



Emosiynol / Seicolegol

Gweithgaredd 5: Dangosyddion cam-drin / niwed / esgeulustod

Categori Cam-Drin: Cam-Drin Emosiynol / Seicolegol

Bygwth niwed neu esgeuluso, rheolaeth gymhellol, codi cywilydd, cam-drin geiriol neu hiliol, ynysu rhywun neu dynnu allan o wasanaethau neu rwydweithiau cymorth (ystyr rheolaeth gymhellol yw gweithred neu batrwm o weithredoedd ymosodol, bygythiadau, sarhad, codi ofn neu unrhyw fath arall o gam-drin a ddefnyddir i niweidio, gosbi neu ddychryn y dioddefwr).

DANGOSYDDION

Corfforol

- hunan/anafiadau
- cwsg aflonydd
- newid o ran archwaeth bwyd, colli pwysau
- cadw draw o bawb mewn ystafell
- wedi'i wisgo'n anaddas neu'n od gan ofalwr.

Emosiynol

- goddefol
- wedi cynhyrfu
- dryslyd
- dirwgnach
- ofnus
- teimlo'n isel
- syniadaeth am hunanladdiad
- diymadferth
- dagreuol
- hunan-barch isel.

Ymddygiad

- insomnia / diffyg cwsg
- gwingo neu gilio oddi wrth gofalwr / gofalwyr
- osgoi cyswllt llygaid
- cyrcydu / crynu gan ofn
- taro pen, cnoi dwylo
- rhedeg i ffwrdd, ddim eisiau mynd adre.

Cymdeithasol

- distaw pan fo'r camdriniwr yn bresennol
- bod yn or-wasaidd neu'n rhy barod i blesio
- gorawyddus neu'n crefu i rywun eu hoffi
- gorbryder / straen / ofnus am berson neu fan arbennig
- gweithgareddau cymdeithasol a chyfeillgarwch wedi'u rheoli gan y camdriniwr
- cael ei rwystro rhag cysylltu â o'r un oed (e.e. ar-lein)
- amharod i dderbyn ymwelwyr i'r cartref.

LLE ALLAI HYN DDIGWYDD?

- cartref yr unigolyn dan sylw
- cartref gofal preswyl
- cartref nyrsio
- ysbyty
- ysgol / coleg
- gofal dydd
- meithrinfa
- gwarchodwyr plant
- llety gwarchod
- cartref perthynas
- man cyhoeddus.

PWY ALL FOD YN GYFRIFOL NEU'N ACHOSI HYN?

- gofalwr cartref
- gofalwr preswyl
- perthynas / rhiant / plentyn / gŵr neu wraig / gofalwr arall
- gweithiwr cymorth
- gweithiwr proffesiynol.

**Corfforol**

Gweithgaredd 5: Dangosyddion cam-drin / niwed / esgeulustod

Categori Cam-Drin: Cam-Drin Corfforol

Bwrw, slapio, gorddefnyddio neu gamddefnyddio meddyginiaeth, gorddefnydd o ataliaeth, neu gosbau amhriodol.

DANGOSYDDION**Corfforol**

- anaf nad yw'n cyd-fynd â'i esboniad
- anaf heb ei drin yn iawn
- cytiau, olion crafu, rhwygo, chwipio
- clwyfau trywanu
- cleisiau neu groen wedi'i afliwio
- sigo
- olion brathu
- marciau pinsio a blaen bysedd
- olion llosgi a sgaldio, gan gynnwys llosgiadau rhwbio
- unrhyw achos o dorri asgwrn heb esboniad boddhaol o'r ddamwain
- llosgiadau carped
- anafiadau ataliaeth
- gormod o bresgripsiynau amlroddadwy; tan/gorddefnydd o feddyginiaeth.

Emosiynol

- ffwndrus
- ofnus
- hunan-barch isel
- paranoia neu fraw anesboniadwy.

Ymddygiad

- olion tynnu gwallt
- colli pwysau neu ddiffyg archwaeth sylweddol
- insomnia
- gwingo neu gilio oddi wrth bob cyswllt corfforol
- gorgysglyd
- esboniadau amrywiol neu anghyson o anaf gan ofalwr
- rheoli trwy atal, rhwystrau corfforol neu rym

- gwlychu'r gwely
- patrwm cwsg aflonydd
- gofyn i eraill beidio â'i frifo.

Cymdeithasol

- anafiadau cudd neu heb eu cydnabod (e.e. cuddio dan ddillad)
- esboniadau annhebygol neu amrywiol gan ofalwr am anafiadau'r unigolyn
- ymddygiad annodweddiadol neu'n mynd i'w gragen ei hun
- y plentyn yn ymddwyn yn greulon tuag at blant mwy bregus, anifeiliaid neu wrth chwarae
- ofnus yng nghwmni unigolyn neu mewn lle penodol
- rhedeg i ffwrdd neu ddim eisiau mynd adref.

LLE ALLAI HYN DDIGWYDD?

- cartref yr unigolyn dan sylw
- cartref gofal preswyl
- cartref nyrsio
- ysbyty
- ysgol / coleg
- gofal dydd
- meithrinfa
- gwarchodwyr plant
- llety gwarchod
- cartref perthynas
- lle cyhoeddus.

**PWY ALL FOD YN GYFRIFOL
NEU'N ACHOSI HYN?**

- gofalwr cartref
- gofalwr preswyl
- perthynas / rhiant / plentyn / gŵr neu wraig / gofalwr arall
- gweithiwr cymorth
- gweithiwr proffesiynol
- ffrind i'r teulu / cymydog
- dieithryn.



Ariannol

Gweithgaredd 5: Dangosyddion cam-drin / niwed / esgeulustod

Categori Cam-Drin: Cam-Drin Ariannol

- arian neu eiddo arall wedi'i ddwyn
- dioddef twyll
- cael ei roi dan bwysau mewn perthynas ag arian neu eiddo arall
- rhywun yn camdefnyddio ei arian neu eiddo arall.

Gallai cam-drin ariannol mewn perthynas â phlant a phobl ifanc gynnwys:

- plant yn gweithio heb dâl
- y teulu'n mynd â'r Lwfans Cynhaliaeth Addysg (LCA) heb ganiatâd y plentyn
- eiddo'r plentyn yn cael eu gwerthu neu ar goll
- hawliadau ffug am fudd-daliadau i'r plentyn a ffugio salwch
- camdefnyddio lwfansau/grantiau ar gyfer gofal y plant
- ceir amhriodol sydd wedi'u hariannu gan lwfansau a motability
- taliadau plant sy'n derbyn gofal yn cael eu gwario ond nid er lles y plentyn gan ofalwr maeth neu ofalwr sy'n berthynas.

DANGOSYDDION

Corfforol

- mae rhywun yn codi arian pensiwn neu fudd-daliadau, ond does gan yr unigolyn ddim arian, yn enwedig os yw'r unigolyn hwnnw angen cymorth i wario arian
- achosion anesboniadwy neu amhriodol o godi arian o gyfrifon banc
- biliau heb eu talu neu rhent dyledus pan fo pobl eraill wedi ysgwyddo'r cyfrifoldeb
- creu / newidiadau i atwrneiaeth barhaus, ewyllys neu fuddion yswiriant pan nad yw'r unigolyn yn gallu gwneud penderfyniadau o'r fath
- mae perthnasau sy'n poeni am golli etifeddiaeth yr eiddo yn rhwystro'r unigolyn rhag mynd i gartref preswyl / cartref nyrsio
- mae dogfennau ariannol wedi diflannu, e.e. cofnodion banc / cymdeithas adeiladu, llyfrau talu / archeb, neu bapurau budd-daliadau
- llofnodion ariannol, e.e. sieciau, ddim byd tebyg i lofnod yr unigolyn, neu pan nad yw'n gallu ysgrifennu
- eiddo personol ar goll, fel llestri arian, tlysau a gemwaith neu eitemau gwerthfawr eraill
- diffyg cofnodi / monitro ariannol yn y lleoliad gofal
- trafodion ar-lein pan nad oes gan yr unigolyn unrhyw sgiliau o'r fath.



Esgeulustod

Gweithgaredd 5: Dangosyddion cam-drin / niwed / esgeulustod

Categori Cam-Drin: Esgeulustod

Mae esgeulustod yn golygu methu â diwallu anghenion corfforol, emosiynol, cymdeithasol neu seicolegol sylfaenol yr unigolyn, sy'n debygol o amharu ar ei les (er enghraifft, niweidio iechyd yr unigolyn, neu yn achos plentyn, niweidio datblygiad plentyn). Mae'n cynnwys methu â chael gafael ar ofal neu wasanaethau meddygol, esgeulustod wrth gymryd risg, ddim yn rhoi meddyginiaeth presgripsiwn, methu â helpu gyda hylendid personol neu ddarparu bwyd, cysgod, diod; esgeulustod emosiynol.

DANGOSYDDION

Corfforol

- diffyg gofal personol neu oruchwyliaeth addas
- dulliau annerbyniol o reoli ymataliaeth
- gormod o faw neu beryglon iechyd yn yr amgylchedd byw
- brechau, briwiau, llau
- camddefnyddio meddyginiaeth
- methu â chael / hwyluso'r defnydd o brostheteg, dannedd gosod, sbectols, teclynnau clywed, neu gyfarpar gofynnol arall
- nid yw'r cartref yn bodloni anghenion iechyd sylfaenol
- gwres, goleuadau neu welyau annigonol
- dodrefnu gwael yn ystafell yr unigolyn o gymharu â gweddill y cartref
- diffyg cysylltiad corfforol, cysur, sensitifrwydd neu empathi priodol
- diffyg cymorth i symud o gwmpas
- gofalwyr yn ddiotal wrth drin eiddo, dillad neu anifeiliaid anwes
- diffyg gofal wrth drin anaf
- croen mewn cyflwr gwael, doluriau gwasgu heb eu trin, briwiau, doluriau gwely
- gadael yr unigolyn mewn dillad neu wely gwlyb neu fudr
- hypothermia, diffyg hylif, diffyg maeth neu wedi colli cryn dipyn o bwysau
- iechyd yn dirywio neu gyflwr meddygol heb ei drin

- prinder teganau neu eiddo personol gan blentyn
- gormod o bresgripsiynau amlroddadwy, neu tan/gorddefnydd o feddyginiaeth.

Emosiynol

- insomnia / diffyg cwsg
- ofnus
- diffyg hunanhyder
- unigrwydd.

Ymddygiad

- mynd i'w gragen a diffyg cymryd rhan
- golwg flêr
- swrth
- eisiau bwyd yn barhaus, dwyn bwyd, bwyta sbarion bwyd/gwastraff.

Cymdeithasol

- dillad anaddas ar gyfer amodau'r tywydd
- ynysig, dim grwpiau cyfoedion / cyfeillion
- amharod i groesawu ymwelwyr i'r cartref
- ddim yn cymryd rhan mewn gweithgareddau cymdeithasol / diwylliannol.

LLE ALLAI HYN DDIGWYDD?

- cartref yr unigolyn dan sylw
- cartref gofal preswyl
- cartref nyrsio
- ysbyty
- canolfan gofal dydd
- meithrinfa
- gwarchodwyr plant
- llety gwarchod.

PWY ALL FOD YN GYFRIFOL NEU'N ACHOSI HYN?

- gofalwr cartref
- gofalwr preswyl
- perthynas / rhiant / plentyn / gŵr neu wraig / gofalwr arall
- gweithiwr cymorth
- gweithiwr proffesiynol.



Rhywiol

Gweithgaredd 5: Dangosyddion cam-drin / niwed / esgeulustod

Categori Cam-Drin: Rhywiol

- achos o dreisio ac ymosodiad rhywiol neu weithredoedd rhywiol na wnaeth neu na all yr oedolyn agored i niwed gydsynio iddynt ac / neu a fu dan bwysau i gydsynio iddynt
- ni all plentyn dan 13 oed gydsynio i weithred rhywiol.

DANGOSYDDION

Corfforol

- cael trafferth cerdded neu eistedd
- dillad isaf wedi rhwygo neu'n waedlyd
- staen semen ar ddillad
- poen, anghysur neu gosi yn ardal yr organau cenhedlu
- anaf anesboniadwy i'r organau cenhedlu, y wain, yr anws neu'r geg
- cleisiau dwyochrol i'r cluniau, pen ôl neu ben y gluniau
- olion atal ar arddyrnau, coesau neu'r gwddf
- heintiad ar y llwybr wrinol yn gyson
- rhwyg yn ffrwynyn neu feinwe'r pidyn
- marciau brathu (love bites)
- beichiogrwydd.

Emosiynol

- gofidus
- dagreuol
- dryslyd
- ofnus
- hunan-barch isel
- teimlo'n euog, cywilydd
- teimlo'n ddi-werth neu'n fregus
- encilio
- gwylltineb

Ymddygiad

- insomnia / diffyg cwsg
- gwingo neu gilio oddi wrth bob cysylltiad corfforol
- ymddwyn yn or-gariadus
- ymddygiad / iaith / chwarae o natur rywiol amlwg
- arwyddion o berthynas losgachol
- gwlychu'r gwely, ymddygiad ymosodol, hunan-niweidio neu gynnu tân
- patrymau cysgu aflonydd

- ofni archwiliadau meddygol, neu fod y gofalwr yn rhwystro archwiliadau
- colli neu fagu cryn dipyn o bwysau
- mae'r camdriniwr honedig yn annog yr unigolyn i wisgo neu ddefnyddio colur amhriodol i'w oedran
- mae'n ceisio edrych yn hyll; hylendid gwael; dillad rhyfedd
- rhedeg i ffwrdd neu ddim eisiau mynd yn ôl adref.

Cymdeithasol

- ynysig, dim grwpiau cyfoedion / cyfeillion neu weithgareddau cymdeithasol / diwylliannol
- mae'r camdriniwr honedig yn rheoli gweithgareddau a chysylltiadau cymdeithasol
- amharod i groesawu ymwelwyr i'r cartref
- ymddwyn yn ofnus neu'n dawedog iawn yng nghwmni unigolyn neu mewn lle penodol
- rhoddion, arian, gemau, persawr anesboniadwy
- amharod i ddweud ble mae'n mynd, neu gyda phwy
- ymddwyn yn gyfrinachol, gorbryderus neu'n wahanol ar-lein.

LLE ALLAI HYN DDIGWYDD?

- cartref yr unigolyn dan sylw
- cartref gofal preswyl
- cartref nyrsio
- ysbyty
- ysgol / coleg
- canolfan gofal dydd
- meithrinfa
- gwarchodwyr plant
- llety gwarchod
- cartref perthynas
- lle cyhoeddus.

PWY ALL FOD YN GYFRIFOL NEU'N ACHOSI HYN?

- gofalwr cartref
- gofalwr preswyl
- perthynas / rhiant / plentyn / gŵr neu wraig / gofalwr arall
- gweithiwr cymorth
- gweithiwr proffesiynol
- ffrind i'r teulu / cymydog
- dieithryn.



Emosiynol

- yn ddryslyd, gofidus neu ofnus wrth drafod anghysonderau ariannol
- mae'r unigolyn yn mynegi pryderon am ddwyn, bygythiadau, gorfodaeth neu eiddo ar goll.

Ymddygiad

- mae'r camdriniwr yn poeni'n ormodol bod gormod o arian yn cael ei wario ar ofal yr unigolyn
- mae'r unigolyn agored i niwed yn adleisio esboniadau annhebygol y camdriniwr.

Cymdeithasol

- mae'r camdriniwr / gofalwr yn mynd ati'n fwriadol i gadw'r unigolyn ar wahân i deulu neu ffrindiau, gan arwain at reolaeth ariannol wedyn
- diffyg cyfleusterau cyffredin fel teledu, dillad amhriodol, eitemau glendid personol
- mae'r camdriniwr / gofalwr yn rhwystro'r unigolyn rhag gwario arian ar weithgareddau diwylliannol / cymdeithasol
- mae'r camdriniwr / gofalwr yn gwneud defnydd amhriodol o fuddion cymdeithasol, e.e. car motability.

LLE ALLAI HYN DDIGWYDD?

- cartref yr unigolyn dan sylw
- cartref gofal preswyl
- cartref nyrsio
- llety gwarchod
- cartref perthynas.

PWY ALL FOD YN GYFRIFOL NEU'N ACHOSI HYN?

- gofalwr cartref
- gofalwr preswyl
- perthynas / rhiant / plentyn / gŵr neu wraig / gofalwr arall
- gweithiwr cymorth
- gweithiwr proffesiynol
- ffrind i'r teulu / cymydog.



Rhwystrau i rannu honiadau ac amheuon

Rhwystrau i oedolion a phlant a phobl ifanc

- ofn dial: cael eu gadael ar eu pen eu hunain neu eu rhoi mewn 'gofal', y teulu yn troi eu cefn arnynt
- teimlo anobaith ynghylch atebion
- ofn yr effaith ar eraill
- anawsterau cyfathrebu
- meddyginiaeth amhriodol
- diffyg ymwybyddiaeth o hawliau
- derbyn
- hunan-barch isel ac euogrwydd
- caru'r sawl sy'n cam-drin neu fod yn agos ato.

Rhwystrau i staff neu wirfoddolwyr

- ofn cael eu hystyried yn rhywun sy'n creu trafferth
- diffyg gwybodaeth am ystyr cam-drin
- meddwl bod y defnyddiwr gwasanaeth yn rhywun sy'n creu trafferth / rhagfarn tuag at y defnyddiwr gwasanaethau
- materion diwylliannol neu sefydliadol – efallai eu bod wedi'u harwain i mewn i'r ymddygiad, diwylliant o fwlio
- stigma bod yn chwythwr chwiban – wedi'u diarddel, erledigaeth
- ddim am 'gario clecs' am gydweithwyr a diogelu ffrindiau
- llosgi'r gannwyll yn ei deupen / straen
- ofn colli dyrchafiad, swydd a 'geirdaon'
- diffyg dealltwriaeth o ran polisi a gweithdrefnau sefydliadol
- agwedd / 'poeni dim'
- profiad blaenorol o ddatgelu
- gwadu neu wrthod credu
- ofn hierarchaeth – efallai mai uwch aelodau o staff sy'n gyfrifol.

Rhwystrau i deulu a ffrindiau

- gwadu
- ddim am i eraill ymyrryd
- cywilydd / stigma
- diwylliant
- colled ariannol a'r canlyniadau
- teimlo'n ddi-rym ac ofn y canlyniadau
- ofn colli neu gymryd cyfrifoldeb
- teimlo'n euog am beidio â'i stopio
- cyd-dwylllo
- ofn yr effaith ar eraill
- ddim am gael sylw
- dim tystiolaeth
- ddim am chwalu'r teulu
- cam-drin blaenorol neu bethau eraill i'w cuddio.



Honiadau ac amheuon – beth y dylid ei wneud a beth na ddylid ei wneud

Beth y dylid ei wneud

- Peidio â chynhyrfu / dangos sioc
- Gwrando'n astud ac yn dawel fach mewn ffordd amyneddgar yn hytrach na holi cwestiynau
- Os ydych chi'n gofyn am fwy o wybodaeth, defnyddiwch DED: 'dywedwch wrthyf fi...' 'eglwurwch wrthyf fi...' 'disgrifiwch...' dylai hyn sicrhau nad ydych yn gofyn cwestiynau arweiniol
- Eu hannog i siarad a gwrando arnynt
- Peidio â barnu
- Credu'r unigolyn a dweud wrtho y byddwch yn trin hyn o ddifrif
- Gadael i'r unigolion gofio'r hyn a ddigwyddodd a'i ddisgrifio yn ei amser ei hun
- Tawelu meddwl yr unigolyn drwy ddweud ei fod yn iawn i ddweud wrthyf ac nad yw ar fai
- Bod yn glir ynghylch eich sefyllfa chi a'r camau y mae'n rhaid i chi eu cymryd fel dweud wrth yr unigolyn y bydd angen i chi drosglwyddo'r wybodaeth
- Nodi'r hyn a gaiff ei ddweud wrthyf yn ysgrifenedig, air am air os yn bosibl, gan gynnwys y dyddiad, amser, lleoliad a phwy sy'n bresennol cyn ei lofnodi a'i ddyddio
- Cadw unrhyw luniau ac ati y gallant eu tynnu
- Gwnewch yn siŵr i gadw unrhyw 'dystiolaeth', gan ei chadw hi'n ddiogel (e.e. dim golchi dillad na chael cawod) ac heb ei halogi
- Gofyn am eu caniatâd i'w gwybodaeth gael ei rhannu ag asiantaethau eraill os oes angen iddynt gael gwybod (fodd bynnag, ni allwch sicrhau cyfrinachedd)

- Cofnodi'r honiad cyn gynted â phosibl – hysbysu eich rheolwr llinell neu eich uwch reolwr, oni fyddwch yn amau eu bod ynghlwm wrth y digwyddiad dan sylw
- Rhoi manylion cyswllt i'r unigolyn fel y gall holi cwestiynau neu drafod materion (peidiwch â gadael i'r unigolyn ymdopi ar ei ben ei hun – mae angen iddo wybod gan bwy y gall gael gwybodaeth).

Beth na ddylid ei wneud

- Dangos sioc, ffeidd-dod neu anghrediniaeth
- Barnu
- Rhoi awgrymiadau iddynt neu ofyn cwestiynau manwl neu arweiniol
- Gwneud tybiaethau neu roi geiriau yn eu ceg.
- Addo na wnaiff ddigwydd eto.
- Torri ar eu traws neu eu stopio rhag cofio'r hyn a ddigwyddodd
- Gwneud iddynt ailadrodd yr hyn maent wedi'i ddweud
- Rhoi pwysau ar yr unigolyn i ddatgelu mwy
- Anwybyddu'r hyn a ddywedwyd wrthyf
- Addo cadw cyfrinachau neu wneud addewidion na allwch eu cyflawni
- Peidio â chysylltu â'r sawl a gaiff ei gyhuddo o gam-drin na'i wynebu
- Peidio â llygru na symud unrhyw dystiolaeth
- Archwilio'r unigolyn i gadarnhau ei anafiadau
- Hel eich pryderon o'ch meddwl neu boeni eich bod yn anghywir
- Trafod achosion unigol neu roi gwybodaeth am yr honiad i unrhyw un nad oes angen iddo wybod.



Awgrymiadau defnyddiol ar gyfer cadw cofnodion da

- Gwybodaeth ffeithiol e.e. amseroedd, dyddiadau, enwau, tystion
- Pob cysylltiad h.y. wyneb yn wyneb, dros y ffôn, gohebiaeth
- Cyswllt ag asiantaethau eraill
- Penderfyniadau a wnaed
- Rhaid i'r hyn a gofnodir fod yn gofnod cywir a chlr i'r hyn a ddywedodd pobl yn eu geiriau eu hunain
- Cadw amcan
- Rhestru camau gweithredu yn y drefn gywir
- Dyddio a llofnodi eich cofnod
- Defnyddio beiro du os yn bosibl
- Llawysgrifen taclus
- Cadw copi er mwyn cyfeirio ato yn y dyfodol

Beth i'w gofnodi

- Beth a welwyd
- Beth a glywyd
- Beth a ddatgelwyd neu a ddywedwyd wrthyhych
- Dyddiad y digwyddiad
- Amser y digwyddiad
- Pobl dan sylw
- Lleoliad
- Llofnodi a dyddio'r cofnod

Dylai gwybodaeth gael ei rhannu fel a ganlyn:

- Pan fo risg i unigolyn neu eraill
- Pan fo cyfraith wedi cael ei thorri

Sut i rannu gwybodaeth

- Gofynnwch am ganiatâd os oes modd neu fel arall dywedwch wrth yr unigolyn y bydd yn rhaid i chi ddweud wrth rywun
- Ar sail angen gwybod
- Rhannu diogel - dim ffacsys, negeseuon ar beiriannau ateb. Os na allwch gadarnhau pwy yw rhywun, nid dros y ffôn
- Cofnodi camau
- Os nad ydych yn siŵr, gofynnwch i'r rheolwr

Deddf Diogelu Data

Mae'r gyfraith yn disgwyl i bob cofnod fod fel a ganlyn:

- Cywir, gonest a theg
- Cael ei gadw'n ddiogel
- Bod â rheswm dilys dros ei gadw
- Yn berthnasol i'w ddiben

Y Rheoliad Diogelu Data Cyffredinol (GDPR)

- Yn dod i rym o fis Mai 2018
- Mae'r Rheoliad Diogelu Data Cyffredinol yn cyflwyno dyletswydd ar bob sefydliad i roi gwybod i Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth (ICO) am fathau penodol o dorri amodau data ac, mewn rhai achosion, i unigolion.

Am fwy o wybodaeth, ewch i:

ico.org.uk/for-organisations/guide-to-the-general-data-protection-regulation-gdpr/
(Saesneg yn unig)