YSTADEGAU, DOGFENNU

Lles meddyliol (Arolwg Cenedlaethol Cymru): Ebrill 2022 i Mawrth 2023

Mae'r adroddiad edrych ar nodweddion y bobl sydd â lles meddyliol gwell neu waeth ar gyfer Ebrill 2022 i Mawrth 2023.

Cyhoeddwyd gyntaf: 8 Chwefror 2024

Diweddarwyd ddiwethaf: 8 Chwefror 2024

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.

Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Cynnwys

Cyflwyniad

Canfyddiadau allweddol

Llesiant meddyliol

Unigrwydd a llesiant cyffredinol

Cymhariaeth â blynyddoedd blaenorol

Cyd-destun polisi

Gwybodaeth am ansawdd

Manylion cyswllt

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.

Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Cyflwyniad

Yn 2022-23, roedd yr Arolwg Cenedlaethol yn cynnwys cwestiynau i asesu llesiant meddyliol pobl. Roedd 14 o ddatganiadau y bwriadwyd iddynt fesur llesiant meddyliol a elwir yn raddfa Llesiant Meddyliol Warwick-Caeredin. Mae'r sgoriau yn amrywio o 14 i 70, gyda sgôr uwch yn awgrymu llesiant meddyliol gwell.

Canfyddiadau allweddol

- Y sgôr gyfartalog gyffredinol ar gyfer llesiant meddyliol oedd 48.2.
- Nodwyd bod cysylltiad rhwng llesiant meddyliol gwell a phob un o'r ffactorau canlynol:
  - bod yn hŷn
  - heb fod mewn amddifadedd materol
  - bod yn grefyddol
  - bod ag iechyd cyffredinol gwell
  - heb fod â chyflwr iechyd na salwch hirdymor
  - bod yn siaradwr Cymraeg
  - cymryd rhan mewn chwaraeon deirgwaith yr wythnos neu fwy

Llesiant meddyliol

Gan reoli ar gyfer ffactorau eraill (a esbonnir yn ein **hadroddiad technegol Atchweliad**), roedd cysylltiad arwyddocaol rhwng y nodweddion canlynol â sgoriau uwch ar gyfer llesiant meddyliol. Mae gan bob ffactor a restrir isod gysylltiad annibynnol â sgoriau llesiant. Felly (er enghraifft), mae mwy i hyn na'r ffaith bod pobl hŷn yn fwy tebygol o fod yn llai iach: mae gan oedran ac iechyd

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

eu cysylltiad annibynnol eu hunain â llesiant.

Oedran

Roedd gan bobl 65 oed neu drosodd sgoriau uwch ar gyfer llesiant meddyliol o gymharu â'r rhai yn y grwpiau oedran iau. Roedd y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant ar draws grwpiau oedran yn amrywio o 46.5 (25 i 44 oed) i 51.3 (75+ oed).

Amddifadedd materol

Roedd gan y rhai nad oeddent mewn amddifadedd materol lesiant meddyliol gwell o gymharu â'r rhai mewn amddifadedd materol. Y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol oedd 49.4 ar gyfer pobl nad oeddent yn byw mewn amddifadedd materol, o gymharu â 40.8 ar gyfer y rhai mewn amddifadedd materol.

Crefydd

Roedd gan y rhai â chrefydd lesiant meddyliol gwell o gymharu â'r rhai heb grefydd. Y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol oedd 49.5 ar gyfer pobl â chrefydd, o gymharu â 47 ar gyfer y rhai heb grefydd.

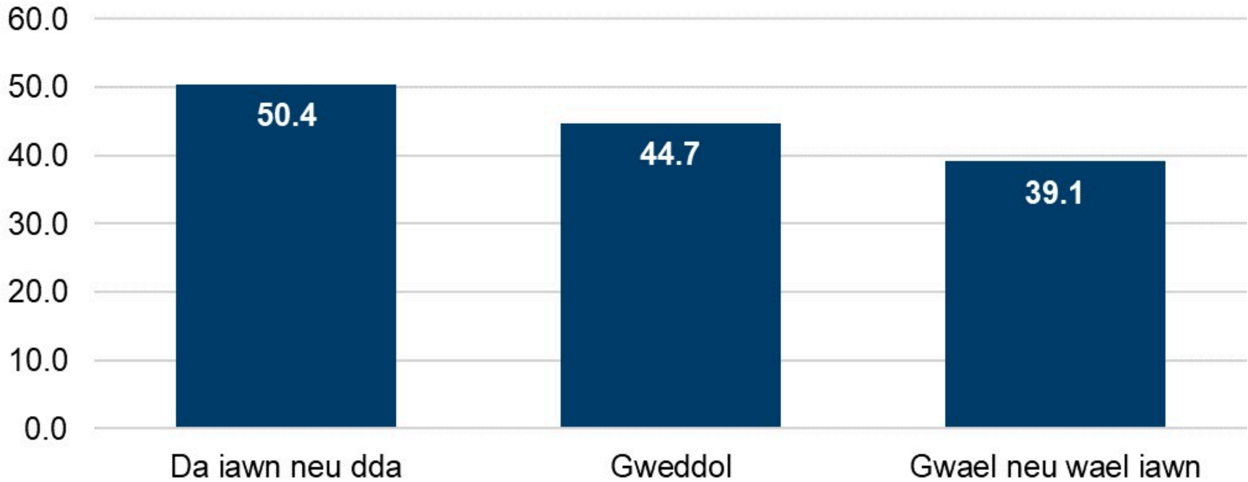
Iechyd cyffredinol

Roedd gan bobl ag iechyd cyffredinol gwell lesiant meddyliol gwell hefyd. Wrth i iechyd cyffredinol waethygu, lleihaodd y sgôr ar gyfer llesiant meddyliol hefyd. Roedd gan y rhai ag iechyd cyffredinol da sgôr gyfartalog o 50.4 ar gyfer llesiant meddyliol, ac roedd gan y rhai ag iechyd cyffredinol gwael sgôr gyfartalog o

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

39.1.

Ffigur 1: Y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol yn ôl iechyd cyffredinol



Disgrifiad o Ffigur 1: Siart far fertigol sy'n dangos sgoriau cyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol yn ôl iechyd cyffredinol yn 2022-23 Roedd gan bobl ag iechyd cyffredinol da iawn neu dda sgôr gyfartalog o 50.4 ar gyfer llesiant meddyliol, o gymharu â 39.1 ar gyfer y rhai ag iechyd cyffredinol gwael neu wael iawn.

Ffynhonnell: Arolwg Cenedlaethol Cymru, 2022-23

Salwch hirdymor cyfyngus

Roedd gan y rhai a nododd nad oedd ganddynt salwch hirdymor cyfyngus lesiant meddyliol gwell o gymharu â'r rhai nad oedd ganddynt salwch o'r fath. Y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol ar gyfer y rhai heb salwch hirdymor cyfyngus oedd 50, o gymharu â sgôr gyfartalog o 44.9 ar gyfer y rhai â salwch o'r fath.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Siaradwr Cymraeg

Roedd gan siaradwr Cymraeg lesiant meddyliol gwell o gymharu â'r rhai nad ydynt yn siarad Cymraeg. Y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol ar gyfer siaradwyr Cymraeg oedd 50.1 tra roedd gan unigolion nad oeddent yn siarad Cymraeg sgôr gyfartalog o 48.

Cymryd rhan mewn chwaraeon

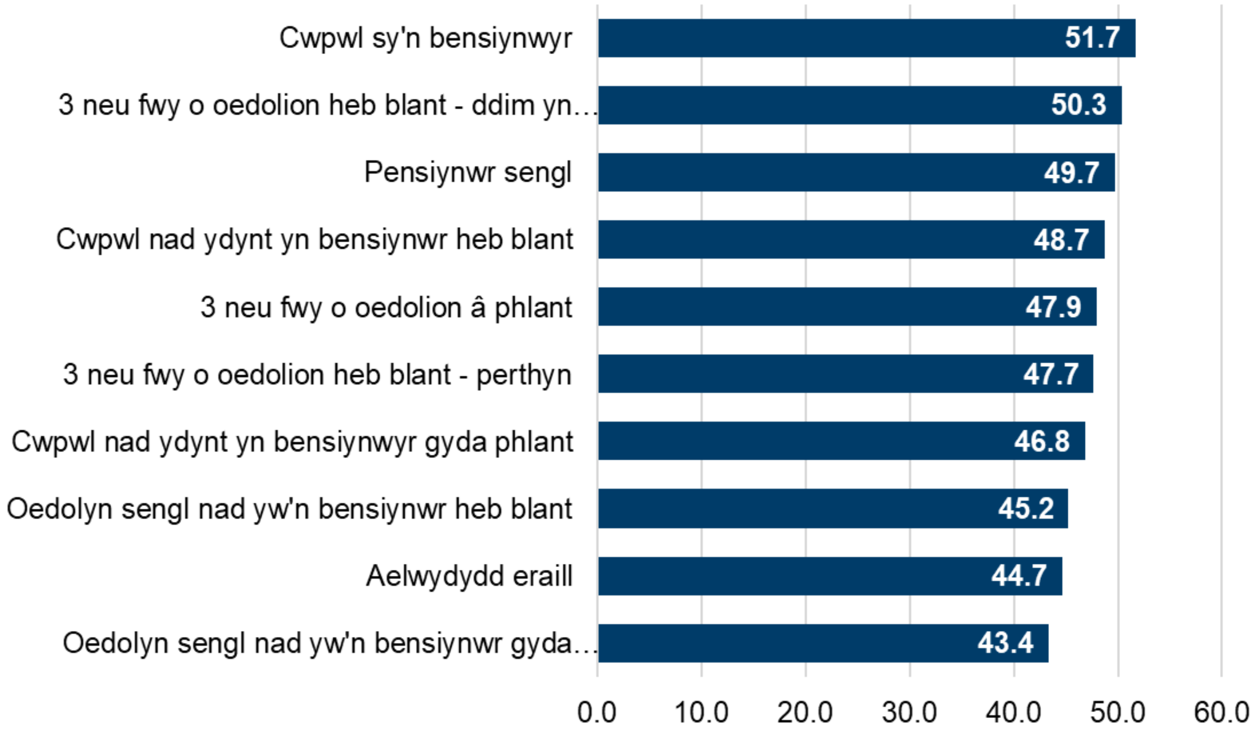
Roedd gan y rhai sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon o leiaf deirgwaith yr wythnos sgoriau gwell ar gyfer llesiant meddyliol o gymharu â'r rhai nad ydynt yn gwneud hynny. Y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol ar gyfer y rhai sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon o leiaf deirgwaith yr wythnos oedd 49.4, tra roedd gan y rhai nad oeddent yn gwneud hynny sgôr gyfartalog o 47.4 yn aml.

Math o aelwyd

Roedd gan y rhai a oedd yn byw mewn aelwyd a oedd yn cynnwys pensiynwyr yn unig sgôr gyfartalog uwch ar gyfer llesiant meddyliol o gymharu â'r rhan fwyaf o'r mathau eraill o aelwyd. Roedd gan aelwydydd a oedd yn cynnwys cwpl a oedd yn bensiynwyr sgôr gyfartalog o 51.7 ar gyfer llesiant meddyliol. Cofnodwyd y sgoriau cyfartalog isaf ar gyfer llesiant meddyliol mewn aelwydydd a oedd yn cynnwys oedolion sengl nad oeddent yn bensiynwyr. Roedd gan oedolion sengl nad oeddent yn bensiynwyr â phlant sgôr gyfartalog o 45.2 ar gyfer llesiant meddyliol tra roedd gan unigolion sengl nad oeddent yn bensiynwyr heb blant sgôr gyfartalog o 43.4.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Ffigur 2: Y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol yn ôl y math o aelwyd



Disgrifiad o Ffigur 2: Siart far lorweddol sy'n dangos sgoriau cyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol yn ôl y math o aelwyd yn 2022-23 Aelwydydd a oedd yn cynnwys cwpl a oedd yn bensiynwyr a gofnododd y sgôr gyfartalog uchaf ar gyfer llesiant meddyliol, sef 51.7, ac aelwydydd a oedd yn cynnwys oedolion sengl nad oeddent yn bensiynwyr heb blant a gofnododd y sgôr gyfartalog isaf ar gyfer llesiant meddyliol, sef 43.4.

Ffynhonnell: Arolwg Cenedlaethol Cymru, 2022-23

Nodwyd bod gan y ffactorau canlynol wahaniaethau arwyddocaol wrth gymharu cyfyngau hyder o 95%. Fodd bynnag, nodwyd nad oeddent yn ffactorau arwyddocaol yn yr atchweliad. Mae'r gwahaniaethau hyn i'w priodoli, yn ôl pob tebyg, i'w cysylltiadau â ffactorau eraill, megis amddifadedd materol aelwydydd.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.

Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Statws priodasol

Roedd gan bobl briod lesiant meddyliol gwell o gymharu â'r rhai a oedd yn sengl. Roedd gan bobl briod sgôr gyfartalog o 49.6 ar gyfer llesiant meddyliol, o gymharu â 46.8 ar gyfer pobl sengl.

Amddifadedd ardal

Roedd gan bobl a oedd yn byw mewn ardaloedd llai difreintiedig lesiant meddyliol gwell. Roedd gan y rhai a oedd yn byw yn yr ardaloedd lleiaf difreintiedig sgôr gyfartalog o 49.4 ar gyfer llesiant meddyliol, tra roedd gan y rhai a oedd yn byw yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig sgôr gyfartalog o 45.4.

Nid oedd unrhyw wahaniaeth arwyddocaol yn y sgôr ar gyfer llesiant meddyliol yn ôl rhyw, cyfeiriadedd rhywiol na grwpiau ethnig gwahanol.

Unigrwydd a llesiant cyffredinol

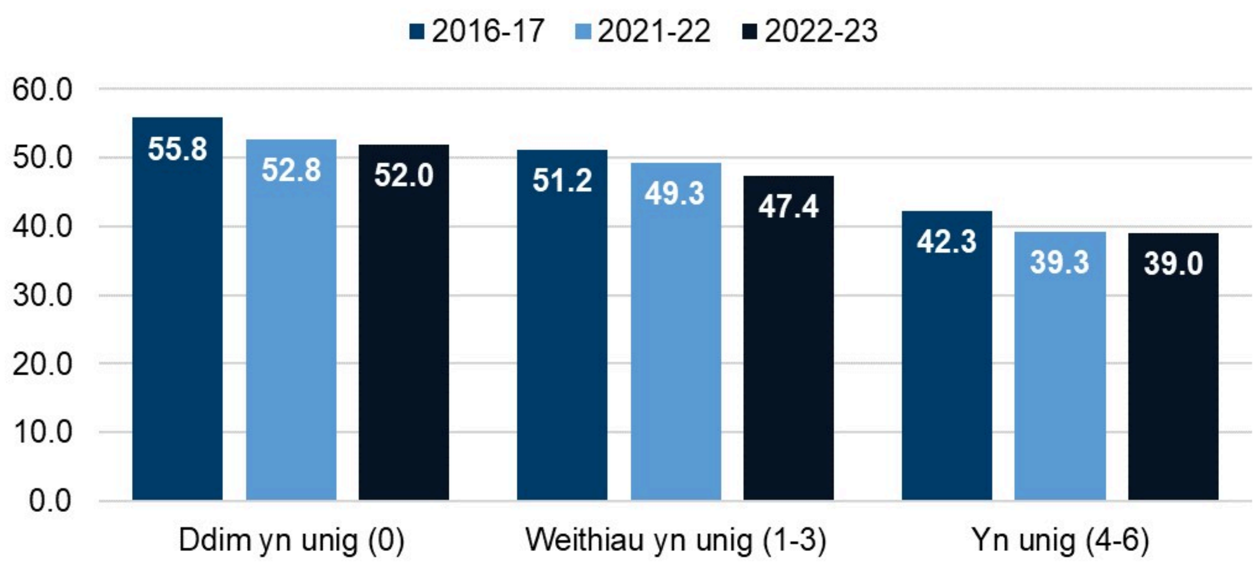
Roedd cysylltiad agos iawn rhwng unigrwydd a llesiant cyffredinol a llesiant meddyliol. Mae lluniadau llesiant meddyliol, unigrwydd a rhai agweddau ar lesiant cyffredinol (boddhad â bywyd, teimlo bod pethau mewn bywyd yn werth chweil, hapusrwydd a gofid) yn gorgyffwrdd. Oherwydd hyn, nid yw'r dadansoddiad a gyflwynir yma yn rheoli ar gyfer unigrwydd na llesiant cyffredinol. Byddai'r ffactorau hyn wedi dominyddu’r dadansoddiad, gan ei gwneud yn fwy anodd nodi'r nodweddion eraill a oedd yn gysylltiedig â llesiant meddyliol.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Unigrwydd

Roedd gan y rhai a nododd eu bod yn teimlo'n unig lesiant meddyliol gwaeth o gymharu â'r rhai a nododd eu bod yn unig weithiau neu nad oeddent yn unig. Roedd gan y rhai a nododd eu bod yn teimlo'n unig sgôr gyfartalog o 39 ar gyfer llesiant meddyliol o gymharu â 47.4 ar gyfer y rhai a oedd yn unig weithiau neu 52 nad oeddent yn unig.

Ffigur 3: Y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol yn ôl unigrwydd a blwyddyn



Disgrifiad o Ffigur 3: Mae'r siart far fertigol yn cymharu sgoriau cyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol yn ôl lefel unigrwydd yn 2016-17, 2021-22 a 2022-23. Mae llesiant meddyliol cyfartalog wedi dirywio ar gyfer pob lefel o unigrwydd ers 2016-17. Pobl nad oeddent yn unig a gofnododd y sgoriau cyfartalog uchaf ar gyfer llesiant meddyliol a phobl a oedd yn unig a gofnododd y sgoriau isaf. Y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol ar gyfer y rhai nad oeddent yn unig yn 2022-23 oedd 52 o gymharu â 39 ar gyfer y rhai a oedd yn unig.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.

Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Ffynhonnell: Arolwg Cenedlaethol Cymru, 2016-17, 2021-22, 2022-23

Boddhad â bywyd

Roedd gan bobl a oedd yn teimlo eu bod yn fwy bodlon eu byd lesiant meddyliol gwell o gymharu â'r rhai a oedd yn llai bodlon, gyda'r sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol yn cynyddu gyda lefel boddhad â bywyd. Roedd gan bobl a oedd yn fodlon iawn ar eu byd sgôr gyfartalog o 54.3 ar gyfer llesiant meddyliol, tra roedd gan y rhai a gofnododd lefel isel o foddhad â bywyd sgôr gyfartalog o 34.1 ar gyfer llesiant meddyliol.

Y teimlad bod pethau a wneir mewn bywyd yn werth chweil

Cynyddodd y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol gyda'r teimlad bod bywyd yn werth chweil. Roedd gan bobl a oedd yn teimlo bod pethau a wneir mewn bywyd yn hynod werth chweil sgôr gyfartalog o 52.7 ar gyfer llesiant meddyliol, o gymharu â sgôr gyfartalog o 33.2 ar gyfer y rhai a oedd yn teimlo nad oedd pethau a wneir mewn bywyd yn werthfawr iawn.

Hapusrwydd ddoe

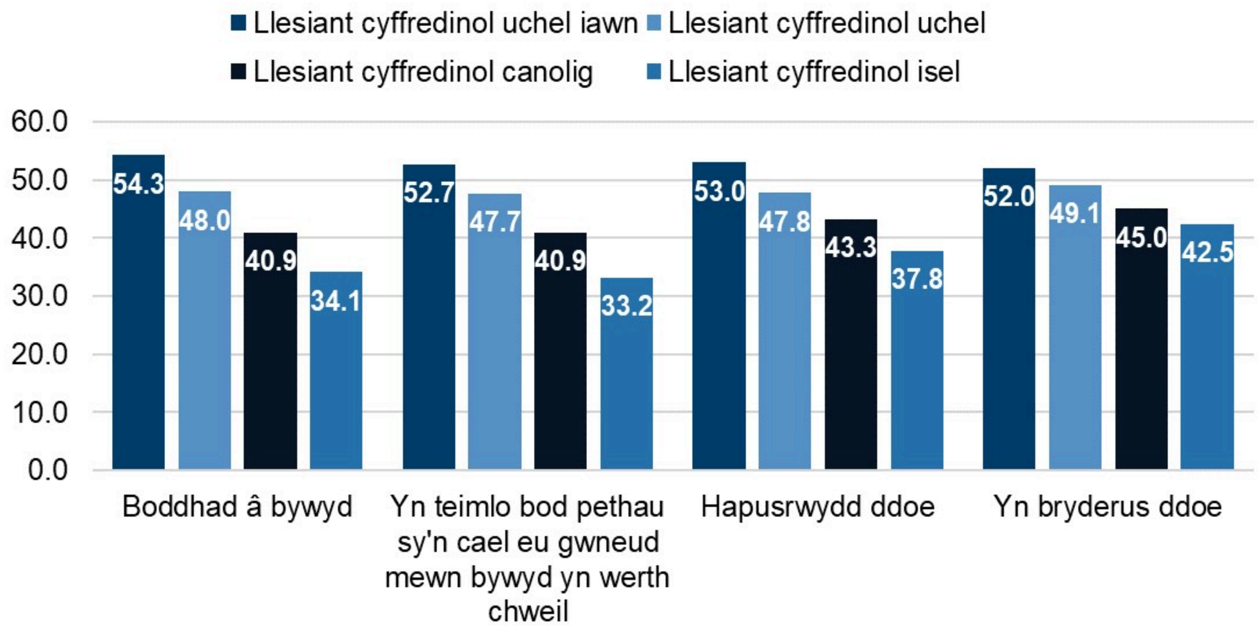
Roedd gan y rhai a nododd eu bod yn teimlo'n hapusach ddoe lesiant meddyliol gwell o gymharu â'r rhai a nododd eu bod yn teimlo'n llai hapus ddoe. Y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol ar gyfer y rhai a oedd yn cytuno'n gryf iawn eu bod yn teimlo'n hapus ddoe oedd 53, o gymharu â sgôr gyfartalog o 37.8 ar gyfer y rhai â lefel isel o gytundeb eu bod yn teimlo'n hapus ddoe.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Gofidus ddoe

Roedd gan bobl a oedd yn teimlo'n llai gofidus ddoe lesiant meddyliol gwell o gymharu â'r rhai a oedd yn teimlo'n fwy gofidus. Roedd gan y rhai a oedd yn cytuno'n gryf eu bod yn teimlo'n ofidus ddoe sgôr gyfartalog o 42.5 ar gyfer llesiant meddyliol, o gymharu â sgôr gyfartalog o 52 ar gyfer y rhai a lefel isel o gytundeb eu bod yn teimlo'n ofidus ddoe.

Ffigur 4: Y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol yn ôl boddhad â bywyd, teimlo bod pethau a wneir mewn bywyd yn werth chweil, lefel hapusrwydd ddoe a lefel gofid ddoe



Ffynhonnell: Arolwg Cenedlaethol Cymru, 2022-23

Disgrifiad o Ffigur 4: Siart far fertigol sy'n cymharu'r sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol yn ôl lefel llesiant cyffredinol ar gyfer boddhad â bywyd, teimlo bod pethau a wneir mewn bywyd yn werth chweil, lefel hapusrwydd ddoe a lefel

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.

Gwybodaeth am **hawlfraint**.

gofid ddoe yn 2022-23. Lleihaodd y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol wrth i lefel llesiant cyffredinol ostwng ar gyfer pob un o'r pedwar ffactor. O blith y pedwar ffactor hyn, ar gyfer y mesur lefel gofid ddoe y cofnodwyd y gostyngiad lleiaf yn y sgôr cyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol gyda'r sgôr yn amrywio o 52 ar gyfer y rhai â lefel uchel o lesiant cyffredinol a 42.5 ar gyfer y rhai â lefel isel o lesiant cyffredinol. Ar gyfer y mesur boddhad â bywyd y cofnodwyd y gostyngiad mwyaf yn y sgôr cyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol gyda'r sgôr yn amrywio o 54.3 ar gyfer y rhai â lefel uchel o lesiant cyffredinol a 34.1 ar gyfer y rhai â lefel is o lesiant cyffredinol.

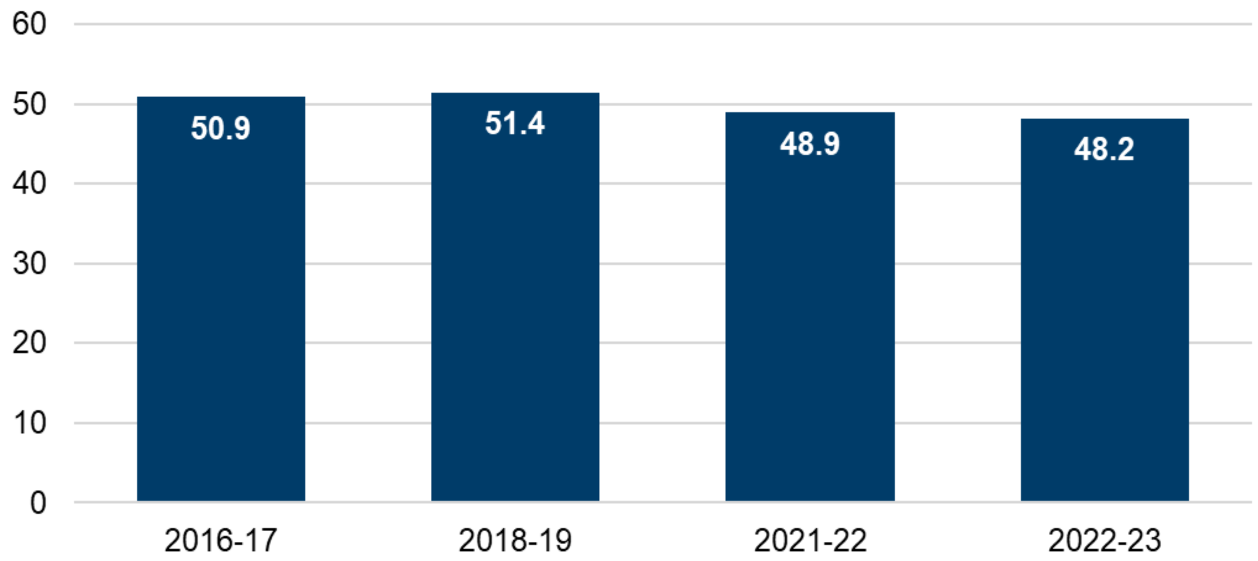
Cymhariaeth â blynyddoedd blaenorol

Er y gellir cymharu'r data hyn â blynyddoedd blaenorol, mae'n werth nodi bod maint y samplau yn amrywio ar gyfer pob blwyddyn gymharu. Newidiodd y prif ddull arolygu hefyd oherwydd pandemig COVID-19 o gyfweliadau wyneb yn wyneb i gyfweliadau dros y ffôn yn 2020.

Ers i'r cwestiynau am lesiant gael eu gofyn am y tro cyntaf yn 2016-17, bu gostyngiad sylweddol yn gyffredinol yn y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol. Yn 2016-17 y sgôr gyfartalog oedd 50.9, o gymharu â 48.2 yn 2022-23. Cyrhaeddodd y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol uchafbwynt yn 2018-19 gyda'r sgôr gyffredinol uchaf o 51.4.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Ffigur 5: Y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol yn ôl blwyddyn



Disgrifiad o Ffigur 5: Mae'r siart far fertigol yn cymharu'r sgoriau cyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol yn ôl blwyddyn. Gwelwyd gostyngiad cyffredinol yn y sgoriau rhwng 2016-17 a 2022-23. Y sgôr gyfartalog oedd 50.9 yn 2016-17, o gymharu â 48.2 yn 2022-23.

Ffynhonnell: Arolwg Cenedlaethol Cymru, 2016-17, 2018-19, 2021-22, 2022-23

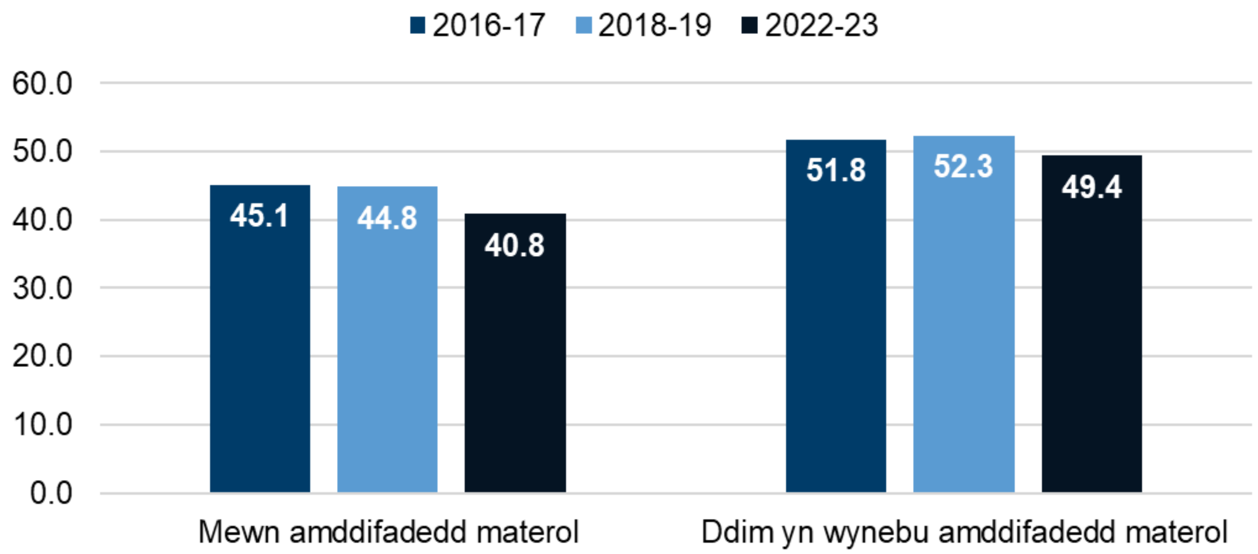
Ar gyfer pob ffactor y nodwyd bod cysylltiad arwyddocaol rhyngddo â llesiant meddyliol yn arolwg 2022-23, bu gostyngiad tebyg yn y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol rhwng 2016-17 a 2022-23. Yn fwyaf nodedig, lleihaodd y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol ar gyfer y rhai sy'n byw mewn amddifadedd materol o 45.1 yn 2016-17 i 40.8 yn 2022-23.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.

Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Ffigur 6: Y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol yn ôl amddifadedd materol a blwyddyn



Disgrifiad o Ffigur 6: Siart far fertigol sy'n cymharu sgoriau cyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol ar gyfer pobl mewn amddifadedd materol a phobl nad oeddent mewn amddifadedd materol ar gyfer 2016-17, 2018-19 a 2022-23. Mae gan bobl nad ydynt mewn amddifadedd materol lesiant gwell ar gyfer pob blwyddyn. Y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol oedd 40.8 ar gyfer pobl mewn amddifadedd materol yn 2022-23, o gymharu â 49.4 ar gyfer y rhai nad oeddent mewn amddifadedd materol.

Ffynhonnell: Arolwg Cenedlaethol Cymru, 2016-17, 2018-19, 2022-23

Nodwyd nad oedd cysylltiad arwyddocaol rhwng rhyw ac ethnigrwydd a llesiant meddyliol yn arolwg 2022-23. Fodd bynnag, mewn rhai blynyddoedd blaenorol, nodwyd bod cysylltiad arwyddocaol rhyngddynt. Yn arolwg 2016-17, nodwyd bod gan wrywod lesiant meddyliol gwell o gymharu â benywod, gyda gwrywod yn cael sgôr gyfartalog o 51.3 ar gyfer llesiant meddyliol o gymharu â 50.4 ar gyfer benywod. Nid oedd unrhyw wahaniaeth arwyddocaol rhwng y sgôr

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.

Gwybodaeth am **hawlfraint**.

gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol ar gyfer gwrywod a benywod yn 2022-23.

Ac nid oedd unrhyw wahaniaeth arwyddocaol ychwaith rhwng y sgôr gyfartalog ar gyfer llesiant meddyliol ar gyfer grwpiau ethnig gwahanol yn arolwg 2022-23. Yn 2018-19, nodwyd bod llesiant meddyliol yn well yn achos pobl Ddu, Asiaidd neu ethnig leiafrifol (52.9) neu bobl wyn (Gwyddelig, Sipsiwn, Teithwyr Gwyddelig neu gefndir gwyn arall) (53.4) o gymharu â'r rhai a oedd yn wyn (Cymreig, Seisnig, Albanaidd neu Wyddelig Gogledd Iwerddon) (51.2).

Cyd-destun polisi

Cyhoeddwyd **Law yn Llaw at Iechyd Meddwl**, strategaeth trawslywodraethol Llywodraeth Cymru i wella iechyd meddwl a llesiant, yn 2012. Mae'r strategaeth yn nodi nifer o ganlyniadau lefel uchel, ac un ohonynt yw 'mae iechyd meddwl a llesiant y boblogaeth gyfan yn well'. Cyhoeddwyd gwerthusiad annibynnol o Law yn Llaw at Iechyd Meddwl ym mis Mawrth 2023 ac mae ei ganfyddiadau, ynghyd â nifer o adolygiadau, wedi llywio 'Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant' newydd i Gymru. Bydd y ddogfen hon, ochr yn ochr â chyfres o asesiadau effaith yn cael ei chyhoeddi yn fuan ar gyfer ymgynghoriad ffurfiol. Bydd Llywodraeth Cymru hefyd yn ymgynghori ar Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-Niweidio. Yn dilyn yr ymgynghoriad, bydd y Strategaethau'n cael eu cyhoeddi ynghyd â chynlluniau cyflawni manylach. **Adolygiad o Strategaethau Law yn Llaw at Iechyd Meddwl a Siarad â Fi 2**

Gwybodaeth am ansawdd

Mae **Arolwg Cenedlaethol Cymru** yn arolwg mawr a pharhaus sy'n defnyddio hapsampl o bobl o bob cwr o Gymru. Caiff cyfeiriadau eu dewis ar hap, a chaiff gwahoddiadau eu hanfon drwy'r post, yn gofyn am rif ffôn ar gyfer y cyfeiriad.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Gellir darparu'r rhif ffôn drwy borth ar-lein, drwy linell ymholiadau dros y ffôn neu'n uniongyrchol i rif ffôn symudol y cyfwelydd ar gyfer yr achos hwnnw. Os na chaiff rhif ffôn ei ddarparu, mae'n bosibl y bydd cyfwelydd yn ymweld â'r cyfeiriad ac yn gofyn am rif ffôn. Ar ôl cael rhif ffôn, bydd y cyfwelydd yn defnyddio dull dewis ar hap i ddewis un oedolyn yn y cyfeiriad i gymryd rhan yn yr arolwg. Caiff adran gyntaf yr arolwg ei chynnal ar ffurf cyfweliad ffôn; caiff yr ail adran ei chynnal ar-lein (oni fydd yr ymatebydd yn amharod i'w chwblhau ar-lein neu'n methu â gwneud hynny, ac os felly, caiff y cwestiynau hyn hefyd eu holi dros y ffôn).

Mae siartiau a thablau manwl o ganlyniadau ar gael yn ein **dangosydd canlyniadau** rhyngweithiol. I gael gwybodaeth am sut mae data yn cael eu casglu a'r fethodoleg, gweler ein **Hadroddiad ansawdd** a'n **Hadroddiad technegol**.

Statws Ystadegau Gwladol

Mae **Awdurdod Ystadegau'r Deyrnas Unedig** wedi dynodi'r ystadegau hyn yn Ystadegau Gwladol, yn unol â Deddf Ystadegau a'r Gwasanaeth Cofrestru 2007, sy'n dangos cydymffurfiaeth â'r **Cod Ymarfer ar gyfer Ystadegau**.

Mae statws Ystadegau Gwladol yn golygu bod ystadegau swyddogol yn cyrraedd y safonau uchaf o ran dibynadwyedd, ansawdd a gwerth cyhoeddus.

Dylai pob ystadegyn swyddogol gydymffurfio â phob agwedd ar y Cod Ymarfer ar gyfer Ystadegau. Dyfernir statws Ystadegau Gwladol i ystadegau ar ôl asesiad gan gangen reoleiddio Awdurdod Ystadegau'r DU. Mae'r Awdurdod yn ystyried p'un a yw'r ystadegau yn cyrraedd y safonau uchaf o ran cydymffurfio â'r Cod, gan gynnwys y gwerth y maent yn ei ychwanegu at benderfyniadau a dadleuon cyhoeddus.

Cyfrifoldeb Llywodraeth Cymru yw sicrhau cydymffurfiaeth â'r safonau a

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

ddisgwylir gan Ystadegau Gwladol. Os bydd gennym bryderon ynghylch a yw'r ystadegau hyn yn dal i gyrraedd y safonau priodol, byddwn yn trafod unrhyw bryderon â'r Awdurdod yn ddi-oed. Gellir dileu statws Ystadegau Gwladol unrhyw bryd os na chaiff y safonau uchaf eu cynnal, a'i adfer pan gaiff safonau eu hadfer.

Cadarnhawyd y byddai'r ystadegau hyn yn parhau i gael eu dynodi'n Ystadegau Gwladol ym mis Mehefin 2020 yn dilyn gwiriad cydymffurfiaeth gan y Swyddfa Rheoleiddio Ystadegau (**llythyr o gadarnhad**). Cynhaliwyd asesiad llawn o'r ystadegau hyn (**adroddiad llawn**) yn erbyn y Cod Ymarfer ddiwethaf yn 2013.

Ers yr adolygiad diwethaf gan y Swyddfa Rheoleiddio Ystadegau, rydym wedi parhau i gydymffurfio â'r Cod Ymarfer ar gyfer Ystadegau, drwy wneud y canlynol (ymhlith pethau eraill):

- darparu dadansoddiadau manylach yn y **dangosydd canlyniadau**
- diweddaru pynciau'r arolwg er mwyn sicrhau ein bod yn parhau i ddiwallu anghenion polisi sy'n newid
- parhau i gynnal dadansoddiadau atchweliad fel rhan safonol o'n hallbynnau, er mwyn helpu defnyddwyr i ddeall cyfraniad ffactorau penodol at ganlyniadau o ddiddordeb

Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (LlCD)

Hanfod Deddf Llesiant Cenedlaethau’r Dyfodol 2015 yw gwella llesiant cymdeithasol, economaidd, amgylcheddol a diwylliannol Cymru. Mae’r Ddeddf yn sefydlu saith nod llesiant i Gymru sef Cymru fwy cyfartal, llewyrchus, cydnerth, iach a chyfrifol ar lefel fyd-eang, gyda chymunedau cydlynol a diwylliant bywiog lle mae’r Gymraeg yn ffynnu. O dan adran (10)(1) o’r Ddeddf, rhaid i Weinidogion Cymru (a) gyhoeddi dangosyddion (“dangosyddion cenedlaethol” sy’n gorfod cael eu cymhwyso at ddibenion mesur cynnydd tuag at gyflawni’r nodau llesiant, a (b) gosod copi o’r dangosyddion cenedlaethol

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

gerbron Senedd Cymru. O dan adran 10(8) o Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol, pan fo Gweinidogion Cymru yn diwygio'r dangosyddion cenedlaethol, rhaid iddynt, cyn gynted ag y bo'n rhesymol ymarferol (a) gyhoeddi'r dangosyddion fel y'u diwygiwyd a (b) gosod copi ohonynt gerbron y Senedd. Fe gafodd y dangosyddion cenedlaethol hyn osodwyd gerbron y Senedd yn 2021. Mae'r dangosyddion a osodwyd ar 14 Rhagfyr 2021 yn disodli'r set a osodwyd ar 16 Mawrth 2016 ac mae'r datganiad hwn yn cynnwys un o'r dangosyddion cenedlaethol sef Sgôr llesiant meddyliol cyfartalog ar gyfer oedolion oed 16 neu hyn.

Mae gwybodaeth am y dangosyddion, ynghyd â naratif ar gyfer pob un o'r nodau llesiant a'r wybodaeth dechnegol gysylltiedig ar gael yn **adroddiad Llesiant Cymru**.

Gwybodaeth bellach am **Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015**.

Gallai'r ystadegau a ddefnyddir yn y datganiad hwn ategu'r dangosyddion cenedlaethol a chael eu defnyddio gan fyrddau gwasanaethau lleol mewn perthynas â'u hasesiadau llesiant a'u cynlluniau llesiant lleol.

The statistics included in this release could also provide supporting narrative to the national indicators and be used by public services boards in relation to their local wellbeing assessments and local wellbeing plans.

Manylion cyswllt

Ystadegydd: Chloe Whiteley
E-bost: **arolygon@llyw.cymru**

Cyfryngau: 0300 025 8099

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.

Gwybodaeth am **hawlfraint**.

SB 2/2024

Efallai na fydd y ddogfen hon yn hollol hygyrch.
Drllenwch ein **datganiad hygyrchedd** i gael rhagor o wybodaeth.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/lles-meddyliol-arolwg-cenedlaethol-cymru-ebrill-2022-i-mawrth-2023-html** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.