Wales Centre for Public Policy
Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru

Profiad ymarferol o dlodi ac allgáu cymdeithasol yng Nghymru

Manon Roberts

Medi 2022

www.wcpp.org.uk/cy

Ein Cenhadaeth

Mae Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru yn helpu i wella'r broses o lunio polisïau a gwasanaethau cyhoeddus drwy gefnogi gweinidogion ac arweinwyr gwasanaethau cyhoeddus i gael gafael ar dystiolaeth annibynnol drylwyr am yr hyn sy'n gweithio, a'i roi ar waith. Mae'n gweithio mewn partneriaeth ag ymchwilwyr ac arbenigwyr polisi blaenllaw i gyfuno a defnyddio tystiolaeth sy'n bodoli eisoes a nodi bylchau lle mae angen llunio gwybodaeth newydd.

Mae'r Ganolfan yn annibynnol ar y llywodraeth ond mae'n gweithio'n agos gyda llunwyr polisïau ac ymarferwyr i ddatblygu syniadau newydd ynghylch sut i fynd i'r afael â heriau strategol ym meysydd iechyd a gofal cymdeithasol, addysg, tai, yr economi a chyfrifoldebau datganoledig eraill. Mae'n gwneud y canlynol:

- Cefnogi Gweinidogion Llywodraeth Cymru i nodi, cyrchu a defnyddio tystiolaeth awdurdodol ac arbenigedd annibynnol a all helpu i lywio a gwella polisïau;

- Gweithio gyda gwasanaethau cyhoeddus i gyrchu, llunio, gwerthuso a defnyddio tystiolaeth ynghylch yr hyn sy'n gweithio i fynd i'r afael â'r prif heriau economaidd a chymdeithasol;

- Tynnu ar ei gwaith gyda Gweinidogion a gwasanaethau cyhoeddus i wella dealltwriaeth o'r modd y gall tystiolaeth lywio a gwella'r broses o lunio polisïau a gwasanaethau cyhoeddus a chyfrannu at ddamcaniaethau ynghylch llunio a chyflwyno polisïau.

Drwy secondiadau, lleoliadau PhD a'i rhaglen Prentisiaethau Ymchwil, mae'r Ganolfan hefyd yn helpu i feithrin gallu ymysg ymchwilwyr i gymryd rhan mewn ymchwil sy'n berthnasol i bolisïau sy'n cael effaith.

Am ragor o wybodaeth, ewch i'n gwefan yn **www.wcpp.org.uk**

Cyllidwyr Craidd

Sefydlwyd Prifysgol Caerdydd yn 1883. Wedi'i lleoli mewn prifddinas ffyniannus, mae'n brifysgol uchelgeisiol ac arloesol sy'n benderfynol o feithrin cydberthnasau rhyngwladol cryf gan ddangos ei hymrwymiad i Gymru.

Mae'r Cyngor Ymchwil Economaidd a Chymdeithasol (ESRC) yn rhan o Ymchwil ac Arloesi yn y DU, sefydliad newydd sy'n dwyn ynghyd saith cyngor ymchwil y DU, Innovate UK a Research England i fanteisio i'r eithaf ar gyfraniad pob cyngor a chreu'r amgylchedd gorau i ymchwil ac arloesedd ffynnu.

Llywodraeth Cymru yw llywodraeth ddatganoledig Cymru, sy'n gyfrifol am feysydd allweddol bywyd cyhoeddus, gan gynnwys iechyd, addysg, llywodraeth leol, a'r amgylchedd.

Cynnwys

Crynodeb **4**

Cyflwyniad **5**

Canfyddiadau **6**

Y 12 maes polisi 6

Themâu cyffredinol 14

Beth y gellid ei wneud i wella'r sefyllfa 23

Effaith a gwerth Gweithredu yng Nghaerau a Threlái (ACE) a’r Ganolfan Adeiladu Gweithredu Cymdeithasol (CBSA) 25

Casgliad **27**

Cyfeiriadau **28**

Atodiad 1: Methodoleg **29**

Atodiad 2: Agenda a chanllaw hwyluso **33**

Atodiad 3: Taflen wybodaeth a ffurflen gydsynio i gyfranogwyr **37**

Crynodeb

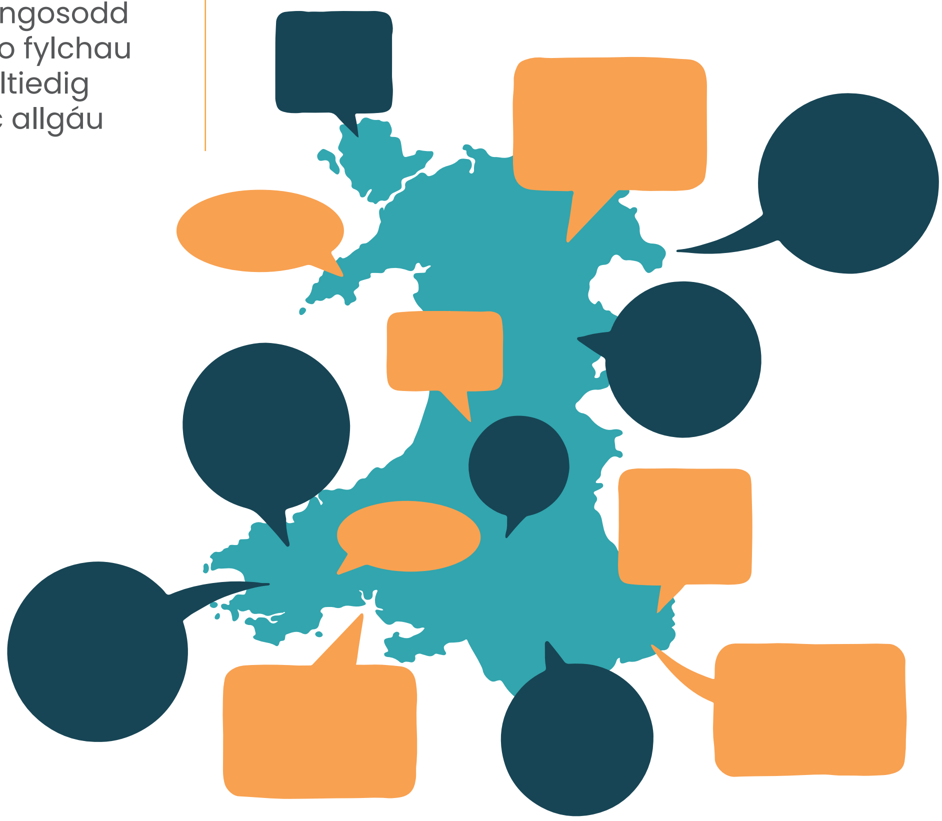
- Mae'r adroddiad hwn yn amlinellu canlyniadau pedwar gweithdy a gynhaliwyd mewn ardaloedd gwahanol yng Nghymru gyda phobl â phrofiad uniongyrchol o dlodi ac allgáu cymdeithasol.
- Mae'r gweithdai'n rhan o brosiect ehangach a gynhaliwyd gan Ganolfan Polisi Cyhoeddus Cymru ar ran Llywodraeth Cymru i gynnal adolygiad o strategaethau, rhaglenni a chamau gweithredu rhyngwladol sy'n ceisio mynd i'r afael â thlodi ac allgáu cymdeithasol.
- Nod y gweithdai oedd cynnal ymarfer ymgysylltu er mwyn sicrhau bod lleisiau heb gynrychiolaeth ddigonol yn cael eu cynnwys mewn prosesau llunio polisïau sy'n ymwneud â thlodi ac allgáu cymdeithasol yng Nghymru, yn hytrach na cheisio ategu'r sylfaen dystiolaeth â data ansoddol ychwanegol.
- Gwahoddwyd cyfranogwyr drwy ddau fudiad yn y trydydd sector, a weithiodd yn uniongyrchol â nhw: Gweithredu yng Nghaerau a Threlái a'r Ganolfan Adeiladu Camau Cymdeithasol.
- Cymerodd cyfanswm o 42 o gyfranogwyr ran yn y gweithdai, a gynhaliwyd ym mis Medi 2021.
- Mae'r canfyddiadau'n dangos bod costau uchel a chynyddol bwyd, nwy a thrydan yn peri anawsterau sylweddol o ran rheoli incwm, gan achosi cryn straen i'r cyfranogwyr.
- Tynnodd cyfranogwyr a oedd yn famau i blant bach sylw at y ffaith bod argaeledd a chost uchel gofal plant yn allweddol i'w profiadau o dlodi ac allgáu cymdeithasol.
- Canolbwyntiodd y trafodaethau ynghylch budd-daliadau ar y farn nad oeddent yn ddigonol i dalu costau byw (cynyddol), a bod prosesau cyfathrebu a gweinyddu budd-daliadau yn ddiangen o gymhleth.
- Dywedwyd bod sefydlu'r system fudd-daliadau yn cymell cyfranogwyr i beidio â chwilio am waith neu gynyddu eu horiau, a bod y ffordd caiff y ei gweinyddu hefyd wedi gwneud i rai cyfranogwyr deimlo eu bod wedi cael eu trin yn annynol.
- Dywedwyd bod y materion hyn, a phrofiad ymarferol o dlodi ac allgáu cymdeithasol yn fwy cyffredinol, yn cael effaith negyddol ar iechyd meddwl a lles.
- Gwnaeth y cyfranogwyr nifer o awgrymiadau o ran yr hyn y gellid ei wneud i wella'r sefyllfa, gan gynnwys addysg ar reoli cyllid mewn ysgolion uwchradd, mwy o gymorth i wneud cais am fudd-daliadau a'u deall, a mwy o gymorth cofleidiol, yn enwedig i ddod o hyd i waith a'i gadw.

Cyflwyniad

Mae'r adroddiad hwn yn amlinellu canlyniadau pedwar gweithdy a gynhaliwyd mewn ardaloedd gwahanol yng Nghymru gyda phobl â phrofiad uniongyrchol o dlodi ac allgáu cymdeithasol. Mae'r gweithdai'n rhan o brosiect ehangach a gynhaliwyd gan Ganolfan Polisi Cyhoeddus Cymru ar ran Llywodraeth Cymru i gynnal adolygiad o strategaethau, rhaglenni a chamau gweithredu rhyngwladol sy'n ceisio mynd i'r afael â thlodi ac allgáu cymdeithasol, er mwyn llywio polisïau yn y maes hwn yn y dyfodol. .

Mae'r adroddiad hwn yn ategu nifer o rai eraill a baratowyd fel rhan o'r prosiect, sy'n cynnwys adolygiadau o strategaethau tlodi ac allgáu cymdeithasol rhyngwladol (Kenway et al., 2022), a rhaglenni ac ymyriadau rhyngwladol (Bucelli a McKnight, 2022a-m). Mae hefyd yn ategu dau adroddiad ar dlodi ac allgáu cymdeithasol yng Nghymru; un sy'n canolbwyntio ar dystiolaeth feintiol ac un arall sy'n canolbwyntio ar dystiolaeth ansoddol eilaidd (Carter, 2022a; 2022b). Dangosodd yr adroddiad ansoddol hwn nifer o fylchau yn y sylfaen dystiolaeth sy'n gysylltiedig â phrofiadau ymarferol o dlodi ac allgáu cymdeithasol.

Oherwydd y nifer bach o gyfranogwyr a gymerodd ran yn y pedwar gweithdy, nid yw'r sampl yn gwbl gynrychioliadol o'r rheini y mae tlodi ac allgáu cymdeithasol yn effeithio arnynt yng Nghymru. Felly, ni all y gweithdai honni eu bod yn grwpiau ffocws wedi'u cynllunio'n gadarn, (ac ni cheisiwyd eu cynllunio felly). Serch hynny, maent yn rhoi cipolwg dwfn ar brofiadau ymarferol o dlodi ac allgáu cymdeithasol yng Nghymru. Felly, nod y gweithdai oedd cynnal ymarfer ymgysylltu er mwyn sicrhau bod lleisiau heb gynrychiolaeth ddigonol yn cael eu cynnwys mewn prosesau llunio polisïau sy'n ymwneud â thlodi ac allgáu cymdeithasol yng Nghymru, yn hytrach na cheisio ategu'r sylfaen dystiolaeth â data ansoddol ychwanegol. Ceir manylion llawn am y fethodoleg yn **Atodiad 1**.



Canfyddiadau

Isod ceir manylion am gynnwys pob un o'r themâu a ddaeth i'r amlwg wrth ddadansoddi'r trawsgrifiadau, ynghyd â dyfyniadau perthnasol. Cyflwynir pob dyfyniad air am air, ac eithrio lle mae gwybodaeth sy'n adnabod unigolion (fel enwau) wedi'i dileu i ddiogelu cyfrinachedd, a lle mae gwybodaeth gyd-destunol wedi'i hychwanegu mewn cromfachau sgwâr i hwyluso dealltwriaeth.

Y 12 maes polisi

Fel yr esboniwyd yn **Atodiad 1**, canolbwyntiodd rhan o drafodaethau'r gweithdai ar 12 maes polisi allweddol sy'n ymwneud â thlodi ac allgáu cymdeithasol.[1] O blith y 12 maes polisi, cyfeiriwyd yn benodol at fwyd, nwy a thrydan,[2] budd-daliadau a gofal plant ym mhob un o'r pedwar gweithdy. Roedd i ba raddau y cyfeiriwyd at y pedwar maes hyn ym mhob gweithdy yn amrywio. Trafodwyd bwyd ym mhob un o'r pedwar gweithdy, ac roedd nwy a thrydan yn thema amlwg iawn yng gweithdai 2, 3 a 4, budd-daliadau yng ngweithdai 2 a 3, a gofal plant yng ngweithdy 2 (mamau i blant ifanc a oedd yn defnyddio gwasanaeth teulu CBSA a gymerodd ran yng ngweithdy 2).

Bwyd

Crynodeb

Canolbwyntiodd y trafodaethau ynghylch bwyd ar y canlynol:

- **Cost uchel a chynyddol bwyd, a bwyd iach yn arbennig;**
- **Effeithiau COVID-19:**
  - **Effaith uniongyrchol ar brisiau ac argaeledd bwyd;**
  - **Effaith anuniongyrchol ar wariant ar fwyd (e.e. yn sgil cau ysgolion);**
- **Y straen a'r pryder sy'n deillio o fethu â fforddio bwyd (iach), yn enwedig i gyfranogwyr â phlant.**

Yn gyffredinol, nodwyd bod **cost uchel a chynyddol canfyddedig bwyd** yn rhoi cryn bwysau ychwanegol ar sefyllfa ariannol aelwydydd. Dywedwyd bod **pandemig COVID-19** yn ffactor a oedd wedi sbarduno cost gynyddol bwyd:

"Yn gyffredinol, mae prisiau bwyd wedi codi yn ystod COVID; yn eithaf dramatig. Mae hynny wedi bod yn anodd iawn." (Cyfranogwr yng ngweithdy 4)

1 Y 12 maes polisi oedd: budd-daliadau; dyled / arian yn ddyledus; nwy a thrydan; bwyd; y rhyngrwyd / mynediad i gyfrifiadur / data; tai; teithio; gofal plant; gwasanaethau i bobl ifanc; gwaith o ansawdd da; sgiliau ac addysg oedolion; eich amgylchoedd.

2 Dylid nodi y cafodd gweithdai 2, 3 a 4 eu cynnal ar adeg pan oedd problemau gyda chyflenwadau nwy a chynnydd cysylltiedig mewn prisiau nwy yn dominyddu'r newyddion. Fodd bynnag, roedd trafodaethau ynghylch costau nwy a thrydan hefyd yn amlwg yng ngweithdy 1 (a gynhaliwyd cyn yr adroddiadau am yr argyfwng nwy), ac ym mhob gweithdy nodwyd bod costau nwy a thrydan yn ffactor presennol a oedd yn rhoi pwysau ar sefyllfa ariannol aelwydydd.

Dywedwyd bod y cyfnod pan oedd plant gartref yn hytrach nag yn yr ysgol oherwydd **cyfyngiadau COVID-19** a gorfod bwydo plant yn ystod gwyliau'r haf wedi gwaethygu'r sefyllfa:

"Aeth cost siopa bwyd drwy'r to [...] yn ystod yr haf. Roeddwn i'n arfer gwario tua £70 yr wythnos cyn hynny, oherwydd rwy'n tueddu i goginio mewn swp a rhewi prydau er mwyn lleihau straen. Ac ar un adeg yn ystod yr haf, roeddwn i'n gwario tua £140 neu £150 yr wythnos. O ble mae'r arian yn dod?"
(Cyfranogwr yng ngweithdy 4)

Nododd cyfranogwyr **gost uchel bwyd iach** yn benodol. I lawer o gyfranogwyr, roedd methu â fforddio bwyd iach i'r plant yn cael effaith negyddol ar eu lles, gan gynnwys achosi mwy o straen:

"Mae'n frwydr ac mae'n achosi straen [...] gallwch chi roi bwyd wedi'i rewi iddyn nhw, ond dyw hynny ddim yr un peth â chael bwyd ffres. Rwy'n teimlo'n wael os nad ydw i'n rhoi bwyd ffres iddyn nhw bob hyn a hyn."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Dywedodd cyfranogwyr hefyd y byddent yn mynd heb fwyd eu hunain er mwyn bwydo eu plant, a bod hynny, yn ei dro, **yn achosi straen i'r plant**:

Cyfranogwr 1: **"Ble ydw i'n cael yr arian i fwydo fy mhlant? Bydda i wastad yn eu bwydo nhw cyn bwydo fy hun felly weithiau bydda i'n mynd deuddydd, tridiau, heb fwyd, er mwyn iddyn nhw allu bwyta."**

Cyfranogwr 2: **"Rwy'n credu ein bod ni i gyd yn gwneud hynny fel rhieni."**

Cyfranogwr 1: **"Ydyn, ond dylen ni ddim fod yn gorfod gwneud hynny mewn gwirionedd."**

Cyfranogwr 2: **"Na, dyna rwy'n ei olygu – mae'n fater o fudd-daliadau hefyd."**

Cyfranogwr 1: **"Mae nhw'n poeni am nad ydw i'n bwyta, felly rwy'n esgus fy mod i'n bwyta pan fyddan nhw allan. Rwy'n dweud 'Ces i rywbeth yn gynt, rwy'n iawn'. Ond maen nhw'n gwybod fy mod i'n dweud celwydd."**
(Gweithdy 1)

Amlinellodd un cyfranogwr effaith gymdeithasol ehangach diffyg fforddiadwyedd bwyd iach:

"Y peth yw, mae'n rhy gostus i fwyta'n iach. Felly mae pobl yn bwyta sothach am ei fod yn rhad. Pam felly? Fel arall y dylai fod, a byddech chi wedyn yn gostwng biliau iechyd i bobl a allai fod dros bwysau. Os byddech chi'n gallu bwyta'n iach am lai, byddai mwy o arian ar gael am fod llai o bobl dros bwysau.
(Cyfranogwr yng ngweithdy 1)

Nwy a thrydan

Crynodeb

Tueddai'r trafodaethau ynghylch nwy a thrydan yn y gweithdai i ganolbwyntio ar y canlynol:

- **Cost uchel a chynyddol nwy a thrydan (a'r ffaith nad yw taliadau budd-daliadau wedi cynyddu'n unol â hyn);**
- **Anawsterau o ran fforddio/talu biliau tanwydd a'r straen a achosir gan hyn;**
- **Ymatebion cyfranogwyr i anawsterau o ran fforddio nwy a thrydan, fel osgoi gwresogi cartrefi neu ddewis rhwng prynu bwyd a thalu'r bil nwy a thrydan.**

Yn debyg i'r trafodaethau ynghylch bwyd a chost bwyd, canolbwyntiodd y trafodaethau yn y gweithdai yn aml ar **gostau uchel a chynyddol nwy a thrydan**, a'r **anawsterau o ran fforddio/talu biliau tanwydd**:

"Rwy'n gweithio'n llawn amser ac wedi bod yn byw ar fy mhen fy hun ers 18 mlynedd. Roeddwn i'n arfer ei chael hi'n anodd talu fy mil nwy a thrydan a doeddwn i ddim hyd yn oed yn cael budd-daliadau. Felly, bob tro y byddai'r bil hwnnw'n cyrraedd, byddwn i'n meddwl fy mod wedi gorwario cymaint, a [...] wel, heb i'r gwres hyd yn oed fod ymlaen. Dim ond dŵr poeth ydyw. Felly, rydych chi'n meddwl, 'Sut allan nhw godi cymaint?'"
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

Dywedwyd bod costau nwy a thrydan uchel a chynyddol yn **achosi straen** i nifer o gyfranogwyr, e.e.:

"Mae angen gwres ar fy mhlant, mae angen trydan arnyn nhw. Felly mae hynny'n beth pwysig iawn i mi ac rwy'n poeni – rwy'n ceisio bod yn ofalus wrth ddefnyddio'r peiriant sychu dillad. Roeddwn i'n meddwl, os bydda i'n defnyddio'r peiriant sychu dillad gormod, a fydd fy mil trydan yn mynd i fyny? Yr holl bethau hynny ddylwn i ddim gorfod meddwl amdanyn nhw. Mae gen i lwyth o ddillad i'w golchi gyda phedwar o blant [...] Dw i byth a hefyd yn gwneud y golch. Beth os bydd fy mil trydan yn £70 y mis hwn? Mae hynny'n £30 y mis yn ychwanegol."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Roedd hyn wedi achosi i rai cyfranogwyr, neu'r rheini yr oedd cyfranogwyr yn eu hadnabod, **osgoi gwresogi eu cartrefi** er mwyn cadw costau i lawr:

"Rwy'n mynd yno [tŷ tad y cyfranogwr] ac mae'n rhewi, am ei fod yn poeni gymaint am ei filiau nwy a thrydan. Mae ganddo flancedi a photeli dŵr poeth yn y gwely."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 4)

Soniodd cyfranogwyr eraill am orfod **dewis rhwng gwresogi eu cartrefi a phrynu bwyd**, neu pe baent yn talu am y ddau, mynd i ddyled oherwydd costau nwy a thrydan cynyddol:

"Rydyn ni'n ymdopi, yn amlwg, ond mae'n rhaid i ni ddewis pa un, wyddoch chi, beth y bydda i'n ei dalu i chi? A ddylwn i dalu am y nwy a'r trydan? A ddylwn i fynd i ddyled er mwyn i ni allu bwyta?"
(Cyfranogwr yng ngweithdy 4)

Roedd hwn yn brofiad cyffredin ymhlith y cyfranogwyr a oedd yn gweithio, y cyfranogwyr a oedd yn cael budd-daliadau, a'r cyfranogwyr a oedd wedi ymddeol, e.e.:

"Mae'r nwy a'r trydan yn codi 12%. Rwy'n bensiynwr sengl, felly rwy'n byw ar un ... Ble rwy'n mynd i ddod o hyd i'r 12% ychwanegol hwnnw? Fel y sonioch chi, ydych chi'n cwtogi ar fwyd neu'n diffodd y nwy? Does dim ffordd arall o dalu am bopeth."
(Cyfranogwr yng nghweithdy 4)

Budd-daliadau

Crynodeb

Canolbwyntiodd y trafodaethau ynghylch budd-daliadau ar ganfyddiadau'r cyfranogwyr o'r canlynol:

- **Eu digonolrwydd (neu ddiffyg digonolrwydd);**
- **Natur gymhleth y system a'r straen a achosir gan hyn;**
- **Natur ddi-fudd gweinyddu budd-daliadau, e.e.:**
  - **Yr angen i dalu ymlaen llaw am ofal plant ac yna gael ad-daliad;**
  - **Y cyfnod aros o bum wythnos am y taliad Credyd Cynhwysol cychwynnol;**
  - **Cael taliadau budd-daliadau yn fisol yn hytrach nag yn wythnosol;**
  - **Y teimlad y gall y ffordd y mae'r system fudd-daliadau'n gweithio, ac effaith hyn ar y farchnad swyddi a chostau gweithio, gymell pobl i beidio â gweithio.**

Ymdrinnir yn fanylach â'r pwynt olaf am deimladau cyfranogwyr y gall y system fudd-daliadau (a'i heffaith ar y farchnad swyddi a'r costau sy'n gysylltiedig â gweithio) gymell pobl i beidio â chwilio am waith neu gynyddu eu horiau gwaith o dan y thema gyffredinol '<u>anghymhellion yn y system nawdd cymdeithasol</u>'.

Roedd nifer o'r cyfranogwyr wedi gweithio yn flaenorol ond wedi colli eu swyddi yn sgil pandemig COVID-19 neu wedi gorfod rhoi'r gorau i weithio oherwydd salwch neu anaf. Soniodd cyfranogwyr a oedd yn cael budd-daliadau a oedd wedi bod mewn cyflogaeth â thâl yn flaenorol am y gwahaniaeth amlwg mewn incwm a **diffyg digonolrwydd budd-daliadau**:

"Cyn COVID, roeddwn i'n gweini bwyd, felly roeddwn i'n gweithio tua 40 awr yr wythnos. Felly rwy' wedi mynd o weithio i hawlio budd-daliadau – mae'n ostyngiad mawr mewn arian. [...] Mynd o weithio 40 awr yr wythnos i fyw ar geiniogau dros nos – dyw e' ddim yn gwneud synnwyr, dwi ddim yn ei hoffi, dwi ddim yn ei hoffi."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 1)

"Roeddwn i'n gweithio 70 awr yr wythnos fel swyddog diogelwch, ac alla i ddim gweithio nawr o gwbl am fod gen i arthritis yn fy nghoesau, ac mae gen i glot gwaed, felly alla i ddim gweithio nawr. Felly dw i'n cael Credyd Cynhwysol nawr. Rwy wedi bod yn ceisio cael PIP [Taliad Annibyniaeth Bersonol] ers tair blynedd. Rwy wedi gwneud cais bum gwaith erbyn hyn ac wedi cael fy ngwrthod bob tro. Felly... ydw, rwy'n nodi budd-daliadau fel fy mhrif bryder oherwydd does gen i byth ddigon o arian, a dwi ddim ar fy mhen fy hun; mae gen i bartner a llys-ferch. Felly, wyddoch chi, mae'n fater o gael deupen llinyn ynghyd mewn gwirionedd. Rwy wastad heb ddimai."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 1)

Teimlai llawer o gyfranogwyr fod y **system fudd-daliadau yn gymhleth**, yn enwedig y rheini yng ngweithdy 2. Roedd hyn yn cynnwys anawsterau o ran deall sut roedd taliadau'n cael eu cyfrifo:

"Dwi ddim yn deall y system fudd-daliadau o gwbl. Dim ond ers i bethau waethygu i ni y flwyddyn ddiwethaf rydyn ni wedi bod yn cael budd-daliadau. Hyd heddiw, alla i ddim cael rhif Credyd Cynhwysol cyson – er nad ydyn ni'n ennill ceiniog, rydyn ni'n cael swm gwahanol o Gredyd Cynhwysol bob mis, bob un mis. A phan fyddwn ni'n gofyn iddyn nhw, eu hateb yw 'dyna beth mae gennych chi'r hawl i'w gael y mis hwn, yn ôl ein cyfrifiadau ni'.

Sut mae'n wahanol y mis hwn o gymharu â'r mis diwethaf os nad oes dim byd wedi dod i mewn nac wedi mynd allan?"
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Tynnwyd sylw at y **straen** sy'n gysylltiedig â cheisio deall y system:

"Fel y soniais, rwy'n credu bod angen iddyn nhw esbonio sut mae'n gweithio mewn gwirionedd. Os ydych chi'n newydd i'r cyfan hefyd, fel fi, roeddwn i'n teimlo dan straen i ddechrau, a byddai fy ngŵr yn gofyn i mi drwy'r amser, 'sut mae'n gweithio?'. Byddwn i'n ceisio esbonio iddo a byddai'n dweud, 'Dwi dal ddim yn deall'."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Mynegodd y cyfranogwyr hefyd rwystredigaeth gydag elfennau penodol o'r broses o drefnu taliadau budd-daliadau. Er enghraifft, nododd mwy nag un cyfranogwr yng ngweithdy 2 fod **yr angen i dalu ymlaen llaw am ofal plant** ac yna gael ad-daliad yn rhwystr allweddol i fanteisio ar y ddarpariaeth honno.

"Does dim angen y straen hwnnw arna i – gorfod talu £1,000 yn ceisio cael gofal plant ac aros i'w gael yn ôl, a bod yn y sefyllfa honno bob mis. Ydyn, maen nhw'n talu 85% yn ôl, ac mae hynny'n ddigon teg, ond mae disgwyl i chi ddod o hyd i'r arian hwnnw, er enghraifft £1,000, oherwydd fe wnes i ei weithio allan, ac os byddwn i'n mynd yn ôl am y mis hwnnw, byddai'n rhaid i mi ddod o hyd i £1,000. Does gen i ddim yr arian hwnnw."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Nododd nifer o gyfranogwyr hefyd fod yr **oedi o bum wythnos cyn cael taliadau Credyd Cynhwysol** yn ffactor negyddol allweddol yn eu profiad o hawlio budd-daliadau (trafodir hyn hefyd o dan y thema '<u>anghymhellion yn y system</u>'). Soniodd un cyfranogwr am ei hanghrediniaeth bod hawliadau am gredydau treth yn dod i ben ar adeg hawlio Credyd Cynhwysol, ac y gall taliadau credydau treth gael eu hatal cyn i'r taliad Credyd Cynhwysol cyntaf ddod i law:

"Rwy'n newid i gael Credyd Cynhwysol ac alla i ddim credu nad ydyn nhw'n parhau i dalu credydau treth nes byddwch chi'n dechrau cael y Credyd Cynhwysol. Mae'n rhyfedd iawn. Byddan nhw'n rhoi'r budd-dal plant i chi bob wythnos, ond dim byd arall am bedair neu bum wythnos – gan obeithio na fydd yn fwy na phedair neu bum wythnos."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 4)

Esboniodd cyfranogwr arall fod cael **taliadau Credyd Cynhwysol misol** yn her i gyllidebu'n effeithiol, yn enwedig wrth ei gael am y tro cyntaf:

"Gan fynd yn ôl i'r system Credyd Cynhwysol hefyd, i bobl newydd sy'n ei gael, rwy'n credu ei fod yn gallu eu llethu oherwydd rydych chi'n cael gwerth mis o daliad, felly gallai fod gennych chi hyd at £1,500 yn eich cyfrif banc un diwrnod. Ac rwy'n credu bod perygl i bobl sydd wastad yn brin o arian weld y swm hwnnw o arian a meddwl, 'Dwi'n mynd i dretio fy hun'. Dydyn nhw ddim yn sylweddol beth mae'r trêt hwnnw'n ei olygu maes o law, oherwydd rydych chi wedi cael eich llethu gan gymaint o arian mewn cyn lleied o amser – dydych chi ddim yn sylweddoli, yn enwedig i ddechrau, doeddwn i ddim – roeddwn i'n meddwl, 'Bobl bach, edrychwch ar hyn'. Roedd fy ngŵr yn ennill y swm hwnnw bob wythnos. Doeddwn i ddim yn sylweddoli bod yn rhaid iddo bara mis i mi. Doedd gen i neb yno i ddweud wrtha i, aros funud, dyma beth sy'n mynd allan y mis hwn a dyma beth mae hwn a'r llall yn talu amdano."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Gofal Plant

Crynodeb

Canolbwyntiodd y trafodaethau ynghylch gofal plant ar y canlynol:

- **Ei gost uchel, a oedd yn aml yn fwy na chyflogau;**
- **Effaith cost uchel gofal plant ar allu cyfranogwyr i gynyddu eu horiau gwaith, neu i weithio o gwbl:**
    - **Roedd cael mwy o blant yn cael effaith negyddol ar allu cyfranogwyr i weithio neu gynyddu eu horiau, ac roedd cymorth i deuluoedd yn lliniaru'r rhwystr a gyflwynwyd gan gostau gofal plant uchel;**
- **Diffyg cydlyniad rhwng darpariaeth gofal plant ac anghenion gofal plant (e.e. methu â dod o hyd i ofal plant am gyfnodau byr yn ystod y dydd);**
- **Cyfeiriodd cyfranogwyr hefyd at anawsterau wrth geisio cydbwyso'r canlynol:**
    - **Amodau budd-daliadau (e.e. yr angen i weithio 16 awr yr wythnos i gael eu heithrio rhag y cap ar fudd-daliadau);**
    - **Patrymau gweithio (e.e. anawsterau i ddod o hyd i gyfleoedd gwaith a oedd yn cynnig y nifer hwn o oriau ac a oedd yn gweithio o amgylch casglu'r plant o'r ysgol);**
    - **Fforddiadwyedd gofal plant (a oedd yn aml yn dileu unrhyw incwm ychwanegol neu'n golygu bod cyfranogwyr yn waeth eu byd yn gweithio, a/neu'n cymell cyfranogwyr i weithio mwy nag 16 awr yr wythnos).**

Fel y soniwyd, roedd gofal plant yn thema amlwg iawn yng ngweithdy 2, ac ychydig iawn o drafodaeth a gafwyd amdano mewn cymhariaeth yn y tri gweithdy arall. Yng ngweithdy 2, canolbwyntiodd y trafodaethau ynghylch gofal plant yn bennaf ar ei **gost uchel**, a'r effaith yr oedd hyn yn ei chael ar y gallu i weithio neu gynyddu oriau gwaith. Er enghraifft, dywedodd nifer o'r cyfranogwyr fod **costau gofal plant yn fwy na'u cyflogau**:

Cyfranogwr 1: **"Pan oeddwn i'n gweithio ac roedd gen i'r ddau blentyn, roeddwn i'n gweithio'n llawn-amser ac roeddwn i'n ennill £1,600 y mis, ac roedd fy nghostau gofal plant yn £1,250. Ac roedd hynny heb ystyried costau teithio a phethau felly."**

Cyfranogwr 2: **"Pan oeddwn i'n gweithio yn y siop trin gwallt, roeddwn i'n ennill £167 yr wythnos, ac roeddwn i'n talu £250 am ofal plant bob wythnos."** (Gweithdy 2)

Roedd cost uchel gofal plant o gymharu â chyflogau yn golygu bod costau gofal plant yn aml yn atal cyfranogwyr rhag gweithio mwy o oriau:

"Dim ond deuddydd yr wythnos rwy'n gweithio ac mae hi'n mynd i'r feithrinfa ar y deuddydd hynny – byddwn i'n dwlu gweithio mwy ond alla i ddim oherwydd [...] Alla i ddim gweithio mwy na deuddydd. Mae'n amhosibl yn ariannol." (Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

I eraill, roedd yn **eu hatal rhag gallu gweithio o gwbl**:

"Felly rydych chi naill ai'n gweithio a ddim yn cael plant, neu rydych chi'n cael plant a ddim yn gweithio, dyna sut dwi'n teimlo." (Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Dywedwyd bod y rhwystrau i ofal plant yn **cynyddu wrth iddynt gael mwy o blant**, ac efallai nad yw hynny'n syndod.

"Mae menyw rwy'n ei hadnabod yn anfon ei merch i'r feithrinfa bum diwrnod yr wythnos er mwyn iddi allu gweithio, ond mae ei chyflog i gyd yn mynd ar dalu am y feithrinfa – ac mewn gwirionedd mae'n cael help gan y llywodraeth hefyd gan ei bod yn cynnig cymaint tuag at ofal plant beth bynnag. Ond mae hi'n dal i orfod talu gwerth dwywaith ei rhent am ofal plant. Mae'n disgwyl plentyn arall nawr a bydd yn rhaid iddi roi'r gorau i weithio oherwydd does ganddi ddim gobaith o allu fforddio anfon ei phlant i'r feithrinfa a gweithio ar yr un pryd."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Dywedwyd bod cymorth gan y teulu yn lliniaru effaith costau gofal plant ar y gallu i ennill cyflog clir gweddus:

"Os oes gennych chi deulu, dyw hi ddim mor wael, wyddoch chi, mae gennych chi'r system gymorth ar waith. Ond os ydych chi ar eich pen eich hun, rydych chi'n gweithio i dalu am ofal plant ac efallai y byddwch chi £20 yn well eich byd."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Roedd y trafodaethau ynghylch y cymorth y gall aelodau o'r teulu neu rwydweithiau cymorth ei gynnig yn aml yn gysylltiedig â'r farn nad oedd **darpariaeth gofal plant yn gyson ag anghenion gofal plant**, gan ei bod yn ymwneud â phatrymau gweithio. Er enghraifft, tynnodd mwy nag un cyfranogwr sylw at yr **anhawster o ddod o hyd i opsiynau gofal plant byrdymor**:

"Mae'n rhaid i mi weithio tan 6:00 ac mae fy ngŵr yn dechrau gweithio am 5:00, gan adael gofal plant. Allwch chi ddim cael gofal plant am awr mewn gwirionedd, a does gennym ni ddim y rhwydwaith cymorth hwnnw o'n cwmpas am fod y rhan fwyaf o'r teulu'n gweithio. Felly, allwn ni ddim dweud, 'allwch chi eistedd gyda'r plant am awr nes bydda i wedi gorffen gweithio.' Felly mae'n fater o ddewis rhwng y naill a'r llall: talu am y gofal plant neu beidio â'i gael."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Tynnwyd sylw hefyd at densiynau rhwng costau gofal plant, incwm o swyddi, dod o hyd i waith priodol ac amodau budd-daliadau, yn enwedig yr anawsterau sy'n gysylltiedig â'r**angen i weithio 16 awr yr wythnos** er mwyn cael eich eithrio rhag y cap ar fudd-daliadau:

"Mae gen i chwech o blant ac rwyf wedi cael yn union yr un profiad, sef fy mod yn cael £400 yn llai o Gredyd Cynhwysol bob mis os nad wyf yn gweithio 16 awr yr wythnos. Mae'n amhosibl dod o hyd i swydd sy'n eich galluogi i weithio o amgylch y plant. Rwy'n rhiant unigol, ac mae'n amhosibl. Felly, rwy'n talu am ofal plant er mwyn gweithio – mewn gwirionedd mae'n costio mwy na'r hyn rwy'n ei ennill. Rwy'n colli 16 awr yr wythnos yn gweithio, sydd wedi gwneud ... mae'n gwneud fy mywyd yn anhrefn llwyr. Dwi ddim yn well fy myd wrth weithio, ond os na fydda i'n gwneud hynny, bydda i'n cael fy nharo gan y cap ar fudd-daliadau. Ac alla i ddim ymdopi ar yr hyn sydd gen i'n weddill wedyn."
(Cyfranogwr Gweithdy 2)

Esboniwyd hefyd fod y tensiynau hyn yn cael eu cymhlethu ymhellach gan y ffaith bod swm y Credyd Cynhwysol a delir i gyfranogwyr yn lleihau wrth i nifer yr oriau a weithir gynyddu uwchlaw 16 awr yr wythnos – trafodir hyn a materion tebyg yn fanylach o dan y thema gyffredinol 'anghymhellion yn y system'.

Roedd sylwadau o'r fath yn rhan o drafodaeth ehangach ynghylch y farn **nad oedd swyddi wedi'u sefydlu'n ddigonol ar gyfer rhieni sy'n gweithio** a'r ffordd y mae hyn yn cyfrannu'n uniongyrchol at broblemau'n ymwneud â darpariaeth gofal plant a chostau gofal plant uchel:

"Wn i ddim a ydych chi'n cytuno, ond weithiau rwy'n meddwl hefyd nad yw swyddi'n ystyriol o rieni. Mae'r rhan fwyaf o swyddi'n rhai 8:00 tan 5:00 neu 8:00 tan 6:00. Maen nhw bob amser – does byth – does dim llawer o swyddi, dyweder, 9:30 tan 3:00, sy'n eich galluogi i weithio'n llawn amser o amgylch oriau ysgol. Maen nhw'n brin iawn [...] Pe bai swyddi'n debycach i hynny efallai y byddai mwy ohonyn nhw a byddai ddim rhaid i ni wynebu'r broblem ariannol fawr honno."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Disgrifiodd y cyfranogwyr bwysau **galwadau cystadleuol gan y gweithle, eu cyfrifoldebau gofal plant ac amodau eu budd-daliadau**, a diffyg cymorth:

"Os bydda i'n ffonio'n sâl oherwydd fy mhlant, bydd yn achosi problemau yn y gwaith. Does dim systemau cymorth ar waith ond er mwyn codi'r cap ar fudd-daliadau a chael digon o arian i gael deupen llinyn ynghyd bob mis, mae'n rhaid i mi gadw'r swydd, peidio â cholli'r swydd, a chodi a mynd i'r gwaith beth bynnag, a gwneud i bethau weithio."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Themâu cyffredinol

Yn ogystal â thrafodaethau ynghylch y 12 maes polisi allweddol a'r prif themâu a ddeilliodd o'r trafodaethau hyn, a amlinellwyd uchod, arweiniodd dadansoddiad o'r trawsgrifiadau at dair thema gyffredinol hefyd, sef:

- **Effeithiau negyddol ar iechyd meddwl a lles;**
- **Anghymhellion yn y system nawdd cymdeithasol;**
- **System nawdd cymdeithasol annynol.**

Effeithiau negyddol ar iechyd meddwl a lles;

Crynodeb

Trafododd cyfranogwyr yn y pedwar gweithdy effeithiau tlodi ac allgáu cymdeithasol ar eu lles a'u hiechyd meddwl:

- **Dywedwyd bod profiadau o dlodi ac allgáu cymdeithasol yn cael effaith gyffredinol negyddol ar iechyd meddwl a lles, a bod iechyd meddwl yn cael ei ystyried yn rhywbeth sy'n sbarduno ac yn deillio o dlodi:**
  - **Roedd canlyniadau iechyd meddwl a lles gwael yn cynnwys pryder, anawsterau o ran cadw'n optimistaidd ac, mewn rhai achosion, hunanladdiad;**
- **Dywedwyd bod effaith negyddol tlodi ac allgáu cymdeithasol ar iechyd meddwl a lles yn deillio'n rhannol o ddiffyg arian a'r angen i ymdopi o ddydd i ddydd (a drafodir hefyd o dan themâu 'bwyd' a 'nwy a thrydan'), gan arwain at straen a phryder:**
- **Dywedwyd bod agweddau penodol ar ddyluniad y system fudd-daliadau, megis taliadau Credyd Cynhwysol misol yn hytrach na rhai wythnosol yn gwaethygu'r straen hwn (trafodir effaith negyddol system nawdd cymdeithasol gymhleth ac annynol ar iechyd meddwl a lles hefyd o dan y thema 'system nawdd cymdeithasol annynol');**
- **Dywedwyd bod y cywilydd a'r stigma sy'n gysylltiedig â thlodi ac allgáu cymdeithasol hefyd yn cael effaith negyddol sylweddol ar iechyd meddwl a lles;**
- **Nodwyd bod tlodi/allgáu cymdeithasol parhaus neu rhwng cenedlaethau yn achosi digalondid.**

Roedd **effeithiau negyddol tlodi ac allgáu cymdeithasol ar iechyd meddwl** yn thema gyffredinol amlwg a ddaeth i'r amlwg ym mhob un o'r gweithdai:

"Mae'n fater o iechyd meddwl hefyd. Mae'r cyfan yn ymwneud ag iechyd meddwl."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 1)

Dywedodd cyfranogwyr yng ngweithdy 1 fod **iechyd meddwl yn rhywbeth sy'n sbarduno ac yn deillio o dlodi ac allgáu cymdeithasol**:

Cyfranogwr 1: **"Mae eich iechyd meddwl wedyn yn achosi'r... Os nad oes gennych chi arian, na bwyd, mae hynny'n effeithio ar eich iechyd meddwl ac yn ei waethygu oherwydd rydych chi bob amser yn poeni a ydych chi'n mynd i gael eich nwy a'ch trydan..."**

Cyfranogwr 2: **"Mae'n gylch dieflig oherwydd sut bynnag, byddwch chi bob amser yn poeni am un peth neu'r llall. Mae fy mab yn poeni am farwolaeth – 'sut ydw i'n mynd i ymdopi, mam?'"**
(Gweithdy 1)

Disgrifiodd cyfranogwyr hefyd deimladau o **bryder** sy'n gysylltiedig â phrofiad ymarferol o dlodi ac allgáu cymdeithasol, e.e.:

Cyfranogwr 1: **"Un o'r pethau sy'n cael ei ddiystyru mewn gwirionedd, yn fy marn i, er bod pobl wedi cyfeirio ato mewn ffyrdd gwahanol, yw'r pryder sy'n gysylltiedig â'r peth a baich meddyliol ceisio ymdopi â phopeth..."**

Cyfranogwr 2: **"Mae'n teimlo fel pe bai pwysau'r byd arnoch chi drwy'r amser."**
(Gweithdy 2)

Dywedodd eraill eu bod yn **ei chael hi'n anodd bod yn optimistaidd**:

"Ac mae ceisio cadw'n bositif yn anodd iawn, er bod yn rhaid i chi wneud hynny."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

Disgrifiodd cyfranogwr arall yn yr un gweithdy sut y gall effeithiau tlodi, a dyled yn benodol, arwain at **hunanladdiad**:

"Mae dyled yn costio bywydau weithiau, oherwydd gall pethau fynd mor wael."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

Yn ogystal â disgrifio effaith negyddol gyffredinol tlodi ac allgáu cymdeithasol ar iechyd meddwl, siaradodd cyfranogwyr i raddau mwy helaeth a phenodol am y **pryder a'r straen sy'n gysylltiedig ag agweddau penodol ar brofiad ymarferol o dlodi ac allgáu cymdeithasol.**[3] Er enghraifft, disgrifiodd cyfranogwyr **y straen a'r pryder sy'n deillio o'r posibilrwydd y bydd arian yn mynd yn brin** a methu â fforddio talu am weithgareddau i'r plant:

"Rwy'n teimlo fy mod yn cyfrifo drwy'r amser, yn cadw golwg ar fy nghyfrif banc drwy'r amser, a byth a hefyd yn edrych i weld beth sy'n mynd allan ar ddyddiad penodol, ac ar beth. Bydd gen i'r swm hwn o arian ar ôl, beth rwy'n mynd i'w wneud gyda'r arian hwn, sut rwy'n mynd i ofalu amdani (merch y cyfranogwr) am wythnos ar y swm hwn yn unig? Alla i ddim fforddio gwneud llawer o bethau. Rwy'n poeni drwy'r amser wedyn oherwydd rwy'n teimlo ei bod hi'n colli allan os na alla i fforddio mynd â hi i leoedd a gwneud pethau braf."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

3 Trafodir y straen sy'n deillio o fethu â fforddio bwyd, ac yn fwy penodol, bwyd iach, o dan y thema '[bwyd]'. Trafodir y straen sy'n deillio o fethu â fforddio biliau tanwydd o dan y thema '[nwy a thrydan]'. Nodwyd bod pwysau cyllidebu effeithiol a llywio'r system nawdd cymdeithasol yn ffactorau allweddol pellach sy'n sbarduno straen sy'n gysylltiedig â thlodi ac allgáu cymdeithasol – trafodir hyn yn fanylach o dan y thema '[system nawdd cymdeithasol annynol]'.

Dywedwyd bod cael **taliadau budd-daliadau yn fisol yn hytrach nag yn wythnosol yn gwaethygu'r straen sy'n deillio o boeni y bydd yr arian yn dod i ben:**

"Rwy'n rhiant sengl ac yna mae'n rhaid wynebu'r pwysau hwnnw, y poeni di-baid, fel yr ofn rwy'n ei deimlo nawr, yn enwedig nawr fy mod i'n cael yr arian yn fisol. Pan oeddwn i'n cael y taliadau'n wythnosol, pe bai'r arian yn rhedeg allan, byddwn i'n gallu ymdopi rhywsut. Y cyfnod hiraf rwy' wedi bod heb ddim yw saith diwrnod, dyna'r mwyaf, ac yna mae rhywbeth yn mynd i mewn ac rwy'n iawn. Ond nawr eu bod nhw'n fisol, o'r adeg hon o'r mis ymlaen yn fras, rwy'n gorfod cyfrifo faint sydd gen i bob dydd i fyw arno tan ddiwedd y mis, oherwydd fy ofn mwyaf yw y bydda i'n cyrraedd rhyw wythnos cyn fy nhaliad a bydd yr arian yn rhedeg allan. Mewn gwirionedd, does gen i neb a all roi arian i mi, ac yn yr un modd, does gen i ddim y statws credyd. Os bydda i'n rhedeg allan, mae fy mhlant yn dibynnu arna i, ac mae'r straen a'r pryder hwnnw wedi effeithio ar fy iechyd meddwl. Mae'n achosi llawer o straen ac rwy'n credu ei fod yn effeithio ar fy iechyd meddwl. Mae hynny'n wir am fy ffrindiau hefyd. Mae'n effeithio ar iechyd meddwl ac rwy'n teimlo fy mod o dan straen drwy'r amser."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Yn ogystal ag effeithiau sy'n gysylltiedig â straen ac iechyd meddwl, tynnodd cyfranogwyr sylw at y **stigma a'r cywilydd sy'n gysylltiedig â'r profiad ymarferol o dlodi ac allgáu**, cymdeithasol, a'r effaith negyddol y mae hyn yn ei chael ar les. Trafododd cyfranogwyr hyn mewn perthynas â defnyddio banciau bwyd yn benodol:

"Mae'r dyddiad wedi'i nodi'n fawr ar bopeth [tuniau bwyd o fanciau bwyd], felly yn llythrennol pan fydd ffrindiau'n agor eich cypyrddau, rydych chi'n teimlo 'aros funud'. Wrth gwrs, byddan nhw ddim yn poeni am eu bod nhw'n ffrindiau i chi, ond rydych chi'n teimlo cywilydd. Felly os ydw i'n gorfod mynd i'r banc bwyd, rwy'n defnyddio farnais ewinedd i baentio dros y dyddiadau. Ond eto, ddylwn i ddim gorfod gwneud hyn. Wyddoch chi beth rwy'n ei olygu? Ond dyna gymdeithas."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 1)

Dywedwyd bod y **cywilydd sy'n gysylltiedig â defnyddio banciau bwyd** yn rhwystr i ddefnyddio'r gwasanaethau:

Cyfranogwr 1: **"Bydd llawer o bobl y mae angen help y banciau bwyd hyn arnyn nhw ond byddan nhw ddim yn troi atyn nhw oherwydd, yn gyntaf, byddan nhw ddim o bosibl yn gallu cyrraedd yno, ac yn ail, am eu bod nhw'n teimlo cywilydd am y peth."**

Cyfranogwr 2: **"Y tro cyntaf aeth [enw], ac roedd yn rhaid iddo fynd oherwydd gallai yrru, roedd yn teimlo fel pe bai wedi cyrraedd y pen."**

Cyfranogwr 1: **"Roeddwn i'n siomedig iawn wrth orfod ffonio banc bwyd. Roeddwn i'n casáu gwneud hynny. Dwi ddim erioed wedi teimlo cymaint o gywilydd.**
(Gweithdy 4)

Dywedodd rhai cyfranogwyr fod teimladau o **gywilydd a stigma yn rhai mewnol**:

"Fel mam, rydych chi'n teimlo eich bod chi'n gadael eich plant i lawr. Er enghraifft, roedd yn rhaid i mi ofyn i fy mam a fy nhad helpu i dalu am wisg ysgol y plant. Fy nghyfrifoldeb i yw hynny, nid eu cyfrifoldeb nhw. Maen nhw wedi gwneud hynny! Maen nhw wedi talu am wisg fy mhlant i, a phlant fy chwaer."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

Ond teimlai eraill eu bod yn wynebu stigma gan bobl eraill:

"Ac roeddwn i'n poeni y byddai pobl yn meddwl, 'Dyw hi ddim yn gallu fforddio prynu bwyd. Pam mae hi'n beichiogi? Dyw hi ddim yn mynd i allu gofalu am y babi yma'."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

Disgrifiodd mwy nag un cyfranogwr effaith negyddol gronnol **profiadau hirdymor o dlodi ac allgáu cymdeithasol**:

Cyfranogwr 1: **"Mae morâl yn isel iawn. Does gennych chi ddim gobaith, er enghraifft, 'Bydda i'n gallu cael tŷ ymhen ychydig flynyddoedd. Bydda i'n mynd ar wyliau y flwyddyn nesaf'."**

Cyfranogwr 2: **"Yn bersonol, y prif beth yw'r cywilydd."**

Cyfranogwr 1: **"Rydych chi'n teimlo'n fel baw."**

Cyfranogwr 2: **"Ie, cywilydd pur."**
(Gweithdy 3)

I rai cyfranogwyr, roedd eu profiad ymarferol o dlodi ac allgáu cymdeithasol yn **pontio'r cenedlaethau**, a dywedwyd hefyd ei fod yn cael effaith negyddol ar les:

"Dydych chi ddim wedi ei wynebu bob dydd, bob blwyddyn, ac yna rydych chi'n cyrraedd eich tridegau a dydych chi ddim yn well eich byd ers pan oeddech chi'n gwylio eich rhieni'n gwneud yr un peth."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 4)

Anghymhellion yn y system nawdd cymdeithasol;

Crynodeb

Disgrifiodd cyfranogwyr nifer o ffyrdd yr oedd y system nawdd cymdeithasol yn eu cymell i beidio â chwilio am waith neu gynyddu eu horiau gwaith. Dywedodd cyfranogwyr eu bod yn well eu byd yn ariannol yn cael budd-daliadau o gymharu â phan oeddent yn gweithio, oherwydd y ffordd y mae'r system fudd-daliadau'n gweithio, y costau cynyddol sy'n deillio o weithio, a'r ffaith mai dim ond gwaith heb sicrwydd â chyflog isel y gallent ei gael:

- **Roedd gweithio mwy na nifer penodol o oriau yr wythnos neu ennill mwy nag incwm wythnosol penodol yn arwain at ostyngiadau mewn taliadau budd-daliadau, a allai olygu bod cyfranogwyr yn waeth eu byd – yn enwedig wrth ystyried gofal plant neu gostau eraill sy'n gysylltiedig â gofal o ganlyniad i weithio;**

- **Roedd costau ychwanegol sy'n deillio o weithio, megis costau teithio a chynnydd yn y dreth gyngor yn cymell pobl i beidio â gweithio ymhellach;**

- **Roedd y diffyg sicrwydd a gynigir gan swyddi contract dim oriau ynghyd ag elfennau o ddyluniad y system fudd-daliadau megis y cyfnod aros o bum wythnos am daliad Credyd Cynhwysol cychwynnol, yn cymell cyfranogwyr i beidio â gadael 'sicrwydd' cymharol y system fudd-daliadau.**

Roedd anghymhellion sy'n rhan o'r system nawdd cymdeithasol yn thema gyffredinol allweddol arall a ddaeth i'r amlwg wrth ddadansoddi'r trawsgrifiadau. Hynny yw, dywedwyd bod agweddau ar y ffordd y caiff budd-daliadau eu sefydlu a'u cyfrifo a ddylai gymell derbynwyr i chwilio am waith (er enghraifft) yn cael effaith gwbl groes i'r hyn a fwriadwyd. Mewn rhai achosion, roedd hyn yn deillio o'r ffaith bod **cyfranogwyr yn well eu byd yn ariannol yn cael budd-daliadau nag y byddent pe baent yn gweithio**:

"A bod yn onest, fe wnaethon ni weithio allan ein bod yn well ein byd yn cael budd-daliadau o gymharu â phan oedden ni'n gweithio."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

I gyfranogwyr eraill, byddent yn mynd i ddyled pe baent yn gweithio, gan arwain at anghymhelliad cryfach fyth:

"Os byddwn i'n mynd yn ôl i'r gwaith, bydden ni bron £800 mewn dyled bob mis."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Disgrifiodd cyfranogwyr hefyd gymhellion i beidio â chynyddu nifer yr oriau roeddent yn gweithio. Fel y soniwyd yn yr adran '<u>gofal plant</u>', dywedodd cyfranogwyr eu bod yn teimlo bod yn rhaid iddynt weithio 16 awr yr wythnos er mwyn cael eu heithrio rhag y cap ar fudd-daliadau, er nad oedd hyn yn arwain at gynnydd cyfrannol mewn incwm oherwydd costau gofal plant. Yn ogystal â hyn, gwnaethant ddweud bod **gweithio mwy na'r nifer hwn o oriau yn arwain at ostyngiadau mewn taliadau Credyd Cynhwysol**, a oedd yn golygu bod cyfranogwyr yn osgoi gweithio mwy na'r nifer hwn o oriau, e.e.:

"O ran fy swydd i, dyw hi ddim yn talu ffordd i mi weithio mwy na 16 awr ond eto, mae'n anodd iawn dod o hyd i swyddi addas, ond cyn gynted ag y bydda i'n gweithio mwy na 16 awr, maen nhw'n mynd â'r arian rwy'n ei ennill oddi wrtha i yn y bôn. Felly, mae'n rhaid i mi wynebu'r holl straen hwn o ran gofal plant a dwi ddim yn well fy myd yn ariannol o gwbl wrth weithio mwy nag 16 awr. Mae'n rhaid i mi weithio 16 awr er mwyn cael fy eithrio rhag y cap ar fudd-daliadau ond ar ôl hynny, maen nhw'n mynd â 70c am bob £1 rwy'n ei hennill ac rwy'n gweithio am 30c, felly byddai'n well gen i osgoi'r straen o geisio dod o hyd i rywun i ofalu am fy mhlant ac ati. Ond mae dod o hyd i swyddi sy'n 16 awr yn union, yn union pan alla i gael gofal plant, a gwneud i'r cyfan weithio ..."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Disgrifiodd llawer o gyfranogwyr eraill sefyllfaoedd **tebyg o ran yr angen i gydbwyso'r arian a enillir drwy weithio mwy o oriau â'r didyniadau a wneir o'u taliadau budd-daliadau yn sgil hynny**, a sut y gallai hyn eu cymell i beidio â gweithio mwy o oriau:

"Erbyn hyn, oherwydd bod fy mhartner yn gweithio'n llawn amser, mae'n gweithio 40 awr yr wythnos. Os yw'n gweithio goramser, rwy'n colli tua £300 [...] Rwy'n gofyn, 'sut ar y ddaear ydw i'n colli £300?'. Mae fel pe bai fy mhartner yn rhy ofnus i weithio goramser. Mae'n dweud 'Dwi ddim yn mynd i'w wneud oherwydd byddwn ni'n colli cymaint'. Mae'n cael £20 am oramser ac rwy'n colli £300. Dwi ddim yn deall hynny."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

"Yn llythrennol, rwy'n cael £444 y mis drwy Gredyd Cynhwysol. Mae'n rhaid i mi wneud y gweddill ar fy mhen fy hun, ac maen nhw'n didynnu arian oddi wrtha i. Os bydda i'n gweithio mwy nag 16 awr yr wythnos, byddan nhw'n didynnu'r £444 y mis rwy'n ei gael."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

"Felly, rwy'n gweithio 25 awr yr wythnos oherwydd os bydda i'n mynd drosodd, yna bydda i ddim yn cael unrhyw gymorth ychwanegol, rhwng 25 a 30 awr. Dwi ddim yn cael unrhyw help am unrhyw beth dros hynny. Felly, heb Gredyd Treth Gwaith a Chredyd Treth Plant, allwn ni ddim byw. Allwn ni ddim ymdopi."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

Roedd y math hwn o anghymhelliad yn arbennig o ddifrifol **pan oedd yn rhaid ystyried costau gofal plant neu gostau gofalu hefyd**:

"Fel y dywedais, pan oeddwn i'n gweithio, alla i ond gweithio 16 awr, ond oherwydd fy mod yn gweithio i'r cyngor, roeddwn i'n cael mwy na'r isafswm cyflog. Felly, wrth gwrs, dim ond 10 awr allwn i weithio, ond yna yn aml iawn byddai'n rhaid i mi geisio gweithio yn lle pobl, ac rydych chi'n teimlo dan bwysau i wneud hynny, ond alla i ddim oherwydd y swm bach iawn y mae gennych chi'r hawl i'w ennill os ydych chi'n cael Lwfans Gofalwr, ond eto, os byddwn i'n trefnu gofal plant ar gyfer fy mhlentyn, byddai'n costio £700 yr wythnos fwy na thebyg."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

"Mae'r pethau hynny'n fy mhoeni llawer a'r system gyfan mewn gwirionedd, yn enwedig i famau a theuluoedd sy'n gweithio sydd am fynd yn ôl i'r gwaith, oherwydd dydyn ni ddim yn well ein byd o gwbl mewn gwirionedd. Os bydda i'n mynd yn ôl i'r gwaith, mae'n debyg y bydda i £10, £20 yn well fy myd. Dyw hynny ddim yn gwneud synnwyr, ar ôl talu am ofal plant ar ôl ysgol a beth bynnag arall. Gwaith sifft rwy'n ei wneud, felly dwi ddim yn gallu gweithio oriau hyblyg chwaith."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Disgrifiodd cyfranogwyr gostau pellach y byddent hefyd yn eu hwynebu pe baent yn gweithio, fel **costau teithio a'r angen i dalu'r dreth gyngor – gan gyflwyno anghymhellion pellach**. Teimlai'r cyfranogwyr a oedd yn ennill incwm a'r rheini a oedd yn cael budd-daliadau fel ei gilydd na allent dalu costau byw, yn enwedig yn wyneb costau cynyddol (gan gynnwys bwyd a nwy a thrydan), nad ydynt wedi'u hadlewyrchu mewn cynnydd mewn taliadau budd-daliadau. Dywedwyd bod hyn yn cael effaith negyddol ar iechyd meddwl:

Cyfranogwr 1: **"Alla i ddim talu popeth rydw i wedi bod yn ei dalu ar hyn o bryd. Mae popeth wedi codi, trydan, nwy, bwyd. Bydda i'n mynd i ddyled a does dim bydd alla i ei wneud i osgoi hynny. Os bydda i'n cael swydd, am fod cymaint o swyddi gwych ar gael, bydda i hyd yn oed yn waeth fy myd yn ariannol oherwydd bydd yn rhaid i mi dalu'r dreth gyngor, a bydd yn rhaid i mi dalu am ofal plant. Bydd yn rhaid i mi wario mwy ar betrol, rhedeg car. Dyw hi ddim yn ymarferol cael swydd, ond eto bydda i'n mynd i ddyled os bydda i'n aros ar fudd-daliadau. Beth ddylwn i ei wneud? Mae pawb yn mynd i fynd yn isel."**

Cyfranogwr 2: **"Maen nhw'n eich cosbi chi."**
(Gweithdy 3)

Yn gyffredinol, teimlwyd bod agweddau o'r fath ar y system fudd-daliadau yn cymell pobl i beidio â gweithio:

Cyfranogwr 1: **"Rwy'n ei chael hi'n anodd ymdopi ar Gredyd Cynhwysol nawr, mae fy ngŵr yn gweithio, felly rwyf wedi dechrau chwilio am swydd ran-amser nes y bydda i wedi gorffen fy ngradd, felly dim ond rhywbeth i lenwi bwlch. Mae'n gweithio allan yn union yr un peth, neu £4 yn ychwanegol, ond wedyn yn amlwg rydych chi'n cael cildyrnau, sef yr unig fonws i lenwi'r bwlch i dalu am y Nadolig, oherwydd fel arall, alla i ddim gweld sut byddwn ni'n ymdopi. Ces i fy synnu, wyddoch chi, os ydych chi'n gweithio dylech chi fod yn ennill mwy na..."**

Cyfranogwr 2: **"Ie, dydyn nhw ddim yn annog pobl i weithio, ydyn nhw?"**
(Gweithdy 4)

Yng ngweithdy 1, trafododd cyfranogwyr hefyd y cysylltiad rhwng elfennau penodol o ddyluniad y system fudd-daliadau (yn benodol **y cyfnod aros o bum wythnos cyn cael y taliad Credyd Cynhwysol cyntaf**) a diffyg gwaith o ansawdd da (yn benodol **y llu o gontractau dim oriau ansicr**). Disgrifiwyd sut y gall hyn gymell pobl i beidio â gadael 'sicrwydd' cymharol y system fudd-daliadau:

Cyfranogwr 1: **"Mewn gwirionedd, pe bai swyddi o ansawdd gwell ar gael, lle mae pobl yn teimlo'n ddigon dewr i gamu i ffwrdd oddi wrth fudd-daliadau, [...] wyddoch chi, sut allwch chi ddisgwyl i bobl gamu i ffwrdd oddi wrth y rhwyd ddiogelwch honno? Felly dyna oedd fy meddylfryd i. Mynd gyda'r gwaith a dylai popeth arall syrthio i'w le."**

Cyfranogwr 2: **"Ie, a gallai contract dim oriau olygu wythnos, pythefnos, deufis. A dyna ni wedyn, dydych chi ddim yn gwybod a fyddwch chi'n clywed wrthyn nhw eto. Felly sut allwch chi gynllunio eich costau byw a'ch biliau pan dydych chi ddim yn gwybod? Mae'n cymryd oedran i gael eich arian yn ôl yna ar fudd-daliadau, tra'ch bod yn aros i gael swydd arall, oherwydd yr amser aros, onid yw?"**
(Gweithdy 1)

System nawdd cymdeithasol annynol

Crynodeb

Disgrifiodd cyfranogwyr y ffyrdd y gallai'r system nawdd cymdeithasol fod yn annynol, yn eu barn nhw. Teimlwyd bod y nifer uchel o bobl nad ydynt yn hawlio budd-daliadau y mae ganddynt yr hawl i'w cael yn adlewyrchu hyn. Er enghraifft, disgrifiodd cyfranogwyr y canlynol:

- **Diffyg cymorth a gwybodaeth gyffredinol am gymhwysedd i gael budd-daliadau a'r broses ymgeisio;**
- **Mae'r system rhy gymhleth neu'n ddiangen o gymhleth, sy'n cymell cyfranogwyr i beidio â gwneud cais am fudd-daliadau yn y lle cyntaf ac yn achosi straen wrth ddelio â hawliadau budd-daliadau presennol;**
- **Y ffordd roeddent yn teimlo bod y system yn rhoi mwy o ffocws ar dargedu'r rheini y mae arian yn ddyledus ganddynt neu atal hawliadau yn hytrach na chefnogi'r rheini sy'n gymwys i wneud cais.**

Y drydedd thema gyffredinol a ddaeth i'r amlwg wrth ddadansoddi'r trawsgrifiadau oedd y ffyrdd yr ystyriwyd bod y system fudd-daliadau yn **annynol**, yn enwedig yng ngweithdy 3. Er enghraifft:

Cyfranogwr 1: "Treuliais dair awr ar y ffôn yn siarad â rhywun yn yr Adran Gwaith a Phensiynau, dim ond iddo ddweud wrtha i yn union beth roeddwn i'n meddwl y byddai'n ei ddweud wrtha i: 'dwyt ti ddim yn gymwys i gael y budd-dal hwn'. Roedd yn gwybod o'r dechrau fy mod i'n cael Tâl Salwch Statudol, felly pam roedd rhaid mynd drwy hynny i gyd? Mae'n achosi gymaint o straen ac yn gwneud i chi deimlo'n annynol."

Cyfranogwr 2: **"Mae'n gwneud i chi deimlo'n fach."**

Cyfranogwr 1: **"Ydy."**
(Gweithdy 3)

Disgrifiodd cyfranogwr arall y gwrth-ddweud canfyddedig rhwng y **niferoedd uchel o bobl nad ydynt yn hawlio budd-daliadau y mae ganddynt yr hawl i'w cael** a'r anawsterau y mae'r rheini sy'n gymwys i gael budd-daliadau yn eu hwynebu oherwydd diffyg cyngor a chymorth, gan ddisgrifio'r system fel un 'diraddiol' ac 'annynol' o ganlyniad i hynny:

"Rwy'n credu bod y system fudd-daliadau mor ddiraddiol ac annynol, ac mae cymaint o fudd-daliadau nad ydyn nhw'n cael eu hawlio. Yna, pan mae angen i bobl, fel y wraig hon a'i gŵr, hawlio pethau a phan mae angen i chi hawlio pethau, neu pan oedd angen i mi hawlio pethau a phan oedd angen i fy mrawd hawlio pethau, does dim digon o gyngor, cymorth na gwybodaeth am y budd-daliadau hynny. Mewn gwirionedd, pwy sy'n elwa pan mae pobl yn mynd i fwy a mwy o ddyled? Wyddoch chi beth rwy'n ei olygu? Dyw hynny ddim o fudd i'r unigolyn. Dyw hynny ddim o fudd i'r gymuned. Dyw hynny ddim o fudd i neb mewn gwirionedd. Nid yw hynny o fudd i fasnach yn y dref."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

Roedd cyfranogwyr eraill yn rhannu'r farn bod y broses **ymgeisio yn rhy gymhleth**, ac o ganlyniad, **yn achosi straen diangen**, e.e.:

"Y ffordd maen nhw'n gweithio, maen nhw'n ceisio eich helpu ond maen nhw'n ceisio achosi mwy o straen ychwanegol yn ddiangen."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Adleisiodd cyfranogwyr eraill y syniad bod natur gymhleth ffurflenni cais am fudd-daliadau **yn fwriadol i atal ceisiadau**:

"Wel, maen nhw'n gwneud y ffurflenni hyn mor anodd fel bod pobl yn rhoi'r gorau iddi."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

"Dyw'r broses ddim wedi'i chynllunio i'ch cefnogi chi mewn gwirionedd. Mae wedi'i chynllunio i fod yn anodd iawn. Dyw hynny ddim yn gwneud unrhyw les i iechyd meddwl pobl."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

Oherwydd hynny, dywedodd nifer o gyfranogwyr **nad oeddent wedi gwneud cais am fudd-daliadau yr oedd ganddynt yr hawl i'w cael**. Er enghraifft, dywedodd rhai cyfranogwyr nad oeddent wedi gwneud cais am fudd-daliadau am fod y broses yn rhy anodd, a bod hynny wedi cael effaith negyddol ar eu sefyllfa ariannol:

"Rwy'n credu bod y system fudd-daliadau yn gymhleth iawn hefyd. Wyddoch chi, rwyf wedi bod i ffwrdd yn sâl. Ces i gyngor i hawlio budd-dal tai. [...] Roedd y ffurflen wnaethon nhw ei hanfon ata i'n cynnwys tua 60 o dudalennau, pob un ohonyn nhw'n gofyn am wybodaeth bersonol, cyfrif banc, ac at. Taflais i'r ffurflen i'r bin yn y pen draw. Felly, es i ar ei hôl hi gyda fy morgais yn y pen draw, ac mae'n cymryd amser hir i chi wneud iawn am hynny ac i ad-dalu popeth pan fyddwch chi'n mynd yn ôl i'r gwaith."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

Dywedodd cyfranogwyr eraill eu bod wedi **penderfynu peidio â gwneud cais am fudd-daliadau** oherwydd y meini prawf cymhwysedd a'r amodau gwahanol sy'n gysylltiedig â mathau gwahanol o fudd-daliadau:

"Mae'n fater o ddewis rhwng Credyd Cynhwysol a Lwfans Ceisio Gwaith a gwneud cais am bopeth neu hawlio Lwfans Cyflogaeth a Chymorth. Wedyn gallen nhw ddweud, 'wel, os ydych chi'n iawn i redeg eich busnes eich hun yn rhan-amser, wedyn allwch chi ddim fod yn ddigon gwael i gael Lwfans Cyflogaeth a Chymorth'. Beth bynnag, yn y pen draw gwnaethon ni roi'r gorau i wneud cais amdano."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

Dywedodd y rheini a oedd yn cael budd-daliadau fod y **ffordd y mae taliadau'n cael eu cyfleu yn rhy gymhleth**, a dywedwyd bod hynny, yn debyg i'r trafodaethau ynghylch y broses ymgeisio, yn **arwain at straen a phanig**:

Cyfranogwr 1: "Ie, yr holl eiriau mawr a'r ffordd maen nhw'n geirio pethau. Rwy'n gweld amlen frown ac rwy'n ei rhoi yn syth iddi hi [gwraig y cyfranogwr]. Mae wedi mynd dros fy mhen, dyslecsig a phopeth arall. Dwi ddim yn gwybod. Dwi ddim yn gwybod beth mae'n ei olygu, beth mae'n ei ddweud. Mae'n cynnwys yr holl symiau mathemateg mawr yma a phopeth arall, a wnes i byth y rheini yn yr ysgol oherwydd doeddwn i ddim yn ddigon da. Wyddoch chi beth rwy'n ei olygu? I weithiwr ymarferol fel fi sydd wastad wedi gweithio'n galed, sydd nawr yn dioddef o boen cefn ac yn methu ennill ceiniog, dylech chi allu cael help, ond allwch chi ddim ei weithio allan a dydych chi ddim yn deall beth maen nhw'n ei ddweud wrthych chi. Wedyn maen nhw'n dweud wrthych chi, 'mae arnoch chi hyn a hyn mewn gordaliadau a phopeth arall', ac rydych chi'n..."

Cyfranogwr 2: **"Mynd i banig llwyr."**

Cyfranogwr 1: **"Ie. Rydych chi'n mynd i banig wedyn."**
(Gweithdy 3)

Gwnaed y sylwadau hyn er bod cyfranogwyr yn cydnabod yr angen am feini prawf cymhwysedd ac amodau, e.e.:

"Mae cymaint o gyfyngiadau ar yr hyn allwch chi a'r hyn allwch chi ddim ei wneud er mwyn cael eich budd-daliadau, ac mae hynny'n ddealladwy oherwydd dydych chi ddim yn gweithio am yr arian ac maen rhaid iddyn nhw ddod o hyd iddo o rywle."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Er gwaethaf hyn, a chydnabyddiaeth o dwyll budd-daliadau, teimlwyd bod y system yn **canolbwyntio gormod ar leihau neu atal mynediad i fudd-daliadau**, yn hytrach nag annog pobl i wneud cais am yr hyn y mae ganddynt yr hawl i'w gael:

"Fe wnaethon nhw anfon rhywun allan i dŷ fy mrawd i roi'r wybodaeth hon iddo. Tybed faint o arian wnaethon nhw ei wario yn anfon rhywun allan i'w dŷ am bedair awr i ddweud wrtho bod angen iddo dalu £700 am ei fod heb ddweud wrthyn nhw eu bod nhw wedi stopio ei Lwfans Byw i'r Anabl. O ddifrif? Mae'r holl beth yn hurt?"
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

"Mae popeth wedi'i gynllunio i'w dynnu, yn hytrach na'i roi, oni bai eich bod yn gwybod sut i dwyllo'r drefn."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

Beth y gellid ei wneud i wella'r sefyllfa

Crynodeb

O ran sut y gellid gwella sefyllfaoedd a phrofiadau o dlodi ac allgáu cymdeithasol, dyma'r prif awgrymiadau a gyflwynwyd gan y cyfranogwyr:

- **Addysg ar reoli arian/cyllid;**
- **Mwy o gymorth i wneud cais am fudd-daliadau a'u deall;**
- **Mwy o gymorth cofleidiol.**

Dywedodd cyfranogwyr ym mhob un o'r pedwar gweithdy fod ganaddysg rôl bwysig i'w chwarae – yn enwedig addysg ar sut i reoli arian mewn ysgolion uwchradd:

"Mewn ysgolion, rwy'n deall bod yn rhaid iddyn nhw addysgu hanes ac ati, ond dyw dysgu am wragedd Harri VIII erioed wedi effeithio ar fy mywyd, ond os byddwn i wedi cael gwersi ar... hynny yw, diolch i'r drefn dysgais i goginio gyda fy nhad, ond gwersi ar sut i goginio'n iawn, sut i reoli fy arian, sut i osgoi mynd i ddyled, beth i'w wneud os byddwch chi'n mynd i ddyled, safonau credyd, sut maen nhw'n gweithio, sut i'w gwella ... sgiliau bywyd sylfaenol. Wyddoch chi, hyd yn oed pethau fel newid plygiau, gwastraff bwyd a phethau felly... Mae cymaint allen nhw ei addysgu i chi yn lle pwy gafodd ei ddienyddio, pwy wnaeth oroesi, neu pwy a fu farw."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 4)

"Mewn ysgolion uwchradd, byddai'n help mawr os bydden ni'n cael gwybod yn well sut i reoli ein harian."
(Cyfranogwyr yng ngweithdy 3)

Amlinellodd cyfranogwyr hefyd y byddai mwy o gymorth wrth wneud cais am fudd-daliadau a'u deall yn fuddiol:

"Rwy'n credu bod addysgu pobl a rhoi'r sgiliau iddyn nhw, yn hytrach na dim ond dweud, 'edrychwch, dyma eich arian misol, ewch ati i'w drefnu eich hun'. Rwy'n credu y byddai gwell dealltwriaeth a chanllawiau i rieni a theuluoedd yn help mawr. Byddai cael canllaw yn sicr yn fy helpu i. Ar hyn o bryd dyw hi ddim yn glir faint o Gredyd Cynhwysol byddwch chi'n ei gael bob mis felly dydych chi ddim yn gwybod sut i'w gyllidebu. Rydych chi'n ofni'r gwaethaf ac yn gobeithio am y gorau. Os bydden nhw'n rhoi canllaw clir i chi a dadansoddiad o bopeth, rwy'n credu y byddai hynny'n..."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Dywedodd rhai cyfranogwyr y byddai cyswllt uniongyrchol (yn hytrach na chyswllt ysgrifenedig) â pherson hyfforddedig yn arbennig o ddefnyddiol o ran helpu i ddeall a delio â budd-daliadau:

"Os oes gennych chi broblem ac mae rhywun yn delio â hi ar eich rhan, ac mae'r person hwnnw'n ddigon gwybodus i ddweud wrthych chi, 'a dweud y gwir, allwch chi ddim hawlio hwn ond gallwch chi hawlio hwnnw oherwydd y sefyllfa hon', yna byddai pobl yn teimlo eu bod nhw'n cael mwy o gymorth."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

Teimlwyd bod cael gwybodaeth gan rywun sy'n wybodus am y system yn allweddol i ddefnyddioldeb y math hwn o rannu gwybodaeth:

"Ond yn ogystal â chael gwybodaeth, rwy'n credu bod angen i'r bobl sy'n rhoi'r wybodaeth honno fod yn wybodus er mwyn iddyn nhw allu eich rhoi ar ben ffordd ac er mwyn i chi gael y cymorth a'r help iawn mewn gwirionedd."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

Tynnwyd sylw hefyd at yr angen i wella'r dull gweithredu a'r cywair a ddefnyddir gan wasanaethau/cyfleustodau pan fydd pobl yn mynd i ddyled:

"Os yw rhywun yn ei chael hi'n anodd talu rhywbeth, yna siawns na ddylech chi fod yn gwneud mwy i geisio deall pam. 'Beth allwn ni ei wneud i helpu?' Yn hytrach nag anfon llythyr biwrocrataidd yn dweud, 'Gyda llaw, rydyn ni wedi mynd i'r llys yn barod a bydd yn rhaid i chi dalu £85 am hynny'."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

Yn fwy cyffredinol, dywedodd cyfranogwyr y gallai gwasanaethau y tu hwnt i'r rheini sy'n gysylltiedig â budd-daliadau fod yn fwy cefnogol. Dywedodd mwy nag un cyfranogwr y gallai cymorth cofleidiol mewn perthynas â chyflogaeth fod yn ffordd o wella'r system i'r rheini sy'n wynebu tlodi neu allgáu cymdeithasol. Gallai hyn gynnwys dulliau rhannu gwybodaeth a chyfeirio gwell i'r rheini nad ydynt wedi bod mewn gwaith yn ddiweddar:

"Pan fyddwch chi'n ifanc ac yn dechrau arni, neu pan fyddwch chi'n oedrannus ac efallai heb weithio ers tro ac yn dechrau arni, does neb yn dweud wrthych chi, air am air, beth i'w wneud, sut mae pethau'n gweithio, ble i gael help na pha fath i help rydych chi'n gymwys i'w gael. Byddan nhw ddim yn dweud wrthych chi."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

Dywedodd eraill y gallai cyflogwyr gefnogi gweithwyr yn well, yn enwedig mewn perthynas â salwch:

Cyfranogwr 1: **"Mwy o help a gwybodaeth am yr hyn sydd ar gael. [...] Rwy wedi cael llawer o broblemau a llawer o salwch, ac mae diffyg cefnogaeth gan yr asiantaethau rwy' wedi bod yn delio â nhw o ran y cymorth maen nhw wedi bod yn chwilio amdano gan gwmnïau ac ati, wedi gwaethygu llawer o'r problemau hynny. Rwy' wedi teimlo'n waeth yn y pen draw ac wedi mynd am yn ôl ac wedi gwaethygu mewn gwirionedd oherwydd dydw i ddim wedi gallu cael y cymorth."**

Cyfranogwr 2: **"Maen nhw'n dweud bod ganddyn nhw rwydwaith cefnogol yn y swyddi rydych chi'n ymgeisio amdanyn nhw, ond does dim sôn am y fath beth pan fyddwch chi'n dechrau. 'O, doedden ni ddim yn gwybod bod gennych chi iselder difrifol, doedden ni ddim yn gwybod y byddech chi'n treulio mwy o amser yn mynd i'r ysbyty, a hyn a'r llall'. Ond byddech chi wedi dweud hynny ar y dechrau wrth lofnodi'r ffurflen i'ch cyflogi."**
(Gweithdy 1)

Teimlwyd bod mwy o gymorth cofleidiol yn arbennig o bwysig i'r rheini nad oedd ganddynt rwydweithiau cymorth:

"Rwy'n credu os nad oes gan bobl deulu i'w cefnogi na phobl i eirioli ar eu rhan, dyna'r bobl sy'n syrthio drwy'r rhwyd."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

Dywedwyd hefyd bod angen mwy o gymorth cofleidiol i wella profiad mamau sy'n gweithio, neu famau a hoffai weithio:

"Pe bai'r rhwydweithiau cymorth cywir ar waith, yna byddai mamau a menywod yn gallu dychwelyd i'r gwaith ar ôl cael plant, a dyna lle ... Mae angen mwy o ddealltwriaeth neu fwy o gymorth i hwyluso hynny."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 2)

Effaith a gwerth Gweithredu yng Nghaerau a Threlái (ACE) a'r Ganolfan Adeiladu Gweithredu Cymdeithasol (CBSA)

Yn olaf, byddai'n esgeulus i ni beidio â chynnwys yng nghanfyddiadau'r gweithdai yr adborth hynod gadarnhaol a gafwyd gan y cyfranogwyr ynghylch y cymorth a gawsant gan Gweithredu yng Nghaerau a Threlái (ACE) a'r Ganolfan Adeiladu Gweithredu Cymdeithasol (CBSA) (y ddau sefydliad a arweiniodd y broses o wahodd cyfranogwyr ar gyfer y gweithdai), a'r effaith gadarnhaol a gafodd hyn ar eu bywydau. Er bod y cymorth a roddwyd mewn rhai achosion yn benodol i anghenion penodol (er enghraifft darparu bwyd), cyfeiriodd y cyfranogwyr yn gyffredinol at effaith llawer mwy pellgyrhaeddol ar eu hiechyd meddwl a'u lles, ni waeth pa wasanaeth penodol y gwnaethant ei ddefnyddio. Pwysleisiodd llawer hefyd y dylai gwasanaethau fel y rhai a ddarperir gan ACE a CBSA fod ar gael yn ehangach ac y dylid rhoi mwy o gyhoeddusrwydd iddynt. Ceir detholiad o ddyfyniadau isod:

"Doeddwn i ddim mewn lle da yn feddyliol. Roeddwn i'n edrych ar y daflen wybodaeth ar yr hysbysfwrdd y tu allan pan ddaeth [enw] allan a dweud, 'alla i eich helpu?' Dywedais, 'wel ie, a dweud y gwir, mae angen help arna i'. Felly gwnaeth hi fy ngwahodd i mewn am baned a dyna sut y dechreuodd y cyfan. Felly dim ond oherwydd fy mod wedi mynd i'r pen eithaf ac yn ceisio gwella fy hun. Felly rwy' wedi mynd o fethu â gadael y tŷ i fod yma nawr, yn siarad mewn grŵp. Mae hynny i gyd wedi digwydd mewn cyfnod o bum neu chwe mis." (Cyfranogwr yng ngweithdy 1)

"Dwi ddim yn gwybod ble fyddwn i heb ACE."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 1)

"Mae dod yma [ACE] wedi bod yn gymaint o help i mi. I ddechrau, pan ddes i yma gyntaf, allwn i ddim hyd yn oed agor y drws. Heb fynd i fanylion am y rheswm dros hynny, hoffwn i pe bai rhywle y gallai pobl fynd i wneud ychydig o oriau i ddechrau, gan gynyddu'n raddol i oriau gwaith a gallu cyfrannu a gwneud pethau sy'n gysylltiedig â gwaith a chael hyfforddiant a phopeth arall. Oherwydd mae llawer o dalent ofer allan yno, llawer o dalent segur. [...] Rwy'n credu y byddem ni'n ffynnu pe bai'r pethau hynny ar waith."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 1)

"Rwy'n credu ein bod ni'n ffodus oherwydd mae gennym ni rywle canolog [adeilad ACE] lle rydyn ni'n gallu cwrdd a lle mae'r cydberthnasau hyn yn datblygu, a hynny'n organig. Rwy'n credu bod llawer o leoedd sydd heb rhywle cymunedol canolog."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 1)

"Ond mae [ACE] wedi fy helpu'n fwy nag y mae fy meddyg [...] Mae wedi fy helpu o ran fy iselder, fy mhryder, fy hyder – dwi ddim yn teimlo'n agored i niwed mwyach. Ac mae wedi fy helpu i fynd allan mwy. A chwrdd â mwy o bobl."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 1)

"Ac mae'n ddiogel yma hefyd. Mae'n dal i fod yn ddiogel yma. Does dim ots beth sy'n digwydd yn y byd y tu allan, mae'n rhywle diogel. Ac mae fel un teulu mawr. Mae pawb wedi bod drwy, neu'n mynd drwy, yr un profiadau â chi, neu does ganddyn nhw ddim arian neu maen nhw ar fudd-daliadau, neu mae ganddyn nhw broblemau iechyd meddwl. Mae pawb yn yr un cwch. Ac mae hynny'n beth prin."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 1)

"Rhywsut, rwy' yma heddiw, ac rwy' am wneud yn siŵr bod pawb yn gwybod, oni bai am CBSA, byddwn i ddim yma o gwbl."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 3)

"Mae grŵp bwyd [CBSA] yn wir wedi achub fy mywyd. Ers i mi allu cael help gyda'r bwyd, mae fy diabetes a lefel y glwcos yn fy ngwaed wedi gostwng o naw i saith am fy mod yn bwyta'n well. Mae mor syml â hynny. Gallu cael y ffrwythau a'r llysiau, yn hytrach na gorfod dibynnu ar fara i lenwi. Mae hynny'n gwneud gwahaniaeth mawr, ac rwy'n siŵr bod llawer o bobl â phroblemau iechyd meddwl yn wir yn gwerthfawrogi'r help ychwanegol y mae'r grwp yn ei roi, er enghraifft i wneud i'r arian fynd ymhellach. Mae'n wych."
(Cyfranogwr yng ngweithdy 4)

Casgliad

Mae'r adroddiad hwn yn amlinellu canlyniadau pedwar gweithdy a gynhaliwyd mewn ardaloedd gwahanol yng Nghymru gyda phobl â phrofiad uniongyrchol o dlodi ac allgáu cymdeithasol. Yn gyffredinol, mae'r canfyddiadau'n dangos bod costau uchel a chynyddol bwyd a nwy a thrydan yn ffactorau arbennig o arwyddocaol a oedd yn sbarduno anawsterau o ran rheoli incwm, a oedd hefyd yn achosi straen sylweddol i gyfranogwyr y gweithdai. Canolbwyntiodd y cyfranogwyr a oedd yn famau i blant bach yn fwy ar argaeledd a chostau uchel gofal plant fel ffactor allweddol yn eu profiadau o dlodi ac allgáu cymdeithasol. Canolbwyntiodd y trafodaethau ynghylch budd-daliadau ar y farn nad oeddent yn ddigonol i dalu costau byw, yn enwedig yn wyneb costau nwy, trydan a bwyd cynyddol.

Gyda'i gilydd, dywedwyd bod y problemau hyn, a'r profiad ymarferol o dlodi ac allgáu cymdeithasol yn fwy cyffredinol, yn cael effaith negyddol ar iechyd meddwl a lles. Y rheswm dros hyn oedd y straen sy'n rhan annatod o geisio cael deupen llinyn ynghyd yn ogystal â'r stigma sy'n gysylltiedig â thlodi ac allgáu cymdeithasol. Esboniodd y cyfranogwyr hefyd sut mae'r ffordd y caiff budd-daliadau eu cyfleu, eu cymhwyso a'u gweinyddu, yn cael effaith negyddol bellach ar les, oherwydd y straen o lywio system gymhleth a allai wneud i gyfranogwyr deimlo eu bod yn cael eu trin yn annynol.

Yn ogystal â bod yn annynol, cyfeiriodd y cyfranogwyr hefyd at y ffyrdd y gallai trefn y system fudd-daliadau eu cymell i beidio â chwilio am neu gynyddu eu horiau gwaith. Er enghraifft, teimlai rhai cyfranogwyr eu bod yn gorfod gweithio 16 awr yr wythnos er mwyn osgoi'r cap ar fudd-daliadau, er nad oedd hyn yn arwain at unrhyw incwm ychwanegol mewn llawer o achosion oherwydd gwariant cysylltiedig fel costau gofal plant.

Ar yr un pryd, roedd yr un cyfranogwyr yn teimlo eu bod yn cael eu cymell i beidio â gweithio mwy nag 16 awr yr wythnos gan y byddai hynny'n arwain at ostyngiad yn eu taliadau Credyd Cynhwysol, a allai olygu eu bod yn waeth eu byd yn ariannol. Dywedwyd bod y mathau hyn o anghymhellion, ynghyd ag agweddau eraill ar y system fudd-daliadau (fel y cyfnod aros o bum wythnos am daliad Credyd Cynhwysol cychwynnol), yn gysylltiedig â'r gallu i ddod o hyd i waith o ansawdd da, gan olygu y gall cyfranogwyr deimlo'n amharod i adael sicrwydd cymharol y system fudd-daliadau am yr hyn a fyddai'n aml yn gontractau dim oriau ansicr.

Gwnaeth cyfranogwyr y gweithdai nifer o awgrymiadau ynghylch sut y gellid gwella'r sefyllfa. Roedd y rhain yn cynnwys addysg ar reoli arian mewn ysgolion uwchradd, mwy o gymorth i wneud cais am fudd-daliadau a'u deall, a mwy o gymorth cofleidiol, yn enwedig mewn perthynas â chyflogaeth.

Er nad oedd nodi pa themâu oedd yn fwy cyffredin mewn grwpiau gwahanol yn rhan o gwmpas y gweithdai hyn, roedd rhai gwahaniaethau'n amlwg iawn, er enghraifft bod problemau yn ymwneud â gofal plant yn llawer mwy cyffredin ymhlith mamau i blant bach. Gellid gwneud rhagor o waith ymchwil i nodi sut mae meysydd blaenoriaeth a ffyrdd arfaethedig o wella sefyllfaoedd yn amrywio yn ôl ffactorau demograffig a sefyllfaoedd byw, e.e. oedran, natur wledig, cyfrifoldebau gofalu, pobl o oedran gweithio a phobl sydd wedi ymddeol.

Gyda'i gilydd, mae'r canfyddiadau'n amlinellu amrywiaeth o feysydd gweithredu posibl sydd o fewn pwerau datganoledig Llywodraeth Cymru a allai wneud gwahaniaeth sylweddol a chadarnhaol i fywydau'r rheini sy'n wynebu tlodi ac allgáu cymdeithasol yng Nghymru.

Cyfeiriadau

Bucelli, I., a McKnight, A. (2022a). **Lleihau tlodi ac allgáu cymdeithasol: trosolwg o'r dystiolaeth ryngwladol** Caerdydd: Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru.

Bucelli, I., a McKnight, A. (2022b). **Tlodi ac allgáu cymdeithasol: adolygiad o dystiolaeth ryngwladol ar y cyflenwad tai fforddiadwy.** Caerdydd: Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru.

Bucelli, I., a McKnight, A. (2022c). **Tlodi ac allgáu cymdeithasol: adolygiad o dystiolaeth ryngwladol ar allgáu digidol.** Caerdydd: Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru.

Bucelli, I., a McKnight, A. (2022d). **Tlodi ac allgáu cymdeithasol: adolygiad o dystiolaeth ryngwladol ar addysg a gofal plant plentyndod cynnar.** Caerdydd: Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru.

Bucelli, I., a McKnight, A. (2022e). **Tlodi ac allgáu cymdeithasol: adolygiad o dystiolaeth ryngwladol ar ansicrwydd bwyd.** Caerdydd: Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru.

Bucelli, I., a McKnight, A. (2022f). **Tlodi ac allgáu cymdeithasol: adolygiad o dystiolaeth ryngwladol ar dlodi tanwydd.** Caerdydd: Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru.

Bucelli, I., a McKnight, A. (2022g). **Tlodi ac allgáu cymdeithasol: adolygiad o dystiolaeth ryngwladol ar addysg bellach a sgiliau.** Caerdydd: Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru.

Bucelli, I., a McKnight, A. (2022h). **Tlodi ac allgáu cymdeithasol: adolygiad o dystiolaeth ryngwladol ar ddyled aelwydydd.** Caerdydd: Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru.

Bucelli, I., a McKnight, A. (2022i). **Tlodi ac allgáu cymdeithasol: adolygiad o dystiolaeth ryngwladol ar gamu ymlaen yn y gwaith.** Caerdydd: Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru.

Bucelli, I., a McKnight, A. (2022j). **Tlodi ac allgáu cymdeithasol: adolygiad o dystiolaeth ryngwladol ar amgylchedd cymdogaeth.** Caerdydd: Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru.

Bucelli, I., a McKnight, A. (2022k). **Tlodi ac allgáu cymdeithasol: adolygiad o dystiolaeth ryngwladol ar ddefnydd o drosglwyddiadau arian parod** Caerdydd: Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru.

Bucelli, I., a McKnight, A. (2022l). **Tlodi ac allgáu cymdeithasol: adolygiad o dystiolaeth ryngwladol ar anfantais trafnidiaeth.** Caerdydd: Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru.

Bucelli, I., a McKnight, A. (2022m). **Tlodi ac allgáu cymdeithasol: adolygiad o dystiolaeth ryngwladol ar wasanaethau ieuenctid.** Caerdydd: Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru.

Carter, I. (2022a). **Tlodi ac allgáu cymdeithasol yng Nghymru:** Caerdydd: Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru

Carter, I. (2022b). Tlodi ac allgáu cymdeithasol yng Nghymru: Adolygiad o dystiolaeth profiad bywyd. Caerdydd: Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru.

Kenway, P., Ayrton, C., Chandran, C., a Tortajada, I. (2022). **What makes an anti-poverty strategy effective?. Llundain: New Policy Institute.**

Atodiad 1: Methodoleg

Cynhaliwyd pedwar gweithdy mewn pedair dinas/tref wahanol yng Nghymru, i archwilio profiadau ymarferol cyfranogwyr o dlodi ac allgáu cymdeithasol a sut y gellid gwella pethau, yn eu barn nhw. Cynhaliwyd yr holl weithdai ym mis Medi 2021.

Recriwtio, cyfranogwyr a lleoliadau

Gwahoddwyd cyfranogwyr drwy ddau fudiad yn y trydydd sector, a weithiodd yn uniongyrchol â nhw: Gwahoddwyd cyfranogwyr ar gyfer y gweithdy cyntaf gan **Gweithredu yng Nghaerau a Threlái** (ACE), elusen a ddatblygwyd gan y gymuned sy'n datblygu ac yn darparu amrywiaeth o brosiectau a gweithgareddau gwahanol i adfywio a gwella cymunedau Trelái a Chaerau yng Ngorllewin Caerdydd. Datblygodd ACE o waith datblygu cymunedol a wnaed drwy raglen Cymunedau yn Gyntaf Llywodraeth Cymru.

Gwahoddwyd cyfranogwyr ar gyfer y tri gweithdy dilynol gan y **Ganolfan Adeiladu Gweithredu Cymdeithasol**(CBSA), elusen cyfiawnder cymdeithasol sy'n mynd i'r afael ag achosion a chanlyniadau tlodi ac anghydraddoldeb drwy gynllunio gwasanaethau gydag unigolion a chymunedau y mae'r problemau hyn yn cael yr effaith fwyaf arnynt. Mae CBSA, y mae ei phencadlys wedi'i lleoli yn Llanelli, yn cefnogi unigolion a chymunedau ledled Sir Gaerfyrddin.

Cyflwynir y lleoliadau, nifer y cyfranogwyr, a'r sefydliad partner ar gyfer pob gweithdy yn Nhabl 1. Cymerodd cyfanswm o 42 o gyfranogwyr ran yn y gweithdai: 38 o fenywod (90%) a 4 dyn (10%).

Tabl 1. Lleoliadau gweithdai, nifer y cyfranogwyr a sefydliadau partner

Gweithdy	Lleoliad	N	Sefydliad partner
1	Caerdydd	10 (8 menyw, 2 ddyn).	ACE
2	Rhydaman	10 (10 menyw, 0 dyn).	CBSA
3	Llanelli	10 (9 menyw, 1 dyn).	CBSA
4	Porth Tywyn	12 (11 menyw, 1 dyn).	CBSA
Cyfanswm		*42 (38 menyw, 4 dyn).*	

Gweithdrefn

Cafodd unigolion a oedd â phrofiad ymarferol o dlodi a/neu allgáu cymdeithasol eu nodi a'u gwahodd i gymryd rhan mewn gweithdy gan staff ACE a CBSA. Gwnaed y cyswllt cyntaf dros y ffôn neu wyneb yn wyneb, gan roi crynodeb llafar i bob darpar gyfranogwr o’r gweithdai a’r prosiect ehangach. Yna, cafodd y rheini a fynegodd ddiddordeb wybodaeth ddilynol ar ffurf ysgrifenedig. Cafodd darpar gyfranogwyr eu gwahodd i gymryd rhan hefyd drwy bosteri/taflenni ar safleoedd y sefydliadau.

Cynhaliwyd y gweithdai mewn mannau a oedd yn eiddo i’r sefydliadau partner neu mewn canolfannau cymunedol lleol neu ystafelloedd cyfarfod wedi’u llogi, Cafodd y gweithdai eu hwyluso gan ddau aelod o dîm Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru. Yng ngweithdy 1, cyd-hwylusodd dau aelod o dîm ACE y sesiwn hefyd. Yng ngweithdai 2, 3 a 4, roedd dau aelod o dîm CBSA yn bresennol er mwyn helpu gyda’r broses sefydlu, cwblhau ffurflenni caniatâd a goruchwylio plant y cyfranogwyr, ond ni wnaethant gyd-hwyluso'r drafodaeth ei hun.

Parodd pob gweithdy rhwng 90 a 120 munud a gwnaed recordiad sain ohono. Llofnododd pob cyfranogwr ffurflen gydsynio cyn cymryd rhan yn y gweithdy – gweler **Atodiad 3**. Rhoddwyd taleb o £20 i’r cyfranogwyr am eu hamser, yn unol â'r cyflog byw. Darparwyd bwyd a diod hefyd.

Yn dilyn y pedwar gweithdy, trawsgrifiwyd y recordiadau sain air am air. Wedyn, dadansoddwyd y trawsgrifiadau hyn er mwyn llunio’r canlyniadau ysgrifenedig a gyflwynwyd uchod.

Canllaw trafod

Wrth gynllunio'r canllaw trafod ar gyfer y gweithdai, y nod oedd sicrhau bod y drafodaeth yn cael ei harwain gan y cyfranogwyr, h.y. bod y sgwrs yn canolbwyntio ar feysydd a oedd o ddiddordeb i’r cyfranogwyr, neu’n berthnasol iddynt yn eu barn nhw.

Ar yr un pryd, roedd angen i ni sicrhau y byddai'r canfyddiadau'n berthnasol i brosiect Canolfan Polisi Cymdeithasol Cymru ar dlodi ac allgáu cymdeithasol a bod modd rheoli ehangder y drafodaeth yn ystod y cyfnod dan sylw.

Mae tlodi ac allgáu cymdeithasol yn cwmpasu amrywiaeth eang o bynciau posibl, profiadau personol a meysydd y mae angen ymyrryd â nhw. Mae prosiect Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru ar dlodi ac allgáu cymdeithasol yn canolbwyntio ar 12 maes polisi allweddol a ddewiswyd gan Lywodraeth Cymru.[4] Fodd bynnag, mae hwn yn gyfle gwych o hyd i grynhoi neu gyflwyno i gynulleidfa leyg mewn 90-120 munud. Ar yr un pryd, nid oeddem am dybio unrhyw agwedd ar brofiad ymarferol y cyfranogwyr o dlodi ac allgáu cymdeithasol yn seiliedig ar yr ymchwil a wnaed eisoes. Hynny yw, roeddem am osgoi hepgor ffactorau pwysig o'r drafodaeth am nad oeddent wedi’u cynnwys yn y 12 maes polisi a sicrhau ein bod yn neilltuo amser i feysydd polisi nad ystyriwyd eu bod yn bwysig i'r cyfranogwyr. At hynny, nid yw'n wir o reidrwydd fod pobl yn wynebu tlodi ac allgáu cymdeithasol mewn dimensiynau neu feysydd ar wahân, ac roedd angen adlewyrchu hyn yn y canllaw trafod.

Yn seiliedig ar yr ystyriaethau hyn, cynlluniwyd y canllaw trafod o amgylch y pwnc dan sylw a'r ymchwil a wnaed eisoes, gan flaenoriaethu barn a safbwyntiau'r cyfranogwyr eu hunain. Roedd y canllaw trafod yn cynnwys cwestiynau anwythol (h.y. cwestiynau nad oeddent yn tybio unrhyw syniadau na chanlyniadau rhagdybiedig) a chwestiynau diddwythol (h.y. cwestiynau yn seiliedig ar/wedi'u llywio gan y 12 maes polisi). Dechreuodd y gweithdy gyda chwestiwn cyffredinol ('beth mae ‘ei chael hi’n cael deupen llinyn ynghyd’ yn ei olygu i chi?').

4 Dyma’r 12 maes polisi: y nifer sy’n manteisio ar drosglwyddiadau arian parod, dyled aelwydydd; tlodi tanwydd, ansicrwydd bwyd, allgáu digidol, cyflenwad tai fforddiadwy, anfantais o ran trafnidiaeth, camu ymlaen yn y gwaith, addysg a gofal plant yn y blynyddoedd cynnar, addysg bellach a sgiliau, amgylchedd y gymdogaeth, a gwasanaethau ieuenctid.

Yn dilyn archwiliad cychwynnol o'r themâu a ddaeth i'r amlwg, cyflwynwyd y 12 maes polisi i'r cyfranogwyr i'w trafod yn fanylach, yn seiliedig ar eu blaenoriaethau o ran y rhai a oedd bwysicaf iddynt.

Gweler **Atodiad 2** am y canllaw trafod llawn.

Dull gweithredu

Yn ogystal â chael ein harwain gan y cyfranogwyr, roeddem yn awyddus i sicrhau bod y gweithdai wedi'u cynllunio mewn ffordd hygyrch, o ran y canllaw trafod (gweler uchod) a threfn gyffredinol y gweithdai .

Er mwyn sicrhau hygyrchedd, gallai cyfranogwyr ddod â'u plant i'r gweithdai, fel nad oedd cyfrifoldebau gofalu yn rhwystr i gymryd rhan. Darparwyd gweithgareddau i'r plant a oedd yn bresennol, a gafodd eu goruchwylio gan staff ACE a CBSA. Roedd hyn yn arbennig o bwysig ar gyfer gweithdy 2, lle roedd pob un o'r cyfranogwyr yn famau i blant bach gan mai drwy'r gwasanaeth i deuluoedd a ddarperir gan CBSA y cawsant eu gwahodd. Yn gyffredinol, roedd un plentyn yn bresennol yng ngweithdy 1, 10 plentyn yng ngweithdy 2, dau blentyn yng ngweithdy 3 ac un plentyn yng ngweithdy 4.

Cynigiwyd cymysgedd o amseroedd gwahanol, a chynhaliwyd y gweithdai yn gynnar yn y prynhawn a gyda'r nos er mwyn lleihau'r tebygolrwydd y byddai ymrwymiadau gofalu a gwaith yn rhwystr i gymryd rhan.

Cynhaliwyd y gweithdai mewn lleoliadau a oedd yn gyfarwydd i'r cyfranogwyr, naill ai mewn mannau cymunedol a oedd yn eiddo i'r sefydliadau partner neu mewn mannau wedi'u llogi. Roedd hyn, ynghyd â'r cysylltiad uniongyrchol rhwng y sefydliadau partner a'r cyfranogwyr (ac mewn rhai achosion rhwng y cyfranogwyr eu hunain), yn gymorth i feithrin ymdeimlad o ymddiriedaeth a natur agored ar gyfer y trafodaethau.

Cynhaliwyd y gweithdai wyneb yn wyneb ond yn unol â phrotocolau COVID-19. Cwblhawyd asesiadau risg cyffredinol ac asesiadau risg yn benodol i COVID-19. Cyn belled ag y bo modd yn unol â phrotocolau COVID-19, ein nod oedd creu amgylchedd anffurfiol heb ormod o strwythur o ran y drafodaeth ac annog y cyfranogwyr i gymryd seibiant a chael bwyd/diod yn ôl yr angen.

Symleiddiwyd y derminoleg ynghylch y meysydd polisi – er enghraifft, aileirio'r 12 maes polisi er mwyn sicrhau eu bod yn hawdd i'r cyfranogwyr eu deall ac nad oeddent yn rhy academaidd eu naws neu'n canolbwyntio gormod ar bolisi.[5] Gwnaethom hefyd osgoi defnyddio iaith a oedd yn seiliedig ar ddiffyg yn y gweithdai yn ogystal â'r termau 'tlodi' ac 'allgáu cymdeithasol', oherwydd dangosodd trafodaethau â'r sefydliadau partner cyn y gweithdai y gallai'r termau hyn stigmateiddio a/neu nad oeddent yn dermau y byddai'r cyfranogwyr o reidrwydd yn eu deall nac yn cysylltu eu profiadau â nhw. Yn hytrach, defnyddiwyd geiriau fel 'cael deupen llinyn ynghyd' neu 'ymdopi o ddydd i ddydd'. Roedd ffocws clir hefyd ar yr hyn y gellid ei wneud i wella sefyllfaoedd er mwyn taro cydbwysedd rhwng trafod profiadau negyddol posibl ac ystyried sut y gellid gwella sefyllfaoedd neu wasanaethau mewn ymateb i'r rhain.

Cafodd diben yr ymchwil a sut y byddai cyfraniad y cyfranogwyr yn bwydo i mewn i'r prosiect ehangach eu cyflwyno'n glir i'r cyfranogwyr a'u hailadrodd ar sawl cam – ar y pwynt recriwtio, wrth esbonio'r ffurflenni caniatâd ar lafar, ac ar ddechrau a diwedd y gweithdai. Rhoddwyd yr opsiwn i'r cyfranogwyr gael y wybodaeth ddiweddaraf am ddatblygiad y prosiect, gan gynnwys allbynnau perthnasol.

5 Y nifer sy'n manteisio ar drosglwyddiadau arian parod = budd-daliadau; dyled aelwydydd = dyled / arian yn ddyledus; tlodi tanwydd = nwy a thrydan; ansicrwydd bwyd = bwyd; allgáu digidol = y rhyngrwyd / mynediad i gyfrifiadur / data; cyflenwad tai fforddiadwy = tai; anfantais o ran trafnidiaeth = teithio; addysg a gofal plant yn y blynyddoedd cynnar = gofal plant; gwasanaethau ieuenctid = gwasanaethau i bobl ifanc; camu ymlaen yn y gwaith = gwaith o ansawdd da; addysg bellach a sgiliau = sgiliau ac addysg oedolion; amgylchedd y gymdogaeth = eich amgylchoedd.

Cyfyngiadau

Fel yr esboniwyd uchod, roedd y gweithdai'n cynnwys ymarfer ymgysylltu yn hytrach na chyfrannu at y sylfaen dystiolaeth ansoddol – a fyddai wedi golygu bod angen cynnal cyfres o grwpiau ffocws cwbl gynrychioliadol a oedd yn gadarn o ran methodoleg. Serch hynny, un o ddibenion allweddol yr ymarfer ymgysylltu oedd sicrhau bod lleisiau heb gynrychiolaeth ddigonol (h.y. y rheini â phrofiad uniongyrchol o dlodi ac allgáu cymdeithasol) yn cael eu cynnwys wrth lywio a datblygu polisïau, yn seiliedig ar sylwadau treiddgar gan niferoedd bach yn hytrach na sampl gynrychioliadol.

Fodd bynnag, mae agweddau croestoriadol ar brofiadau ymarferol o dlodi ac allgáu cymdeithasol mewn grwpiau nad ydynt yn cael eu clywed yn gyffredinol. Er enghraifft, mae'r rhain yn cynnwys gwahaniaethau rhwng profiadau’r rheini o gefndiroedd lleiafrifoedd ethnig gwahanol, dynion a menywod, neu’r rheini ag anableddau a heb anableddau. Un o gyfyngiadau'r gweithdai yw nad ystyriwyd agweddau croestoriadol y tu hwnt i’r gwahaniaethau demograffig a ddaeth i'r amlwg o'r trawsgrifiadau, e.e. blaenoriaethau a phrofiadau gwahanol mamau i blant bach o gymharu â'r rheini â phlant hŷn neu heb blant, neu wahaniaethau rhwng profiadau oedolion sy'n gweithio a phensiynwyr. Felly, gallem fod wedi gwahodd cyfranogwyr gan ystyried dadansoddiadau demograffig er mwyn gallu archwilio effeithiau croestoriadol yn fanylach.

Atodiad 2: Agenda a chanllaw hwyluso

Agenda'r gweithdy

Eitem ar yr agenda	Cofnodion	Amser
Gweithgaredd torri'r iâ	10 munud	1.00-1.10pm / 6.00-1.10pm
Cyflwyniad i'r gweithdy	5 munud	1.10-1.15pm / 6.10-6.15pm
Sicrhau lle diogel	5 munud	1.15-1.20pm / 6.15-6.20pm
Cwestiwn agoriadol	10 munud	1.20-1.30pm / 6.20-6.30pm
Gweithgaredd cychwynnol: meysydd blaenoriaeth	15 munud	1.30-1.45pm / 6.30-6.45pm
Trafodaethau sy'n benodol i'r thema	30 munud	1.45-2.15pm / 6.45-7.15pm
Toriad cysur	10 munud	2.15-2.25pm / 7.15-7.25pm
Trafodaeth am syniadau ar gyfer newid	30 munud	2.25-2.55pm / 7.25-7.55pm
Sylwadau i gloi	5 munud	2.55-3.00pm / 7.55-8.00pm

Canllaw hwyluso'r gweithdy

Gweithgaredd torri'r iâ [10 munud]

Cyn i ni fwrw ati, er mwyn i ni ddod i adnabod ein gilydd ychydig, hoffwn fynd o amgylch y grŵp ac i bawb roi eu henw, ac yna ddweud wrth y grŵp, os gallech fod yn archarwr, beth fyddai eich archbŵer?

Cyflwyniad i'r gweithdy [5 munud]

Helo bawb! Diolch yn fawr iawn i chi am ddod heddiw Mae'r gweithdy wedi cael ei drefnu er mwyn clywed am eich profiadau o ymdopi yn ystod cyfnodau anodd, yr heriau rydych wedi'u hwynebu wrth geisio cael deupen llinyn ynghyd, a sut y gellid gwella pethau, yn eich barn chi. Yn ogystal â'r gweithdy hwn heddiw, bydd tri gweithdy arall yn cael eu cynnal mewn rhannau eraill o Gymru.

Mae'r gweithdy'n cael ei gynnal fel rhan o brosiect sy'n cael ei redeg gan Ganolfan Polisi Cyhoeddus Cymru, sy'n gweithio gyda Llywodraeth Cymru i geisio gwella'r ffordd mae pobl yn cael eu cefnogi yn ystod cyfnodau heriol. Bydd y gweithdy'n gyfle i chi helpu i lunio'r gwasanaethau a'r cymorth sydd ar gael er mwyn gwella bywydau pobl yng Nghymru.

Byddwn yn sôn am sicrhau ein bod yn creu lle diogel cyn dechrau'r drafodaeth grŵp, ond cyn hynny, oes gan rhywun unrhyw gwestiynau am y gweithdy neu'r prosiect y mae'n rhan ohono? Mae croeso i chi ofyn unrhyw gwestiynau wrth iddynt godi yn ystod ac ar ôl y sesiwn hefyd.

'Cytundeb' grŵp i sicrhau lle diogel [5 munud]

Rydym yn awyddus i glywed sut mae pethau, a sut mae pethau wedi bod i chi – felly er bod gennym ni gwestiynau i'w gofyn, dim ond i lywio'r drafodaeth y mae'r rhain ac rydym yn hapus i gael ein tywys gennych chi o ran yr hyn rydych am siarad amdano.

Bydd unrhyw beth y byddwch yn ei rannu'n cael ei drin yn ddienw, felly ni fydd eich enw'n gysylltiedig ag unrhyw beth y byddwch yn ei ddweud.

Mae'n bwysig bod pob un ohonom yn gwrtais ac yn barchus tuag at ein gilydd, gan gynnwys eraill y gallai fod ganddynt safbwyntiau a phrofiadau gwahanol i chi. Trafodaeth yw hi felly mae'n iawn anghytuno, ond os gallem osgoi torri ar draws ein gilydd a herio profiadau ein gilydd mewn ffordd a allai wneud i rywun deimlo ei fod yn cael ei feirniadu neu emosiynau negyddol eraill, bydd hynny'n helpu i sicrhau trafodaeth agored ac adeiladol.

Er ein bod yn awyddus i'r sgwrs gael ei llywio gennych chi, nid ydym chwaith am eich cadw chi yma drwy'r prynhawn/nos! Felly, er mwyn sicrhau ein bod yn gorffen ar amser (am Xpm), efallai y bydd angen i'r rheini ohonom sy'n cynnal y sgwrs ei symud yn ei blaen. Ni fyddwn yn gwneud hyn er mwyn bod yn anghwrtais, ond er mwyn gwneud yn siŵr na fyddwn yn cymryd mwy o'ch amser na'r hyn rydych wedi cytuno iddo.

Er mwyn sicrhau bod hwn yn lle diogel i chi rannu profiadau a allai fod yn bersonol, mae'n bwysig bod pob un ohonom yn cytuno i gadw pethau'n gyfrinachol o fewn y grŵp – hynny yw, na fydd unrhyw beth sy'n cael ei drafod yn y grŵp hwn yn cael ei drafod y tu allan iddo. Bydd popeth sy'n cael ei ddweud heddiw'n cael ei gadw'n ddienw mewn unrhyw adroddiadau ysgrifenedig a lunnir o ganlyniad i'r gweithdai – felly ni fyddant yn cynnwys unrhyw enwau na gwybodaeth arall sy'n adnabod unigolion. Bydd dyfyniadau'n cael eu cynnwys yn yr allbynnau ysgrifenedig, ond byddant bob amser yn ddienw.

Er mwyn osgoi gwneud llawr o newidiadau a sicrhau ein bod yn gallu gwrando'n astud, roeddem yn awyddus i recordio'r sgwrs. Dim ond i wneud nodiadau ac ysgrifennu canlyniadau'r astudiaeth y bydd y recordiad sain hwn yn cael ei ddefnyddio. Ni fydd yn cael ei rannu'n ehangach y tu hwnt i Ganolfan Polisi Cyhoeddus Cymru a bydd yn cael ei ddileu ar ôl i'r canlyniadau gael eu hysgrifennu.

A yw pawb yn hapus i gytuno i hyn? A oes unrhyw beth arall yr hoffech ei gyflwyno?

Cwestiwn agoriadol [10 munud]

I ddechrau'r drafodaeth, beth am ddechrau gyda chwestiwn cyffredinol: beth mae 'ei chael hi'n anodd cael deupen llinyn ynghyd' yn ei olygu i chi? Hynny, pan fyddwch yn meddwl am ymdopi o ddydd i ddydd a'r hyn sy'n gallu gwneud hynny'n anodd, beth sy'n dod i'r meddwl?

[ymatebion]

Awgrym: Pa fath o brofiad rydych wedi'i gael (cadarnhaol neu negyddol) dros y blynyddoedd diwethaf o ran ymdopi o ddydd i ddydd?

Crynodeb: Iawn, felly mae'n ymddangos mai'r prif themâu yw [U, W, Y...]. Oes gan rhywun thema arall i'w hychwanegu?

Gweithgaredd cychwynnol: meysydd blaenoriaeth [15 munud]

Trefnu'r gweithgaredd: Mae'r 12 maes polisi wedi'u hysgrifennu ar siart droi. Mae'r meysydd polisi wedi'u hysgrifennu mewn iaith glir – mae'r termau cyfatebol a ddefnyddir yng ngweddill yr adroddiadau wedi'u nodi mewn cromfachau.

1. Budd-daliadau (manteisio ar drosglwyddiadau arian parod)
2. Dyled/arian yn ddyledus (dyled aelwydydd)
3. Nwy a thrydan (tlodi tanwydd)
4. Bwyd (ansicrwydd bwyd)
5. Rhyngrwyd/mynediad i gyfrifiadur/ data (allgáu digidol)
6. Tai (cyflenwad tai fforddiadwy)
7. Trafnidiaeth / teithio (anfantais o ran trafnidiaeth)
8. Gofal plant (addysg a gofal plant yn y blynyddoedd cynnar)
9. Gwasanaethau i bobl ifanc (gwasanaethau ieuenctid)
10. Gwaith o ansawdd da (camu ymlaen yn y gwaith)
11. Sgiliau ac addysg oedolion (addysg bellach a sgiliau)
12. Eich amgylchoedd (amgylchedd y gymdogaeth)

Mae gennym dasg nawr i ddeall yn well pa broblemau a allai fod yn bwysicach i chi'n bersonol. Mae gennym 12 thema allweddol ar y siart droi, y gwnaeth rhai ohonynt godi yn ein sgwrs agoriadol, ac eraill yn y gwaith ymchwil y mae Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru wedi bod yn ei wneud. Mae gennym hefyd bentyrrau o nodiadau 'post -it' yma.

Hoffwn i chi feddwl, a rhoi nodyn post-it coch ar y maes sy'n cynrychioli'r ystyriaeth neu'r her fwyaf i chi wrth geisio cael deupen llinyn ynghyd – hynny yw, y peth a allai wneud y gwahaniaeth mwyaf pe bai'n cael ei wneud yn wahanol. Felly, er enghraifft, gallwn ddweud pe bai trafnidiaeth gyhoeddus yn well neu'n rhatach, y byddai llawer mwy o swyddi'n opsiwn i mi. Neu i rywun arall, pe bai'r bil nwy a thrydan yn rhatach, yna byddai'n golygu bod bwydo'r teulu'n symlach, a fyddai'n lleihau'r pwysau ar bethau.

Mae'r nodiadau 'post-it' glas ar gyfer yr ail faes pwysicaf, ac mae'r rhai melyn ar gyfer y trydydd maes pwysicaf.

Cymerwch eich amser a meddyliwch, a rhowch y nodyn 'post-it' ar y cardiau/siart droi pan fyddwch yn barod. Yna byddwn yn dod yn ôl i drafod ymhen 10 munud.

Trafodaethau sy'n benodol i'r thema [30 munud]

Gallaf weld bod sawl nodyn 'post-it' coch ar thema *[U]*. A fyddai rhywun a roddodd nodyn 'post-it' ar y gair penodol hwnnw/thema benodol honno yn teimlo'n gyfforddus yn egluro pam?

[Parhau i drafod]

Awgrym: Felly, pam ydych chi'n teimlo mai dyma'r maes pwysicaf i chi, o gymharu â thema [W], er enghraifft?

Awgrym: A allech chi roi enghraifft i ni o sut y mae hyn yn effeithio ar eich bywyd o ddydd i ddydd?

Awgrym: A oes unrhyw beth wedi newid sydd wedi gwneud hyn yn fwy neu'n llai o broblem hon dros y blynyddoedd diwethaf?

[Parhau i drafod themâu blaenoriaeth eraill mewn ffordd debyg]

--- Toriad cysur o 10 munud ---

Trafodaeth am syniadau ar gyfer newid [30 munud]

Rydym nawr yn mynd i symud y sgwrs yn ei blaen i ystyried beth y gellid ei wneud i wella neu hwyluso'r sefyllfaoedd rydych wedi'u disgrifio. Felly, i ddechrau'r rhan hon o'r drafodaeth, gan feddwl am y profiadau y gwnaethoch eu rhannu cyn y toriad, pe gai gennych ffon hud a gallech newid un peth i'w gwneud yn haws cael deupen llinyn ynghyd, beth fyddech chi'n ei ddewis?

Er enghraifft, pe bai prydau ysgol am ddim ar gael i bob plentyn yn ystod y tymor a gwyliau'r ysgol, ai dyna y byddech yn ei ddewis, y tu hwnt i, er enghraifft, cofrestru pawb sy'n gymwys yn awtomatig ar gyfer y budd-daliadau y mae ganddynt yr hawl i'w cael?

Awgrym: Beth sydd wedi helpu neu waethygu eich profiad yn y maes hwn?

Gan feddwl am y profiadau y gwnaethoch eu rhannu cyn y toriad, ac am y maes y gwnaethoch ei ddewis, pa newidiadau i'r cymorth sy'n bodoli ar hyn o bryd neu fathau newydd o gymorth a allai helpu pobl i ymdopi yn y meysydd hyn?

Sylwadau i gloi [5 munud]

Diolch yn fawr iawn am gymryd rhan yn y gweithdy heddiw. Rydym yn gwerthfawrogi eich amser a'ch barn yn fawr.

Fel y soniwyd, byddwch yn cael taleb o £20 am eich amser heddiw, a fydd yn cael ei phostio atoch.

Os hoffech gael y wybodaeth ddiweddaraf am hynt y gwaith ymchwil hwn, rhowch wybod i [hwylusydd 1] neu [hwylusydd 2] a gallwn wneud yn siŵr eich bod yn cael y wybodaeth ddiweddaraf. Byddwn hefyd yn aros yma am ychydig felly os oes gennych unrhyw gwestiynau yr hoffech eu gofyn cyn gadael, mae croeso i chi ddod i siarad â ni.

Atodiad 3: Taflen wybodaeth i gyfranogwyr a ffurflen gydsynio

Gwybodaeth i gyfranogwyr a ffurflen gydsynio – Gweithdy profiadau ymarferol

Rydych wedi cael eich gwahodd i gymryd rhan mewn gweithdy. Mae'r daflen hon yn cynnwys rhywfaint o wybodaeth am yr hyn rydych wedi cael eich gwahodd i gymryd rhan ynddo, a pham. Mae croeso i chi ofyn i ni am ragor o wybodaeth neu am esboniad os oes rhywbeth nad ydych yn ei ddeall. Hoffem bwysleisio nad yw'n ofynnol i chi gymryd rhan.

Beth yw diben y gweithdy?

Mae'r gweithdy wedi cael ei drefnu er mwyn clywed am eich profiadau o ymdopi yn ystod cyfnodau anodd, yr heriau rydych wedi'u hwynebu wrth geisio cael deupen llinyn ynghyd, a sut y gellid gwella pethau, yn eich barn chi.

Mae'r gweithdy'n cael ei gynnal fel rhan o brosiect sy'n cael ei redeg gan Ganolfan Polisi Cyhoeddus Cymru, sy'n gweithio gyda Llywodraeth Cymru i geisio gwella'r ffordd mae pobl yn cael eu cefnogi yn ystod cyfnodau heriol. Bydd y gweithdy'n gyfle i chi helpu i lunio'r gwasanaethau a'r cymorth sydd ar gael er mwyn gwella bywydau pobl yng Nghymru. Mae croeso i unrhyw un gymryd rhan a bydd unrhyw beth y byddwch yn ei rannu'n cael ei drin yn ddienw, felly ni fydd eich enw'n gysylltiedig ag unrhyw beth y byddwch yn ei ddweud.

Treuliau

Byddwch yn cael taleb o £20 am eich amser. Cwblhewch y manylion ar y dudalen ganlynol er mwyn i ni allu anfon y daleb atoch.

Sut y bydd fy nghyfraniad yn cael ei ddefnyddio?

Bydd eich cyfraniad at y gweithdy yn cael ei ddefnyddio i ddatblygu polisi sy'n seiliedig ar dystiolaeth ar gyfer tlodi ac allgáu cymdeithasol. Bydd y canfyddiadau'n cael eu rhannu drwy adroddiadau ysgrifenedig.

A fydd y ffaith fy nghyfraniad yn cael ei gadw'n gyfrinachol?

Bydd y gweithdy'n cael ei recordio, a fydd ond yn cael ei ddefnyddio i ysgrifennu canfyddiadau'r gweithdai. Ni fydd y recordiad sain yn cael ei rannu'n ehangach na'r bobl sy'n gweithio ar y prosiect yng Nghanolfan Polisi Cyhoeddus Cymru. Ni fydd unrhyw enwau na gwybodaeth sy'n adnabod unigolion yn cael eu defnyddio yn unrhyw un o allbynnau'r gweithdy. Efallai y caiff dyfyniadau ysgrifenedig eu cynnwys ond byddai'r rhain yn cael eu labelu'n ddienw (e.e. "Cyfranogwr 1").

Beth fydd yn digwydd os byddaf am roi'r gorau i gymryd rhan?

Gallwch adael y gweithdy ar unrhyw adeg, heb esboniad.

Gyda phwy y gallaf gysylltu os bydd gennyf ragor o gwestiynau?

Os bydd gennych unrhyw gwestiynau, mae croeso i chi gysylltu â Manon Roberts, Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru, 10-12 Plas yr Amgueddfa, Caerdydd CF10 3BG, **manon.roberts@wcpp.org.uk**

Ffurflen gydsynio

Cyn cymryd rhan yn y gweithdy, mae'n ofynnol i chi gadarnhau eich bod yn cydsynio i gymryd rhan yn y prosiect hwn drwy lenwi a dychwelyd y ffurflen ganlynol.

Drwy lofnodi isod, rwy'n rhoi fy nghaniatâd i gymryd rhan mewn gweithdy sy'n rhan o'r prosiect ymchwil a nodir uchod.

Cyn llofnodi'r ffurflen hon, rwyf:

- wedi darllen y daflen wybodaeth am yr ymchwil ac yn ei deall,
- wedi cael y cyfle i ofyn cwestiynau ac wedi cael atebion iddynt,
- yn deall y gallaf dynnu'n ôl o unrhyw ran o'r gweithdy, neu'r gweithdy cyfan, ar unrhyw adeg,
- wedi cael enw rhywun y gallaf gysylltu ag ef os byddaf yn anhapus am unrhyw ran o'r drafodaeth,
- yn deall y bydd fy sylwadau yn ddienw yn allbynnau'r prosiect.

Enw ....

Llofnod ....

Dyddiad ....

Rhowch eich cyfeiriad isod e mwyn i ni allu postio'r daleb atoch.

Cyfeiriad ....

....

Os hoffech gael y wybodaeth ddiweddaraf am y prosiect, ticiwch y blwch fel y gallwn eich cyfeirio at/anfon allbynnau a lunnir gan ddefnyddio canfyddiadau'r gweithdy atoch.

☐

Awduron yr Adroddiad

Mae Manon Roberts yn Gydymaith Ymchwil yng Nghanolfan Polisi Cyhoeddus Cymru.

I gael rhagor o fanylion, cysylltwch â:
Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru
+44 (0) 29 2087 5345
info@wcpp.org.uk

Cydnabyddiaethau

Hoffai Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru ddiolch i Gweithredu yng Nghaerau a Threlái (ACE) a’r Ganolfan Adeiladu Gweithredu Cymdeithasol (CBSA) am eu cymorth i recriwtio ar gyfer y pedwar gweithdy a’u trefnu. Hoffem ddiolch yn arbennig hefyd i'r rheini a gymerodd ran ac a rannodd eu barn yn y pedwar gweithdy.

Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru

Prifysgol Caerdydd
Sbarc/Spark
Heol Maendy
Caerdydd
CF24 4HQ

www.wcpp.org.uk/cy
029 2087 5345
info@wcpp.org.uk
@WCfPP

Cardiff University / Prifysgol Caerdydd
UKRI Economic and Social Research Council
Llywodraeth Cymru / Welsh Government