

# Strategaeth Ddrafft Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio i Gymru: Asesiad Effaith Integredig

## Adran 1: Pa gamau gweithredu y mae Llywodraeth Cymru yn eu hystyried, a pham?

Mae Llywodraeth Cymru yn cyhoeddi fersiwn ddrafft o Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio, a fydd yn disodli [Siarad â fi 2: cynllun gweithredu atal hunanladdiad a hunan-niwed Cymru 2015-2022](#).

Mae'r strategaeth yn nodi gweledigaeth gyffredinol ar gyfer hunanladdiad a hunan-niweidio yng Nghymru, ynghyd â chwe egwyddor sylfaenol, chwe amcan lefel uchel a nifer o amcanion ategol.

Wrth ddatblygu'r Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio newydd, rydym wedi ystyried a chymhwyso'r pum ffordd o weithio sy'n sail i Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 (fel y nodir isod).

Fel rhan o'r ymgynghoriad, ac i gyd-fynd â'r Asesiad Effaith Integredig hwn, rydym hefyd wedi cyhoeddi fersiynau drafft o'r Asesiad o'r Effaith ar y Gymraeg, yr Asesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb a'r Asesiad o'r Effaith ar Hawliau Plant.

### Hirdymor

Dangosodd yr [Adolygiad Annibynnol o Strategaethau Siarad â Fi 2 \(2012-2022\)](#) beth gwelliant o ran hunanladdiad a hunan-niweidio, o leiaf cyn COVID, gan gyfeirio'n benodol at gynyddu ymwybyddiaeth a'r ymgyrch 'Ask Twice' Amser i Newid. Fodd bynnag, mae effeithiau'r pandemig yn dal i gael eu teimlo, ynghyd ag effeithiau'r argyfwng costau byw presennol.

Dros y degawd diwethaf, ar gyfartaledd, gwelwyd tua 330 o farwolaethau cofrestredig drwy hunanladdiad (cyfradd o 12.5 o hunanladdiadau cofrestredig fesul 100,000 o bobl) bob blwyddyn yng Nghymru<sup>1</sup>.

Mae nifer cynyddol o bobl yn ceisio cymorth gan wasanaethau iechyd meddwl, ac rydym yng nghanol y "sefyllfa ariannol fwyaf heriol yr ydym wedi ei hwynebu ers datganoli".<sup>2</sup> Mae heriau ehangach hefyd yn bodoli – er enghraifft, anghydraddoldeb o ran mynediad at wasanaethau, profiadau a chanlyniadau; yr angen am sylfaen dystiolaeth fwy cadarn ar gyfer hunanladdiad a hunan-niweidio; a darparu gweithlu cynaliadwy.

---

<sup>1</sup> [Suicides in England and Wales – y Swyddfa Ystadegau Gwladol \(ons.gov.uk\)](#)

<sup>2</sup> [Datganiad Ysgrifenedig: Diweddariad ar y Gyllideb 2023-24 \(9 Awst 2023\) | LLYW.CYMRU](#)

Mae'r Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio yn ceisio mynd i'r afael â'r heriau hirdymor hyn. Mae'r amcanion yn darparu fframwaith ar gyfer sefydlu sylfaen dystiolaeth gadarn a chredadwy, gan weithio ar draws sectorau i fynd i'r afael â sbardunau allweddol hunanladdiad a hunan-niweidio, targedu cefnogaeth i'r rhai mwyaf agored i niwed, datblygu rhwydwaith cymorth cynaliadwy a thosturiol a pharhau â'r gwaith da i hybu ymwybyddiaeth a dad-stigmatiddio hunanladdiad a hunan-niweidio yng Nghymru.

## **Atal**

Mae mynd i'r afael â sbardunau allweddol hunanladdiad a hunan-niweidio yn un o amcanion allweddol y Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio newydd – ac mae hefyd yn elfen allweddol o'r Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant Meddyliol sy'n cyd-fynd â hi. Mae cydnabyddiaeth a ffocws ar bwysigrwydd gweithio traws-sector i fynd i'r afael â'r materion sy'n gallu arwain at bobl yn profi meddyliau hunanladdol a hunan-niweidiol. Mae dibyniaeth ddatganedig ar adrannau eraill y Llywodraeth i gyflawni strategaethau a pholisïau sy'n cyfrannu at iechyd meddwl gwael a thrallod emosiynol, a bydd y fframwaith a sefydlwyd yn caniatáu ar gyfer nodi camau pellach sy'n gallu cyflawni gweledigaeth y strategaethau.

## **Integreiddio**

Mae'r *cyd-destun strategol* o fewn y strategaeth yn sefydlu'r berthynas ag ymrwymadau eraill Llywodraeth Cymru, gan gynnwys y rhai sy'n gosod yr amcanion strategol ar gyfer popeth a wnawn, gan gynnwys Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 a [Cymru Iachach](#). Mae hefyd yn cydnabod croestoriadedd rhwng y strategaeth a meysydd polisi eraill, y mae'r strategaeth yn dibynnu arnynt i gyflawni ei hamcanion – ac i'r gwrthwyneb.

Mae Amcan 2 yn parhau â'r thema hon gan gydnabod prif sbardunau hunanladdiad a hunan-niweidio a gweithio integredig drwy ddull trawslywodraethol ac amlsector. Mae hyn yn rhoi cyfle, drwy gyflawni'r strategaeth a Chynlluniau Cyflawni ategol, i integreiddio cynlluniau ymhellach rhwng adrannau'r llywodraeth ac asiantaethau allanol i gyflawni amcanion buddiol i'r ddwy ochr.

## **Cydweithio**

Mae'r cyflwyniad i'r strategaeth newydd yn cydnabod y rhanddeiliaid amrywiol sydd â rôl i'w chwarae wrth wireddu nodau'r ddwy strategaeth. Mae ein partneriaid yn cynnwys y cyhoedd a phobl sydd â phrofiad bywyd, byrddau iechyd, awdurdodau lleol, a'r trydydd sector. Mae Amcanion 3 a 4 yn cydnabod y gallai pobl sy'n agored i hunanladdiad a hunan-niweidio ymddangos yn unrhyw ran o'r system a bod angen cymorth ble bynnag y byddant yn ymddangos i atal gwaethygu. O ganlyniad, mae dull system gyfan yn cael ei fabwysiadu sy'n cydnabod bod gan bawb rôl i'w chwarae – gan gynnwys y cyfryngau sy'n cael ei gyflwyno drwy Amcan 5. Mae Amcan 4 yn sicrhau bod y cymorth a ddarperir yn dosturiol ac yn rhydd rhag stigma.

## **Cynnwys (gweler adran 8 hefyd)**

Yn ystod haf 2023, cynhaliwyd gwaith ymgysylltu cyn-ymgyngori i gael adborth cychwynnol gan randdeiliaid ar y datganiadau o weledigaeth arfaethedig a'r egwyddorion ategol, ar gyfer y Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant Meddyliol a'r Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio. Roedd hyn yn cynnwys arolwg ar-lein, a gwblhawyd gan dros 250 o unigolion a sefydliadau.

Arweiniwyd datblygiad parhaus y strategaeth gan y Grŵp Cyngori Cenedlaethol ar Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio, sy'n cael ei gadeirio ar y cyd gan Lywodraeth Cymru ac Ann John, Athro Cyswllt Clinigol, Prifysgol Abertawe, Ymgynghorydd Meddygaeth Iechyd y Cyhoedd.

Hefyd yn cael eu cynrychioli ar y Grŵp Cyngori Cenedlaethol ar Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio mae Iechyd Cyhoeddus Cymru, aelodau o Weithrediaeth y GIG (Cymru), Samariaid Cymru, MIND Cymru a Papyrus.

Mae'r cam nesaf hwn o ymgynghori cyhoeddus wedi'i gynllunio i ddarparu cyfleoedd ar gyfer cyfranogi pellach, gan sicrhau y gall pawb gyfrannu – gan gynnwys y grwpiau sy'n cael eu gwasanaethu'n fwyaf annigonol (y rhai mwyaf agored i niwed, yn aml).

Bydd ymgysylltu pellach yn dilyn wrth i ni ddatblygu'r Cynlluniau Cyflawni ategol a fydd yn nodi'r camau mwy byrdymor i gyflawni'r amcanion yn y strategaeth.

## **Effaith**

Mae yna gefnogaeth i ddatblygiad y Strategaeth Hunanladdiad a Hunan-niweidio newydd, sy'n cael ei datblygu ar y cyd â'n partneriaid.

Amlygodd yr Adolygiad Annibynnol o Law yn Llaw at Iechyd Meddwl a Siarad â Fi 2 bod angen gwelliannau pellach i'r ddarpariaeth a'r cymorth. Mae'r strategaeth yn cydnabod yr angen am sylfaen dystiolaeth fwy cadarn a bod angen gweithredu trawslywodraethol, er mwyn bod yn effeithiol ac er mwyn cyflawni'r amcanion arfaethedig o leihau hunanladdiad a hunan-niweidio yng Nghymru. Gan bwysu ar brif gasgliadau'r adolygiad o'r strategaeth sy'n bodoli'n barod, yr un y mae hon yn ei disodli, bydd y strategaeth yn cael ei chefnogi gan drefniadau llywodraethu mwy cadarn a fframwaith monitro a fydd yn caniatáu i ni sbarduno ac olrhain cynnydd ac effaith yn fwy effeithiol.

## **Costau ac arbedion**

Mae'r Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio yn cael ei datblygu mewn cyfnod o gyfyngiadau ariannol ac felly rydym wedi ei datblygu gyda'r ddealltwriaeth y

bydd angen ffordd o osod blaenoriaethau, sicrhau'r defnydd gorau o adnoddau sy'n bodoli'n barod a chyfle i fod yn glir ynghylch yr hyn y gellir ei gyflawni'n realistig.

Bydd cynllun cyflawni yn cyd-fynd â fersiynau terfynol y strategaeth a fydd, dros oes y strategaeth, yn cael ei adnewyddu a'i ddiweddarau.

## **Adran 8: Casgliad**

### **Sut mae pobl sydd fwyaf tebygol o gael eu heffeithio gan y cynnig wedi cyfrannu at y gwaith o'i ddatblygu?**

Rydym wedi datblygu fersiwn ddrafft o'r Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio mewn cydweithrediad â'r rhai sydd â phrofiad bywyd. Rydym wedi parhau i ymgysylltu â grwpiau allweddol, gan gynnwys y Grŵp Cynghori Cenedlaethol ar Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio, Fforwm Defnyddwyr y Gwasanaethau Iechyd Meddwl, y Bwrdd Partneriaeth Cenedlaethol ar gyfer Iechyd Meddwl, Cynghrair Iechyd Meddwl Cymru, Grŵp Gorchwyl a Gorffen ar Iechyd Meddwl Lleiafrifoedd Ethnig, Senedd Ieuenctid Cymru a'r Grŵp Rhanddeiliaid Ieuenctid Cenedlaethol. Rydym hefyd wedi ystyried canfyddiadau ymgynghoriadau diweddar eraill, gan gynnwys ymgynghoriad Llywodraeth Cymru ar fersiwn ddrafft o [Strategaeth Tlodi Plant Cymru](#).

Ym mis Gorffennaf 2023, cynhaliodd y Grŵp Rhanddeiliaid Ieuenctid Cenedlaethol grŵp ffocws i gynnig adborth ar y datganiadau o weledigaeth drafft. Roedd yr adborth gan y grŵp yn canolbwyntio ar yr angen am fwy o ymwybyddiaeth o anhwylderau bwyta, hunanladdiad a hunan-niweidio mewn ysgolion ac i wella mynediad at wasanaethau ar gyfer pobl â diagnosis iechyd meddwl a niwroddatblygiad yn cyd-ddigwydd. Bu Mind hefyd yn cynnal gwaith ymgysylltu â phobl ifanc a lywiodd y gwaith o ddrafftio'r strategaeth. Cynhaliwyd gweithdai ychwanegol gyda phlant a phobl ifanc, Senedd Ieuenctid Cymru, a'r Grŵp Rhanddeiliaid Ieuenctid Cenedlaethol yn y cyfnod cyn cyhoeddi fersiwn ddrafft o'r strategaeth.

Byddwn yn defnyddio'r cyfnod ymgynghori i ddatblygu ar yr ymgysylltu blaenorol hwn. Mae hyn yn cynnwys ymgysylltu pellach â phlant a phobl ifanc, pobl â nodweddion gwarchoddedig o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010, siaradwyr Cymraeg a grwpiau Cymraeg arbenigol, ac eraill y gallai'r cynigion effeithio arnynt.

### **Beth yw'r effeithiau cadarnhaol a negyddol mwyaf arwyddocaol?**

#### **Effeithiau cadarnhaol**

**Gwell tystiolaeth i lywio camau gweithredu** – Bydd cyflawni Amcan 1 y strategaeth yn hwyluso'r gwaith o gasglu a dadansoddi tystiolaeth fwy cadarn ar hunanladdiad a hunan-niweidio yng Nghymru. Bydd hyn yn caniatáu gwell dealltwriaeth o'r sbardunau ar gyfer hunanladdiad a hunan-niweidio, y grwpiau sydd fwyaf agored i niwed – a'r ffyrdd mwyaf effeithiol o gefnogi'r grwpiau hynny. Bydd

cael sylfaen dystiolaeth gadarn hefyd yn helpu i fonitro effaith ein gweithredoedd cyfunol yn well ac yn olrhain cynnydd tuag at gyflawni'r weledigaeth a'r amcanion.

**Dull mwy cydgysylltiedig** – Mae'r strategaeth yn creu cysylltiadau â nifer o strategaethau a pholisïau eraill Llywodraeth Cymru. Mae Amcan 2 yn gyfle i gryfhau'r cysylltiadau hyn ymhellach a chyfuno adnoddau i sicrhau canlyniadau buddiol i'r ddwy ochr a defnydd mwy effeithlon o gyllid.

**Dull sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn ac sydd wedi'i dargedu'n well** – Mae Amcan 3 yn cydnabod bod nifer o grwpiau a allai fod yn agored i hunanladdiad a hunan-niweidio yng Nghymru. Bydd y gwaith drwy gyflawni Amcan 1 yn ein galluogi i sicrhau dirnadaeth fwy cynnil o'r gwendidau hynny. Rydym yn ymwybodol bod profiad pawb o hunanladdiad a hunan-niweidio yn wahanol, boed hynny oherwydd gwahanol sbardunau, profiadau gwahanol o gael gafael ar gymorth ac ymatebion gwahanol i wahanol fathau o gymorth. Mae Amcan 3 yn ymwneud â sicrhau y gallwn ddatblygu polisïau a gwasanaethau sy'n cydnabod hyn fel y gall pawb gael yr help sydd ei angen arnynt mewn ffordd sy'n gweithio iddynt hwy.

**Ymateb cyflymach** – Bydd datblygu'r dystiolaeth drwy Amcan 1 yn caniatáu mynediad mwy amserol at wybodaeth wrth iddi ddod i'r fei. Bydd modd i ni adnabod tueddiadau yn gyflymach ac ymyrryd i atal gwaethygu. Mae Amcan 4 hefyd yn ceisio darparu gwell ymateb ar draws y system fel nad oes 'drws anghywir' i gael gafael ar gymorth a bod pobl, sefydliadau a gweithwyr proffesiynol yn meddu ar yr adnoddau i gynnig help lle bynnag a phryd bynnag y bydd person ei angen. Mae Amcan 5 hefyd yn darparu cymorth mwy amserol i bobl sydd wedi'u heffeithio neu mewn profedigaeth oherwydd hunanladdiad. Mae gwaith eisoes wedi dechrau ar hyn drwy gaffael gwasanaeth profedigaeth cenedlaethol i Gymru.

**Lleihau stigma** – Soniodd yr adolygiad o *Siarad â Fi 2* yn gadarnhaol am y cynnydd sydd wedi'i wneud o ran ysgogi sgysiau ynghylch hunanladdiad a hunan-niweidio a lleihau'r stigma sy'n gysylltiedig â hynny. Fodd bynnag, rydym yn cydnabod bod ffordd bell i fynd. Mae'r dystiolaeth sydd ar gael yn awgrymu bod stigma yn dal i fodoli, yn enwedig ymhlith rhai grwpiau bregus (e.e. dynion canol oed) a gyda rhai cymunedau – yn enwedig cymunedau lleiafrifoedd ethnig. Mae stigma yn rhwystr rhag cael gafael ar gymorth ac yn cynnal y broblem. Nod Amcan 5 yw datblygu ar y cynnydd hyd yma a dad-stigmatiddio hunanladdiad a hunan-niweidio yng Nghymru.

### **Effeithiau negyddol**

**Cost** – Mae datrys problemau mewn cymdeithas fel hunanladdiad a hunan-niweidio yn gofyn am fuddsoddiad. Mae hunanladdiad a hunan-niweidio yn un mater y mae Llywodraeth Cymru yn ceisio mynd i'r afael ag ef, ynghyd â gwella gwasanaethau'r GIG yn ehangach, mynd i'r afael â thlodi ac ymateb i newid hinsawdd i enwi dim ond rhai. Mewn cyfnod o gyfyngiadau ariannol digynsail, mae cyflawni'r newidiadau gofynnol yn gynyddol heriol. Fodd bynnag, mae'r strategaeth wedi'i llunio gyda hyn

mewn golwg a bydd yn caniatáu dull mwy cydlynol wedi'i dargedu'n well o ddarparu cymorth, gan ganiatáu i ni wneud mwy gyda llai.

**Ysgogi emosiynau anodd** – Er mai gobaith y strategaeth yw annog pobl i siarad yn agored am hunanladdiad a hunan-niweidio yng Nghymru, rydym yn cydnabod y gall y pynciau hyn sbarduno emosiynau anodd a gallai hyrwyddo strategaeth genedlaethol gael effaith negyddol anfwriadol ar lesiant meddyliol rhai pobl. Dyma pam y bydd unrhyw ymgynghoriadau neu ddeunyddiau hyrwyddo yn cael eu trin â gofal mawr a bydd cyngor ar gael ynghylch sut i gael gafael ar wasanaethau cymorth yn cyd-fynd â nhw.

### **Yn sgil yr effeithiau a nodwyd, sut y bydd y cynnig yn sicrhau'r cyfraniad mwyaf posibl at ein hamcanion llesiant a'r saith nod llesiant?**

Drwy ei gweledigaeth a'i hamcanion, mae'r Strategaeth Hunanladdiad a Hunan-niweidio yn cefnogi'n uniongyrchol y saith nod llesiant cysylltiedig i Gymru yn [Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol \(Cymru\) 2015](#), gan gynnwys Cymru gydnerth, Cymru iachach, a Chymru sy'n fwy cyfartal. Datblygwyd y strategaeth yn unol â'r pum ffordd o weithio a nodir yn y Ddeddf, sy'n dweud bod yn rhaid i ni:

- meddwl yn yr hirdymor
- helpu i atal problemau rhag digwydd neu waethygu
- mabwysiadu dull integredig
- mabwysiadu dull o gydweithio
- ystyried a chynnwys pobl o bob oed a phobl â nodweddion ac anghenion amrywiol

Drwy ymgorffori'r egwyddorion hyn wrth ddatblygu'r strategaeth a'r amcanion, mae'r cyd-destun 'llesiant' wedi'i sefydlu ar gyfer datblygu'r cynlluniau cyflawni ategol a fydd yn nodi'r camau targed mwy byrdymor a fydd yn cyflawni'r weledigaeth gyffredinol ar gyfer Cymru.

### **Cyngor Gweinidogol a phenderfyniad:**

Lluniwyd cynigion gan swyddogion yn y Tîm Iechyd Meddwl a Grwpiau Agored i Niwed ynghylch datblygu fersiwn ddrafft o'r Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio mewn cyflwyniad i'r Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant. Cytunodd y Dirprwy Weinidog i'r dull drafftio cyffredinol a chymeradwyodd Cabinet Llywodraeth Cymru y strategaeth ar 29 Ionawr 2024 ar gyfer ymgynghori.

### **Sut y caiff effaith y cynnig ei monitro a'i gwerthuso wrth iddo fynd rhagddo ac ar ôl iddo gael ei gwblhau?**

Mae "damcaniaeth newid" yn cael ei datblygu ar gyfer y Strategaeth a fydd yn nodi'r mecanweithiau a fwriadwyd i sicrhau y bydd y strategaeth yn cyflawni ei

chanlyniadau. Bydd yn cael ei ddefnyddio fel sail ar gyfer cynllunio gwerthusiad o'r strategaeth.

Drwy gydol y strategaeth, rydym hefyd wedi nodi nifer o ddangosyddion mesuradwy y byddwn yn eu monitro fel rhan o weithredu'r strategaeth. Bydd y rhain, a dangosyddion pellach sydd eto i'w nodi, hefyd yn cefnogi'r gwaith o werthuso'r strategaeth pan gânt eu comisiynu.

Bydd gweithredu'r Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant Meddyliol a'r Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio yn cael ei oruchwylio gan Gyd-fwrdd Sicrwydd y Gweinidogion ar gyfer Iechyd Meddwl.