser i'r bwlb golau ddiiffodd. Mae hyn yn rhywbeth i ni fyfyrio arno o ran sut rydyn ni'n esbonio'r pethau hyn”*.

Mae'n bosibl felly fod angen rhagor o sicrwydd bod hon yn broses wirfoddol, gydweithredol a graddol, yn hytrach na rhywbeth sy'n mynd i gael ei gorfodi a'i defnyddio fel sail i farnu sefydliadau. Dylai nodi, mynd i'r afael ag unrhyw bryderon a allai fod gan sefydliadau am y broses, a mynd i'r afael â hwy, helpu i feithrin ymgysylltiad cadarnhaol dros amser. Dylai cyflwyno'r Fframwaith Trawma helpu yn hyn o beth hefyd, gan ei fod yn dangos ymrwymiad ar lefel strategol a pholisi.

Yn gysylltiedig â chyfyngiadau capasiti, amlygodd un sefydliad darparwr gwasanaeth drosiant staff fel her ychwanegol i gynnydd. Gall hyn weithiau arwain at golli momentwm a gwybodaeth, ac mae trosiant staff yn broblem wirioneddol i'r sector cyfan. Codwyd y cwestiwn, *“Sut allwn ni ymgorffori arfer pan fo'r wynebau'n newid mor aml?”*

O ran y Pecyn Cymorth fel adnodd, teimlwyd bod angen uwchraddio rhywfaint o'r iaith, yn enwedig yn sgil cyflwyno'r Fframwaith Trawma. Yn yr un modd, roedd galwadau am ganllawiau ychwanegol i sefydliadau wrth iddynt ymgymryd â'r broses. Roedd darparu



enghreifftiau o'r mathau o dystiolaeth y gellir ei defnyddio yn thema gyffredin, a mynegodd rhanddeiliaid ddiddordeb mewn cael syniadau, astudiaethau achos, neu dempledi o sut yr oedd sefydliadau eraill wedi mynd ati i wneud y gwaith, er mwyn eu helpu i lunio eu hymdrechion eu hunain. Mae'r mater hwn ynghylch yr angen am adnoddau ychwanegol eisoes wedi'i gydnabod gan dîm Hyb ACE Cymru ac maent wedi bod yn gweithio ar rai canllawiau newydd ynghylch polisïau i fynd i'r afael â'r pryderon hynny.

Mae'n werth nodi bod rhai rhanddeiliaid wedi mynegi rhywfaint o betruster neu bwyll ynghylch cyhoeddi enghreifftiau a thempledi, gan y teimlwyd y gallai hyn arwain sefydliadau i gopïo eraill yn unig, a fyddai'n tansilio gwerth y broses hunanfyfyrion a chynllunio. Fodd bynnag, derbyniwyd pe bai'n cael ei wneud yn synhwyrol a'i fframio'n gywir, y gallai wneud y broses yn haws i sefydliadau.

Fel gydag unrhyw brosiect, cafwyd rhai sylwadau ar wersi ymarferol, megis yr angen i fynd i'r afael â materion TG sy'n atal sefydliadau Peilot rhag anfon dogfennau draw i Hyb ACE Cymru i'w hadolygu. Mae'r rhain wedi'u dwyn i sylw Hyb ACE Cymru ac yn cael sylw, ond mae'r enghraifft yn amlygu sut y gall mân faterion technegol achosi rhwystredigaeth ac arafwch weithiau.

Roedd pwynt cyffredin arall o sgysiau yn ymwneud ag a oedd angen cysylltu proses y Pecyn Cymorth yn ffurfiol â rhyw fath o farc ansawdd neu statws achredu 'ystyriol o drawma'. Roedd barn gymysg ar y mater hwn, ond teimlai sawl rhanddeiliad, o ystyried y gwaith dan sylw, y dylai sefydliadau gael rhywfaint o gydnabyddiaeth am eu hymrwymiad a'u hymdrechion. Ar lefel ymarferol, dadleuodd sefydliadau y byddai hyn yn caniatáu iddynt ddangos dystiolaeth o'u dull gweithredu wrth gael sgysiau â chyllidwyr a chomisiynwyr, heb orfod adrodd eu stori dro ar ôl tro o'r dechrau.

Roedd rhanddeiliaid eraill yn fwy gofalus ynglŷn â'r syniad hwn, gan gwestiynu pwy fyddai'n 'sicrhau ansawdd' y broses (gan nad yw Hyb ACE Cymru wedi'i sefydlu nac â'r adnoddau i wneud hynny) a sicrhau bod sefydliadau'n cynnal eu safonau dros amser. Roedd pryder hefyd y gallai marc ansawdd fod yn groes i ethos y dull, sy'n ymwneud ag ymrwymiad parhaus sy'n esblygu, yn hytrach na phroses sy'n arwain at gyrchfan derfynol. Mae'n amlwg bod pwyntiau dilys ar ddwy ochr y ddadl hon, felly mae hwn yn bwnc y bydd angen ei ystyried yn ofalus ymhellach fel rhan o gynlluniau'r Pecyn Cymorth yn y dyfodol. Mae hefyd yn werth nodi bod y Safonau Craidd Cenedlaethol ar gyfer Gwasanaethau Camddefnyddio Sylweddau yn cael eu hadolygu ar hyn o bryd gan Lywodraeth Cymru. Mae'r rhain yn debygol o osod disgwyliadau cryfach ynghylch arfer sy'n seiliedig ar drawma a bydd y Pecyn Cymorth yn darparu mecanwaith i sefydliadau weithio tuag at y safonau hynny. Gallai hyn yn ei dro ysgogi ymgysylltiad cryfach â'r Pecyn Cymorth dros amser.

Mae'r pwynt am gydnabyddiaeth a sut rydych chi'n dangos dystiolaeth o gynnydd yn cysylltu â sgwrs ehangach am yr angen i ddatblygu dangosyddion llwyddiant ar gyfer y Pecyn Cymorth. Mae Hyb ACE Cymru eisoes yn edrych ar y mater hwn ac yn gobeithio dod â rhanddeiliaid ynghyd i gydgynhyrchu dangosyddion sy'n ddigon cynnil a hyblyg i adlewyrchu'r gwahanol

ffyrdd y gall dulliau gweithredu sy'n ystyriol o drawma sicrhau buddion ar draws parthau, ac i ddefnyddwyr gwasanaeth terfynol.

Hyd yn oed heb y dangosyddion llwyddiant ffurfiol hyn, mae'r sefydliadau Peilot wedi gallu nodi manteision cadarnhaol o'r profiad, ac mae angen rhannu a dathlu'r llwyddiannau hyn yn briodol. Er enghraifft, dywedodd un sefydliad Peilot, *"Mae rhagor o waith o'n blaenau a bydd yn ddull cyson a chynyddrannol. Mae'n ymwneud â chael llawer o sgysiau ar draws y sefydliad. Beth bynnag yr wyf yn ei wneud yn awr - mae yno, boed hynny'n datblygu gwasanaeth newydd, neu'n gwneud cais am gontract newydd - rwyf bob amser yn ystyried yr ongl ymarfer sy'n ystyriol o drawma. Mae'n brawf yr ydym yn dechrau ei gymhwyso fwyfwy ac mae hwnnw'n newid cadarnhaol"*.

### **Ystyriaethau Strategol a Pholisi**

Ar lefel Polisi/Strategol, roedd galwadau am fwy o eglurder gan Lywodraeth Cymru (a rhanddeiliaid strategol eraill) ar y cyfeiriad teithio cyffredinol a sut mae arfer sy'n ystyriol o drawma yn cyd-fynd â blaenoriaethau eraill. Mae sefydliadau'n gwybod bod angen ymrwymiad parhaol difrifol i ymgorffori ymarfer sy'n ystyriol o drawma; felly, mae angen iddynt fod yn hyderus bod hyn yn mynd i fod yn rhan o bolisi ac arfer am flynyddoedd i ddod. Yn yr un modd byddai negeseuon clir a chyson gan Fyrddau Cynllunio Ardal yn atgyfnerthu'r hwb hwn ar lefel leol ac yn meithrin ymrwymiad gan ddarparwyr gwasanaethau.

Mae cyflawni ymagwedd system gyfan/ar draws sectorau yn mynd i gymryd cydlynu gofalus a llawer o waith caled. Unwaith eto, galwodd rhanddeiliaid ar Lywodraeth Cymru i arwain yn hyn o beth, gan ddefnyddio ei phwerau cynnull i wneud y cysylltiadau angenrheidiol a darparu 'ysgogiadau' priodol ar y camau cywir o'r broses. Er bod rhywfaint o amrywiaeth o ran ymarfer yn anochel (ac o bosibl yn ddymunol), bydd sicrhau cysondeb eang hefyd yn bwysig. Mae Llywodraeth Cymru yn adrodd eu bod eisoes wedi bod yn siarad yn frwd ag Arweinwyr y Trydydd Sector ar y ffordd orau o ddatblygu a gwreiddio ymarfer sy'n ystyriol o drawma. Nodwyd hefyd ei bod yn y broses o gwblhau'r Safonau Craidd Cenedlaethol diwygiedig ar gyfer Gwasanaethau Camddefnyddio Sylweddau, a fydd yn rhoi cyfle ychwanegol i nodi'n glir ddisgwyliadau ar sefydlu ymarfer sy'n ystyriol o drawma.

Crybwyllwyd rôl hanfodol comisiynwyr dro ar ôl tro yn ystod y gwerthusiad. Mae'r Grŵp Cyfeirio Arbenigol bellach wedi datblygu momentwm cadarnhaol ac mae gwaith yn mynd rhagddo ar draws gwahanol feysydd i ddatblygu ymarfer a dysgu cadarnhaol. Byddai meithrin y cynnydd hwn ac annog perthnasoedd adeiladol a chydweithredol rhwng comisiynwyr a darparwyr gwasanaethau yn debygol o fod yn bwynt ffocws ffrwythlon wrth symud ymlaen. Wrth fyfyrio ar yr hyn a gyflawnwyd yn y Grŵp Cyfeirio Arbenigol, dywedodd un rhanddeiliad, *"Mae strwythur y Grŵp Cyfeirio Arbenigol wedi bod yn wych i gychwyn y sgwrs â Byrddau Cynllunio Ardal. Mae'r gwaith yn ein Hawdurdod Lleol yn gadarnhaol iawn ac mae'n dangos sut y gall pobl gymryd y Pecyn Cymorth a'i roi ar waith yn eu ffordd eu hunain"*.

Wrth edrych i'r dyfodol, mae'n ymddangos bod cefnogaeth gyffredinol i feini prawf comisiynu i roi sylw cynyddol i ystyriaethau sy'n ystyriol o drawma, a nododd rhanddeiliaid eu bod eisoes

yn dechrau gweld trawma yn cael ei grybwyll yn fwy penodol mewn manylebau tendro. Fodd bynnag, mae rhanddeiliaid yn gobeithio y gellir gwneud y broses hon yn raddol, yn gyson ac ar y cyd â darparwyr gwasanaethau. Hefyd, dadleuwyd ganddynt fod angen rhagor o eglurder ynghylch y ffordd orau o ddangos tystiolaeth o ymarfer sy'n ystyriol o drawma i Gomisiynwyr mewn ffordd gadarn a chyson.

### **Dysgu ar y Cyd a Chydweithio**

Mae meithrin cydweithredu a darparu cyfleoedd i sefydliadau rannu dysgu hefyd yn debygol o fod yn ganolog i gynnydd parhaus. Mae hon yn agwedd ar y Cynllun Peilot y teimlai rhanddeiliaid ei bod wedi gweithio'n dda ac wedi ychwanegu llawer o werth. Roedd presenoldeb da yn y Grŵp Cyfeirio Arbenigol a'r grwpiau Cymunedol Ymarfer ehangach ac roeddent wedi datblygu momentwm cadarnhaol erbyn diwedd y Cynllun Peilot. Fodd bynnag, cymerodd beth amser i'r Grŵp Cyfeirio Arbenigol ymsefydlu a deall y rôl a ddisgwylied ganddo. Yn ogystal, ni lwyddodd y Fforwm Darparwyr arfaethedig i gael gafael mewn pethau. Gan fyfyrion ar rai o'r gwersi a ddeilliodd o'r gwaith ymgysylltu hwn, pwysleisiodd rhanddeiliaid bwysigrwydd cael y bobl gywir i gymryd rhan ar y lefel gywir, gan mai dim ond wedyn y bydd gennych bobl yn cyfrannu'n ystyrlon, a bydd gennych yr awdurdod i wneud i bethau ddigwydd. Roedd hon yn broblem â'r Fforwm Darparwyr yn benodol, a phe bai'r broses hon yn cael ei rhedeg eto, byddai tîm Hyb ACE Cymru yn rhoi ffocws mwy ar boblogi'r grŵp hwnnw'n gywir.

Roedd hefyd yn amlwg fod rhanddeiliaid yn arbennig yn gwerthfawrogi cyfleoedd i ddysgu o brofiadau sectorau eraill. Mae'n ymddangos bod cynllun generig y Pecyn Cymorth yn addas ar gyfer dysgu traws-sector, oherwydd er y gall sectorau unigol wynebu problemau neu heriau penodol, mae proses gyffredinol TrACE yr un fath, gan ganiatáu myfyrion ystyrlon ar sut mae gwahanol sectorau'n ymdrin â'r gwaith. Mae'n debygol y byddai'n fuddiol ystyried sut y gall y dull traws-sector hwn ddod yn fwy integredig yn y dyfodol.

### **Ffactorau Llwyddiant**

Nodwyd mater sicrhau ymrwymiad ar y lefel gywir fel ffactor llwyddiant allweddol, gyda rhanddeiliaid yn nodi ei bod yn hollbwysig nodi hyrwyddwyr priodol i arwain a bywiogi'r broses ar lefel sefydliadol. Mae Hyb ACE Cymru felly yn awyddus i sicrhau cefnogaeth gryfach gan Brif Weithredwyr ac Uwch Reolwyr i hybu ymgysylltiad ymhellach.

Roedd buddsoddi digon o amser ac ymdrech yn y rhestr wirio parodrwydd gychwynnol a'r broses hunanasesu yn ffactor arall y teimlwyd ei fod yn allweddol i lwyddiant. Bu un sefydliad sydd wedi bod drwy'r broses yn myfyrion ar bwysigrwydd myfyrion a chynllunio effeithiol, *“Gall y gwaith deimlo'n llethol pan edrychwch ar y llenyddiaeth am y tro cyntaf – mor bwysig yw buddsoddi rhywfaint o amser meddwl ymlaen llaw ac yna torri'r gwaith i lawr i dalpiau i dasgau mwy hylaw. Nid ymarfer gorchwyl a gorffen mo hwn – mae angen ymrwymiad parhaus”*.

Fodd bynnag, nododd staff Hyb ACE Cymru nad oedd pob sefydliad wedi llwyr werthfawrogi pwysigrwydd y camau hyn, gan ddweud, *“Heb y rhestr wirio parodrwydd, mae pobl yn dechrau*

*gweithio ar beuoedd cyn mynd i drafferthion yn anochel, oherwydd nad ydynt wedi ystyried nac wedi delio â'r strwythurau mewnol/ wedi gwneud y meddwl/wedi mabwysiadu hynny. Mae angen i hon fod yn broses sy'n mynd i'r afael â diwylliant sefydliadol, ac mae angen proses fyfyrrio a pharodrwydd lawn cyn i chi ddechrau - fel arall yn debygol o fethu".* Wrth ystyried sut i ddatrys hyn, cwestiynodd y tîm a allai fod yn fuddiol bod yn fwy llym wrth gael pobl i gymryd yr hunanasesiad cyn y gallant gael mynediad at gymorth neu hyfforddiant. Mae ymagwedd debyg â phartneriaid Addysg Bellach wedi arwain at gyfraddau cwblhau hunanasesiad yn codi o 23% i 77%, felly mae'n amlwg yn opsiwn sy'n haeddu rhagor o ystyriaeth. Mae'r tîm hefyd yn adolygu'r canllawiau i roi rhagor o bwyslais ar y rhestr wirio parodrwydd.

Roedd canolbwyntio'r gwaith ar lefel sefydliadol hefyd yn ganolog i fodel y Pecyn Cymorth, ond eto, nododd Hyb ACE Cymru nad yw pob sefydliad wedi gwerthfawrogi hyn. Gan fod rhai sefydliadau'n rhedeg darpariaethau gwasanaeth ar wahân mewn gwahanol rannau o Gymru (gydag adnoddau gan dimau staff gwahanol), mae risg y gallai gwaith gael ei ddatblygu mewn ffordd dameidiog neu anghyson, oni bai bod ymarfer sy'n ystyriol o drawma yn cael ei ystyried ar lefel sefydliadol. Mae'n rhaid felly rhoi blaenoriaeth i atgyfnerthu'r neges hon i randdeiliaid yn y dyfodol.

Ffactor llwyddiant arall a nodwyd gan randdeiliaid oedd pwysigrwydd sefydlu gweithgor o fewn sefydliad i ymgymryd â'r broses fyfyrrio a chynllunio, yn hytrach na disgwyl i un neu ddau o unigolion gyflawni'r gwaith. Mae adeiladu gweithgor cydweithredol yn helpu i ddod ag arbenigedd a mewnbwn i mewn o bob rhan o'r sefydliad ac yn darparu sylfaen lawer cryfach ar gyfer cyflawni newid system gyfan cynaliadwy.

Awgrymodd rhai rhanddeiliaid hefyd y gallai fod rhai manteision o fynd i'r afael â rhai meysydd TrACE cyn eraill, gan edrych ar yr hyn sy'n gyraeddadwy yn y tymor byr ac yna ailedrych ar feysydd gwaith mwy cymhleth unwaith y bydd momentwm wedi adeiladu o amgylch y broses. Er enghraifft, dadleuodd un sefydliad Peilot y byddai'n well gadael y pau Polisi tan yn ddiweddarach yn y broses gan fod hynny'n caniatáu i'r sefydliad ddatblygu ei ddealltwriaeth cyn ceisio addasu polisiau. Er nad oes angen rhagnodi archeb sefydlog ar gyfer y gwaith hwn, efallai y byddai'n fuddiol rhannu'r hyn a ddysgwyd am y pwnc hwn a'i archwilio ymhellach wrth i ragor o sefydliadau fynd drwy'r broses. Dadleuodd sefydliad arall y gall proses y Pecyn Cymorth fod yn fwy beichus i sefydliadau mwy, o ystyried maint a chymhlethdod eu gweithrediadau. Wedi dweud hynny, efallai y bydd gan sefydliadau mwy o faint fwy o gapasiti ac adnoddau i wneud y gwaith, felly mae'n debygol fod y berthynas rhwng maint, gallu a chymhlethdod y sefydliad yn fwy cynnil ac mae'n debygol y byddent yn elwa o ystyriaeth ychwanegol wrth i ragor o ddysgu ddod i'r amlwg.

Gallai ystyriaeth ychwanegol o ffactorau llwyddiant allweddol roi cipolwg ar sut i ddatblygu adnodd y Pecyn Cymorth a pha ganllawiau y gellir eu cynnig ar sicrhau bod y broses yn llwyddo.

### **Datblygu Hyfforddiant a Sgiliau**

Mae gan hyfforddiant ran bwysig i'w chwarae o ran uwchsgilio'r gweithlu a chodi ymwybyddiaeth ac ymgysylltu ag arfer sy'n ystyriol o drawma. Mae'n ymddangos bod y model 'hyfforddi'r hyfforddwr' wedi cael derbyniad da, ac mae tîm Hyb ACE Cymru wedi cydnabod yr angen i ailedrych ar adnoddau hyfforddi i adlewyrchu'r Fframwaith Trawma a datblygiadau ehangach yn well. Nododd tîm Hyb ACE Cymru, *"Mae gweithio gyda phecyn hyfforddi sydd wedi dyddio wedi bod yn rhwystr. Roedd yn canolbwyntio ar y defnyddiwr gwasanaeth, yn hytrach nac ar lefel sefydliadol. Datblygwyd yr hyfforddiant cyn y Pecyn Cymorth a'r fframwaith, a phe bai wedi digwydd y ffordd arall, byddai wedi'i gynllunio mewn ffordd wahanol. Mae popeth bellach wedi esblygu"*.

Mae nifer o sefydliadau hefyd wedi datgan bod ganddynt ddi-ddordeb mewn hyfforddiant mwy arbenigol, a fydd yn gofyn am fewnbwn gan Straen Trawmatig Cymru (TSW) sy'n gyfrifol am yr haen hyfforddi hon. Pwysleisiodd rhanddeiliaid bwysigrwydd sicrhau bod darpariaeth wedi'i chysylltu a'i chydgyssylltu'n briodol, a fydd yn gofyn am ryngweithio agos rhwng Hyb ACE Cymru a Straen Trawmatig Cymru. Awgrymodd rhai y gallai Llywodraeth Cymru roi arweiniad ychwanegol yn hyn o beth, gan weithio gyda rhanddeiliaid allweddol i sicrhau bod y dirwedd trawma yng Nghymru wedi'i halinio'n briodol ac wedi'i hanelu at gyflawni uchelgeisiau'r Fframwaith Trawma.

Cydnabyddir hefyd fod y sector Camddefnyddio Sylweddau yn fwy na dim ond y darparwyr trydydd sector a'r Byrddau Cynllunio Ardal yr ymgysylltwyd a hwy drwy'r Peilot. Byddai ehangu cyrhaeddiad a rhyngweithio â chydweithwyr yn y GIG, gwasanaethau Iechyd Meddwl, ac ati, yn caniatáu i 'ddull system gyfan' fwy cysylltiedig gael ei hystyried yn briodol. Fel y nododd un rhanddeiliad, *"Mae'r Cynllun Peilot wedi canolbwyntio ar y trydydd sector, ond mae llawer o sefydliadau eraill sy'n darparu gwasanaethau cyffuriau ac alcohol i gleientiaid. Mae angen i Lywodraeth Cymru roi cynnig ar hyn – sut ydym ni'n mynd i ddatblygu dull gweithredu sy'n cynnwys pob system? Er enghraifft, efallai y bydd cleient yn gweithio gyda gwasanaeth sy'n ystyriol o drawma mewn ardal, ac yna'n cael ei atgyfeirio at wasanaeth iechyd nad yw'n ystyriol o drawma. Sut mae cyflwyno hyn mewn ffordd fwy cysylltiedig"*. Unwaith eto, gallai'r cysylltiad rhwng Hyb ACE Cymru, Straen Trawmatig Cymru, Byrddau Cynllunio Ardal, a Llywodraeth Cymru fod yn allweddol i wneud i hyn ddigwydd maes o law.

### **Sylwadau Cyffredinol a Chamau nesaf**

Mae'r Cynllun Peilot hefyd wedi tynnu sylw at y ffaith bod y rhan fwyaf o rhanddeiliaid yn cydnabod bod y broses hon yn mynd i gymryd amser, ac mai dim ond wrth i fwy a mwy o sefydliadau ymgysylltu y bydd ymarfer gorau a dysgu a rennir yn cynyddu wrth i fwy a mwy o sefydliadau ymgysylltu. Mae'r Cynllun Peilot wedi cefnogi'r 'effaith belen eira' hon, ond yn amlwg bydd angen ymdrech barhaus i sicrhau momentwm cadarnhaol. Gyda'r adnodd Pecyn Cymorth wedi'i sefydlu, strwythur cymorth ac ymgysylltu ar waith, a'r Fframwaith Trawma wedi'i gyhoeddi, mae'n ymddangos bod y cynhwysion ar gyfer llwyddiant parhaus yn eu lle.

Gwnaeth rhanddeiliaid y pwynt bod gwaith ar ymarfer sy'n ystyriol o drawma yn aml wedi gorfod cael ei wthio i ymladd â blaenoriaethau eraill a'i wneud fel rhan o ddyletswyddau ehangach. O'r herwydd, roedd galwadau ar i Hyb ACE Cymru, Llywodraeth Cymru a'r

Comisiynwyr fabwysiadu ymagwedd raddol ac amyneddgar at y broses hon. Bydd cydnabod y pwysau hyn hefyd yn helpu i sicrhau bod cymorth wedi'i fframio a'i dargedu'n briodol.

Roedd pwynt ehangach hefyd wedi cael ei wneud ynglŷn â sut mae'r camau gweithredu sy'n tynnu'n ôl o broses y Pecyn Cymorth yn cael eu hariannu a'u cefnogi. Mae angen rheoli disgwyliadau, oherwydd efallai na fydd yn bosibl mynd i'r afael â'r holl gamau gweithredu a nodwyd dros nos. Lle nodir camau gweithredu, mae angen datblygu cynlluniau gweithredu priodol i amlinellu sut y gellir gwneud cynnydd tuag at gwblhau'r gwaith hwnnw - boed hynny'n darparu hyfforddiant neu oruchwyliaeth ychwanegol i staff neu'n ailaddurno gofod defnyddiwr gwasanaeth. Dywedodd un Rhanddeiliad, *“Os oes eisiau newid arnom, yna mae angen i ni gynorthwyo staff a meddwl sut y gellir gwneud hyn mewn ffordd realistig. Yn yr un modd â chyllid cyfalaf, mae angen inni edrych ar yr hyn y gellir ei wneud yn y tymor byr ac yna adeiladu ar hynny. Byddai addo'r byd ac yna peidio â chyflawni yn wrthgynhyrchiol”*.

Yn olaf, mae'n werth cydnabod bod y cymorth a ddarperir gan Hyb ACE Cymru wedi'i ystyried yn effeithiol, a bod rhanddeiliaid yn gwerthfawrogi'n arbennig y wybodaeth sectoraidd, ynghyd â dull amyneddgar a chalonogol. Mae'n ymddangos bod cael swyddog penodedig i arwain y gwaith hwn wedi gwneud gwahaniaeth mawr a'r awydd llethol yw gweld y rôl honno a'r cymorth ehangach a gynigir yn parhau. Mae penderfyniad Hyb ACE Cymru i ymestyn y swydd felly wedi cael derbyniad da ac mae hyn yn dangos bod y gwaith a wnaed hyd yma yn addawol ac yn deilwng o ymrwymiad parhaus. Adeiladu ar y cynnydd hwn a chyflawni newid sylweddol mewn ymgysylltu ddylai fod y nod yn awr.

## 8. Casgliadau ac Argymhellion

Mae Cynllun Peilot Pecyn Cymorth TrACE wedi bod yn ymyriad byr, ond arwyddocaol, sydd wedi cael derbyniad da gan y Sector Camddefnyddio Sylweddau yng Nghymru. Er bod ymgysylltiad â'r Pecyn Cymorth ei hun yn gymedrol, mae gweithgarwch rhwydweithio a chydweithio ehangach wedi llwyddo i adeiladu momentwm o amgylch ymdrechion i wella lefelau dealltwriaeth a datblygu ymdeimlad o sut y dylai sector Camddefnyddio Sylweddau sy'n ystyriol o drawma edrych. Mae'r hyn a ddysgwyd o'r Cynllun Peilot eisoes yn llywio diwygiadau i adnodd y Pecyn Cymorth, canllawiau cysylltiedig, darpariaeth hyfforddiant a gweithgaredd ar lefel leol, a gefnogir gan rwydwaith cynyddol ragweithiol o Fyrddau Cynllunio Ardal.

Mae'n amlwg fod y gwaith a wnaed yn ystod y cynllun peilot wedi'i anelu at gyflawni newidiadau cadarnhaol i ddiwylliant ac ymarfer dros amser. O'r herwydd, mae'r Cynllun Peilot wedi gwneud cyfraniad cadarnhaol at y prif Ganlyniadau a nodwyd yn y briff gwreiddiol, gan ddarparu amrediad o fanteision i randdeiliaid ar bob lefel. Wedi dweud hynny, mae llawer rhagor i'w wneud o hyd ac mae Hyb ACE Cymru (a rhanddeiliaid strategol eraill) yn cydnabod yr angen i adeiladu ar yr hyn sydd wedi'i gyflawni hyd yma a chynllunio'r camau nesaf yn effeithiol. Mae'r penderfyniad i ymestyn rôl Arweinydd y Sector Camddefnyddio Sylweddau yn adlewyrchu pwysigrwydd y gwaith hwn ar gyfer Hyb ACE Cymru ac yn cadarnhau lefel yr addewid y maent yn credu sy'n bodoli ar gyfer cyflawni cynnydd ychwanegol â'r sector hwn.

Mae ymdrechion i hyrwyddo a gwreiddio ymarfer sy'n ystyriol o drawma wrth gwrs yn llawer ehangach na'r sector Camddefnyddio Sylweddau neu Becyn Cymorth TrACE, ac mae'r Fframwaith Trawma wedi cynnig gwell syniad i randdeiliaid o'r cyfeiriad teithio yn y maes polisi ac ymarfer hwn. Roedd cysylltu'r holl feysydd hyn â'i gilydd, sicrhau eglurder y neges, cydlynu gweithgaredd a darparu cyfleoedd ar gyfer cydweithio traws-sector i gyd yn themâu a oedd yn amlwg yn ein sgrysiâu â rhanddeiliaid. Yn hollbwysig, mae cefnogaeth gref i ymarfer sy'n ystyriol o drawma o fewn y sector a chroesawyd ymdrechion Hyb ACE Cymru i hwyluso cynnydd drwy'r Pecyn Cymorth a mecanweithiau eraill. Mae hyn yn cynnig cyfle i fanteisio ar y momentwm a gyflawnwyd hyd yma ac i ddefnyddio'r hyn a ddysgwyd o'r Cynllun Peilot i lywio'r camau nesaf.

Mae'r argymhellion a nodir isod yn cynnig rhai awgrymiadau ar bwyntiau pwyslais.

### Prif argymhellion

1. Parhau i hyrwyddo Pecyn Cymorth TrACE ac adnoddau cymorth priodol ar draws y sector Camddefnyddio Sylweddau yng Nghymru.
2. Mireinio adnodd Pecyn Cymorth TrACE dros amser wrth i ymarfer esblygu ac wrth i ddysgu ddoed i'r amlwg gan sefydliadau wrth iddynt gymhwyso a datblygu'r dull.
3. Sicrhau bod y ddarpariaeth hyfforddiant yn gyfredol, yn addas i'r diben ac wedi'i chydlynu'n dda.

4. Rheoli disgwyliadau a darparu negeseuon clir ar yr hyn a ddisgwylir gan sefydliadau sy'n dewis ymgysylltu â'r Pecyn Cymorth a'r broses ehangach. Dylid rhoi sicrwydd lle y bo'n briodol, ond dylid hefyd ei gwneud yn eglur bod angen adnoddau ac ymrwymiad ar gyfer y gwaith, yn ogystal â 'phrynu i mewn' ar lefel sefydliad cyfan.
5. Gwella'r canllawiau sydd ar gael i sefydliadau wrth iddynt fynd drwy'r broses, gan gynnig yn benodol enghreifftiau, syniadau ac astudiaethau achos o sut mae eraill wedi gwerthfawrogi'r gwaith.
6. Parhau i bwysleisio pwysigrwydd y rhestr wirio parodrwydd a'r offeryn hunanfyfrio. Y meddwl gofalus sy'n mynd i'r camau hyn sy'n helpu sefydliadau i ddatgloi'r mewnwelediadau a'r dysgu sydd eu hangen i gynllunio gweithrediad yn effeithiol.
7. Adeiladu ar lwyddiant y gweithgaredd ymgysylltu a'r strwythurau a sefydlwyd drwy'r Cynllun Peilot. Mae'r Grŵp Cyfeirio Arbenigol a grwpiau'r Gymuned Ymarfer wedi datblygu momentwm cadarnhaol ac yn amlwg mae ganddynt rôl fawr i'w chwarae wrth symud ymlaen. Dylid ystyried y ffordd orau o gynnwys darparwyr yn y broses a sut i wneud y mwyaf o ryngweithio traws-sector.
8. Ystyrir bod dull TrACE yn cyd-fynd yn dda ag egwyddorion ac arferion cydgynhyrchu. Bydd rhagor o ganllawiau a chymorth i sefydliadau ar sut i ddefnyddio'r Pecyn Cymorth yn y modd hwn yn sicrhau bod llais defnyddwyr gwasanaethau'n cael ei gynrychioli'n dda yn y ffordd y mae ymarfer sy'n ystyriol o drawma yn datblygu.
9. Parhau i drafod â Byrddau Cynllunio Ardal a chomisiynwyr gwasanaethau eraill i edrych ar sut y gellir gwreiddio arfer wedi'i lywio gan drawma yn raddol mewn meini prawf tendro a threfniadau gwasanaethau lleol. Dylai hyrwyddo'r gwaith hwn mewn ysbryd o gydweithio fod yn flaenoriaeth.
10. Annog rhanddeiliaid strategol fel Llywodraeth Cymru i roi arweiniad ac eglurder ynghylch y cyfeiriad teithio ar lefel polisi, ac i helpu egluro i sefydliadau sut mae arfer sy'n ystyriol o drawma yn cyd-fynd â blaenoriaethau eraill.
11. Myfyrio ar sut mae gwahanol rannau o dirwedd Trawma Cymru yn cyd-fynd â'i gilydd, â'r bwriad o sicrhau bod yr holl weithgaredd, cyngor a chymorth wedi'u halinio'n dda ac wedi'u cydlynu'n briodol. Bydd ymestyn cyrhaeddiad y gwaith hwn i sectorau allweddol fel y GIG yn ddi-os yn gofyn am ddull cydgysylltiedig ac ystyriol. Heb os, byddai deialog gref rhwng Llywodraeth Cymru, Hyb ACE Cymru a phartneriaid allweddol fel Straen Trawmatig Cymru yn cefnogi'r ymdrech hon.
12. Parhau i roi pwyslais ar system gyfan a dull sefydliadol o ymdrin ag ymarfer sy'n ystyriol o drawma. Mae cefnogaeth gref i symud y gwaith hwn yn ei flaen mewn ffordd gysylltiedig. Bydd negeseuon atgyfnerthu ar bwysigrwydd ymagweddau system/sefydliadol cyfan yn sicrhau bod y neges yn cael ei chyfleu'n ddiamwys.
13. Ystyried y ffordd orau o ddathlu ymrwymiad a chyflawniadau sefydliadau sy'n ymwneud â phroses TrACE. Os yw hyn ar ffurf marc ansawdd, neu'n cael ei wneud ar sail fwy anffurfiol,



mae'n siŵr y bydd rhagor o bwyslais ar ddathlu ymarfer ac effaith dda, yn sicr o fod o fudd i'r mudiad i ymgorffori ymarfer sy'n ystyriol o drawma.

Blw  
Bo.