Mewnwelediadau Gwybodaeth a Dysgu

Atal trais difrifol gan bobl ifanc - beth sy'n gweithio?

ARIENNIR GAN Y LOTERI GENEDLAETHOL
NATIONAL LOTTERY FUNDED

Mewnwelediadau ac esiamplau o'r sector gymunedol a gwirfoddol

Paratowyd y papur hwn gan y Gronfa Loteri Fawr i grynhoi'r dysgu o'r sector gwirfoddol a chymunedol ar yr hyn sy'n gweithio wrth geisio atal trais difrifol gan bobl ifanc.

Rydym yn tynnu sylw at arferion profedig ac addawol o elusennau ar draws y wlad ac yn rhannu ein profiadau fel ariannwr am yr egwyddorion sydd wedi gweithio i ni wrth gynllunio, dylunio a gweithredu rhaglenni ariannu yn y maes hwn.

Mae'r papur yn cychwyn gyda negeseuon allweddol ond ceir trosolwg llawn yn dilyn y negeseuon hyn. Mae hyn yn cynnwys astudiaethau achos o werthusiadau, adolygiadau academaidd ac ymchwil rhyngwladol.

Geiriau allweddol i gyfeirio atynt: trais difrifol, gweithredu cynnar, atal, trais ieuenctid, trais gan bobl ifanc, troseddau â chyllyll, gangiau, partneriaethau

Gorffennaf 2018 Cyswllt:

knowledge@biglotteryfund.org.uk

Tabl Cynnwys

Crynodeb gweithredol 3

Cyflwyniad 6

Atal – beth sy'n gweithio? 7

1. Gweithio gyda'n gilydd i atal adfyd yn ystod plentyndod 7
2. Gwella canlyniadau ar gyfer plant trwy wasanaethau cyffredinol 7
3. Edrych i'r hir dymor 9
4. Adnabod a chefnogi plant a phobl ifanc mewn perygl mewn modd amserol 9

Ymyrraeth gynnar - beth sy'n gweithio? 11

1. Rhoi'r gallu a hyder i bobl ifanc reoli anghydfod ac ymdopi â phwysau gan gyfoedion 11
2. "Mae'n ymwneud â pherthynas" – creu perthnasoedd llawn ymddiriedaeth a chefnogaeth 13
3. Ymestyn cefnogaeth i leoedd a mannau lle mae pobl ifanc yn teimlo'n gyfforddus 15
4. Ymgorffori cefnogaeth iechyd meddwl arbenigol neu greu cyswllt â'r gwasanaeth hwn 17
5. Mae chwaraeon a'r celfyddydau yn hyrwyddo gwerthoedd positif ac yn fachyn gwych ar gyfer ymrwymo 19
6. Materion amser mewn perthynas ag ymrwymo a chefnogaeth 20
7. Gallwn ddysgu o arbenigedd a phrofiadau pobl ifanc 21

Ymagweddau seiliedig ar bartneriaeth - beth sy'n gweithio? 23

1. Mae cynnwys y sector SGCh yn hanfodol, nid yn ddymunol yn unig 23
2. Mae arweinwyr hawl a gweledigaeth a rennir yn rhan o 'gynhwysion allweddol' partneriaethau llwyddiannus 24
3. Adeiladu ymagwedd system gyfan 26

Ffynonellau 28

Crynodeb gweithredol

Atal - beth sy'n gweithio?

- Gweithredu'n gynnar i atal problemau yn ddiweddarach. Mae hyn yn cynnwys **newid diwylliant a buddsoddi mewn gweithredu'n gynnar er mwyn atal** ac ymateb i adfyd, a lleihau'r risg o bobl ifanc yn dod i gael ffyrdd o fyw treisgar:
  - Helpu teuluoedd a chymunedau i **roi'r dechrau gorau posib mewn bywyd i blant**, h.y. trwy wasanaethau blynyddoedd cynnar cefnogol ac integredig ac ymagweddau iechyd cyhoeddus traws-sector, di-feirniadol at atal trais.
  - **Cynllunio ar gyfer yr hir dymor a chanolbwyntio ar gyflawni newidiadau cynaliadwy** yn hytrach na datrysiadau cyflym na fydd yn para. Peidio ag amcangyfrif yn rhy isel y lefel o **drawma ac anrhefn ym mywydau nifer o bobl ifanc** a'r amser a gwasanaethau sydd eu hangen i'w cefnogi.
- Codi **dyheadau** a darparu **modelau rôl cadarnhaol** a **dewisiadau amgen** trwy **ymagweddau cyffredinol**, cynnar mewn lleoliadau addysg, gofal ac ieuenctid. **Adeiladu gwydnwch** pobl ifanc i ymdopi a bownsio yn ôl o adfyd. Mynd i'r afael â rhwystrau strwythurol a phersonol at gyflogaeth a hyfforddiant.
- **Gweithio gyda'n gilydd i adnabod** a chefnogi plant a phobl ifanc mewn perygl **mewn modd amserol**, cyn i broblemau waethygu:
  - Mae angen i'r cydweithio rhwng asiantau statudol a grwpiau gwirfoddol a chymunedol (SGCh) ymestyn o gasglu data, i'w rannu a'i defnyddio i **adnabod a chefnogi pobl ifanc mewn perygl ar yr adeg cymharaf posib.**
  - **Hyfforddi gweithwyr proffesiynol a'r gymuned ehangach i adnabod ffactorau risg** ac edrych y tu hwnt i ymddygiad 'heriol' o ran dealltwriaeth a gwaith yn fwy adeiladol gyda phobl ifanc. Mae angen i hyfforddiant o'r fath **ymestyn o athrawon i oedolion eraill yn y gymuned** (e.e. yr heddlu, gweithwyr ieuenctid, hyfforddwyr) a chydnabod rôl y bobl ifanc eu hunain wrth adnabod y sawl mewn perygl.

> Gallwch ddarllen mwy yma, gan gynnwys astudiaeth achos **HeadStart** ar yr ymagwedd 'gymuned gyfan' at hyfforddi staff a gwirfoddolwyr mewn ymagweddau seiliedig ar drawma

Ymyrraeth gynnar - beth sy'n gweithio?

- Adeiladu **sgiliau a hyder pobl ifanc i reoli anghydfod, i ymdopi â phwysau gan gyfoedion ac i wneud y penderfyniadau cywir**:
  - Helpu iddynt ddeall achosion a chanlyniadau anghydfodau; chwalu mythau a **'dad-hudoli ffordd o fyw** yn ymwneud â throsedd, y carchar, gangiau ac arfau.
  - Rhoi cyfleoedd i blant a phobl ifanc **ymarfer technegau i osgoi a datrys anghydfodau,** i reoli dicter ac i gyfathrebu.
  - Grymuso pobl ifanc i wneud **y dewisiadau iawn** ar sail gwybodaeth a chefnogaeth yn hytrach na 'thactegau brawychu'. Defnyddio **cyfryngau cymdeithasol yn rhagweithiol** ac er eich budd eich hun a gweithio ar y cyd i fynd i'r afael â'r defnydd ohonynt i symbylu trais.

> Gallwch ddarllen mwy yma, gan gynnwys astudiaeth achos ar **LEAP Confronting Conflict -** elusen sy'n helpu pobl ifanc gyda hanes o drais i reoli anghydfod

- Ble fo'n bosib, ystyried gweithio gyda **grwpiau o ffrindiau neu gangiau cyfan** yn hytrach na throseddwyr unigol yn unig - ac ystyried amgylchiadau, anghenion a dymuniadau penodol **merched a bechgyn**.

- Cydnabod **gwerth perthnasoedd llawn cefnogaeth ac ymddiriedaeth** a deall ei bod yn cymryd amser i adeiladu'r perthnasoedd hyn:

  - Mae effaith mentoriaid da yn gallu **newid bywydau** pobl ifanc mewn perygl. Mae pob un ohonynt yn dod i wahanol gefndiroedd - a dylem roi gwerth ar brofiad bywyd. Mae recriwtio a dethol unigolion a ddewiswyd yn ofalus sy'n dod o gefndiroedd tebyg i'r bobl ifanc maen nhw'n eu cefnogi yn gallu helpu adeiladu gwell perthynas a chynyddu'r effaith mewn modd mae gwasanaethau eraill yn trafferthu gwneud.

  - Ni ddylem frysio i adeiladu perthynas - **nid yw gosod terfynau amser artiffisial neu gyfyngiadau ar gefnogaeth yn gweithio.** Galluogi i fentoriaid/gweithwyr allweddol roi **cefnogaeth ddwys, hydredol** i'r sawl sydd ei hangen.

  - Sicrhau bod y berthynas fentora yn seiliedig ar onestrwydd - a bod mentoriaid yn gallu gweithio'n **hyblyg ond yn broffesiynol**, gan roi'r pŵer i bobl ifanc lunio pryd a sut maen nhw'n gweithio gyda mentoriaid.

Gallwch ddarllen mwy yma, gan gynnwys astudiaeth achos ar **St Giles Trust** sy'n cyflogi a hyfforddi cyn-droseddwyr ac aelodau gangiau diwygiedig i gefnogi a mentora pobl ifanc â chysylltiad â gangiau.

  - Mae angen i'r broses o adeiladu perthynas ddechrau gyda **chryfderau**, dymuniadau a diddordebau pobl ifanc - dylai gefnogi a herio pobl ifanc i archwilio **eu syniadau eu hunain**, ac i osod amcanion realistig.

- Sicrhau bod y **gefnogaeth yn ymestyn i mewn i'r gymuned** ac yn adeiladu **ar yr hyn sydd eisoes yn gweithio'n dda yn lleol:**

  - Mae hyn yn cynnwys **darparu cefnogaeth mewn mannau mae pobl ifanc yn mynd iddynt yn rheolaidd** a lle maen nhw'n teimlo'n gyfforddus, gan gynnwys prosiectau cerddoriaeth, clybiau ieuenctid, strydoedd, campfeydd a chanolfannau siopa.

Gallwch ddarllen mwy yma, gan gynnwys astudiaeth achos ar **Fight for Peace** - elusen sy'n defnyddio campfeydd (paffio a chrefft ymladd) i lywio pobl ifanc i ffwrdd o drais, gangiau a throsedd

  - Yng nghyd-destun 'gangiau cod post' ac ystadau y tu allan i'r canol lle mae rhai plant braidd byth, neu byth, yn eu gadael, mae'n arbennig o bwysig cynnig mynediad at gyfleoedd.

- Sicrhau bod ymyriadau ar gyfer pobl ifanc sy'n gynwysedig mewn ffyrdd o fyw treisgar **yn ymgorffori â gwasanaethau cefnogaeth iechyd meddwl arbenigol, neu'n cysylltu 'r gwasanaethau hyn:**

- Mae lefel yr angen am gefnogaeth iechyd meddwl ymysg pobl ifanc sy'n gynwysedig yn nhrais difrifol yn uchel. **Mae pobl ifanc â chysylltiad â gangiau yn wynebu rhwystrau ychwanegol at gefnogaeth** (gan gynnwys bod eu hanes o droseddu'n cael ei datgelu, colli eu lle yn y gang a mynd i mewn i diriogaethau gangiau eraill).
- Gall rhoi cynnig ar ymagweddau newydd (h.y. ymagweddau teulu cyfan a chwnsela 'cerdded a siarad'), neu ddarparu cefnogaeth mewn awyrgylchoedd gwahanol (canolfannau ieuenctid, ar y stryd, mewn caffi) **helpu i fynd i'r afael â'r stigma** a'r rhwystrau.

Gallwch ddarllen mwy yma, gan gynnwys astudiaeth achos ar MAC-UK - elusen iechyd meddwl sydd wedi symud cefnogaeth gweithwyr allweddol ar gyfer pobl ifanc â chysylltiad â gangiau allan i'r stryd

- Gwneud hi'n haws i bobl ifanc ddod i siarad am iechyd meddwl a phwysau gan gangiau (e.e. trwy gynnal ymgyrchoedd ymwybyddiaeth dan arweiniad pobl ifanc / modelau rôl a hyfforddi pobl â phrofiad o fod mewn gangiau i wneud gwaith ataliol mewn ysgolion cynradd ac uwchradd a lleoliadau ieuenctid eraill).

Gallwch ddarllen mwy yma, gan gynnwys astudiaeth achos ar **Ganolfan Gelfyddydau Battersea** ac astudiaeth achos ar London Football Journeys sy'n ceisio gwella gwydnwch at bwysau negyddol gan gyfoedion a diwylliant gangiau

- Defnyddio **chwaraeon a'r celfyddydau i ymrwymo a hyrwyddo gwerthoedd positif**. Gallant fod yn elfen effeithiol o ymagweddau gwrthdyniadol neu adferol ehangach trwy ddatblygu gwerthoedd, gweithgareddau a pherthnasoedd positif.
- **Dod o hyd i'r amser ifanc** i ymyrryd a chynnig **ffyrdd allan o drais** - 'adeg y gellir ei dysgu' pan allai'r bobl ifanc fod fwyaf parod i wneud newidiadau yn eu bywydau.

Gallwch ddarllen mwy yma, gan gynnwys astudiaeth achos ar **Redthread**, elusen sy'n cyflogi gweithwyr mewn ysbytai i gefnogi pobl ifanc sy'n ymwneud â thrais difrifol.

- **Ymddiried ym mhobl ifanc fel arbenigwyr yn eu bywydau eu hunain - defnyddio'u harbenigedd a phrofiadau i hysbysu a gwella dyluniad, cyflwyniad a gwerthusiad** gwasanaethau. Mae gan hyn y potensial i wella cyrhaeddiad a sicrhau bod gwasanaethau'n ymateb i anghenion a dymuniadau pobl ifanc. Creu amrediad o lefelau ymrwymiad er mwyn i **bobl ifanc allu rhoi'r amser a mewnbwn ar lefel sy'n gweithio iddyn nhw.**

Gallwch ddarllen mwy yma, gan gynnwys astudiaeth achos ar **Talent Match** sef rhaglen gyflogadwyedd i bobl ifanc a gychwynnwyd ac yna a ddyluniwyd, a gyflwynwyd ac a werthuswyd gyda phobl ifanc.

Ymagweddau seiliedig ar bartneriaeth - beth sy'n gweithio?

- Buddsoddi mewn **arweinwyr hael** a chreu **gweledigaeth a rennir:**
  - Cefnogi arweinwyr sy'n fodlon rhannu cyfrifoldeb a dylanwad i gyflawni'r budd cynnwys, a meddu ar y penderfyniad i **adeiladu cysylltiadau cryf** gydag unigolion, grwpiau a chymunedau sy'n gallu cyflawni amcanion a rennir gyda'i gilydd.
  - Dylai partneriaid fod yn dilyn **set o amcanion a gwerthoedd a rennir.** Dylai'r rhain **ddechrau gyda'r genhadaeth** yn hytrach na gyda blaenoriaethau unigol pob partner.

- **Dod â mudiadau llai ynghyd**, i gynhyrchu syniadau sy'n seiliedig ar brofiad cymunedol, gyda chyrhaeddiad a chwmpas mudiadau mwy. Mae gan hyn y potensial i greu'r system a rennir sydd ei hangen i **gyflwyno newidiadau ar raddfa fwy.**
- Peidio ag ystyried yr hyn a gynigir gan y gwahanol bartneriaid yn unig, ond hefyd ystyried y goblygiadau o'u gadael hwy allan.

- **Adeiladu ymagwedd system gyfan**, lle mae gwasanaethau statudol a SGCh yn gweithio gyda'i gilydd i ddatblygu **ymateb hir dymor** sy'n mynd i'r afael ag achosion craidd trais:
  - Creu **symudiad** i gydnabod trais difrifol gan bobl ifanc fel mater iechyd cyhoeddus sydd angen ymateb cymuned gyfan ac ymagwedd di-feirniadol. Dylai pob aelod o'r gymdeithas fod yn rhan o hyn.
  - Ymddiried ym mherthnasoedd, arbenigedd a phrofiad grwpiau SGCh wrth gefnogi pobl ifanc sy'n ymwneud â thrais difrifol, gan gynnwys eu hymrwymiad at gyd-gynhyrchu a rhoi gwerth ar brofiad bywyd. Gweithio hefyd gyda chyflogwyr ac arweinwyr ffydd.
  - Mae diffyg ariannu hir dymor yn rhwystro gallu'r sawl ar y rheng flaen i gynllunio ymlaen llaw - mae hinsawdd o ariannu tymor byr, seiliedig ar brosiectau **yn gallu creu cystadleuaeth yn hytrach na chydweithio.**

Gallwch ddarllen mwy yma, gan gynnwys astudiaeth achos ar ymagwedd system gyfan at ddargyfeirio pobl ifanc o droseddau cyfundrefnol difrifol yn Glasgow - dan arweiniad **Gweithredu dros Blant**

Cyflwyniad

"Sut gallwn i fod wedi mynd ar lwybr gwahanol i drais a throsedd?
Pe bawn i wedi cael y cariad roedd ei angen arnaf.
Pe bawn i wedi cael y gofal roedd ei angen arnaf.
Pe bawn i wedi cael y sylw roedd ei angen arnaf."
Dyn ifanc yn mynychu canolfan gefnogaeth i bobl ddigartref yn Deptford (Skae, 2017)[1]

Mae grwpiau sector gwirfoddol a chymunedol (SGCh) ledled y wlad yn clywed straeon bywyd fel hyn bob dydd. Maen nhw'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc sydd wedi cael profiad o drawma neu anghydfod o oedran ifanc iawn ac mae eu gwaith yn gwneud cyfraniad sylweddol at ymdrechion i atal pobl ifanc rhag ymwneud â ffyrdd o fyw treisgar. Mae nifer yn gweithio gyda rhieni a chymunedau i ddarparu'r sgiliau a dealltwriaeth sydd eu hangen arnynt i reoli risgiau. Mae eraill yn darparu ymyriadau cynnar ar gyfer pobl ifanc, gan sicrhau bod ganddynt lesiant meddwl da, gwydnwch a fframwaith iachus, sefydlog a chefnogol, sydd oll yn eu galluogi i wneud dewisiadau cadarnhaol a'u harallgyfeirio o weithgareddau troseddol. Mae eraill yn helpu cyn-droseddwyr ac aelodau gangiau i adael y gorffennol y tu ôl iddynt trwy ddarparu cefnogaeth a dod o hyd i ddewisiadau amgen cadarnhaol.

Mae eu gwaith yn hanfodol, oherwydd bod gan drais difrifol gan bobl ifanc **oblygiadau a allai fod yn ddinistriol**, nid yn unig i'r bobl ifanc eu hunain, ond hefyd i'w teuluoedd, y dioddefwyr a'r gymuned ehangach[2]. Yn ystadegol, mae trais *"yn parhau i fod yn un o'r bygythiadau mwyaf i fywyd pobl ifanc"*[3]. Er hynny, rydym yn gweld plant fwyfwy iau,

gan gynnwys **plant ysgol gynradd dan ddeng mlwydd oed, yn ymwneud ag ymddygiadau peryglus a gangiau.** Mae'r bobl ifanc hyn yn hynod fregus ac mae nifer wedi cael profiad o adfyd o oedran ifanc iawn[4].

Y Gronfa Loteri Fawr yw un o ddosbarthwyr arian y Loteri Genedlaethol ac ariannwr cymunedol mwyaf y Deyrnas Unedig. Y llynedd, fe ddyfarnom £713m o arian achosion da a godwyd gan chwaraewyr y Loteri Genedlaethol i dros 13,000 o brosiectau cymunedol. Mae hyn yn cynnwys ariannu ar gyfer mudiadau SGCh i gefnogi eu gwaith gyda phlant, pobl ifanc a theuluoedd ar draws y wlad i ddod o hyd i ffyrdd allan o drosedd a thrais. Mae'r SGCh yn chwarae rôl unigryw yma trwy ymddiriedaeth, cysylltiadau, perthnasoedd a gwybodaeth o beth sy'n gweithio o ran atal a chefnogi pobl ifanc sy'n ymwneud â thrais.

Mae'r papur hwn yn crynhoi'r **dysgu allweddol o'r sector ar beth sy'n gweithio wrth fynd i'r afael â thrais gan bobl ifanc.** Rydym yn tynnu sylw at esiamplau o arferion profedig ac addawol o elusennau ledled y Deyrnas Unedig ac yn rhannu ein profiadau fel ariannwr am yr egwyddorion sydd wedi gweithio i ni wrth gynllunio, dylunio a gweithredu rhaglenni ariannu yn y maes hwn. Nid yw'r papur yn gynhwysfawr, ond mae'n rhoi blas ar y negeseuon allweddol ac yn cynnwys rhai esiamplau i esbonio'r negeseuon hyn.

Mae'r papur yn cynnwys astudiaethau achos yn ogystal â thystiolaeth o werthusiadau, adolygiadau academaidd ac ymchwil rhyngwladol. Rydym wedi cynnwys prosiectau a gwasanaethau sydd wedi cael eu hariannu gennym ni a gan arianwyr eraill. Nid ydym wedi cynnwys mentrau sy'n cael eu harwain gan, neu sy'n canolbwyntio ar, orfodi'r gyfraith.

Atal – beth sy'n gweithio?

1. Gweithio gyda'n gilydd i atal adfyd yn ystod plentyndod	2. Gwella canlyniadau i bob plentyn trwy wasanaethau cyffredinol
3. Cymryd ymagwedd hir dymor	4. Adnabod a chefnogi plant a phobl ifanc mewn perygl mewn modd amserol

Mae profiadau cynnar yn gallu cael effaith barhaus ar fywyd person ifanc. Dyma pam rydym yn credu ym mhŵer gweithredu cynnar i fynd i'r afael â thrais gan bobl ifanc. Os nad ydym yn gweithredu'n gyflym, daw problemau'n fwy cymhleth ac anodd eu datrys.

Mae profiadau niweidiol yn ystod plentyndod gan gynnwys, er enghraifft, trawma, camdriniaeth neu brofedigaeth, yn gallu cael effaith ddinistriol ar fywydau plant a phobl ifanc[5].

> *"...mae risgiau yn ystod babandod yn cynyddu'r tebygolrwydd o ymddygiad gwrthgymdeithasol yn ystod plentyndod, sydd yn ei dro'n cynyddu'r tebygolrwydd o gollfarnau yn ystod glasoed..."*
> Prif Swyddog Meddygol, 2012

Mae pobl sy'n cael pedwar profiad niweidiol yn ystod plentyndod neu ragor wyth gwaith yn fwy tebygol o fynd i'r carchar[6]. Felly, mae mynd i'r afael ag anfantais yn ifanc nid yn unig y peth cywir i'w wneud, ond mae hefyd ganddo'r potensial i leihau'r risg y bydd plant a phobl ifanc yn ymwneud â ffyrdd troseddol o fyw[7].

Yn ein profiad ni, mae'r camau gweithredu canlynol yn helpu i atal neu ymateb i adfyd yn ystod plentyndod a sicrhau y darperir cefnogaeth ar y cyfle cynharaf posib.

1. Gweithio gyda'n gilydd i atal adfyd yn ystod plentyndod

Mae gwasanaethau cyhoeddus lleol a SGCh yn gallu gwella sut maen nhw'n cydweithio i wella canlyniadau i blant, e.e. trwy:

- Newid **diwylliant a buddsoddi mewn cefnogaeth a gwasanaethau sy'n canolbwyntio ar atal.**
- Cymryd ymagwedd Iechyd Cyhoeddus at atal trais, gan gynnwys cydweithio i leihau ffactorau risg a hyrwyddo ffactorau amddiffynnol.
- Sicrhau dulliau effeithiol o weithio mewn partneriaeth er mwyn i'r gefnogaeth a gwasanaethau fod yn llai biwrocrataidd a mwy cydlynol[8] (gweler yr Adran ar Ymagweddau seiliedig ar bartneriaeth - beth sy'n gweithio am ragor o fewnwelediadau ac esiamplau).

2. Gwella canlyniadau i bob plentyn

Mae dechrau da mewn bywyd yn gallu helpu gwella canlyniadau yn yr hir dymor. Gallwn gymryd camau i helpu teuluoedd a chymunedau roi'r dechrau gorau mewn bywyd i blant. Er enghraifft:

- Cefnogi plant i ddatblygu sgiliau cymdeithasol ac emosiynol er mwyn iddynt allu datblygu perthnasoedd cadarnhaol ac ymdopi â sefyllfaoedd nodd[9]. Mae hyn yn cynnwys helpu plant gyda lleferydd, iaith a chyfathrebu, er mwyn iddynt allu ymrwymo â'r byd o'u hamgylch[10] – a nes ymlaen, atal a rheoli anghydfod.
- Buddsoddi mewn **gwasanaethau cyffredinol**, megis gwasanaethau blynyddoedd cynnar, addysg ac ieuenctid mwy cefnogol, ymatebol ac integredig. Er enghraifft:
  - Adeiladu **gwydnwch a hyder pobl ifanc i ymdopi gydag adfyd a bownsio yn ôl ar ei ôl** trwy ymagweddau ataliol sy'n cychwyn ar **lefel ysgol gynradd** a chyn hynny. Rhoi gwahanol ddulliau i bobl ifanc fynegi eu hunain (e.e. celfyddydau, ysgrifennu, cerddoriaeth), a'u helpu i gymryd un cam ar y tro i ddatrys problemau, rhoi camgymeriadau mewn persbectif, a rhoi hyder i ofyn am gyngor a mynegi barn.

A Better Start yw un o'r buddsoddiadau strategol mwyaf a hirhoedlog yn y maes hwn.

Rhaglen deng mlynedd, £215 miliwn a ariannir gan y Loteri Genedlaethol ydyw a reolir gan bum partneriaeth gyda nifer o fudd-ddeiliad, dan arweiniad SGCh, ledled Lloegr sy'n gweithio i newid, er gwell, sut mae gwasanaethau iechyd lleol a gwasanaethau cyhoeddus eraill a'r sector gwirfoddol a chymunedol yn gweithio gyda'i gilydd i wella canlyniadau i blant.

Mae'r rhaglen wedi bod yn rhedeg am dair blynedd ac mae eisoes wedi cychwyn addasu a gwella gwasanaethau cyfredol i gymryd ymagwedd fwy 'teulu cyfan' at gefnogaeth cyn geni a blynyddoedd cynnar. Mae cefnogaeth hefyd wedi cael ei darparu i dros 6,000 o fabis a phlant a llawer rhagor o rieni a thad-cuod a mam-guod.

- Codi dyheadau a **hunanhyder** isel rhai pobl ifanc - tra'n cyflwyno ychydig o realaeth i ddyheadau eraill[11].
- Darparu **modelau rôl cadarnhaol a dewisiadau amgen** - ac annod pobl ifanc i barhau i ymrwymo ag addysg a gweithgareddau cadarnhaol
- Mynd i'r afael â rhwystrau strwythurol a phersonol mae pobl ifanc yn eu hwynebu wrth gael mynediad at gyflogaeth a hyfforddiant.

- Darparu **gwasanaethau cynnar a dargedir** ar gyfer ysgolion a grwpiau mewn risg penodol. Mae pobl ifanc yn rhoi llawer o bwysigrwydd ar farn cyfoedion a'r sawl sy'n agos atynt, felly gallai gwaith sy'n llwyddo newid agwedd pobl ifanc gael dylanwad cadarnhaol ar eraill o'u hamgylch[12].
- Darparu'r sgiliau a dealltwriaeth sydd eu hangen ar rieni a chymunedau i atal a rheoli ffactorau risg (e.e. mewn perthynas â defnyddio cyfryngau cymdeithasol / y rhyngrwyd, newid ymddygiad, adeiladau hyder).

3. Cymryd ymagwedd hir dymor

Ni allwn ddibynnu ar 'ddatrysiadau cyflym' i fynd i'r afael â'r mater o drais, felly mae angen i ni gynllunio ar gyfer yr hir dymor. Mae hyn yn cynnwys:

- **Cydnabod y lefel o anhrefn, trawma a difreiniad ym mywydau nifer o bobl ifanc.** Oherwydd hyn, mae nifer angen amrediad cyfan o gefnogaeth ac adnoddau arbenigol i symud ymlaen i le o sefydlogrwydd ac ymrwymiad. Mae hyn hefyd yn cynnwys deall y ffactorau economaidd y tu ôl i droseddau cyfundrefnol - e.e. mae rhai pobl ifanc yn ei gwneud i ddarparu ar gyfer eu teuluoedd.
- Rhoi'r **amser a lle sydd eu hangen ar elusennau a staff ar y rheng flaen i gefnogi eu buddiolwyr.** Gall gymryd blwyddyn neu ragor i gychwyn cyflawni canlyniadau gwirioneddol. Mae nifer o'n deiliaid grant yn gweithio gyda phobl ifanc **heb osod terfynau amser** - maen nhw'n rhoi'r pwyslais ar **gyflawni newidiadau cynaliadwy.**
- Bod yn 'amyneddgar' gyda rhaglenni a phrosiectau newydd; rhoi **amser a lle iddynt addasu a newid** wrth iddynt ddysgu o'r gwaith o gyflwyno. Er enghraifft , mae rhai prosiectau 'gangiau' wedi newid eu henw ar ôl dysgu o bobl ifanc bod y term 'gang' yn **creu stigma** ac yn hytrach, bod yn well ganddynt siarad am grwpiau cyfeillgarwch (a allai gynnwys troseddu fel grŵp).

4. Adnabod a chefnogi plant a phobl ifanc mewn risg mewn modd amserol

Os ydym yn mynd i gefnogi pobl ifanc mewn perygl o ymwneud â throsedd, mae angen i ni wybod pwy ydynt. Mae hynny'n golygu adnabod pobl ifanc mewn perygl mewn modd amserol, cyn i broblemau waethygu. Yna mae angen i ni weithredu ar yr hyn mae'r data yn dweud wrthym, a hyfforddi oedolion sy'n gweithio gyda phobl i adnabod ffactorau risg ac ymddygiadau perthnasol.

- Mae angen i'r cydweithio rhwng asiantau statudol a grwpiau gwirfoddol a chymunedol (SGCh) **ymestyn o gasglu data, i'w rannu a'i defnyddio i** adnabod a

chefnogi pobl ifanc mewn perygl ar yr adeg cymharaf posib.

Er enghraifft, yn HeadStart Wolverhampton, mae ysgolion ac elusennau'n mynychu cyfarfodydd partneriaeth ynghyd ag amrediad o bartneriaid statudol lleol, gan gynnwys yr heddlu. Diben y cyfarfodydd yw adnabod pobl ifanc sydd angen dewisiadau angen cadarnhaol i drosedd neu drais gan bobl ifanc, ac i gyfeirio'r bobl ifanc hyn at HeadStart am gefnogaeth gynnar, ataliol.

Mae St Giles Trust yn hyfforddi cyn-droseddwyr ac aelodau gangiau diwygiedig i redeg rhaglenni mewn lleoliadau addysg (gan gynnwys ysgolion cynradd) i siarad am realiti a goblygiadau bywyd o drosedd. Mae eu dealltwriaeth bersonol o fywydau dyddiol pobl ifanc a'r heriau a ddaw gyda hyn yn eu galluogi i estyn allan i'r sawl sydd dan y radar ond sydd eisoes yn ymwneud â thrais difrifol.

- **Hyfforddi gweithwyr proffesiynol a'r gymuned ehangach i adnabod a deall ffactorau ac ymddygiadau risg** trwy ymagweddau a hysbysir gan drawma. Mae hyn yn galluogi staff a gwirfoddolwyr i ddeall bod ymddygiad 'heriol' yn gallu bod yn ddangosydd o angen sylfaenol, a bod angen gweithio'n fwy adeiladol gyda phobl ifanc. Gall hyn gynnwys offer sgyrsiol i helpu staff a gwirfoddolwyr gynnal sgyrsiau strwythuredig gyda phobl ifanc. Yn draddodiadol, mae hyfforddiant o'r fath wedi cael ei anelu at weithwyr proffesiynol megis athrawon ond awgryma ein profiad bod **angen i'r hyfforddiant ymestyn i oedolion eraill yn y gymuned**, o'r heddlu, nyrsys ysgol a gweithwyr ieuenctid, i hyfforddwyr chwaraeon a menywod cinio.

- Gan ystyried bod **pobl ifanc mewn perygl yn arbennig o dda yn adnabod pobl ifanc eraill sydd mewn perygl;** mae asiantaethau a gweithwyr proffesiynol yn edrych ar y risgiau trwy eu lens eu hunain, ond mae'n bosib na fod hyn mor effeithiol neu gyfredol **â greddfau neu ymdeimladau pobl eraill o ran risgiau sy'n dod i'r amlwg**[13]. Dyma un o'r nifer o resymau pam mae'n bwysig rhoi gwerth i lais pobl ifanc a'r sawl gyda phrofiad bywyd o drais gan bobl ifanc wrth ddylunio, cyflyno a gwerthuso polisïau, rhaglenni a gwasanaethau yn y maes hwn (gweler yr adran ar Yr hyn y gallwn ddysgu gan bobl ifanc)

- Sicrhau bod cefnogaeth ychwanegol ar gael i **bobl ifanc sy'n mynd trwy gyfnod o bontio** (e.e. o ysgol gynradd i ysgol uwchradd, mynd i mewn i ofal, symud rhwng carchar i bobl ifanc a charchar oedolion, ayyb)[14] Maen nhw mewn perygl penodol o gael eu tynnu i mewn i weithgareddau gangiau. Mae'r bobl ifanc hynny sydd wedi'u heithrio o addysg brif ffrwd a'r sawl mewn cartrefi gofal hefyd mewn mwy o berygl.

Enghraifft - Ymagwedd 'gymuned gyfan' at hyfforddi staff a gwirfoddolwyr mewn ymagweddau a hysbysir gan drawma, HeadStart Cernyw

Rhaglen a ariannir gan y Loteri Genedlaethol yw HeadStart sy'n archwilio a phrofi ffyrdd o wella iechyd meddwl a llesiant pobl ifanc 10-16 oed mewn chwe chymuned ar draws Lloegr rhwng 2016 a 2021.

Mae'r bartneriaeth yng Nghernyw yn gweithio gydag arbenigwyr o Trauma Informed Schools UK a'r Centre for Child Mental Health i gyflwyno hyfforddiant i ysgolion, asiantaethau statudol a mudiadau cymunedol er mwyn i'w staff allu adnabod ac ymateb i arwyddion cynnar problemau iechyd meddwl. Mae'r hyfforddiant yn ymdrin â diffygion datblygu a phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod a'r bwriad yw helpu staff adnabod yr anghenion a allai fod y tu ôl i'r ymddygiadau sy'n tarfu ar ddysgu a datblygu plentyn.

Mae'r hyfforddiant hefyd yn darparu holl staff yr ysgol - gan gynnwys hyfforddwyr chwaraeon, staff arlwyo ac athrawon - â'r sgiliau sgwrsio a sgiliau eraill cyd-gysylltiedig sy'n helpu ymarferwyr i gynnal sgyrsiau strwythuredig gyda pherson ifanc. Mae'r hyfforddiant wedi cael ei ymestyn i oedolion mewn grwpiau cymunedol lleol er mwyn creu 'ymagwedd system gyfan', gyda'r nod o roi mynediad i bob plentyn lleol at 'oedolyn sydd ar gael yn emosiynol' er mwyn rhoi hwb i'w gwydnwch.

Ers mis Ionawr 2016, mae hyfforddiant manwl wedi cael ei gyflwyno mewn dros 100 o ysgolion gyda dros 250 o bobl yn cymryd rhan, gan gynnwys llywodraethwyr, athrawon a staff cefnogol ynghyd â gweithwyr wedi'u lleoli yn y gymuned. Dywed y staff bod hwn wedi rhoi'r sgiliau a hyder iddynt allu bod yn effeithiol mewn maes lle maen nhw'n aml wedi teimlo'n bryderus ac yn ddi-brofiad.

Ymyrraeth gynnar – beth sy'n gweithio?

1. Rhoi'r sgiliau a hyder i bobl ifanc reoli anghydfodau a phwysau gan gyfoedion
2. Buddsoddi mewn perthnasoedd llawn cefnogaeth ac ymddiriedaeth
3. Ymestyn y gefnogaeth i mewn i'r gymuned ac adeiladu ar yr hyn sy'n gweithio'n lleol
4. Sicrhau bod ymyriadau'n ymgorffori gwasanaethau iechyd meddwl arbenigol, neu'n cysylltu â hwy
5. Defnyddio chwaraeon a'r celfyddydau i ennyn diddordeb pobl ifanc a hyrwyddo gwerthoedd cadarnhaol
6. Mae amseru'n bwysig gydag ymrwymiad a chefnogaeth
7. Defnyddio arbenigedd a phrofiad pobl ifanc

1. Rhoi'r gallu a hyder i bobl ifanc reoli anghydfodau ac ymdopi â phwysau gan gyfoedion

Mae dicter ac anghytundebau yn rhan o fywyd. Fodd bynnag, mae nifer o bobl sy'n ymwneud â ffyrdd treisgar o fyw yn wynebu lefelau uchel, cyson o anghydfod bob dydd[15]. Gall hyn fod yn sgil bywyd teuluol anhrefnus, bod yn rhan o gang neu fwlio. Mae anghydfod yn gallu cael effeithiau dinistriol, ond pan gaiff ei reoli'n dda gall, *"adeiladu plwc a gwydnwch, datblygu deallusrwydd emosiynol ac arwain at newidiadau cadarnhaol"*[16].

Rydym wedi dysgu bod y canlynol yn gallu gweithio wrth adeiladu sgiliau pobl ifanc i reoli anghydfod a phwysau negyddol gan gyfoedion.

Mewnwelediadau o ymchwil a ariannwyd gan y Loteri Genedlaethol

Dengys ymchwil ddiweddar mai 'brwydro a dadlau gyda chyfoedion' yw un o'r prif bethau mae plant ysgol a phobl ifanc 9-13 oed yn poeni am. Dynodwyd hyn gan saith o bob deg person ifanc (70%) a siaradodd â gwerthuswyr HeadStart [17].

Siaradodd pedwar o bob deg (40%) am deimladau eithafol o ddicter sy'n *"ffyrnig, anodd ei reoli neu ymdopi â hwy"*[18].

- Rhoi cyfle i bobl ifanc **ymarfer technegau**:
  - I **osgoi a datrys** anghydfodau,
  - I **reoli** dicter,
  - I **gyfathrebu'n** fwy effeithiol, ac
  - I ddangos empathi[19].

  Mae hyn yn cynnwys hyfforddi gweithwyr proffesiynol a gwirfoddolwyr i atal a rheoli anghydfodau - a chyflwyno hyfforddiant o'r fath gan fentoriaid, hyfforddwyr a modelau rôl cymwys, gan ddefnyddio **technegau rhyngweithiol hwylus, diddorol** fel drama, chwarae rôl a gemau.

- Helpu pobl ifanc i **ddeall achosion a chanlyniadau anghydfodau**, gan gynnwys newid sut mae pobl ifanc yn meddwl am drais ac atgyfnerthu'r rhesymau dros beidio â bod yn dreisgar[20]. Er enghraifft, mae'r Ben Kinsella Trust yn cynnal gweithdai i addysgu pobl ifanc am oblygiadau troseddau â chyllyll, sut i wneud penderfyniadau diogel a ffrindiau da, a realiti bywyd yn y carchar. Mae angen i'r math hwn o ymyrraeth **gychwyn ar oedran ysgol gynradd** ac ymestyn i'r holl ysgolion a effeithir arnynt gan gangiau a throseddau â chyllyll (ar hyn o bryd, mae rhai ysgolion yn amharod gofyn am neu dderbyn help am resymau yn ymwneud ag enw da[21].

- Ble fo'n bosib, **gweithio gyda grwpiau o ffrindiau a phobl ifanc sy'n rhan o droseddu fel grŵp (neu weithgareddau gang)** yn hytrach nag unigolion. Mae'r ymagwedd hon yn cydnabod yr angen am rwydweithiau cymdeithasol a rhoi gwerth ar berthnasoedd rhwng grwpiau o gyfoedion er mwyn newid dulliau o feddwl.

- Grymuso pobl ifanc i wneud y dewisiadau iawn yn seiliedig ar wybodaeth a chefnogaeth yn hytrach na 'thactegau brawychu'[22]. Hyfforddi pobl sydd wedi bod yn rhan o gan neu sydd â hanes o droseddu i **ddatgelu'r realiti o fywyd mewn gang ac arfau -** *"chwalu mythau a stereoteipiau yn ymwneud â throseddau, arfau a gangiau, a 'dad-hudoli'r ffordd o fyw"*[23].

- Sicrhau bod gwasanaethau'n ystyried amgylchiadau, anghenion a dymuniadau penodol bechgyn a merched ifanc sy'n ymwneud - yn uniongyrchol neu'n anuniongyrchol - â ffordd dreisgar o fyw. Gallai hyn gynnwys mynd i'r afael â materion penodol yn ymwneud ag hunan-barch ar gyfer **merched a menywod ifanc** a gwrywdod iachus a pherthnasoedd gyda merched a menywod ar gyfer **bechgyn a dynion ifanc**[24].

- **Mynd i'r afael â'r defnydd o blatfformau cyfryngau cymdeithasol** i hudoli, dangos a symbylu trais. Gellir gwneud hyn, er enghraifft, trwy hyfforddiant, codi ymwybyddiaeth ac ymgyrchoedd, a defnydd effeithiol, rhagweithiol o gyfryngau cymdeithasol gan wasanaethau a gweithwyr rheng flaen (e.e. gweithwyr ieuenctid yn defnyddio cyfryngau cymdeithasol i edrych am arwyddion o gynnydd mewn tensiwn rhwng unigolion a gangiau o risg uchel ac yna gweithredu ar y wybodaeth yma trwy geisio lleihau'r tensiwn hwn os oes gwrthdaro yn ymddangos yn debygol)[25].

Enghraifft: LEAP - helpu pobl ifanc gyda hanes o drais i ddatblygu sgiliau a hyder i reoli gwrthdaro

Elusen ieuenctid genedlaethol yw Leap Confronting Conflict sy'n darparu hyfforddiant a chefnogaeth ar reoli anghydfodau i bobl ifanc. Maen nhw'n cefnogi plant a phobl ifanc sy'n wynebu lefelau uchel, cyson o anghydfod, megis trais[26]. Mae gan hanner hanes o droseddu (50%) a/neu o ymwneud ag ymddygiadau treisgar (53%)[27].

Maen nhw'n rhoi blas i bobl ifanc ar achosion a chanlyniadau anghydfod, yn datblygu eu sgiliau a hyder i reoli sefyllfaoedd o'r fath ac yn dysgu i gymryd cyfrifoldeb dros eu gweithredoedd[28]. Mae eu hymyriadau'n mynd i'r afael â phynciau megis perygl, lle a thiriogaeth, statws ac enw, gelynion a dial. Fe drafodir cyfryngau cymdeithasol, cam-drin rhywiol a thrais hefyd.

Datblygwyd yr ymagwedd ar y cyd â phobl ifanc gyda phrofiad bywyd o drais a chaiff ei gyflwyno fel cwrs hyfforddiant pum diwrnod gan ddefnyddio dulliau rhyngweithiol gan gynnwys chwarae rôl, drama, gemau a thrafodaethau - gyda'r nod o fod yn hwylus ac yn addysgiadol[29].

Cyfwelodd ymchwilwyr annibynnol â 35 o gyn-gyfranogwyr Inspiring Impact a oedd wedi cymryd rhan yng ngweithgareddau'r elusen 20 mis yn gynharach. Daethant i'r casgliad [nodwch y sampl fach][30]:

- Mae'r ymagwedd yn helpu lleihau arestiadau, troseddu a thrais (roedd 86% o gyfranogwyr gyda hanes o droseddu heb droseddu ers hynny ac roedd 58% o gyfranogwyr gyda hanes o drais wedi lleihau neu stopio eu hymrwymiad mewn ymddygiad treisgar).
- Roedd tri chwarter wedi ymwneud â llai o anghydfodau (74%) a/neu helpu eraill a oedd yn ymwneud ag anghydfodau (71%), ac
- Roedd naw allan o ddeg yn parhau i ddefnyddio'r technegau ac ymagweddau ddysgon nhw (91%).

"Fe roddodd y cwrs dewisiadau amgen i mi pan rydw i mewn sefyllfaoedd penodol, megis peidio ag ymladd bob tro a dilyn fy ngreddf gyntaf", Dyn 20 oed[31]

Edrychwch ar **http://www.leapconfrontingconflict.org.uk/** am ragor o wybodaeth

2. "Mae'n ymwneud â pherthnasoedd" - mae adeiladu perthnasoedd llawn ymddiriedaeth a chefnogaeth yn tanseilio gwaith y mwyafrif o elusennau

Un peth sydd ar goll o fywydau nifer o bobl ifanc sy'n ymwneud â gweithgareddau gangiau a thrais difrifol yw perthnasoedd cefnogol, gofalgar. Mae helpu pobl ifanc i adeiladu **perthnasoedd yn seiliedig ar barch, ymddiriedaeth a charedigrwydd yn hanfodol** i waith yr elusennau a gefnogwn.

Mae mentoriaid neu weithwyr allweddol da yn gallu helpu gwneud hynny. Dywed pobl ifanc wrthym fod cael cyfle i dreulio amser gyda rhywun sydd ag amser i wrando ac sy'n 'poeni' yn gallu **newid eu bywydau.** Daw mentoriaid da o sawl gwahanol gefndir. Gallant

fod yn wirfoddolwyr, yn weithwyr proffesiynol neu'n gyfoedion. Dengys ein hymchwil gyda phobl ifanc o Talent Match bod gan fentor effeithiol y sgiliau a rhinweddau canlynol[32]:

- **Amser i wrando, yn poeni ac yn onest ac yn ddi-feirniadol,**
- Y gallu i weithio'n hyblyg ond yn broffesiynol, gan roi'r **pŵer i bobl ifanc lunio pryd a sut maen nhw'n gweithio gyda'u mentor,**
- Rhoi **cefnogaeth ddwys, hydredol** a hyder i fynd i'r afael â heriau,
- Rhoi'r teimlad bod pobl ifanc yn cael eu deall a'u parchu fel unigolion,
- Ddim yn caniatáu i bwysau neu dargedau allanol effeithio ar y berthynas mentora (e.e. trwy osod amser, amlder neu ffiniau 'lleoliad' artiffisial),
- Yn meddu ar y cwmpas i gyfeirio at neu ddefnyddio adnoddau'n hyblyg i fynd i'r afael â rhwystrau ymarferol (e.e. dillad ar gyfer cyfweliadau swydd), ac
- Yn cefnogi a herio'r person ifanc i archwilio ei **syniadau a chryfderau** ei hun, ac yn gosod amcanion realistig, ac yn eu symbylu i gyflawni amcanion maen nhw wedi gosod ar eu cyfer eu hunain.

Mae gan nifer o bobl ifanc yn grŵp targed hwn **ddrwgdybiaeth ddofn o asiantaethau statudol** ac felly, mae grwpiau gwirfoddol sydd â mynediad at y gymuned, ynghyd ag ymddiriedaeth y gymuned, mewn sefyllfa ddelfrydol i ddarparu mentora ac adeiladu pontydd ac ymddiriedaeth.

Bu adolygiad rhyngwladol, systematig (academaidd) o dystiolaeth[33] mentora yng nghyd-destun lleihau trais ymysg pobl ifanc ddarganfod bod mentora'n gallu bod yn gost-effeithiol os ydyw'n llwyddo stopio ymddygiadau risg uchel mewn 1.3% o gyfranogwyr.

Gall mentora fod yn effeithiol wrth leihau trais ond mae'r dystiolaeth yn gymysg ar effaith mentora ar arestiadau ac ail-gollfarnau.

Ond, **ni ddylid brysio'r dasg o adeiladu perthynas a dylai gychwyn gyda diddordebau, dymuniadau a chryfderau'r bobl ifanc.** Dywed ein deiliaid grantiau wrthym fod gwerth mentora a chefnogaeth gan gyfoedion yn seiliedig ar ansawdd y perthnasoedd sy'n cael eu ffurfio - felly mae angen cymryd amser a gofal er mwyn canfod y cyfuniad cywir. Mae St Giles Trust, elusen sy'n cefnogi dros 24,000 o bobl y flwyddyn, yn defnyddio unigolion proffesiynol, cymwys a ddewisir yn ofalus, sy'n dod o gefndiroedd tebyg i'r bobl ifanc maen nhw'n eu cefnogi. Mae hyn yn cynnwys cyn-aelodau gangiau a chyn-droseddwyr, sy'n cynnig gwir ddealltwriaeth o'r sefyllfaoedd mae eu buddiolwyr yn eu hwynebu a gallant ymdeimlo â'r profiadau maen nhw'n eu cael. Mae mwyafrif eu tîm - 90%, o staff rheng flaen i reolwyr, yn gyn-droseddwyr. Mae hyn yn chwarae rhan bwysig yng ngallu'r Ymddiriedolaeth i estyn allan ac adeiladu perthnasoedd gyda phobl ifanc mewn modd gall fod yn drafferthus i wasanaethau eraill.

Enghraifft: St Giles Trust – yn cyflogi a hyfforddi cyn-droseddwyr ac aelodau gangiau diwygiedig i gefnogi a mentora pobl ifanc â chysylltiad â gangiau[34]

Elusen yw St Giles Trust sy'n darparu cymorth dwys, arbenigol i bobl ifanc wedi'u heffeithio ar gan drais yn ymwneud â gangiau. Maen nhw hefyd yn atal pobl ifanc mewn perygl rhag ymwneud â thrais. Cefnogodd yr Ymddiriedolaeth 24,000 o bobl yn 2016/2017 - mae hyn yn cynnwys cannoedd o bobl ifanc sy'n ymwneud â ffyrdd treisgar o fyw.

Y nodwedd allweddol sy'n tanategu ymagwedd St Giles yw'r gred fod pobl gyda phrofiad personol o lwyddo oresgyn problemau megis ymwneud â gangiau a throsedd difrifol yn allweddol o ran creu newid cadarnhaol mewn pobl eraill.

Am y rheswm hwn, mae'r elusen yn cyflogi ac yn hyfforddi cyn-droseddwyr ac aelodau gangiau diwygiedig fel mentoriaid sy'n darparu cefnogaeth ymarferol a seicolegol i bobl ifanc sy'n gadael y ddalfa i'w helpu i osgoi troseddu, i adael gangiau ac i ddod o hyd i hyfforddiant neu gyflogaeth. Caiff hyn ei gyflwyno trwy brosiect SOS sydd wedi bod yn rhedeg ers dros 11 mlynedd ac a ddatblygwyd gan gyn-droseddwr a oedd eisiau dod o hyd i ffordd o dorri'r cylch o droseddu trwy ddarparu cefnogaeth ddwys ar gyfer troseddwyr newydd eu rhyddhau.

Dyma rinweddau mentoriaid prosiect SOS[35]:

- Dydyn nhw ddim yn trin cleientiaid fel 'troseddwyr' - ac maen nhw'n osgoi ymagwedd 'glinigol' at adeiladu perthynas.
- Dydyn nhw ddim yn gosod terfynau amser artiffisial ar y gefnogaeth - gall hyn gynnwys bod ar gael 24/7 neu mynd gyda chleientiaid i apwyntiadau am ddiwrnod cyfan.
- Maen nhw'n herio rhagdybiaethau pobl ifanc am gyfreithlondeb ac anghenraid eu troseddu (e.e. trwy eu cael i feddwl am oblygiadau eu gweithredoedd treisgar ar eu bywydau eu hunain, eu teuluoedd agos a'u troseddwyr).
- Maen nhw'n ystyried dylanwad cyfoedion/ffrindiau ac yn cynnig gweithgareddau cadarnhaol (clybiau swyddi, prentisiaethau) fel dewis amgen.

Gwerthuswyd ymagwedd gweithwyr achos SOS yn 2012/2013. Roedd y mwyafrif - 73% o droseddwyr ac aelodau gangiau y cyfwelwyd â hwy yn teimlo ei fod yn bwysig bod eu gweithwyr achos yn gyn-droseddwyr eu hunain, oherwydd *"roeddent yn gallu ymdeimlo â hwy a chael eu hysbrydoli i feddwl y gallent newid eu bywydau hefyd"*[36] [nodwch faint bach y sampl]. Dywedodd bron i naw o bob deg cleient (87%) y cyfwelwyd â hwy bod cymryd rhan yn y prosiect wedi newid eu hagwedd at droseddu.

"Hebddo [gweithiwr achos SOS], baswn i yn y carchar"

"Roedd gen i agwedd dwp, anwybodus ond fe ddysgais ganddynt bod dim angen i chi feddwl yn y modd hwnnw."[37]

Edrychwch ar **https://www.stgilestrust.org.uk** am ragor o wybodaeth

3. Ymestyn cefnogaeth i leoedd a mannau lle mae pobl ifanc yn teimlo'n gyfforddus

Ar gyfer pob person ifanc, mae angen i ni ddarparu cefnogaeth mewn mannau lle maen nhw'n teimlo'n gyfforddus a lle maen nhw'n mynd yn rheolaidd. Mae **angen i'n cefnogaeth ymestyn o ysgolion a gwasanaethau statudol i mewn i'r gymuned** - ac **adeiladu ar yr hyn sydd eisoes yn gweithio'n dda yn lleol.**

Gall hyn gynnwys prosiectau a stiwdios cerdd, clybiau a chanolfannau ieuenctid, campfeydd a chanolfannau chwaraeon, caffis, canolfannau siopa, trafnidiaeth gyhoeddus ac ar y stryd. Er enghraifft, mae OnSide Youth

Zones wedi'u dylunio i roi lle i bobl ifanc 8–19 oed (hyd at 25 oed ar gyfer y sawl gydag anabledd) fynd, rhywbeth i wneud a rhywun i siarad â yn eu hamser hamdden. Maen nhw wedi'u hadeiladu mewn ardaloedd difreintiedig, lle does dim llawer o ddewisiadau amgen i strydoedd neu gartrefi. Yn aml, maen nhw'n cael eu defnyddio fel canolbwynt ar gyfer gwasanaethau ieuenctid eraill, megis gwasanaethau iechyd meddwl ac addysg amgen.

"Pan agoron ni Wigan Youth Zone, roeddem yn disgwyl y byddai'n cymryd ychydig fisoedd cyn bod gennym berthynas ddigon cadarn gyda phobl ifanc i ddatgelu materion personol. Fodd bynnag, o fewn yr ychydig wythnosau cyntaf roedd gennym 23 atgyfeiriad at ofal cymdeithasol. Roedd llawer mwy yr oeddem yn gallu eu cefnogi a'u cyfeirio, megis; pobl ifanc yn dangos problemau iechyd meddwl lefel isel, defnydd uchel o alcohol, pobl ifanc yn trafferthu gyda'u hunaniaeth eu hunain... Yr unig reswm roeddem yn gallu cyrraedd y bobl ifanc hyn oedd y cynnig cyffredinol yn y Youth Zone, awyrgylch cynnes a diogel lle mae pobl ifanc yn teimlo eu bod yn gallu estyn allan i staff a gwirfoddolwyr am gefnogaeth."

Phil Marsh, Wigan Youth Zone

Mae **lleoliad hyblyg** yn arbennig o bwysig yng nghyd-destun gangiau cod post, oherwydd gallai fod yn beryglus i rai pobl ifanc adael eu cymdogaeth. Mae nifer o bobl ifanc sy'n ymwneud ag ymddygiad gwrthgymdeithasol mewn ystadau y tu allan i'r canol a effeithir gan dlodi **braidd byth, os o gwbl, yn gadael eu hystâd i gael mynediad at gyfleoedd.**

Mae Fight for Peace yn esiampl o fenter seiliedig ar dystiolaeth a ariannir gan y Loteri Genedlaethol, sy'n cychwyn y broses o ymrwymo mewn campfa, gan ddefnyddio paffio a chrefft ymladd i lywio pobl ifanc i ffwrdd o drais, gangiau a throsedd. Dewiswyd y chwaraeon hyn ar sail diddordebau'r bobl ifanc ynddynt. Gallant hefyd helpu dysgu disgyblaeth a pharch, a galluogi cyfranogwyr i sianelu eu dicter ac adeiladu hunanhyder.

Enghraifft: Fight for Peace - ymyrraeth seiliedig ar dystiolaeth sy'n defnyddio paffio a chrefft ymladd i lywio pobl ifanc i ffwrdd o drais, gangiau a throsedd.

Mae Fight for Peace (FFP) yn ymagwedd sydd wedi cael ei phrofi trwy waith uniongyrchol gyda chymunedau a effeithir arnynt gan drais mewn 25 gwlad ac sydd wedi cael ei werthuso'n genedlaethol ac yn rhyngwladol[38]. Mae Fight for Peace wedi bod yn rhedeg yng Ngogledd Iwerddon a Lloegr am sawl blwyddyn ac mae wrthi'n cael ei gyflwyno yng Nghymru a'r Alban hefyd gyda chefnogaeth gan y Loteri Genedlaethol.

Mae'r prosiect yn cyflwyno ymyriadau ar lefel gynradd, uwchradd a thrydyddol i leihau trais gan bobl ifanc. Mae'r prosiect yn defnyddio paffio a chrefft ymladd gan fod chwaraeon ymladd yn gallu denu pobl ifanc i bwy ma risg yn normal.

Ar draws yr 800 o gyfranogwyr a gymerodd ran yn 2011, amcangyfrifir bod Fight for Peace wedi arwain at osgoi 165 o droseddau[39]. Gyda chost o £580,000 i redeg y prosiect, creda'r gwerthuswyr bod y model hwn wedi cyflwyno ratio budd i gost o £4.42 ar gyfer pob £1 a fuddsoddir[40].

Dywed dros dau draean (71%) o'r cyfranogwyr eu bod yn llai tebygol o gyflawni trosedd a bod yn aelod o gang o ganlyniad i'w cyfnod ar y prosiect. Mae'r mwyafrif yn teimlo'n dawelach (71%) ac yn teimlo'n fwy hyderus ac uchelgeisiol (94%).

Ffactorau llwyddiant allweddol (yn ychwanegol at y dewis o gamp):

- Cefnogaeth hir dymor: mae'r cyfranogwyr yn ymwneud â'r prosiect am 22 mis ar gyfartaledd. Byddai tua 70% o gyfranogwyr heb ddod o hyd i weithgaredd tebyg yn yr ardal.
- Cyfranogiad gwirfoddol: Does dim byd yn orfodol ac mae pobl ifanc yn cael eu cefnogi i adeiladu cymhelliant a phenderfyniad.
- Amryw ddulliau ymrwymo: Caiff pobl ifanc eu hymrwymo trwy weithdai a gyflwynir mewn ysgolion, cânt eu cyfeirio gan gyfoedion a gwasanaethau ieuenctid a'u hadnabod gan weithwyr allgymorth ar y cyd â'r heddlu mewn ardaloedd gyda llawer o drosedd[41].

"Mae Fight for Peace yn fwy na champfa, mae'n deulu", Dexter,

Llundain. Gweler **http://fightforpeace.net/** am fwy o wybodaeth

4. Ymgorffori cefnogaeth iechyd meddwl arbenigol, neu gysylltu â'r gwasanaethau hyn

Amcangyfrifir bod gan hyd at un person ifanc ym mhob tri sydd wedi cyflawni trosedd **angen iechyd meddwl heb ei diwallu** ar adeg y drosedd[43]. Ar yr un pryd, mae amrediad o rwystrau'n gallu rhwystro mynediad pobl ifanc at y gefnogaeth sydd ei hangen arnynt, gan gynnwys *"stigma sy'n gysylltiedig â materion iechyd meddwl, diffyg ymwybyddiaeth, yn ffafrio dibynnu ar eu hunain ac anawsterau mynediad"*[44].

Yn ein profiad ni, dylai ymyriadau sy'n targedu pobl ifanc sy'n ymwneud â ffyrdd treisgar o fyw ymgorffori ymagweddau seico-gymdeithasol, neu gysylltu â mudiadau yn y maes hwn, a gwella eu hiechyd meddwl a llesiant.

- Mae'n bwysig **mynd i'r afael â stigma** a'i gwneud yn haws i bobl ifanc ddod i siarad am iechyd meddwl. Mae'r elusennau rydym yn gweithio gyda hwy yn gwneud hyn, er enghraifft, trwy fodelau rôl neu ymgyrchoedd **codi**

Mewnwelediadau o'r ymchwil

Mae gan bobl ifanc sy'n ymwneud â gangiau rwystrau ychwanegol at wasanaethau iechyd meddwl, gan gynnwys:

- Pryder: o ddatgelu ymddygiadau troseddol, o golli eu lle yn y gang ac o fynd i mewn i diriogaethau gangiau eraill.
- Amharodrwydd i adnabod problemau iechyd meddwl mewn diwylliant lle mae 'gwydnwch' yw'r norm.
- Diffyg ymddiriedaeth yn y gwasanaethau statudol.
- Diffyg ymrwymiad gyda gwasanaethau eraill a allai cyfeirio pobl ifanc at ffynonellau o gefnogaeth.[42]

ymwybyddiaeth o iechyd meddwl dan arweiniad pobl ifanc mewn ysgolion a gan **symleiddio'r iaith** a ddefnyddir (e.e. trwy symud i ffwrdd o iaith feddygol neu academaidd, megis defnyddio'r term 'sgwrs' yn hytrach na 'sgrinio').

- Yn eu tro, ni ddylai gwasanaethau iechyd meddwl **greu stigma** a dylent fod yn[45] **berthnasol.** Er enghraifft, mae ein partneriaeth HeadStart yn Blackpool wedi dysgu na fod pobl ifanc yn hoff o fformatau cwnsela traddodiadol[46] gan eu bod yn eu cael yn anodd siarad am faterion anodd o fewn awyrgylch ffurfiol. Yn hytrach, maen nhw'n defnyddio cwnsela 'cerdded a siarad' sy'n golygu bod cynghorwyr yn gweithio gyda phobl ifanc tra'u bod yn gwneud gweithgaredd o'u dewis. Gallai hyn olygu pobi, gwnïo, chwarae golff neu gerdded i'r ysgol.
- Nid yw datrysiadau sydyn ar gyfer problemau iechyd meddwl yn gweithio - mae rhai elusennau wedi ymrwymo at hyd at bedair blynedd o gefnogaeth ar gyfer pobl ifanc sy'n ymwneud â gangiau.
- Dylai gweithwyr proffesiynol a gwirfoddolwyr gael eu hyfforddi ar faterion iechyd meddwl a allai fod yn sensitif. Roedd buddiolwyr rhaglen Black Country Talent Match yn cefnogi cyflwyno hyfforddiant Cymorth Cyntaf Iechyd Meddwl ar gyfer pob aelod o staff i gynyddu eu hymwybyddiaeth a dealltwriaeth.
- Efallai bydd angen ymagwedd teulu cyfan, yn enwedig os yw'r teulu cyfan wedi cael profiad o adfyd sylweddol a bod yna faterion teuluol ehangach y tu ôl i ymrwymiad person ifanc mewn trais.
- Yn olaf, **dylid darparu gwasanaethau iechyd meddwl mewn amrywiaeth o wahanol leoliadau.** Mae MAC-UK yn Camden wedi symud cefnogaeth glinigol a gweithwyr allweddol i awyrgylch y bobl ifanc eu hunain, gan gynnwys strydoedd a chaffis[47].

Enghraifft: MAC-UK - 'mynd â beth sy'n gweithio yn y clinig allan i'r strydoedd'[48]

Sefydlwyd MAC-UK, elusen iechyd meddwl ar gyfer pobl ifainc sydd wedi'u heithrio, gan y Seicolegydd Clinigol, y Dr. Charlie Howard, i wneud iechyd meddwl yn hygyrch i bobl ifanc sydd wedi'u heithrio sy'n ymwneud â gangiau a thrais yn Camden.

Ynghyd â phobl ifanc, mae'r elusen wedi datblygu'r Integrate Model, sef ymagwedd wedi'i hysbysu gan seicoleg sy'n mynd â seicolegwyr, gweithwyr cymdeithasol a gweithwyr ieuenctid allan o leoliadau gwasanaeth traddodiadol ac i mewn i'r gymuned i ymrwymo â phobl ifanc yn eu tiriogaeth eu hunain. Mae'r gwasanaeth yn canolbwyntio ar y sawl gyda lefelau uchel o droseddu ac allgau cymdeithasol.

Mae therapyddion yn gweithio i adeiladu ymddiriedaeth pobl ifanc a chyflwyno 'therapi stryd' mewn lleoedd lle mae pobl ifanc yn teimlo'n gyfforddus, megis ar y stryd, mewn caffi ac ar drafnidiaeth gyhoeddus. Mae therapi stryd yn defnyddio theorïau seicolegol cydnabyddedig megis theori ymlyniad a theori datblygu bywyd mewn modd y gellir ei addasu.[49]

Mae ymagwedd Intgrate yn ymrwymo pobl ifanc am ddwy i bedair blynedd trwy roi cyfle iddynt weithio tuag at eu hamcan neu brosiect eu hunain (e.e. cerddoriaeth, chwaraeon, theatr a chreu busnes). Yn ogystal â chefnogaeth gyda meysydd megis hyfforddiant, cyflogaeth a mynediad at wasanaethau iechyd a chymdeithasol, mae pobl ifanc yn buddio o ymyriadau therapiwtig a gwaith cymhelliant.

Mae MAC-UK wedi gweithio'n ddwys gyda 900 o bobl ifanc ac yn yr hir dymor ers sefydlu'r elusen yn 2008[50]. Maen nhw'n amcangyfrif bod y gost fesul awr fesul person ifanc mewn cyswllt â'r gwasanaeth tua £156, gyda chost blynyddol o £3,000 (yn seiliedig ar brisiau 2014/2015).[51]

Edrychwch ar **https://www.mac-uk.org/** ar ragor o wybodaeth

5. Mae chwaraeon a'r celfyddydau yn hyrwyddo gwerthoedd positif ac yn fachyn gwych ar gyfer ymrwymo

Defnyddir prosiectau chwaraeon a'r celfyddydau gan elusennau bach a mawr ledled y wlad naill ai fel **ymagwedd wrthdyniadol neu adferol at fynd i'r afael â throsedd.** Mae apêl chwaraeon a'r celfyddydau'n gallu gweithredu fel 'bachyn' ar gyfer ymrwymo a chreu synnwyr o gynnwrf, *"tebyg i sut mae'n teimlo i fod yn rhan o gang."*[52] Maen nhw'n darparu gweithgareddau ystyrlon ar gyfer y bobl ifanc hynny sydd ar eu pennau eu hunain ar ôl ysgol gan fod eu rhieni'n gweithio amser llawn - ac sydd mewn perygl o ymwneud â throsedd. Maen nhw hefyd yn gallu darparu'r awyrgylch a dylanwad cywir i **hyrwyddo gwerthoedd cadarnhaol**, gan gynnwys cymryd cyfrifoldeb a **dysgu sut i ddatrys anghydfodau mewn modd adeiladol**[53].

Dengys ymchwil bod rhaid bodloni'r amodau canlynol er mwyn cynyddu effaith chwaraeon a'r celfyddydau o ran trais gan bobl ifanc[54]:

- Mae angen i brosiectau chwaraeon a'r celfyddydau fod yn hir dymor yn eu natur os, *"ydynt am adeiladu ymddiriedaeth a newid agweddau"* - a ble fo'n bosib, dylid eu cynnwys fel rhan o **raglen datblygu ehangach o addysg a chefnogaeth.**
- Mae **rôl a sgiliau'r hyfforddwyr yn hanfodol** o ran, *"creu awyrgylch 'cymdeithasol-moesegol' cadarnhaol"*[55] - felly mae angen darparu hyfforddiant a chefnogaeth i staff ar brosiectau ym maes y celfyddydau a chwaraeon.
- Mae angen targedu prosiectau chwaraeon a'r celfyddydau'n dda o ran eu lleoliad ac ymrwymo â phobl ifanc[56].

Enghraifft: Canolfan Gelfyddydau Battersea, The Agency

Mae The Agency yn darparu cyfle i bobl ifanc 15-25 mlwydd oed yn Llundain a Manceinion i droi eu syniad am prosiect, busnes neu ddigwyddiad yn realiti. Mae'r ymagwedd wedi'i seilio ar y prosiect hynod lwyddiannus ym Mrasil, *Agenica Redes Para Juventude*, dan arweiniad Marcus Faustini.

Mae'r cyfranogwyr ifanc, yr 'Asiantau', yn cymryd rhan mewn gweithdai creadigol, ac maen nhw'n cael eu cefnogi gan fentor i ddatblygu'u sgiliau ymchwil ac adeiladu rhwydweithiau proffesiynol. Maen nhw'n archwilio anghenion eu hardal leol, yn mynd allan i'r strydoedd i ymchwilio ac yn gwahodd y gymuned leol i roi adborth. Maen nhw hefyd yn cwrdd â gweithwyr proffesiynol yn eu dewis faes er mwyn ennill cyngor arbenigol.

Cawsant eu sefydlu er mwyn eu cefnogi gyda datblygiad 'syniad' maen nhw'n frwdfrydig amdano. Ar ddiwedd y broses 12 wythnos, mae gan yr Asiantau gyfle i gyflwyno eu syniad i banel a derbyn hyd at £2,000 i'w roi ar waith. Dyma rai enghreifftiau o'r syniadau a ariannwyd:

- 'Vendors Mechanics - Wheel come to you'. Syniad a ddatblygwyd gan Leon Douglas, 21 oed, i ddarparu hyfforddiant mecaneg beiciau i gyn-droseddwyr.
- Mae Rupa Roshni Yoga yn syniad a ddatblygwyd gan Rupa Monk, 18 oed, a ddefnyddiodd ei hamser yn The Agency i ddatblygu dosbarthiadau ioga ac ymwybyddiaeth feddylgar ar gyfer plant sy'n dioddef, neu sydd mewn perygl o ddioddef, iechyd meddwl gwael. Mae hi'n gweithio gyda gwasanaethau cyhoeddus ac ysgolion lleol.

Enghraifft: London Football Journeys - Gwella gwydnwch at bwysau negyddol gan gyfoedion a diwylliant gangiau trwy waith cymunedol, gwaith ieuenctid a chwaraeon

Mae Football Journeys yn dod â phobl ifanc o wahanol ardaloedd o Lundain ynghyd i chwarae pêl-droed, chwalu rhwystrau a rhannu straeon a phrofiadau. Mae eu gwaith yn seiliedig ar bum cam penodol:

- Cyn-fuddiolwyr yn ymweld ag ysgolion a chlybiau ieuenctid i godi ymwybyddiaeth.
- Grwpio'r buddiolwyr mewn timau a'u dysgu sut i gynhyrchu (ysgrifennu sgript, cyfarwyddo, cyfweld a ffilmio) ffilm fer sy'n cyflwyno'u bywydau a'r ardal maen nhw'n byw ynddi.
- Mae'r timau'n gwylio ac yn trafod fideos i gael syniad o'r gwahanol bersonoliaethau, ardaloedd a ffyrdd o fyw.
- Mae cyfnewidfeydd pêl-droed 'cartref' ac 'oddi gartref' yn digwydd yng nghod post pob tîm gyda chlybiau pêl-droed proffesiynol yn hwyluso pob sesiwn. Ymhlith y gweithgareddau mae gemau adeiladu tîm a chyfathrebu, gemau pêl-droed cymysg, taith o'r clwb ieuenctid neu ysgol, rhannu bwyd a gwobrau dan arweinid y bobl ifanc.
- Cyfle i barhau fel llysgennad prosiect a chyd-gynhyrchu gweithgareddau yn y dyfodol

6. Mae amseru'n bwysig gydag ymrwymiad a chefnogaeth

Nid yw ymrwymiad llwyddiannus yn ymwneud â lle yn unig, ond hefyd ag amseriad yr ymyrraeth. Mae angen rhoi cefnogaeth ar yr adeg gywir ym mywyd person ifanc.

Elusen genedlaethol yw Redthread sy'n gweithio i integreiddio gwaith ieuenctid wedi'i hysbysu gan drawma yn y sector iechyd. Mae'n lleoli gweithwyr ieuenctid yn adrannau Damweiniau ac Achosion Brys mewn ardaloedd lle mae'r nifer sy'n mynychu oherwydd trais gan bobl ifanc yn uchel. Mae'r ymagwedd hon yn seiliedig ar eu profiad bod **gan adeg o fregusrwydd y potensial i fod yn adeg o newid** - maen nhw'n galw hwn yr "adeg y gellir ei dysgu."[58] Mae hwn yn gyfnod byr pan allai person ifanc sydd newydd gael ei saethu neu ei drywanu **fod fwyaf agored i wneud newidiadau yn ei bywyd.**

Enghraifft - Torri'r cylch o drais trwy ymyriadau mewn adrannau damweiniau ac achosion brys, Redthread[59]

Mae Redthread yn rhedeg Rhaglen Ymyrraeth ar Drais gan Bobl Ifanc mewn adrannau brys ysbytai mewn partneriaeth â'r rhwydwaith trawma mawr. Y nod yw lleihau trais difrifol gan bobl ifanc trwy newid y gefnogaeth sydd ar gael i ddioddefwyr ifanc o drosedd.

Mae'r gweithwyr ieuenctid sy'n gweithio mewn ysbyty wedi'u lleoli yn adrannau brys tri ysbyty yn Llundain (Kings College, St Mary's and St George's). Maen nhw'n gweithio ochr yn ochr â staff clinigol i ymgysylltu â dioddefwyr ifanc o drais difrifol. Maen nhw wedi cael eu hyfforddi i weithio mewn awyrgylch ysbyty ac mae ganddynt fynediad at gofnodion eu cleientiaid.

Mae'r gweithwyr ieuenctid yn canolbwyntio ar yr "adeg y gellir ei dysgu" - pan mae pobl ifanc allan o'u lle cyfforddus, i ffwrdd o'u cyfoedion, ac yn dod i delerau gyda'u hanafiadau. Yn y moment hon, mae nifer yn cwestiynu'r dewisiadau sydd wedi'u harwain at y sefyllfa ac mae gweithwyr ieuenctid arbenigol yn ceisio defnyddio'r adeg hon i annog y person ifanc i geisio newid eu hymddygiad a ffordd o fyw.

Nid yw pawb eisiau ymrwymo - mae tua 80% eisiau cael sgwrs, ond mae 40% eisiau parhau gyda'r sgwrs a'r gefnogaeth ar ôl gadael yr ysbyty[60].

"Yn aml, byddant yn dechrau gyda'r anghenion mwyaf brys. Bwyd. Diod. Mae fel prawf mewn ffordd. Maen nhw eisiau i chi wneud rhywbeth ymarferol drostynt. Efallai bo nhw eisiau Lucozade. Roedd un dyn eisiau i mi ffonio'r swyddfa brawf am ei fod yn poeni am doriad. Fe wnes i hynny. Yna, fe ffoniodd e'r swyddfa brawf i wirio fy mod i wedi gwneud. Unwaith iddo sylweddoli fy mod yn cadw at fy ngair, roedd e'n iawn." Lucy, Redthread (dyfyniad o'r Guardian)[61]

Edrychwch ar **http://www.redthread.org.uk/** am ragor o wybodaeth

Mae'r syniad hwn yn gweithio gyda bechgyn a merched. Mae ymchwil wedi adnabod cyfnodau o gyfleoedd penodol, cyfyngedig o ran amser pan mae'n **haws adnabod merched sy'n ymwneud â gangiau a'u bod yn fwy tebygol o dderbyn cefnogaeth.** Mae'r cyfnodau hyn yn cynnwys: cael eu heithrio o'r ysgol, carchariad cariad sy'n aelod o gang, genedigaeth plentyn, ymweliad â chlinig iechyd rhywiol a chael eu derbyn i'r adran damweiniau ac achosion brys.[62]

Mae eraill yn gwneud **gwaith tebyg mewn carchardai.** Mae Catch22 wedi bod yn darparu 'gweithwyr gangiau' i garchardai ers 2013. Maen nhw'n helpu carcharorion i siarad am deimladau a phryderon ac i archwilio gyda nhw pa ddewisiadau eraill y gallent eu gwneud yn eu bywydau. Maen nhw'n gwneud gwaith un-i-un ac yn rhedeg sesiynau cyfryngu, rheoli anghydfod a sesiynau grŵp (e.e. 'cylchoedd' wythnosol lle gellir codi a thrafod materion emosiynol poenus)[63] i adnabod adegau y gellir eu dysgu, lle gallai carcharorion a oedd yn ymwneud â gangiau fod yn cwestiynu eu hymrwymiad ac yn cydnabod bod angen iddynt roi terfyn ar fywyd mewn gang er mwyn osgoi dychwelyd i'r carchar. Gall hyn hefyd gynnwys sylweddoli bod ffrindiau a chyfoedion o'r gang yn llai ffyddlon neu ddibynadwy nag yr oeddent yn credu[64]. Mae gwaith gweithwyr gangiau wedi **cyfrannu at leihau sylweddol yn nifer y digwyddiadau treisgar yn y carchardai** lle maen nhw'n gweithio.

7. Gallwn ddysgu o arbenigedd a phrofiad pobl ifanc

Mae'r Gronfa Loteri Fawr yn dilyn ymagwedd 'Pobl yn Arwain' sy'n golygu bod cymunedau a defnyddwyr y gwasanaethau a ariannwn yn ganolog i newid cymdeithasol. Credwn fod **pobl gyda phrofiad personol o broblem mewn sefyllfa dda i adnabod a llunio datrysiadau posib.**

Mae pobl ifanc sydd wedi ymwneud â gangiau a throsedd yn helpu gyrru gwaith nifer o elusennau sy'n llwyddo arallgyfeirio pobl ifanc i ffwrdd o ffyrdd treisgar o fyw. Maen nhw'n cynhyrchu ar y cyd ac yn gweithredu fel partneriaid cyfartal ym mhob agwedd o ddylunio a chomisiynu gwasanaethau a recriwtio staff ac ymddiriedolwyr, i gyflwyno a hyrwyddo'r gweithgareddau i'r gwerthuso ar y diwedd. Mae elusennau'n tueddu i greu **amrediad o lefelau ymrwymiad ar gyfer pobl ifanc, er mwyn iddynt allu ymrwymo eu hamser a mewnbwn ar lefel sy'n gweithio iddyn nhw.**

Mewnwelediadau

Argymhellir cyd-gynhyrchu gyda chymunedau yn Arweiniad NICE (2016) ar ymrwymiad cymunedol mewn ymyriadau iechyd cyhoeddus.

Argymhellir y math hwn o ymglymiad gan ddefnyddwyr hefyd mewn canllawiau ymchwil ar ddatblygu ymyriadau cymhleth[65].

Rydym wedi adnabod tri phrif fudd o gyd-gynhyrchu ein rhaglenni gyda defnyddwyr gwasanaeth. Gall cyd-gynhyrchu: 1) ehangu cwmpas y gwasanaeth, 2) sicrhau bod gwasanaethau'n ymateb i anghenion a dymuniadau'r cynulleidfaoedd targed, a 3) chael effaith gadarnhaol ar sgiliau trosglwyddadwy y bobl ifanc sy'n cymryd rhan (yn benodol, ar arweinyddiaeth, gwaith tîm, gwneud penderfyniadau a sgiliau cyfathrebu).

Ymhlith yr hyn a ddysgom ar sut i gynnwys pobl ifanc yn ystyrlon yn nyluniad, cyflwyniad a gwerthusiad gwasanaethau[66] mae'r canlynol:

- Mae hwn yn gysyniad syml ond gall fod yn docynistaidd - **mae gwir cyd-gynhyrchu yn cymryd amser ac adnoddau i'w sefydlu a'i redeg.** Dechreuwch trwy sicrhau bod **pob aelod o staff a phartner yn deall y buddion a'r gwahaniaethau cynnil, ond pwysig, rhwng** 'ymgynghori' (gofyn i bobl ifanc am eu barn, ond heb lawer o ddylanwad) a 'chyfranogiad' (pobl ifanc yn gallu gwneud awgrymiadau a dylanwadu ar ganlyniadau o'i gymharu â 'chyd-gynhyrchu' (pobl ifanc yn gweithio fel partneriaid cyfartal, gan rannu'r broses o wneud penderfyniadau).

- Dylid cynnwys pobl ifanc **ar lefel maen nhw'n teimlo sy'n addas iddynt ar yr adeg honno** a chynnwys cyfleoedd 'dilyniant' i ymrwymo (e.e. efallai y byddant eisiau dechrau trwy gyfrannu syniadau, neu wirfoddoli mewn digwyddiadau ac adeiladau eu hyder a sgiliau'n araf er mwyn cymryd rhan mewn rolau gwneud penderfyniadau.

- Gwnewch i bobl ifanc deimlo'n gyfforddus a'u hannog i herio dulliau gweithio cyfredol; **parchwch eu cyfraniadau.** Dylai'r cyfranogiad fod yn wirfoddol a rhaid eu bod yn gallu newid eu meddwl.

- Os yw pobl ifanc yn cymryd rhan mewn cyfarfodydd bwrdd neu bartneriaeth, sicrhewch fod y cyfarfodydd yn cael eu rhedeg mewn modd hygyrch a bod gwybodaeth ysgrifenedig a ddarperir wedi'i ysgrifennu mewn iaith syml, heb jargon ac mae fformat sy'n briodol ar gyfer oedran y person ifanc ac sy'n hawdd ei deall.

- Sicrhewch fod **y bobl ifanc yn deall sut gallant fuddio o gymryd rhan.** Er enghraifft, tynnwch sylw at y cyfleoedd i ddylanwadu ar y gwasanaethau y gallan nhw a'u ffrindiau eu defnyddio, sgiliau a phrofiadau newydd, a'r cyfle i gwrdd â phobl newydd a chymryd rhan mewn gweithgareddau grŵp hwylus.

- Sicrhewch eich bod yn dathlu eu gwaith a sicrhewch fod staff, mudiadau partner a phobl ifanc yn gwybod beth sydd wedi newid yn sgil eu cyfraniadau.

- Meddyliwch sut i gasglu barn pobl i wahanol gefndiroedd a gyda gwahanol brofiadau. Os oes disgwyl iddynt gynrychioli 'etholaeth' ehangach o bobl ifanc, rhaid rhoi ystyriaeth i hyn.

Enghraifft - Defnyddio arbenigedd a phrofiad pobl ifanc i hysbysu a gwella dyluniad a chyflwyniad gwasanaethau, Talent Match[67]

Rhaglen gyflogadwyedd ieuenctid £108 miliwn a ariannir gan y Loteri Genedlaethol a gychwynnwyd ac a ddyluniwyd gyda phobl ifanc yw Talent Match . Mae'n gweithio gyda phobl ifanc sydd mewn perygl, cyn-droseddwyr a phobl ifanc eraill sydd pellaf i ffwrdd o'r farchnad lafur. Mae'r cyfranogwyr yn chwarae rhan fawr yn nylunio, cyflwyno a gwerthuso'r gwasanaethau. Maent yn:

- Cymryd rhan ym myrddau partneriaeth, rheoli a chomisiynu'r partneriaethau lleol fel partneriaid cyfartal - yn y modd hwn, maen nhw'n gallu monitro, arolygu a darparu adborth ar gynlluniau newydd ac maen nhw'n rhan o'r broses o wneud y penderfyniadau allweddol yn ymwneud â chomisiynu, dylunio a chyflwyno'r gwasanaeth a sicrhau ansawdd.
- Ymchwilio ac yn gwerthuso gwasanaethau cyfredol
- Rhedeg ymgyrchoedd ac yn hyrwyddo gwasanaethau ymysg eu cyfoedion a chyflogwyr
- Hyfforddi staff mewn asiantaethau partner ac yn cyfweld ag ymgeiswyr (staff a darparwyr)
- Siarad mewn cynadleddau a digwyddiadau ac yn hyrwyddo'r rhaglen a llais y bobl ifanc yn yr arena polisi cyflogaeth ieuenctid

Ymagweddau seiliedig ar bartneriaeth – beth sy'n gweithio?

1. Mae cynnwys y SGCh yn hanfodol, nid yn ddymunol yn unig

2. Mae arweinwyr hael a gweledigaeth a rennir yn gynhwysion allweddol mewn partneriaethau llwyddiannus

3. Adeiladu ymagwedd system gyfan

Mae mudiadau sy'n gweithio ym maes trais difrifol gan bobl ifanc yn aml yn dod ynghyd i fynd i'r afael â'r broblem. Mae gwahanol fathau o bartneriaethau:

- Partneriaethau traws-sector - dod â phobl allweddol ynghyd o wahanol sectorau,
- Cydweithio lleol yn seiliedig ar leoliad, a
- Mudiadau lleol a chenedlaethol yn gweithio gyda'i gilydd ar thema benodol (h.y. troseddau â chyllyll neu gyfryngau cymdeithasol)

Yn ein profiad ni, er mwyn mynd i'r afael â'r cynnydd yn nhrais difrifol gan bobl ifanc, mae angen arnom ymagwedd sy'n rhoi **pobl ifanc a/neu'r sawl â phrofiad personol o drais difrifol gan bobl ifanc a'r SGCh** wrth wraidd partneriaethau o'r fath er mwyn deall, cydnabod a mynd i'r afael â'r rhesymau craidd y tu ôl i ymddygiadau treisgar. Mae hyn hefyd yn cynnwys **gweithio ar draws sectorau** mewn partneriaeth lyfn i **ddatblygu ymateb hir dymor.**

1. Mae cynnwys y SGCh yn hanfodol, nid yn ddymunol yn unig

Mae grwpiau gwirfoddol a chymunedol yn gallu ychwanegu gwerth sylweddol at waith gwasanaethau statudol ym maes trais gan bobl ifanc. Mae hyn oherwydd eu bod yn gallu cynrychioli a chefnogi pobl ifanc sy'n 'gudd' o wasanaethau eraill neu heb ymrwymo â'r gwasanaethau hynny. Maen nhw'n gwneud hyn trwy **adeiladu ar eu cysylltiadau lleol, perthnasoedd a ymddiriedir ynddynt, a'r cofnod hir a chynhwysfawr** o ymrwymo gyda, a chefnogi, pobl ifanc mewn perygl.

Mae eu gwasanaethau'n ychwanegu at led a dyfnder y gefnogaeth emosiynol, ymarferol ac iechyd sydd ei hangen ar bobl ifanc sy'n ymwneud â thrais. Mae hyn yn rhychwantu atal ac ymyrraeth gynnar, ymyrryd mewn sefyllfaoedd brys a sefyllfaoedd o argyfwng ac adferiad. Mae hefyd ganddynt yr hyblygrwydd i arloesi a rhoi cynnig ar ymagweddau newydd.

- Yn ein profiad ni, wrth weithio gyda'r sector gwirfoddol, ble fo'n bosib dylid ceisio bodloni'r canlynol:
  - Gwneud ymrwymiad hir dymor - mae diffyg ariannu hir dymor yn rhwystro eu gallu i gynllunio ymlaen llaw ac ymrwymo i'r gefnogaeth mae pobl ifanc ei hangen ac yn haeddu:
  - Mae darparu ariannu craidd yn eu galluogi i gynllunio a chyflwyno'n fwy effeithiol, ac
  - Mae ymgorffori amser â thâl i gynllunio a gwerthuso cyn ac ar ôl y prosiect yn gallu arwain at fuddion pellach o ran gwell tystiolaeth ac effaith[68].
- Dylai partneriaethau ddod â mudiadau llai ynghyd, gan gynnwys grwpiau llawr gwlad, i gynhyrchu syniadau sydd wedi'u seilio ym mhrofiadau cymunedau, gyda chwmpas a maint mudiadau mwy. Mae gan hyn y potensial i greu **system a rennir sydd ei hangen i gyflwyno newid ar raddfa fwy.**

  Efallai bydd grwpiau llai yn eu cael yn anodd cydweithio **mewn hinsawdd o gystadleuaeth am gyfleoedd ariannu tymor byr, seiliedig ar brosiectau.** Gall prosiectau ar y cyd fod yn ddefnyddiol yn y sefyllfaoedd hynny.
- Dewch i ddeall yr heriau y'u hwynebir gan fudiadau bach llawr gwlad sy'n canolbwyntio ar gyflwyno ar y rheng flaen - mae eu gallu i gymryd rhan ar lefel strategol yn gyfyngedig a **dylid eu cefnogi.**

  Yn aml maen nhw'n cael eu gofyn am fewnbwn ar yr adeg o gynllunio rhaglen, ond weithiau **maen nhw'n cael eu heithrio o ddatblygiad ehangach y strategaeth**[69], y cyflwyniad neu'r ariannu.
- Gwerthfawrogwch eu harbenigedd - mae gan nifer o grwpiau arbenigedd tra gyfredol a blynyddoedd/degawdau o gefnogi pobl ifanc sy'n ymwneud â gangiau a throsedd, gan gynnwys profiad personol o'r heriau y mae'r sawl maen nhw'n eu cefnogi yn eu hwynebu.

2. Arweinwyr hael a gweledigaeth a rennir yw rhai o 'gynhwysion allweddol' partneriaethau llwyddiannus

Nid yw gweithio mewn partneriaeth yn hawdd. Yn ein profiad ni, mae cynhwysion allweddol partneriaethau llwyddiannus yn cynnwys y canlynol:

Arweinyddiaeth hael

Mae parodrwydd i rannu cyfrifoldeb a dylanwad i **gyflawni'r budd cyffredin** yn bwysig, ynghyd â chymhelliant i **adeiladu cysylltiadau cryf** gydag unigolion, grwpiau a chymunedau sy'n gallu cyflawni amcanion a rennir ar y cyd.

Mae arweinwyr hael yn ymwybodol o'u lle yn yr eco-system ehangach a sut mae rhannu eu cyfraniad, gwybodaeth a sgiliau'n gallu cydweddu rhai pobl eraill er budd y gymdeithas sifil. Maen nhw'n **cyflawni eu cenhadaeth trwy gychwyn gyda'r darlun ehangach** yn hytrach na beth mae ei mudiad ei hun yn gallu ei wneud ar ei ben ei hun yn unig.

Nodweddion arweinwyr hael

- Agored i syniadau, yn chwilfrydig ac yn amyneddgar
- Synnwyr o gymuned
- Yn poeni am feithrin gwerthoedd a rennir a sut mae gwahanol rolau a sgiliau yn cydweddu â'i gilydd er budd cyffredin
- Yn cefnogi cymunedau i ddiffinio eu dyheadau eu hunain
- Ddim yn rhoi'r bai ar unrhyw un, yn ddiolchgar ac yn poeni am ysbrydoli eraill
- Yn barod i ddathlu
- Yn gwrando...ac yn talu sylw
- Yn ddiymhongar
- Yn ymddiried yn eu cydweithwyr, yn rhoi ac yn derbyn adborth
- Â'u traed ar y ddaear, yn rhan o eco-system, yn rhan o symudiad ehangach

Gweledigaeth ac amcanion a rennir

Dylai partneriaid gael eu cymell gan set o amcanion a gwerthoedd a rennir. Dylai'r rhain gychwyn gyda'r eco-system ehangach, yn hytrach na gyda blaenoriaethau unigol pob partner. Mewn geiriau eraill, dylai'r ffocws fod ar systemau cyffredinol, nid ar brosiectau neu fudiadau unigol yn unig.

Gall hyn gynnwys creu **symudiad** i adnabod trais difrifol gan bobl ifanc fel mater iechyd cyhoeddus di-feirniadol (o'i gymharu â mater gorfodi'r gyfraith yn unig) sy'n mynd i'r afael â'r achosion craidd ac yn gofyn am ymateb gan y gymuned gyfan. Dylai pob aelod o'r gymuned fod yn rhan o hyn - o weithwyr proffesiynol megis meddygon teulu, nyrsys, deintyddion, yr heddlu, athrawon a gweithwyr cymdeithasol, i hyfforddwyr chwaraeon, gweithwyr ieuenctid, menywod cinio a gyrwyr bysys gyda'r nos a allai gefnogi, trin, bod yn dyst neu gwnsela'r bobl ifanc sy'n ymwneud â thrais trwy eu gwaith.

Enghraifft: Ymagwedd iechyd cyhoeddus at drais, Yr Alban

Yn 2005, sefydliad yr Uned Lleihau Trais (VRU) yn yr Alban ac yn 2011, yr Alban oedd y wlad gyntaf yn y byd i fabwysiadu ymagwedd iechyd cyhoeddus at drais a throseddau â chyllyll, *"gan ei drin fel salwch y gellid ei gwella gydag ymyriadau addysg, iechyd a gwaith cymdeithasol"* (The Scotsman, 2018). Caiff ei ariannu'n uniongyrchol gan Lywodraeth Yr Alban ac mae'r heddlu'n gweithio gyda'r sawl yn yr adrannau iechyd, addysg a gwaith cymdeithasol i fynd i'r afael â'r broblem.

Mae'r ymagwedd wedi galw ar holl aelodau'r gymuned, gan gynnwys nyrsys, deintyddion a hyd yn oed milfeddygon a thrinwyr gwallt i gadw llygad am arwyddion o drais. Caiff swm sylweddol o fapio ei wneud i adnabod aelodau gangiau y gelwir arnynt i wrando ar yr heddlu, dioddefwyr trais, cyn-droseddwyr a pharafeddygon a dysgu am yr ymagwedd newydd at fynd i'r afael â phroblem trais difrifol. Mae hyn yn cynnwys dod o hyd i ddewisiadau amgen i gangiau a thrais (e.e. tai, ail-leoli, cyflogaeth, addysg) ac ymagwedd o ddim goddefgarwch ar y strydoedd.

Mae tîm y VRU yn gymysgedd o ymchwilwyr, heddweision, staff sifil a chyn-droseddwyr sydd wedi trawsnewid eu bywydau ac sydd nawr eisiau helpu eraill i wneud yr un peth.

Bu'r canlyniadau'n drawiadol. Bu cyfradd llofruddiaeth Glasgow haneru mewn degawd ac mae gostyngiadau sylweddol wedi bod mewn meysydd eraill hefyd (e.e. ymosodiad difrifol a meddu ar arf dreisgar).

Edrychwch ar http://actiononviolence.org/ am ragor o wybodaeth

Ar lefel leol, sicrhau bod staff, partneriaid, y gymuned a budd-ddeiliaid eraill wedi ymrwymo, eu cymell ac wedi ymrwymo at y weledigaeth. Mae hyn yn cynnwys ymrwymiad a rennir at gyd-gynhyrchu.

Cyfansoddiad a pherthnasoedd

- Peidiwch ag ystyried y pethau y gall gwahanol bartneriaid eu cyfrannu yn unig, ond hefyd y **goblygiadau** o'u heithrio. Gall fod yn ddefnyddiol edrych ar y mater o safbwynt 'bywyd person ifanc sy'n ymwneud â thrais difrifol' a'r holl fudiadau y gallai, neu y dylai, fod ynghlwm.
- Mae adeiladu perthnasoedd cryf gyda phartneriaid all wneud i bethau ddigwydd yn bwysig, yn ogystal â pherthnasoedd gyda chyfoedion y gallwch ddysgu ohonynt, a'r gymuned hefyd.
- Dewch o hyd i ffyrdd o weithio gydag arweinwyr ffydd a chyflogwyr, gan gynnwys cwmnïau mawr a'u cadwyni cyflenwi yn ogystal â chwmnïau bach a chanolig; gallant ddarparu lleoliadau a chyfleoedd cyflogaeth, sy'n arbennig o bwysig i'r sawl gyda dibynyddion.

Enghraifft: Buddion rhannu gwybodaeth

Trwy weithio gyda phartneriaid gan gynnwys yr heddlu, mudiadau iechyd ac ysgolion, mae HeadStart Caint wedi datblygu menter i gefnogi pobl ifanc a effeithir arnynt gan drais yn y cartref. Mae'r ysgolion sy'n cymryd rhan yn derbyn adroddiadau dyddiol o ddigwyddiadau o drais yn y cartref er mwyn i staff allu adnabod pobl ifanc fregus yn gynnar a allai fod angen cefnogaeth ychwanegol i'w helpu i ymdopi ar adegau anodd. Heb y systemau gwybodaeth a rennir, ni fyddai hyn yn bosib.

Gosod ffiniau

- Mae diffinio cyfrifoldeb yn bwysig, er enghraifft trwy rolau a ddiffinnir a rolau arbenigol, a chyfrifoldebau monitro/adrodd.
- Mae rhannu gwybodaeth yn barhaus yn hanfodol - ynghyd â systemau i rannu'r dysgu o fewn y bartneriaeth ac yn allanol.
- Dylai'r targedau fod yn realistig - wedi'u gosod ar y cyd gan ystyried yr amser sydd ei angen i lunio partneriaeth.
- Mae'n bwysig cyfathrebu'n rheolaidd ynghyd â chal presenoldeb amlwg gan uwch reolwyr.

3. Adeiladu ymagwedd system gyfan

Mae ymagwedd system gyfan yn dod â gwasanaethau statudol ynghyd â grwpiau lleol a chymunedol gan adeiladau ar y cynhwysion allweddol eraill a nodwyd uchod. Mae gweithio gyda'n gilydd fel hyn:

- Yn caniatáu am ddarpariaeth gynhwysfawr, sy'n mynd y tu hwnt i fodelau cefnogaeth safonol; ac
- Yn ein galluogi i fynd i'r afael â materion ar y cyd er mwyn osgoi dyblygiad.

Ni ddylai gweithio mewn partneriaeth ddigwydd ar lefel strategol yn unig, ond dylai ymestyn i gyd-weithio, cyfathrebu a rhannu arferion rhwng gweithwyr ar y rheng flaen.

Ymhlith y fethodoleg posib ar gyfer adeiladu ymagweddau system gyfan mae fframweithiau Effaith ar y Cyd a Newid Systemau. Fframwaith yw Effaith ar y Cyd sy'n mynd i'r afael â phroblemau cymdeithasol dwfn a chymhleth. Mae'n ymagwedd arloesol a strwythuredig at wneud i gydweithio weithio ar draws y llywodraeth, busnesau, dyngarwch, mudiadau nid er elw a dinasyddion i gyflawni newid cymdeithasol sylweddol a pharhaus.

Mae newid systemau'n ymwneud â newid system gyfredol i greu system 'normal' newydd sy'n gweithio'n well i bawb. Yn aml, gellir cyflawni fframwaith newid systemau trwy leihau gweithio'n unigol a galluogi partneriaethau a chydweithio er mwyn i'r sawl sy'n rhan o'r system allu gweithio'n well gyda'i gilydd. Mae fframwaith newid systemau'n cynnwys canolbwyntio ar achosion craidd materion cymdeithasol a gweithio i greu systemau sy'n gweithredu'n gynnar i atal problemau. Mae hyn yn digwydd yn Glasgow er enghraifft, lle mae elusen blant genedlaethol, Gweithredu dros Blant, yn gweithio gyda'r holl sectorau allweddol i gefnogi cymunedau lle mae trais cymunedol yn ffordd o fyw i nifer o blant a phobl ifanc.

Enghraifft: Gweithredu dros Blant, yr Alban - Ymagwedd system gyfan at arallgyfeirio pobl ifanc o droseddau cyfundrefnol difrifol

Mae Side Step yn wasanaeth ymyrraeth gynnar ac arallgyfeirio dros dair blynedd a gyflwynir gan Gweithredu dros Blant, elusen blant genedlaethol, ynghyd â Heddlu'r Alban, adran gwaith cymdeithasol Cyngor Dinas Glasgow a Llywodraeth Yr Alban.

Mae Side Step yn gweithio gyda phobl ifanc 12-18 oed yn Glasgow sydd mewn perygl o ymwneud, neu sydd eisoes yn ymwneud, â throseddau cyfundrefnol difrifol. Gallent fod yn ymwneud â gwerthu neu ddosbarthu cyffuriau, dosbarthu arian a nwyddau ffug, trais ac ymddygiad gwrthgymdeithasol. Mae tua 95% yn camddefnyddio cyffuriau ac mae pedwar o bob deg wedi bod mewn gofal diogel/yn y ddalfa.

Mae Side Step yn ganlyniad gweithio mewn partneriaeth rhwng elusennau, grwpiau cymunedol a'r holl chwaraewyr blaenllaw ym maes y gymuned a chyfiawnder ieuenctid. Dan arweiniad Gweithredu dros Blant, mae partneriaid strategol allweddol wedi helpu llunio cyflwyniad a chynnwys y prosiect, gan sicrhau bod dim dyblygiad o wasanaethau a'u bod yn cyd-fynd â'r canlyniadau arfaethedig. Mae'r aelodau'n cynnwys One Glasgow, Reducing Offending Strand, Cyngor Dinas Glasgow, Heddlu'r Alban, Llywodraeth Yr Alban, Community Justice Glasgow, The Centre for Youth and Criminal Justice a'r Wheatley Group. Mae Gweithredu dros Blant hefyd yn gweithio gydag elusennau a grwpiau eraill, gan gynnwys clybiau pêl-droed a Sported Scotland. Yn 2014, enillodd y prosiect Wobr Plant mewn Gofal y Ganolfan Ragoriaeth ar gyfer y Bartneriaeth Mwyaf Arloesol.

Darperir y gefnogaeth mewn amrywiaeth o fformatau: un i un, mentora gan gyfoedion a gwaith grŵp ac mae lefel y gefnogaeth yn amrywio yn dibynnu ar anghenion yr unigolyn. Mae mentora gan gyfoedion yn rhan allweddol o'r weithgaredd - mae gan fentoriaid cyfoedion brofiad bywyd perthnasol, gwybodaeth o'r ardal/materion lleol ac maen nhw nawr yn byw bywyd di-drosedd. Felly, mae ganddynt bersbectif unigryw ar fywyd y person ifanc. Mae eu gwaith yn cael ei wneud gyda'r nos ac ar y penwythnos gan fwyaf, gydag aelod o staff ar alw ar bob adeg. Mae cefnogaeth hefyd ar gael i'r teulu cyfan. Cynhelir gweithgareddau'r prosiect mewn awyrgylch nad sy'n fygythiol, megis neuaddau cymunedol.

Canfuwyd mewn gwerthusiad bach, annibynnol o ymyriadau cynnar, ar ôl chwe mis ar y rhaglen[70]:

- Bod 75% o'r bobl ifanc yn byw bywyd mwy sefydlog ac heb ail-droseddu, a
- Bod 62% yn ymwneud â gweithgareddau cymdeithasol/hyfforddiant a chyflogadwyedd.

Roedd y gwerthusiad hefyd yn awgrymu bod ymrwymiad yn gallu arwain at 'effaith ddilynol', sy'n golygu, wrth i un person ifanc symud i ffwrdd o droseddau cyfundrefnol, bod pobl eraill fel ffrindiau neu frodyr a chwiorydd yn eu dilyn hefyd. Mae adran Gwaith Cymdeithasol Cyngor Dinas Glasgow wedi amcangyfrif bod y gweithgaredd wedi cyfrannu'n uniongyrchol at arbedion o £1m yn sgil atal pobl ifanc rhag fynd i'r ddalfa neu i mewn i ofal.

Ffynonellau

[1] Skae, T. (2017) *The violence virus. A community response to reducing youth violence in London.* Sylfaen Cymunedol Llundain, t11.
[2] Edwards, P. et al. (2015) *What works: crime reduction systematic review series. No 2. Mediation, mentoring and peer support to reduce youth violence: a systematic review.* Ysgol Hylendid a Meddyginiaeth Drofannol Llundain.
Edwards, P. et al. (2015) *Mediation, mentoring and peer-support to reduce youth knife and gun-enabled violence: protocol for a systematic review.* Ysgol Hylendid a Meddyginiaeth Drofannol Llundain.
[3] Ibid.
[4] Early Intervention Foundation (2015) *Preventing gang and youth violence: spotting signals of risk and supporting children and young people: an overview.* Y Swyddfa Gartref. [5] Yma gallwch ddarllen mwy ar brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod gan GIG yr Alban.
[6] Bellis MA, Lowey H, Leckenby N, Hughes K, Harrison D. (2013) *Adverse childhood experiences: retrospective study to determine their impact on adult health behaviours and health outcomes in a UK population.* Public Health (Rhydychen)
[7] Lemer, c. et al. (2013) *Annual Report of the Chief Medical Officer 2012, Our Children Deserve Better: Prevention Pays*
Stevens, M. (2011) *The costs and benefits of early interventions for vulnerable children and families to promote social and emotional wellbeing: economics briefing.* Ysgol Economeg a Gwyddoniaeth Wleidyddol Llundain
Heckman, James J. (2006) *Skill formation and the economics of investing in disadvantaged children.* Science 312.5782 (2006): 1900-1902
[8] Biwro Cenedlaethol y Plant (ar y gweill) *A Better Start: improving the life chances of babies and young children.* Cronfa Loteri Fawr.
[9] Biwro Cenedlaethol y Plant (ar y gweill) *A Better Start: improving the life chances of babies and young children.* Cronfa Loteri Fawr.
[10] Ibid.
[11] Factor, F., et al yn Nacro (2015) *Beyond youth custody. Gang-involved young people custody and beyond.* Cronfa Loteri Fawr.
[12] Seiliedig ar fewnwelediadau a rannwyd gan ymarferwyr ar y rheng flaen yn Leap Confronting Conflict. [13] Seiliedig ar fewnwelediadau a rannwyd gan ymarferwyr ar y rheng flaen yn Leap Confronting Conflict. [14] Seiliedig ar fewnwelediadau a rannwyd gan ymarferwyr ar y rheng flaen yn Leap Confronting Conflict. [15] Leap Confronting Conflict (2018) *Impact Report 2017.*
[16] Ibid.
Stapley, E., Deighton, J. (2018) *Evidence Briefing #2: 14 Mai 2018. HeadStart Year 1: National qualitative evaluation findings – young people's perspectives.* Cronfa Loteri Fawr, Uned Ymarfer Seiliedig ar Dystiolaeth, Coleg Prifysgol Llundain, Canolfan Genedlaethol Plant a Theuluoedd Anna Freud.
[17] Stapley, E., Deighton, J. (2018) *Evidence Briefing #2: 14 Mai 2018. HeadStart Year 1: National qualitative evaluation findings – young people's perspectives.* Cronfa Loteri Fawr, Uned Ymarfer Seiliedig ar Dystiolaeth, Coleg Prifysgol Llundain, Canolfan Genedlaethol Plant a Theuluoedd Anna Freud. Nodwch fod yr ymchwil yn seiliedig ar sampl fechan.
[18] Ibid.
[19] Seiliedig ar brofiad LEAP Confronting Conflict.
[20] Seiliedig ar brofiad LEAP Confronting Conflict.
[21] Elusen ieuenctid XLP (2018) *Girls and gangs.* The Centre for Social Justice.

[22] Seiliedig ar ddysg o brosiect SOS+ a redir gan St Giles Trust.
[23] Seiliedig ar ddysg o brosiect SOS+ a redir gan St Giles Trust.
[24] Mewnwelediadau a rannwyd gan weithwyr rhwng flaen LEAP Confronting Conflict.
[25] Irwin-Rogers, K. Pinkney, C. (2017) *Social Media as a Catalyst and Trigger for Youth Violence*. Catch22.
[26] Leap Confronting Conflict (2018) *Improving Prospects 2016/2017. Evaluating the long-term impact of Leap's flagship community-based programme*.
[27] Lee, J., Batten, R., Harris, F.(2018) *Measuring the longer-term outcomes for graduates of Leap Improving Prospects programme, 2016/2017.* Canolfan Ymchwil Ymddiriedolaeth Brathay.
[28] Ibid.
[29] Lee, J., Batten, R., Harris, F.(2018) *Measuring the longer-term outcomes for graduates of Leap Improving Prospects programme, 2016/2017.* Canolfan Ymchwil Ymddiriedolaeth Brathay.
[30] Ibid.
[31] Leap Confronting Conflict (2018) *Improving Prospects 2016/2017. Evaluating the long-term impact of Leap's flagship community-based programme*.
[32] The Centre for Youth Impact (2018) *Can you bottle a good relationship? Learning about mentoring in the Talent Match programme*. Cronfa Loteri Fawr; Cronfa Loteri Fawr (2018) *Talent Match, Achievements and lessons for policy and programme design.*
[33] Edwards, P. et al. (2015) *What works: crime reduction systematic review series. No 2. Mediation, mentoring and peer support to reduce youth violence: a systematic review*. Ysgol Hylendid a Meddyginiaeth Drofannol Llundain. Yn seiliedig ar astudiaeth economaidd o raglen mentora a sefydlwyd yn yr Unol Daleithiau ac a roddwyd ar waith yn Awstralia (Moody, 2009).
[34] Mae'r wybodaeth yn yr astudiaeth achos hon yn seiliedig ar wefan St Giles Trust a'u hadroddiadau ymchwil, gan gynnwys: Hopkins, B. et al. (2016) *Evaluation of the SOS+ intervention. Prosiect SOS,* St Giles Trust. Prifysgol Coventry; The Social Innovation Partnership (2014) *An Evaluation of St Giles Trust's SOS Project;* St Giles Trust (2018) *2017 Annual review.*
Developing the power of peer advisors.
[35] The Social Innovation Partnership (2014) *An Evaluation of St Giles Trust's SOS Project*.
[36] Ibid.
[37] The Social Innovation Partnership (2014) *An Evaluation of St Giles Trust's SOS Project*
[38] Gweler, er enghraifft, Ecorys (2012) *Sport Scores: the costs and benefits of sport for crime reduction.* Laureus Sport for Good Foundation. Mae'n tynnu ar fethodoleg ymchwil dilys o'r tu allan i'r sector chwaraeon, gan gynnwys asesiadau effaith economaidd, ymchwil iechyd a'r llenyddiaeth ar droseddau ieuenctid. Mae'r methodoleg yn adeiladu ar brosiect ymchwil Laureus, Teenage Kicks (2011). Mae'r astudiaeth yn dyfnhau'r sail wybodaeth a ddarparwyd gan adroddiad Teenage Kicks, trwy gynnal ymchwil gynradd newydd ar draws pedwar prosiect chwaraeon er da yn y DU, yr Eidal a'r Almaen, gan ddefnyddio ymagwedd arloesol o ddulliau cymysg.
[39] Ecorys (2012) *Sport Scores: the costs and benefits of sport for crime reduction.* Laureus Sport for Good Foundation.
[40] Ibid.
[41] Goldman, E. (2013) *UK's Lottery funding to give young people a sporting chance with Fight For Peace*. ADCC.
[42] Hughes, K., Hardcastle, K., Perkins, C. (2015) *The mental health needs of gang affiliated young people; A briefing produced as part of the Ending Gang and Youth Violence programme.* Public Health England.
[43] Seiliedig ar waith MAC-UK.
[44] Hughes, K., Hardcastle, K., Perkins, C. (2015) *The mental health needs of gang*

affiliated young people; A briefing produced as part of the Ending Gang and Youth Violence programme. Public Health England.

[45] Ibid.
[46] Nodwch, nid yw'r gwasanaeth hwn wedi'i dargedu at bobl ifanc sy'n ymwneud â thrais
[47] Hughes, K., Hardcastle, K., Perkins, C. (2015) *The mental health needs of gang affiliated young people; A briefing produced as part of the Ending Gang and Youth Violence programme*. Public Health England.
[48] Paratowyd yr astudiaeth achos hon ar sail gwybodaeth o wefan MAC-UK a chanfyddiadau gan Hughes, K., Hardcastle, K., Perkins, C. (2015) *The mental health needs of gang affiliated young people; A briefing produced as part of the Ending Gang and Youth Violence programme*. Public Health England; MAC-UK (2017) *Transforming mental health services for excluded young people. Annual report and accounts*, 2016/2017; Hutchison, E. (2016) E*xploring the Economic Impact of MAC-UK's Music & Change Project in Camden*. Adroddiad Economeg Pro Bono.
[49] Hughes, K., Hardcastle, K., Perkins, C. (2015) *The mental health needs of gang affiliated young people; A briefing produced as part of the Ending Gang and Youth Violence programme*. Public Health England.
[50] MAC-UK (2017) *Transforming mental health services for excluded young people. Annual report and accounts,* 2016/2017.
[51] Hutchison, E. (2016) *Exploring the Economic Impact of MAC-UK's Music & Change Project in Camden*. Adroddiad Economeg Pro Bono.
[52] Ecorys (2012) *Sport Scores: the costs and benefits of sport for crime reduction.* Laureus Sport for Good Foundation
Cohen, M. (2015) *A qualitative evaluation of London football journeys.*
[53] Ibid.
[54] Ecorys (2012) *Sport Scores: the costs and benefits of sport for crime reduction.* Laureau. Cohen, M. (2015) *A qualitative evaluation of London football journeys.*
[55] Ibid.
[56] Ecorys (2012) *Sport Scores: the costs and benefits of sport for crime reduction.* Laureus Sport for Good Foundation
[57] Cohen, M. (2015) *A qualitative evaluation of London football journeys.*
[58] Gwybodaeth o wefan a chyhoeddiadau Redthread
[59] Gwybodaeth o wefan a chyhoeddiadau Redthread
[60] Younge, G. (2018) *Beyond the Blade. The radical lessons of a year reporting on knife crime*. Guardian, 21 Mehefin 2018.
[61] Ibid.
[62] Elusen ieuenctid XLP (2018) *Girls and gangs.* The Centre for Social Justice.
[63] Neustatter, A. (2014) *The jail that has reduced violence by helping inmates escape from the gang*. The Guardian.
[64] Setty, E. et al. (2014) *Gangs in Prison: The nature and impact of gang involvement among prisoners*. Catch22.
[65] Craig, P. et al (2008) *Developing and evaluating complex interventions: the new Medical Research Council guidance. 337:a1655.* Zlotowitz, S; Barker, C; Moloney, O; Howard, C; (2015) *Service users as the key to service change? The development of an innovative intervention for excluded young people*. Child and Adolescent Mental Health.
[66] Cronfa Loteri Fawr (2018) *Talent Match: Achievements and lessons for policy and programme design.*
[67] Ibid.
[68] Skae, T. (2017) *The violence virus. A community response to reducing youth violence in London*. Sylfaen Cymunedol Llundain.
[69] Ibid.
[70] Gwefan a chyhoeddiadau Redthread

Ymwadiad

Mae'r adroddiad hwn yn adrodd straeon personol elusennau a staff ac yn rhannu esiamplau o bethau sydd wedi gweithio'n dda i eraill. Nid yw unrhyw safbwyntiau, meddyliau neu farn a fynegir gan y deiliaid grant a staff yn cynrychioli barn neu bolisi swyddogol y Gronfa Loteri Fawr ("y Gronfa"). Yn yr un modd, nid yw cynnwys hyperddolen yn cynrychioli unrhyw gymeradwyaeth gan y Gronfa o unrhyw gynnwys allanol.

Ni ddylid ystyried cynnwys yr adroddiad hwn fel arweiniad, cyfarwyddyd neu gyngor a ni ddylech ddibynnu ar y wybodaeth yn yr adroddiad hwn fel dewis amgen i gyngor cyfreithiol, meddygol neu ariannol neu unrhyw fath arall o gyngor proffesiynol. Ar ben hynny, nid yw sôn am fudiadau penodol yn golygu bod y Gronfa yn eu cymeradwyo neu'n eu hargymell dros fudiadau eraill o natur debyg ni sonnir amdanynt.

Hyd eithaf ein gwybodaeth, mae'r holl wybodaeth yn yr adroddiad hwn yn gywir ar y dyddiad cyhoeddi. Tra rydym yn gwneud pob ymdrech i sicrhau bod y wybodaeth yn gywir ac yn gyfredol, gall y wybodaeth fod yn destun newid.

I'r graddfeydd llawnaf a ganiateir gan y gyfraith, nid yw'r Gronfa'n derbyn unrhyw gyfrifoldeb ac mae'n gwadu pob cyfrifoldeb i unrhyw drydydd parti sy'n honni defnyddio neu ddibynnu am unrhyw reswm ar yr adroddiad, ei gynnwys, ei gasgliadau, unrhyw ddyfyniad, addasiad o ddehongliad a/neu addasiad ac mae unrhyw drydydd parti yn gwneud hynny ar ei berwyl ei hun.

Mae'r tîm Gwybodaeth a Dysgu yn y Gronfa Loteri Fawr yn rhannu mewnwelediadau o brofiad ein hariannu a'r gwahaniaeth mae'n ei wneud. Os hoffech roi eich barn i ni ar yr adroddiad hwn neu rannu canfyddiadau a dysg berthnasol gyda ni, e-bostiwch knowledge@biglotteryfund.org.uk

Cysylltiadau allweddol: Anne-Mari Hall ac Emma

Ackerman, Cronfa Loteri Fawr 2018
Fersiwn 1. Cyhoeddwyd ym mis
Gorffennaf 2018. Cyfeirnod: KL18-12