



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Cydweithio rhwng CAMHS a'r Gwasanaeth Cwnsela

Canllawiau

Dogfen ganllawiau: rhif 210/2016
Dyddiad cyhoeddi: Tachwedd 2016

Cydweithio rhwng CAMHS a'r Gwasanaeth Cwnsela

Cynulleidfa	Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed, awdurdodau lleol (ALI) (gan gynnwys gwasanaethau cwnsela, gwasanaethau lles addysg, seicolegwyr addysgol a gwasanaethau ieuencid); gweithwyr cymorth Teuluoedd yn Gyntaf; darparwyr cwnsela; sefydliadau'r trydydd sector sy'n cefnogi iechyd meddwl; meddygon teulu; ymwelwyr iechyd; ysgolion a nyrsys ysgol.
Trosolwg	Mae'r canllawiau anstatudol hwn yn ymdrin a chydweithio rhwng y Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS) a'r wasanaethau cwnsela ar gyfer plant a phobl ifanc. Mae'n amlinelli sut mae'r ddau wasanaeth yn cael eu trefnu, gan gynnwys eu hól troed daearyddol, ac mae'n cynnwys nifer o astudiaethau achos ar gydweithio rhwng y gwasanaethau.
Camau i'w cymryd	Dylai CAMHS a'r gwasanaethau cwnsela ALL roi sylw i'r canllawiau hyn.
Rhagor o wybodaeth	Dylid cyfeirio ymholiadau am y ddogfen hon at: Y Gangen Lles Disgyblion Yr Is-adran Cymorth i Ddysgwyr Y Gyfarwyddiaeth Addysg Llywodraeth Cymru Parc Cathays Caerdydd CF10 3NQ e-bost: WELLBEINGshare@Cymru.GSI.Gov.UK
Copiau ychwanegol	Mae'r ddogfen hon ar gael ar wefan Llywodraeth Cymru yn www.llyw.cymru
Dogfennau cysylltiedig	<i>Law yn Llaw at Iechyd Meddwl – Strategaeth ar gyfer Iechyd Meddwl a Lles yng Nghymru</i> (2012); <i>Siarad â fi 2 – Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niwed Cymru 2015–2020</i> (2015); <i>Siarad â fi 2 – Cynllun Gweithredu Atal Hunanladdiad a Hunan-niwed Cymru 2015–2020</i> (2015); <i>Canllawiau statudol i awdurdodau lleol yng Nghymru ynghylch darpariaeth gwasanaethau cwnsela annibynnol</i> (2013); <i>Pecyn Cymorth Gweithredu Cwnsela Mewn Ysgolion</i> (2011); <i>Counselling for Children and Young People, 2013/14 (experimental statistics)</i> (2016); <i>Counselling for Children and Young People, 2014/15 (experimental statistics)</i> (2016)

Cynnwys

1. Cefndir a chyd-destun	2
2. Darparu gwasanaethau	6
3. Atgyfeiriadau	15
4. Argymhellion ar gyfer arferion da wrth gydweithredu rhwng y gwasanaethau	16
Atodiad 1: Sefydliadau trydydd sector, gyda dolenni we	29
Atodiad 2: Dulliau gweithredu sy'n cefnogi meithrin cryfder emosiynol ymhlith plant a phobl ifanc	31

1. Cefndir a chyd-destun

1.1 Cyflwyniad

Mae gwella iechyd meddwl ac iechyd emosiynol plant a phobl ifanc yn flaenoriaeth allweddol i Lywodraeth Cymru. Rydym yn cydnabod y gall mynd i'r afael â phroblemau'n gynnar, nid yn unig wella salwch meddwl mwy difrifol yn ddiweddarach mewn bywyd, ond hefyd gael effaith gadarnhaol ar gyrhaeddiad personol, cymdeithasol ac addysgol yr unigolyn ifanc. Mae hyn yn ganolog i'n strategaeth iechyd meddwl bob oed i Gymru, *Law yn Llaw at Iechyd Meddwl* (2012). Mae sicrhau bod plant a phobl ifanc yn cael gofal mewn modd amserol a phriodol, nid yn unig yn flaenoriaeth allweddol i Lywodraeth Cymru, ond hefyd yn cyd-fynd â Chonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn.

Mae gwasanaethau cwnsela awdurdodau lleol i blant a phobl ifanc a Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS) ar flaen y gad o ran cefnogi iechyd meddwl a lles plant a phobl ifanc. Efallai y bydd angen cymorth ar blant a phobl ifanc am eu bod wedi cynhyrfu, yn pryderu, yn teimlo'n ddryslyd neu'n ofnus neu, ar y llaw arall, efallai fod ganddynt broblemau iechyd meddwl difrifol a/neu barhaus.

Dengys ystadegau fod gan 1 o bob 10 plentyn rhwng 5 ac 16 oed broblem iechyd meddwl a bod gan lawer mwy ohonynt broblemau ymddygiad^{1, 2}. Ceir tystiolaeth bod hyn yn cynyddu. Bydd gan tua 50% o bobl sydd â phroblemau iechyd meddwl parhaus symptomau erbyn iddynt gyrraedd 14 oed, a nifer ohonynt yn iau o lawer na hynny, sy'n dangos y gall salwch meddwl effeithio ar bobl drwy gydol eu bywydau. Mae ymyriad cynnar yn cael ei gydnabod yn gyffredinol fel y ffordd orau o atal problemau iechyd meddwl. Mae gwybod pwy i gysylltu â nhw yn allweddol; ac, yn eu tro, mae angen i wasanaethau ymddiried ym marn y rheini sydd ag arbenigedd lleol ac ymateb yn unol â hynny.

Mae *Law yn Llaw at Iechyd Meddwl* yn nodi'r bwriad o sicrhau bod iechyd meddwl a lles pobl o bob oed yn gwella'n barhaus o ganlyniad i ymrwymiad ar draws y Llywodraeth i gael pob sector i weithio gyda'i gilydd. I blant a phobl ifanc sy'n wynebu gofid emosiynol, cymdeithasol neu seicolegol, neu broblemau iechyd meddwl, gall cydweithredu rhwng CAMHS a gwasanaethau cwnsela sicrhau eu bod yn cael y driniaeth fwyaf priodol. Mae hyn yn unol â blaenoriaethau Llywodraeth Cymru o ran gofal iechyd darbodus, sef darparu gofal i'r rheini sydd â'r angen iechyd mwyaf yn gyntaf, gan ddefnyddio pob sgil ac adnodd yn y ffordd fwyaf effeithiol bosibl. Gellir cefnogi hyn ymhellach drwy annog gwasanaethau i gydweithio er mwyn darparu cymorth, cyngor ac arweiniad lle y bo angen, a thrwy hynny, allu osgoi atgyfeiriadau amhriodol.

Drwy wella'r cydweithredu rhwng gwasanaethau, gallwn hefyd helpu i ddiogelu plant a phobl ifanc, er enghraifft y rheini sy'n gofyn am gymorth cwnsela sy'n brwydro â meddyliau am hunanladdiad.

Mewn achosion felly, mae'n hanfodol gallu cyfeirio plant a phobl ifanc i CAMHS yn gyflym.

Mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 (adran 131) yn cryfhau'r trefniadau diogelu presennol i blant drwy gyflwyno "dyletswydd newydd i hysbysu'r" awdurdod lleol ac yn diffinio "plentyn sy'n wynebu risg". Yn adran 130(4) o'r Ddeddf, diffinnir

¹ www.mentalhealth.org.uk/content/assets/PDF/publications/lifetime_impacts.pdf

² www.hscic.gov.uk/catalogue/PUB06116/ment-heal-chil-youn-peop-gb-2004-rep2.pdf

“plentyn sy’n wynebu risg” fel plentyn “sy’n cael, neu sy’n wynebu risg o gael, ei gam-drin neu ei esgeuluso neu ddioddef mathau eraill o niwed, ac y mae arno anghenion am ofal a chymorth”. Bydd gofyn i’r partneriaid perthnasol (a ddiffinnir yn adran 130(5)) gan gynnwys lechyd, yr Heddlu a’r Gwasanaeth Prawf, roi gwybod i’r awdurdod lleol os bydd ganddynt sail resymol dros gredu bod plentyn yn wynebu risg. Yn dilyn hysbysiad o’r fath, bydd awdurdodau lleol yn penderfynu os ddylent arfer eu dyletswydd bresennol i ymchwilio o dan adran 47 o Ddeddf Plant 1989. Prif ganlyniad y pecyn o fesurau o dan y Ddeddf yw sicrhau fframwaith cryfach, mwy effeithiol ar gyfer partneriaid diogelu er mwyn gallu cydweithredu ar lefel amlasiantaethol.

Nid un dull penodol sydd i drefnu CAMHS a gwasanaethau cwnsela mewn gwahanol rannau o Gymru, felly nid yw pennu model ‘un ateb i bawb’ yn ymarferol. Mae’r canllawiau hyn yn egluro sut y caiff darpariaeth CAMHS a chwnsela ei threfnu, gan gyfeirio at y ddeddfwriaeth berthnasol, ac yn pennu prif egwyddorion ar gyfer cydweithredu rhwng y gwasanaethau.

1.2 Cyd-destun deddfwriaethol

Ers mis Ebrill 2013, mae’n ofynnol i awdurdodau lleol, dan Ddeddf Safonau a Threfniadaeth Ysgolion (Cymru) 2013, i sicrhau darpariaeth resymol o wasanaethau cwnsela annibynnol i blant a phobl ifanc rhwng 11 a 18 oed yn eu hardaloedd ac i ddysgwyr ym Mlwyddyn 6 yn yr ysgol gynradd.

Mae Deddf Safonau a Threfniadaeth Ysgolion (Cymru) 2013³ yn mynnu bod awdurdod lleol yn darparu gwasanaeth cwnsela annibynnol ar safle pob ysgol uwchradd a gynhelir ganddo. Gall awdurdod lleol gynnig gwasanaethau cwnsela mewn lleoliadau eraill yn ogystal, e.e. mewn ysgol annibynnol neu ganolfan gymunedol leol, canolfan ieuenctid neu gyfleuster cymunedol arall i bobl ifanc nad ydynt yn yr ysgol ac/neu sy’n dymuno cael manteisio ar wasanaeth cwnsela y tu allan i leoliad addysg ffurfiol.

Cyhoeddwyd canllawiau statudol yn 2013 ar ddyletswyddau a phwerau a gyflwynwyd o dan Ddeddf Bil Safonau a Threfniadaeth Ysgolion (Cymru) 2013 ynghylch darparu gwasanaethau cwnsela annibynnol i blant a phobl ifanc.

Mae Deddf Lechyd Meddwl 1983 (a ddiwygiwyd yn sylweddol yn 2007) yn berthnasol i Gymru a Lloegr, ac mae’n caniatáu i bobl sydd ag ‘anhwylder meddyliol’ gael eu derbyn i’r ysbyty, eu cadw yno, a’u trin heb eu caniatâd – naill ai er eu hiechyd a’u diogelwch eu hunain, neu er diogelwch pobl eraill.

Prif ddiben Deddf Lechyd Meddwl 1983 yw caniatáu gweithredu gorfodol, lle y bo angen, er mwyn sicrhau bod pobl sydd ag anhwylderau meddyliol yn cael y gofal a’r driniaeth sydd eu hangen arnynt. Mae’n nodi’r meini prawf y mae’n rhaid eu bodloni cyn cymryd camau gorfodol, ynghyd â dulliau amddiffyn a diogelu cleifion.

³ Gweler adran 92.

Yn 2012, gweithredodd Cymru Fesur Iechyd Meddwl (Cymru) 2010, sy'n cynnwys pedair rhan:

- Rhan 1 – Gwasanaethau Iechyd Meddwl Sylfaenol Lleol, sy'n ei gwneud yn ofynnol i fyrddau iechyd lleol ac awdurdodau lleol weithio gyda'i gilydd i sefydlu Gwasanaethau Cymorth Iechyd Meddwl Sylfaenol Lleol ledled Cymru.
- Rhan 2 – Cydgysylltu Gofal a Chynllunio Gofal a Thriniaeth, sy'n pennu dyletswyddau i fyrddau iechyd lleol ac awdurdodau lleol gydweithio â'i gilydd. Mae hyn yn sicrhau bod pobl o bob oed o fewn gwasanaethau iechyd meddwl eilaidd yn cael cynllun Gofal a Thriniaeth unigol.
- Rhan 3 – Asesu Defnyddwyr Blaenorol gwasanaethau iechyd meddwl eilaidd, sy'n caniatáu mynediad haws at wasanaethau iechyd meddwl unwaith eto i bobl sydd wedi cael eu rhyddhau ohonynt o'r blaen.
- Rhan 4 – Eiriolaeth iechyd meddwl annibynnol, sy'n sicrhau bod gan yr holl gleifion mewnl yn Nghymru, sy'n cael eu hasesu neu'u trin oherwydd anhwylder meddyliol, hawl i wneud cais am gymorth gan eiriolwr iechyd meddwl annibynnol.

Nid yw Mesur 2010 yn rhoi unrhyw ddyletswyddau newydd ar fyrddau iechyd lleol nac awdurdodau lleol i ddarparu triniaeth iechyd meddwl na gwasanaethau cymorth iechyd meddwl. Mae'r cyd-destun deddfwriaethol ar gyfer darparu gwasanaethau cwnsela i blant a phobl ifanc a Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS) felly hefyd yn cynnwys:

- a) dyletswyddau Bwrdd Iechyd Lleol o dan adran 1 Deddf y GIG (Cymru) 2006, sy'n rhoi dyletswydd ar Weinidogion Cymru i barhau i hyrwyddo gwasanaeth iechyd cynhwysfawr i sicrhau gwelliant yn iechyd corfforol a meddwl pobl Cymru ac o ran atal, diagnosio a thrin afiechyd
- b) y dyletswyddau sydd ar awdurdodau lleol i ddarparu gwasanaethau i blant y mae angen gofal a chymorth arnynt o dan Rannau 4 a 6 o Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014.

Nod Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 (a ddaeth i rym ym mis Ebrill 2016) yw gwella sefyllfa Cymru yn gymdeithasol, yn economaidd, yn amgylcheddol ac yn ddiwylliannol. Mae'n gwneud i'r cyrff cyhoeddus a restrir yn y Ddeddf ystyried y tymor hir yn fwy, cydweithio'n well â phobl a chymunedau ac â'i gilydd, ceisio atal problemau a gweithredu mewn ffordd fwy cydlynol.

1.3 Hawliau plant

Mae Llywodraeth Cymru wedi mabwysiadu Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (y Confensiwn) fel sail i'w holl waith ar gyfer plant a phobl ifanc. Mae Llywodraeth Cymru wedi ymrwmo i natur ganolog y confensiwn, ac i hawliau plant yn ei holl waith, ac mae'r Rhaglen Lywodraethu yn nodi ymrwymiad i "barhau i ddefnyddio Saith Nod Craidd y fframwaith cenedlaethol i ddatblygu polisi ar gyfer plant a phobl ifanc". Bydd Mesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011 yn gosod dyletswydd ar Weinidogion Cymru i ystyried hawliau plant fel y'u pennir yn y Confensiwn.

Mae Cynllun Hawliau Plant 2014 yn nodi'r trefniadau i Weinidogion Cymru gydymffurfio â'r ddyletswydd i roi ystyriaeth briodol i hawliau plant wrth arfer unrhyw rai o'u swyddogaethau. Bwriad gwefan Hawliau Plant Cymru (www.hawliauplant.cymru) yw helpu ymarferwyr, llunwyr polisiâu a phob rhanddeiliad i ddatblygu eu dealltwriaeth o hawliau plant a sut mae gweld pethau o safbwynt hawliau plant yn eu gwaith.

Fel yn achos pob gwasanaeth sydd eisoes yn bodoli ar gyfer plant a phobl ifanc, ac yn unol ag Erthygl 12 y Confensiwn, dylid ymgorffori llais y plentyn yn rhan o brosesau gwneud ac adolygu penderfyniadau yng nghyswllt gwasanaethau sy'n cefnogi iechyd emosiynol ac iechyd meddwl plant a phobl ifanc. Mae Erthygl 12 y Confensiwn yn nodi bod gan blant yr hawl i roi eu barn ar yr hyn a ddylai ddigwydd pan fydd oedolion yn gwneud penderfyniadau sy'n effeithio arnynt, ac i bobl ystyried eu safbwyntiau. Dylai awdurdodau lleol a byrddau iechyd lleol, drwy eu gwasanaethau sy'n cefnogi cyfranogiad plant a phobl ifanc, hefyd ystyried ffyrdd o sicrhau bod lleisiau unigol a thorfol plant a phobl ifanc sy'n defnyddio eu gwasanaethau yn cael eu clywed.

2. Darparu gwasanaethau

2.1 Gwasanaethau cwnsela i blant a phobl ifanc

Mae gwasanaeth cwnsela yn cynnig therapi cefnogol un i un, sy'n rhoi cyfle i blant a phobl ifanc drafod materion a phryderon, yn gyfrinachol, gyda chwnselydd cymwys.

Ym mis Ebrill 2008, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru *Gwasanaethau Cwnsela mewn Ysgolion: Strategaeth Genedlaethol* a oedd â'r nod o sicrhau bod gwasanaethau cwnsela ar gael ym mhob ysgol uwchradd yng Nghymru. Rhwng 2008–09 a 2012–13, gwariodd Llywodraeth Cymru fwy na £13 miliwn o arian grant ar gwnsela mewn ysgolion, a'r canlyniad oedd bod cwnsela yn cael ei ddarparu ymhob ysgol uwchradd a gynhelir o fis Medi 2010 ymlaen.

Ers mis Ebrill 2013, rhoddwyd sail statudol i ddarparu cwnsela, ac mae hyn wedi ymestyn y ddarpariaeth i bob plentyn ac unigolyn ifanc rhwng 11 a 18 oed, p'un a ydynt yn mynychu ysgolion a gynhelir ai peidio, ac i ddisgyblion ym Mlwyddyn 6. Ar yr un pryd, trosglwyddwyd £4.5m i Grant Cynnal Refeniw awdurdodau lleol ar gyfer rhoi cefnogaeth barhaus i'r gwasanaeth hwn.

Gall plant a phobl ifanc atgyfeirio eu hunain, neu gael eu hatgyfeirio, i gwnsela am ystod o resymau, er enghraifft:

- anhwylderau bwyta
- bwlio
- cam-drin (gan gynnwys yn rhywiol)
- cam-drin domestig
- camddefnyddio sylweddau
- cydberthnasau (arall)
- cydberthnasau ag athrawon
- cyfrifoldebau gofalu
- dicter
- hunan-niwed
- hunan-werth
- iselder
- materion trawsrywiol
- perthynas â chariad
- problemau sy'n gysylltiedig ag ymddygiad
- profedigaeth
- pryder
- pryderon academiaidd
- pryderon ariannol/tlodi
- rhywiol (gan gynnwys cyfeiriadedd rhywiol)
- seiber ddiogelwch (gan gynnwys seiberfwlio a secstio)
- straen
- syniadau am hunanladdiad
- teulu
- troseddau ieuenctid.

Nid yw'n rhestr gynhwysfawr.

Mae'n bosibl y bydd angen atgyfeirio plentyn neu unigolyn ifanc sy'n derbyn cwnsela i Wasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS), neu i wasanaethau Amddiffyn Plant neu wasanaethau priodol eraill.

2.2 Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS)

Mae dogfen Coleg Brenhinol y Seiciatryddion *Building and sustaining specialist CAMHS to improve outcomes for children and young people: Update of guidance on workforce, capacity and functions of CAMHS in the UK* (Tachwedd 2013), yn nodi bod CAMHS yn gysyniad eang sy'n cynnwys yr holl wasanaethau sy'n cyfrannu at ofal iechyd meddwl plant a phobl ifanc, boed yn asiantaethau iechyd, addysg, gwasanaethau cymdeithasol neu'n asiantaethau eraill.

Mae'n cynnwys y gwasanaethau hynny nad darparu gofal iechyd meddwl arbenigol yw eu prif swyddogaeth, ond sydd â rôl gyffredinol i fodloni anghenion emosiynol ac iechyd meddwl plant a phobl ifanc (e.e. meddygfeydd teulu neu ysgolion, gwasanaethau cyffredinol). Mae CAMHS arbenigol yn wasanaethau sydd â chylch gwaith craidd a chyfrifoldeb i ddarparu gofal iechyd meddwl arbenigol. Gall gwasanaethau o'r fath gael eu darparu gan weithwyr proffesiynol ym maes iechyd meddwl sy'n gweithio fel rhan o wasanaethau a dargedir, er enghraifft i blant sy'n derbyn gofal, neu fel rhan o wasanaeth arbenigol tîm CAMHS aml-ddisgyblaethol yn y gymuned, neu gallant gynnwys gwasanaethau cleifion mewnol a gwasanaethau tra arbenigol i gleifion allanol.

Gall taith plentyn neu unigolyn ifanc fynd drwy'r lefelau o wasanaeth gan ddilyn dull gofal fesul cam, os caiff ei gyflwr ei gydnabod yn un mwy cymhleth neu wrth i gyflyrau wella. Bydd rhai plant a phobl ifanc yn derbyn gwasanaethau o fwy nag un lefel ar yr un pryd.

Mae gan CAMHS arbenigol y sgiliau a'r cyfrifoldeb i roi cyngor, ar sail gwybodaeth arbenigol, ynghylch sut mae sicrhau iechyd meddwl a lles seicolegol plant a phobl ifanc, a sut mae cefnogi eu teuluoedd. Mae gan weithwyr proffesiynol mewn CAMHS arbenigol rôl ddeuol o ddarparu cymorth uniongyrchol i blant, pobl ifanc a theuluoedd, yn ogystal â darparu cymorth a chynghor i weithwyr proffesiynol eraill sy'n cyfrannu at les meddyliol plant a phobl ifanc drwy eu gwaith bob dydd.

Ym mis Ebrill 2014 aeth y byrddau iechyd lleol ati i ailstrwythuro eu trefniadau cynllunio a chomisiynu CAMHS a sefydlu Rhwydwaith Cynllunio Cymru gyfan ar gyfer CAMHS ac Anhwylderau Bwyta. Bydd y Rhwydwaith yn sicrhau y caiff darpariaeth ei chynllunio'n genedlaethol, gyda darpariaeth gymunedol a thrydyddol yn cydweithio er budd y claf.

Yn hanesyddol, mae CAMHS wedi cael lefelau uchel o atgyfeiriadau amhriodol, gan arwain at amseroedd aros hir ar gyfer asesiadau. Er mwyn mynd i'r afael â'r mater hwn, a materion heriol eraill o fewn y gwasanaeth, mae'r GIG wedi dechrau gwneud newidiadau i wasanaethau ac ad-drefnu CAMHS. Y nod yw ystyried y ffordd orau o ddiwallu anghenion pobl ifanc fregus, a phwy sydd yn y sefyllfa orau i wneud hynny, mewn modd amserol ac effeithiol. Ar y cyd â'r gwaith sy'n cael ei ddatblygu ar gyfer pobl â salwch meddwl aciwt, bydd y newidiadau i wasanaethau hefyd yn mynd i'r afael â'r ffordd orau o ddiwallu anghenion pobl ifanc sydd â salwch meddwl lefel isel.

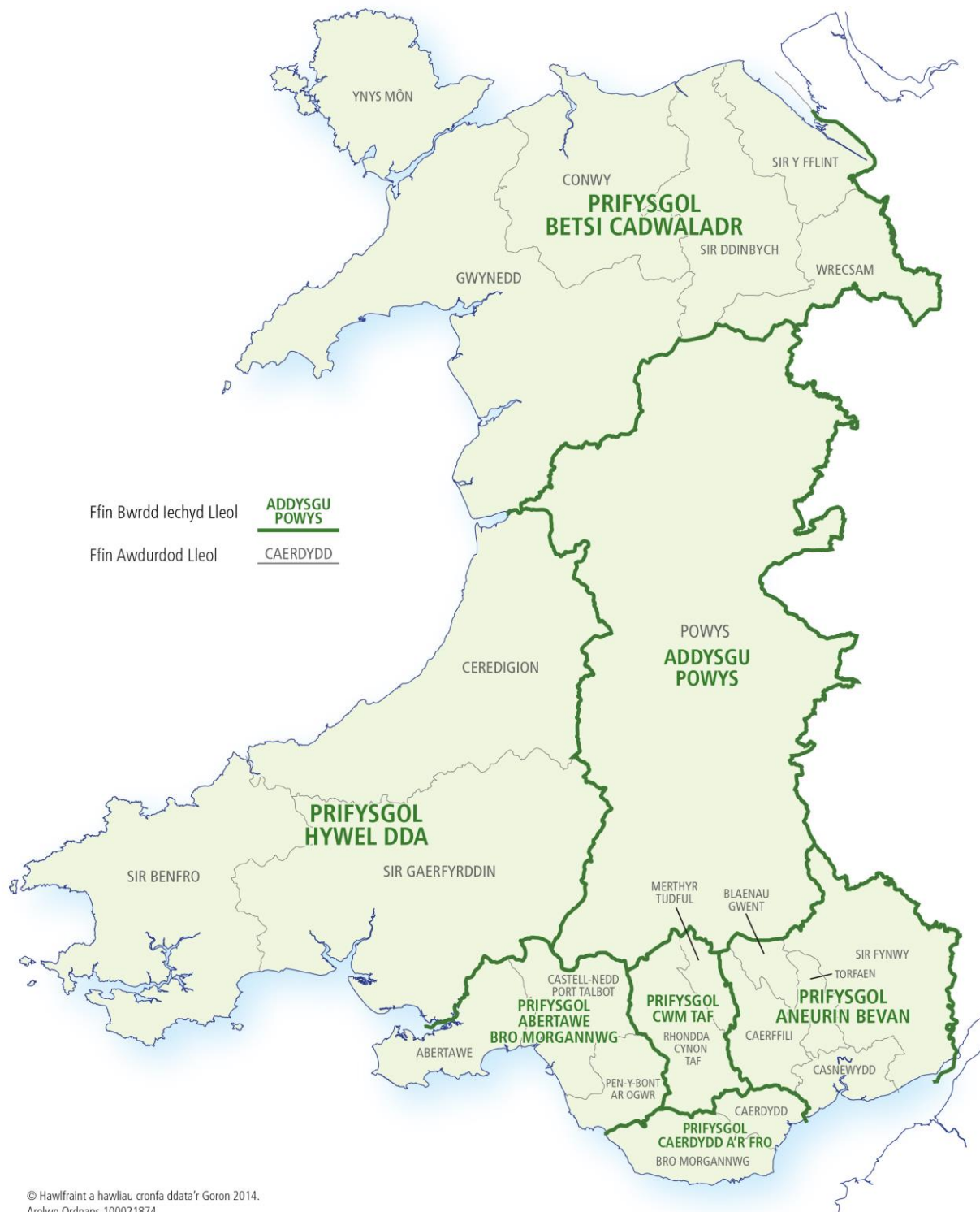
2.3 Olion traed daearyddol gwasanaethau

Y saith bwrdd iechyd lleol yng Nghymru sy'n gyfrifol, yn eu hardaloedd daearyddol, am gynllunio, cyllido a darparu gwasanaethau gofal iechyd sylfaenol, gan gynnwys CAMHS. Ar hyn o bryd mae 22 o awdurdodau lleol yng Nghymru, a hwy sy'n gyfrifol am ddarparu holl wasanaethau llywodraeth leol, gan gynnwys addysg.

Yn sgil cyhoeddi adroddiad y Comisiwn ar Lywodraethu a Darparu Gwasanaethau Cyhoeddus ym mis Ionawr 2014, cynhaliodd Llywodraeth Cymru gyfres o ymgynghoriadau ar ddyfodol llywodraeth leol, gan gynnwys adolygiad o nifer yr awdurdodau lleol sy'n briodol yng Nghymru. Roedd Deddf Llywodraeth Leol (Cymru) 2015 yn darparu ar gyfer y posibilrwydd o gyfuno'r cynghorau sir presennol. Fodd bynnag, mae wedi dod i'r amlwg erbyn hyn nad yw mwyafrif Aelodau'r Cynulliad na'r rhanddeiliaid ehangach yn cefnogi'r polisi hwn ar hyn o bryd. Wrth ysgrifennu, mae Ysgrifennydd y Cabinet dros Gyllid a Llywodraeth Leol mewn trafodaethau â llywodraeth leol ac eraill, er mwyn datblygu dull gweithredu ffres. Er hynny, mae yna gytundeb cyffredinol o hyd bod angen mesur o gydweithredu rhwng awdurdodau lleol er mwyn darparu gwasanaethau effeithlon.

CYMRU

Byrddau Iechyd Lleol



© Hawlfraint a hawliau cronfa ddata'r Goron 2014.
Arolwg Ordnans 100021874
Cartograffeg • Llywodraeth Cymru
Mawrth 2014

Nid un dull penodol sydd i drefnu CAMHS neu wasanaethau cwnsela. Ar y cyfan, nid yw awdurdodau lleol a byrddau iechyd lleol yn rhannu'r un ôl troed ac mae hyn yn ychwanegu dimensiwn arall i'r her o weithio ar draws gwasanaethau. Ar adegau, mae'n bosibl y bydd yn rhaid i awdurdodau lleol a CAMHS weithio ar draws ffiniau gyda gwasanaethau sydd wedi'u lleoli y tu hwnt i'w hôl troed daearyddol nhw.

2.4 Sut y caiff darpariaeth cwnsela ei threfnu

Mae gan rai awdurdodau lleol eu gwasanaethau cwnsela mewnol eu hunain, a bydd rhai'n gosod y gwasanaethau ar gytundeb i ddarparwyr allanol. Bydd rhai'n defnyddio cyfuniad o wasanaethau mewnol ac allanol, fel yr amlinellir yn y tabl isod. Mae dau awdurdod lleol (Caerdydd a Phowys) yn cynnig gwasanaethau cwnsela ar-lein i ategu'r cwnsela wyneb yn wyneb a ddarperir.

Awdurdod lleol	Darpariaeth fewnol	Darpariaeth allanol
Abertawe		le
Blaenau Gwent	le	
Bro Morgannwg		le
Caerdydd		le
Caerffili	le	
Casnewydd		le
Castell-nedd Port Talbot	le	
Ceredigion		le
Conwy	le	
Gwynedd	le	
Merthyr Tudful	le	
Pen-y-bont ar Ogwr	le	
Powys		le
Rhondda Cynon Taf		le
Sir Benfro	le	
Sir Ddinbych	le	
Sir Gaerfyrddin		le
Sir Fynwy	le	
Sir y Fflint	le	
Torfaen	le	
Wrecsam	le	
Ynys Môn	le	

2.5 Sut y caiff darpariaeth CAMHS ei threfnu

Yn draddodiadol, mae gwasanaethau CAMHS wedi'u trefnu mewn fframwaith haenog.

- **Gwasanaeth Haen 1 (gwasanaeth lefel sylfaenol)**
Gwasanaethau cyswllt uniongyrchol. Mynediad uniongyrchol at staff sy'n gallu adnabod problemau iechyd meddwl plant, eu hasesu a gwneud ymyriadau ar eu cyfer – meddygon teulu, gofalwyr iechyd sylfaenol, ymwelwyr iechyd, nyrsys ysgol, athrawon ac aelodau eraill o staff ysgolion.
- **Gwasanaeth Haen 2 (gwasanaeth lefel eilaidd)**
Gwasanaethau arbenigol rheng flaen lle caiff y plentyn ei weld gan un gweithiwr proffesiynol fel arfer, h.y. CAMHS arbenigol neu wasanaethau cymorth addysg (gan gynnwys cwnsela, gweithwyr cymdeithasol arbenigol, staff mudiadau gwirfoddol).
- **Gwasanaeth Haen 3 (gwasanaeth lefel eilaidd/gwasanaeth lefel drydyddol)**
Timau o staff arbenigol sy'n cydweithio; timau therapi dwys yn y gymuned a gofal dydd arbenigol.
- **Gwasanaeth Haen 4 (gwasanaeth lefel drydyddol)**
Ymyriadau arbenigol iawn – unedau cleifion mewnol, ysgolion preswyl a gofal cymdeithasol arbenigol.

Timau Iechyd Meddwl Sylfaenol

O dan Ran 1 Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) 2010, mae dyletswydd ar fyrddau iechyd lleol ac awdurdodau lleol i weithio gyda'i gilydd i ddarparu Gwasanaethau Cymorth Iechyd Meddwl Sylfaenol Lleol, sy'n hygyrch ac sydd â ffocws penodol, i gymunedau yng Nghymru.

Y Gwasanaethau hyn sy'n gyfrifol am gynnal unrhyw asesiadau iechyd meddwl sylfaenol a chyflawni ymyriadau therapiwtig tymor byr, yn ogystal â gwneud atgyfeiriadau i wasanaethau eraill, gan roi gwybodaeth a chynghor i unigolion am y gwasanaethau sydd ar gael iddynt a rhoi gwybodaeth a chynghor i ddarparwyr gofal sylfaenol.

Nod y gwasanaethau hyn yw gwella mynediad at ofal iechyd meddwl o fewn lleoliadau gofal sylfaenol, a gwella'r canlyniadau i unigolion sy'n derbyn y gwasanaethau hyn.

2.6 Gwasanaethau Haen 1 a 2 sy'n cefnogi plant a phobl ifanc

Er mwyn rhoi rhagor o gyd-destun, ceir ystod eang o wasanaethau yn Haenau 1 a 2 sy'n cefnogi iechyd a lles emosiynol plant a phobl ifanc, gan helpu plant a phobl ifanc i fod yn gryfach yn emosiynol a datblygu iechyd meddwl da. Amlinellir y gwasanaethau hyn isod.

Y trydydd sector

Mae llawer o fudiadau trydydd sector (gweler Atodiad 1) yn cynnig gwasanaethau sy'n gallu ategu gwasanaethau cwnsela i blant a phobl ifanc a CAMHS. Mae'r gwasanaethau a gynigir gan fudiadau trydydd sector hefyd yn amrywio rhwng rhanbarthau.

Darparwr gofal sylfaenol

Ymarferydd gofal iechyd sy'n gweld pobl â phroblemau iechyd cyffredin yw darparwr gofal sylfaenol. Meddyg teulu yw'r unigolyn hwn fel arfer, ond gall fod yn gynorthwyydd meddyg neu ymarferydd nyrsio.

Yn aml, meddygfeydd teulu fydd y pwynt cyswllt cyntaf ar gyfer problemau llawer o blant a phobl ifanc. Mae meddygfa deulu yn lleoliad pwysig ar gyfer adnabod a rheoli problemau iechyd meddwl yn gynnar ymhlith pobl ifanc.

Darperir cymorth gan dîm y feddygfa, a all gynnwys nyrs practis y feddygfa a darparwyr gofal sylfaenol eraill gan gynnwys Gwasanaethau Cymorth Iechyd Meddwl Sylfaenol Lleol. Os oes angen, gellir gwneud cais am gyngor gan wasanaethau CAMHS i lywio'r ddarpariaeth gofal, neu gall tîm y feddygfa drefnu atgyfeiriad i CAMHS/y Gwasanaeth Cymorth Iechyd Meddwl Sylfaenol Lleol. Yn rhai o ardaloedd byrddau iechyd lleol, rhaid gwneud atgyfeiriadau i wasanaethau CAMHS drwy wasanaeth y meddyg teulu. Yn gynyddol, bydd meddygon teulu yn chwarae rôl gydlynw i sicrhau y gall plant a phobl ifanc gael mynediad at gymorth statudol a gwirfoddol priodol i ddiwallu eu hanghenion. Gall parhad gofal fod yn hynod o werthfawr, yn enwedig yn ystod adegau o newid i'r glasgoed hŷn sy'n symud o CAMHS i wasanaethau oedolion.

Ymwelwyr iechyd

Bydd ymwelwyr iechyd yn dod i gysylltiad â theuluoedd newydd o fewn y pythefnos cyntaf ar ôl genedigaeth a gallant adnabod arwyddion cynnar o iselder ôl-enedigol mewn mamau newydd. Mae asesu cryfder emosiynol teulu yn galluogi ymwelwyr iechyd i gydlynw mynediad at wasanaethau arbenigol ac yn sicrhau parhad i deuluoedd â phlant ifanc nes eu bod yn bump oed. Maen nhw'n gweithio'n agos efo bydwagedd a gwasanaethau iechyd meddwl amenedigol yn y gymuned.

Nyrsys ysgol

Mae gan bob ysgol gyfun a'r clwstwr ysgolion cynradd partner nyrs ysgol benodol a gyflogir gan y GIG, sy'n darparu mewnbwn iechyd cyhoeddus ac sydd ar gael i roi cymorth a chynghor i ddysgwyr, i rieni/gofalwyr ac i gydweithwyr addysg. Maent yn cyfrannu ar lefel leol at Rhwydwaith Cynlluniau Ysgolion Iach Cymru a hefyd yn cysylltu â chwnselwyr mewn ysgolion. Mae llawer ohonynt yn cynnig gwasanaethau galw i mewn cyfrinachol sydd ar gael i bawb mewn ysgolion uwchradd i ddysgwyr ac yn y mwyafrif o ardaloedd maent hefyd ar gael i ddysgwyr allu cysylltu â nhw y tu allan i oriau a thymhorau ysgol. Gweithwyr Iechyd Meddwl Sylfaenol sy'n darparu hyfforddiant a chymorth Haen 1 mewn rhai ardaloedd.

Ysgolion

Mae ysgolion yn chwarae rôl bwysig wrth annog ffyrdd iach o fyw, datblygiad cymdeithasol a pharatoi pobl ifanc i fod yn oedolion. Gall ysgolion helpu dysgwyr i ddatblygu deallusrwydd emosiynol a sgiliau ymdopi, sy'n gallu eu helpu i fod yn fwy ymwybodol o newidiadau bywyd ac ymdopi â nhw, ac i feddwl am eu lles meddyliol eu hunain. Dylai ysgolion hefyd ddarparu amgylchedd dysgu diogel sy'n cymryd camau i amddiffyn dysgwyr rhag niwed ac yn atal bwlio rhag digwydd. Rhwydwaith o gynlluniau ysgolion iach lleol yw Rhwydwaith Cynlluniau Ysgolion Iach Cymru, sy'n annog ysgolion yn eu hardaloedd i ddatblygu dulliau gweithredu ysgol gyfan yng nghyswllt iechyd. Bydd ysgolion yn gweithio ar saith thema iechyd, ac un o'r rhain yw iechyd a lles meddyliol ac emosiynol. Mae dros 99% o ysgolion a gynhelir yn cymryd rhan.

Gall ysgolion ddefnyddio nifer o ddulliau gweithredu i feithrin deallusrwydd emosiynol a chryfder emosiynol ymhlith plant a phobl ifanc. Amlinellir rhai o'r dulliau gweithredu hyn yn Atodiad 2.

Argymhellodd adolygiad annibynnol yr Athro Graham Donaldson o'r cwricwlwm a'r trefniadau asesu yng Nghymru⁴ y dylid cynllunio'r cwricwlwm i helpu pob plentyn ac

⁴ Donaldson (2015), *Dyfodol Llwyddiannus: Adolygiad Annibynnol o'r Cwricwlwm a'r Trefniadau Asesu yng Nghymru*. <http://gov.wales/topics/educationandskills/schoolshome/curriculum-for-wales-curriculum-for-life/why-we-are-changing/successful-futures/?lang=cy>

unigolyn ifanc i ddatblygu mewn perthynas â dibenion clir a chytûn. Mae'r adroddiad yn nodi pedwar diben i geisio sicrhau bod ein plant a phobl ifanc yn datblygu fel a ganlyn:

- yn ddysgwyr uchelgeisiol, galluog sy'n barod i ddysgu drwy gydol eu hoes
- yn gyfranwyr mentrus, creadigol sy'n barod i chwarae eu rhan yn llawn yn eu bywyd a'u gwaith
- yn ddinasyddion egwyddorol, gwybodus sy'n barod i fod yn ddinasyddion i Gymru a'r byd
- yn unigolion iach, hyderus sy'n barod i fyw bywyd gan wireddu eu dyheadau fel aelodau gwerthfawr o gymdeithas.

Argymhellir hefyd y dylai'r cwricwlwm ysgol gynnwys chwe Maes Dysgu a Phrofiad, gan gynnwys Iechyd a Lles.

Os oes gan blentyn anawsterau dysgu, mae'n bosibl bod ganddo/ganddi anghenion addysgol arbennig⁵ (AAA). Bydd gan lawer o blant AAA o ryw fath, megis anawsterau emosiynol neu ymddygiad, ar ryw adeg yn ystod eu haddysg. Gall ysgolion helpu'r mwyafrif o blant i oresgyn y rhwystrau a achosir gan eu hanawsterau. Bydd ysgolion yn gwneud hyn drwy ddulliau addysgu gwahaniaethol a thrwy ddull graddedig ar gyfer ymyriadau, sy'n cydnabod y ceir continwwm o AAA ac y dylid defnyddio arbenigedd cynyddol, lle y bo angen, i fynd i'r afael â'r anawsterau y gall plentyn fod yn eu hwynebu.

Mae Llywodraeth Cymru yn cynnig system symlach sy'n canolbwyntio'n fwy ar yr unigolyn i ddisodli'r fframwaith deddfwriaethol presennol ar gyfer asesu a chynllunio darpariaeth i blant a phobl ifanc ag AAA.

Ar 28 Mehefin, cyhoeddodd Prif Weinidog Cymru y bydd y Bil Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) yn cael ei gyflwyno i'r Cynulliad Cenedlaethol yn ystod blwyddyn gyntaf rhaglen deddfwriaethol y Llywodraeth hon.

Gwasanaeth Lles Addysg

Mae Swyddogion Lles Addysg Awdurdodau Lleol yn gweithio'n agos gydag ysgolion a theuluoedd i gefnogi plant a theuluoedd pan fo dysgwyr yn wynebu anawsterau yn yr ysgol neu pan fo materion yn ymwneud â lles yn effeithio ar addysg plentyn. Gall absenoldeb o'r ysgol fod yn arwydd o broblemau: bydd Swyddogion Lles Addysg yn ymchwilio i'r rhesymau y tu ôl i absenoldeb o'r ysgol a gallant roi cyngor i deuluoedd am wasanaethau cymorth arbenigol a gwneud atgyfeiriadau i wasanaethau priodol. Dull gweithredu cefnogol yw hwn yn bennaf, sy'n canolbwyntio ar hawliau addysgol plant.

Mae llawer o Swyddogion Lles Addysg hefyd yn cynnig cyngor i ysgolion ar hyrwyddo presenoldeb ysgol gyfan, lles plant a diogelu plant mewn addysg. Gall cyfrifoldebau cyffredinol y Gwasanaeth Lles Addysg a rolau a swyddogaethau Swyddog Lles Addysg amrywio i raddau mwy neu lai o un awdurdod lleol i'r llall.

Seicolegwyr addysgol

Caiff seicolegwyr addysgol yn aml eu cyflogi o fewn gwasanaethau cynhwysiant awdurdodau lleol neu o fewn ymddiriedolaethau GIG, fel arfer fel rhan o Wasanaethau

⁵ Mae gan blant AAA os oes ganddynt anawsterau y mae angen darpariaeth addysgol arbennig ar eu cyfer. Mae rhagor o wybodaeth am gyfrifoldebau yng nghyswllt AAA ar gael yng Nghod Ymarfer Anghenion Addysgol Arbennig Cymru.

<http://learning.gov.wales/resources/browse-all/special-education-needs-code-of-practice/?skip=1&lang=cy>

Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS). Bydd seicolegwyr addysgol yn gweithio'n bennaf gydag ysgolion a lleoliadau blynyddoedd cynnar i'w helpu i ddarparu'r cymorth gorau posibl i blant ag anghenion addysgol arbennig (AAA). Er enghraifft, i hyrwyddo dysgu, datblygu sgiliau emosiynol, cymdeithasol ac ymddygiadol a chefnogi datblygiad seicolegol. Maent yn gweithio'n bennaf mewn ymgynghoriad â rhieni/gofalwyr, athrawon, gweithwyr cymdeithasol, meddygon (pediatregwyr, meddygon teulu, seiciatryddion), swyddogion addysg a phobl eraill sy'n ymwneud ag addysg a gofal plant a phobl ifanc.

Teuluoedd yn Gyntaf – gan gynnwys Fframwaith Asesu'r Teulu ar y Cyd a Tîm o Amgylch y Teulu

Mae Teuluoedd yn Gyntaf yn rhaglen arloesol sy'n hyrwyddo datblygiad systemau amlasiantaeth effeithiol a chymorth i deuluoedd, gyda ffocws clir ar atal ac ymyriad cynnar i deuluoedd, yn enwedig y rheini sy'n byw mewn tlodi.

Mae'r gwasanaethau cymorth a ddarperir gan raglen Teuluoedd yn Gyntaf yn ddwys ac wedi'u teilwra'n arbennig a'u seilio ar yr angen lleol a nodwyd. Caiff teuluoedd eu hatgyfeirio i'r rhaglen Teuluoedd yn Gyntaf naill ai drwy asiantaeth allweddol, e.e. ysgol, meddyg teulu, gwasanaethau cymdeithasol, neu drwy hunanatgyfeiriad a gall unrhyw deulu gael ei atgyfeirio i'r rhaglen.

Un o elfennau allweddol y rhaglen yw Fframwaith Asesu'r Teulu ar y Cyd, sy'n rhoi gwerthusiad cynhwysfawr o anghenion y teulu cyfan. Mae'n asesu cryfderau ac anghenion y teulu mewn nifer o feysydd ac fe'i defnyddir i gynllunio cynllun wedi'i deilwra o ymyriadau i helpu teuluoedd i oresgyn y problemau sy'n eu hwynebu.

Elfen allweddol arall o raglen Teuluoedd yn Gyntaf yw darparu cymorth wedi'i gydlynu i deuluoedd drwy fodelau Tîm o Amgylch y Teulu. Mae model Tîm o Amgylch y Teulu yn dod ag ystod eang o weithwyr proffesiynol ynghyd i ddarparu cymorth dwys ac yn gweithio gyda theulu er mwyn eu helpu i fynd i'r afael â'r holl heriau sy'n eu hwynebu. Lle y bo angen, gall gwasanaethau cwnsela ac asiantaethau iechyd meddwl eraill, megis CAMHS, ffurfio rhan o'r Tîm o Amgylch y Teulu, ac maent yn gwneud hynny.

Gwasanaethau ieuencid

Mae gan waith ieuencid o safon uchel rôl hollbwysig i'w chwarae o ran cefnogi llawer o bobl ifanc i gyflawni eu potensial llawn. Drwy ddulliau gweithredu anffurfiol, mae gwaith ieuencid effeithiol yn adeiladu gallu a chryfder emosiynol pobl ifanc a gall newid bywydau pobl ifanc er gwell. Drwy gymryd rhan mewn gwaith ieuencid bydd pobl ifanc yn magu hyder, yn datblygu cymhwysedd a hunanhyder, ac yn cael cyfle i feddu ar ddisgwyliadau a dyheadau iddynt eu hunain.

Mae gwaith ieuencid yn elfen gynhenid o wasanaethau cymorth ieuencid sy'n ceisio sicrhau bod gan bob plentyn ac unigolyn ifanc rhwng 11 a 25 oed y gwasanaethau, y cymorth a'r profiadau sydd eu hangen arnynt i gyflawni eu potensial. Yng Nghymru, mae'r gwasanaeth ieuencid yn hawl cyffredinol sydd ar gael i bob unigolyn ifanc. Drwy Ddeddf Dysgu a Sgiliau 2000, adran 123(1), mae Gweinidogion Cymru wedi cyfarwyddo awdurdodau lleol i ddarparu gwasanaethau cymorth ieuencid, sicrhau y cânt eu darparu, neu gyfrannu at eu darparu.

Mae gweithwyr ieuencid yn gweithio gyda phobl ifanc i hwyluso eu datblygiad personol, cymdeithasol ac addysgol. Maent yn datblygu gwybodaeth a dealltwriaeth pobl ifanc ynglŷn â materion sy'n ymwneud â'u hiechyd a'u lles, gan gynnwys; lles emosiynol, iechyd rhywiol, bwyd a ffitrwydd, ysmegu, alcohol a chyffuriau.

3. Atgyfeiriadau

3.1 Atgyfeiriadau i gwnsela

Mae'n ofynnol i awdurdodau lleol sicrhau darpariaeth resymol o wasanaethau cwnsela annibynnol i ddysgwyr ym mlwyddyn 6 ac i bob plentyn ac unigolyn ifanc rhwng 11 a 18 oed yn eu hardal y mae angen mynediad at y gwasanaeth hwn arnynt. Nid oes unrhyw feini prawf penodol er mwyn cael defnyddio gwasanaethau cwnsela. Dylai'r rhain fod ar gael i ddysgwyr ym Mlwyddyn 6 a phobl ifanc rhwng 11 ac 18 oed sy'n gofyn am wasanaeth cwnsela.

Mae angen i geisiadau am wasanaeth cwnsela, o ran nifer yr atgyfeiriadau a rhestrau aros, gael eu rheoli mewn ffordd sy'n golygu y gellir blaenoriaethu galwadau croes mewn ffordd deg a chyfiawn. Dylid bod prosesau atgyfeirio clir ar waith.

Gall atgyfeiriadau i gwnsela fod yn hunanatgyfeiriadau neu'n atgyfeiriadau a wnaed gan bartïon sydd â diddordeb, megis rhieni/gofalwyr, athrawon, swyddogion lles addysg, nyrsys ysgol, timau troseddau ieuenctid, meddygon teulu, gweithwyr ieuenctid neu CAMHS.

Mae gan bobl ifanc hawl i gael cwnsela heb ganiatâd eu rhieni neu'n groes i ddymuniad eu rhieni os ystyrir eu bod yn 'gymwys yn ôl diffiniad Gillick', h.y. os ydynt yn ddigon deallus ac aeddfed i allu deall yn llawn yr hyn sy'n cael ei gynnig.

3.2 Atgyfeiriadau i CAMHS

Gall darparwyr gofal sylfaenol adnabod, asesu ac ymyrryd os ydynt yn teimlo bod plentyn neu unigolyn ifanc o bosibl yn dioddef o salwch meddwl, ac mae'n bwysig bod y plant a phobl ifanc fregus hyn yn cael triniaeth mewn modd amserol a phriodol.

Mae Rhan 2 o Reoliadau Iechyd Meddwl (Atgyfeiriadau Gofal Sylfaenol a Chymhwysra i Gynnal Asesiadau Iechyd Meddwl Sylfaenol) (Cymru) 2012, yn nodi y gall unrhyw ddarparwr gofal sylfaenol (meddyg teulu fel arfer) wneud atgyfeiriad i Wasanaethau Cymorth Iechyd Meddwl Gofal Sylfaenol Lleol am asesiad iechyd meddwl sylfaenol. Gall darparwyr gofal sylfaenol atgyfeirio unrhyw un sydd:

- (a) â hawl i gael gwasanaethau meddygol sylfaenol,
a,
- (b) yn ymddangos bod angen asesiad iechyd meddwl sylfaenol arnynt, i gael asesiad iechyd meddwl sylfaenol.

Rhaid i'r darparwr gofal sylfaenol, os yw'n penderfynu gwneud atgyfeiriad am asesiad iechyd meddwl sylfaenol, wneud atgyfeiriad o'r fath i bartner iechyd meddwl ardal yr awdurdod lleol lle mae'r darparwr gofal sylfaenol yn cyflawni'r rhan fwyaf o'i waith neu weithgareddau.

Nid yw atgyfeiriadau i Wasanaethau Cymorth Iechyd Meddwl Gofal Sylfaenol Lleol yn rhwystro meddygon teulu, cwnselwyr nac ymarferwyr eraill rhag gwneud atgyfeiriadau i CAMHS nac unrhyw wasanaeth arall. Er bod yna rai ardaloedd yng Nghymru lle na all gwasanaethau cwnsela wneud atgyfeiriadau uniongyrchol i CAMHS, mae Llywodraeth Cymru o'r farn y dylai cwnselwyr allu gwneud hynny, fel sy'n digwydd mewn rhwydweithiau atgyfeirio eraill, os yw'r angen clinigol yn gwarantu hynny.

4. Argymhellion ar gyfer arferion da wrth gydweithredu rhwng y gwasanaethau

Mae ein strategaeth *Law yn Llaw at Iechyd Meddwl: Strategaeth ar gyfer Iechyd Meddwl a Lles yng Nghymru* (2012) yn tynnu sylw at fanteision gweithio mewn partneriaeth, drwy nodi enghreifftiau o'r cyfraniad y gall partneriaid ac asiantaethau eraill ei wneud at wella iechyd meddwl a lles a fydd, yn ei dro, yn helpu partneriaid i gyflawni eu hamcanion craidd.

Yn sicr, mae heriau'n wynebu cydweithredu. Gan fod gwasanaethau wedi'u trefnu'n wahanol yn ardaloedd yr amrywiol awdurdodau lleol a byrddau iechyd lleol, ni ellir dilyn un dull gweithredu cyffredin. Dylai fod gan bob bwrdd iechyd lleol a'i awdurdodau lleol cyfatebol brosesau yn eu lle y cytunwyd arnynt. Bydd y rhain yn amrywio ledled Cymru, yn ôl yr angen lleol a diwylliant y sefydliad. Lle bydd awdurdodau lleol yn gosod darpariaeth gwnsela ar contract, bydd angen i ddarparwr y gwasanaeth cwnsela gydweithio â CAMHS. Pan fydd awdurdodau lleol yn caffael eu gwasanaethau cwnsela, felly, dylent gynnwys y gofyniad hwn yn eu manyleb.

Mae angen dulliau lleol o gydweithio. Rydym yn cydnabod y gall gymryd amser i roi'r dulliau hyn ar waith, yn enwedig pan fydd gan wasanaethau flaenoriaethau croes.

Hefyd, ceir rhywfaint o densiwn rhwng cydweithredu a pharchu cyfrinachedd y cleient; gall fod yn anodd bod yn eglur o ran faint o wybodaeth y dylid ei rhannu â gwasanaethau eraill. Dylid rhannu pob darn o wybodaeth bersonol yn unol â'r paramedrau a ddarperir yn fframwaith Cytundeb Rhannu Gwybodaeth Bersonol Cymru (WASPI)⁶, sy'n galluogi sefydliadau sy'n darparu gwasanaethau i rannu data personol yn rheolaidd mewn ffordd sy'n cydymffurfio â'r Ddeddf Diogelu Data.

Er gwaethaf yr anawsterau hyn, mae manteision gwirioneddol i'w cael o roi prosesau ar waith i hwyluso cydweithredu, a manteision i'r plant/pobl ifanc, yn enwedig yng nghyswllt diogelu. Cynhaliwyd gweithdai ar y cyd ym mis Mawrth 2015, a oedd yn cynnwys cynrychiolwyr o wasanaethau cwnsela a CAMHS. Rhoddodd y gweithdai gyfle i ni adnabod achosion o arfer da sydd eisoes ar waith a chafwyd awgrymiadau eraill y teimlwyd y byddent yn gwella cydweithredu. Mae'r arfer da a argymhellir fel a ganlyn.

- Trafodaethau achos rhwng gwasanaethau cwnsela a CAMHS, sy'n gallu gwella ansawdd yr atgyfeiriadau i CAMHS.
- Cefnogaeth gyfunol i'r plentyn/unigolyn ifanc, gan gynnwys asiantaethau perthnasol eraill, a chyfarfodydd amlasiantaethol lle bo'n briodol. Efallai y bydd hefyd yn briodol cynnwys teuluoedd neu ofalwyr yn y trefniant cymorth hwn.
- Hyfforddiant, sy'n rhoi cyfle i gynyddu gallu ac adnoddau i feithrin cydberthnasau rhwng cynrychiolwyr gwasanaethau.
- Fforymau, a fyddai hefyd yn helpu i feithrin cydberthnasau.
- Sicrhau bod enw cyswllt ar gyfer pob gwasanaeth.
- Rhoi prosesau ar waith ar gyfer atgyfeirio o Gwnsela i CAMHS.
- Rhoi protocolau lleol ar waith fel sail i gydweithio, gan gynnwys, lle bo'n briodol, brotocolau ar gyfer gweithio ar draws ffiniau.

⁶ Mae rhagor o wybodaeth am Gytundeb Rhannu Gwybodaeth Bersonol Cymru ar gael yn: www.waspi.org. Mae Cytundeb Rhannu Gwybodaeth Bersonol Cymru wedi cael ei lofnodi gan fwy na 200 o sefydliadau, gan gynnwys pob prif sefydliad gwasanaethau cyhoeddus (awdurdodau lleol, Byrddau Iechyd Lleol, Ymddiriedolaethau'r GIG, yr Heddlu a'r Gwasanaeth Tân) yng Nghymru.

4.1 Trafodaethau achos

Gall trafodaethau achos rhwng gwasanaethau cwnsela a CAMHS fod er budd y plentyn/unigolyn ifanc a gwella ansawdd atgyfeiriadau i CAMHS.

Astudiaeth achos 1
Lleoliad⁷:
Sefyllfa/her:
Cysylltodd y cwnselydd â'r Tîm Iechyd Meddwl Sylfaenol, gan fod y cwnselydd wedi bod yn gweld unigolyn ifanc am rai sesiynau, ond y diwrnod hwnnw dywedodd yr unigolyn ifanc ei fod yn teimlo fel cyflawni hunanladdiad a bod ganddo gynlluniau am sut i wneud hynny. Roedd y cwnselydd eisoes wedi cymryd camau diogelwch drwy drefnu i gwrdd â'r unigolyn ifanc yn ystod sesiwn olaf y dydd. Roedd y cwnselydd wedi cael trafodaeth â'r unigolyn ifanc am fynd at ei feddyg teulu, ac roedd wedi dweud wrth yr unigolyn ifanc bod angen rhoi gwybod i'w rieni.
Dull gweithredu:
Cadarnhaodd y gweithiwr iechyd meddwl sylfaenol fod y weithdrefn gywir wedi'i dilyn – roedd yr unigolyn ifanc wedi dweud ei fod am ladd ei hun, a phan ofynnwyd iddo, roedd wedi meddwl sut yr oedd am wneud hynny. Siaradodd y cwnselydd â'r rhieni, a chytunon nhw wneud atgyfeiriad drwy'r meddyg teulu. Wedyn, trosglwyddodd y cwnselydd yr wybodaeth hon i'r Tîm Iechyd Meddwl Sylfaenol a rhoddodd y gweithiwr iechyd meddwl sylfaenol wybod i'r tîm CAMHS arbenigol y dylent ddisgwyl atgyfeiriad.
Canlyniadau:
Cafodd yr atgyfeiriad i CAMHS Arbenigol ei drin fel achos brys a gweithredwyd arno ar unwaith drwy asesu'r unigolyn ifanc.

⁷ Lleoliad heb ei nodi i sicrhau bod y person ifanc yn parhau'n ddi-enw.

Astudiaeth achos 2
Lleoliad⁸:
Sefyllfa/her:
Cysylltodd y cwnselydd â'r gweithiwr iechyd meddwl sylfaenol ar unwaith ar ôl ei sesiwn gyntaf gydag unigolyn ifanc. Roedd gan y cwnselydd bryderon gan fod yr unigolyn ifanc wedi symud i'r ardal a'r ysgol yn ddiweddar. Ymddangosai'r unigolyn ifanc yn isel o ran ysbryd ac roedd y cwnselydd yn pryderu bod yr unigolyn ifanc yn dioddef o iselder, felly roedd y cwnselydd yn awyddus i drafod opsiynau â'r gweithiwr iechyd meddwl sylfaenol. Roedd yr unigolyn ifanc yn fodlon i'r cwnselydd wneud hyn ac yn fodlon gweld rhywun y tu allan i'r gwasanaeth cwnsela. Ceisiodd y cwnselydd gyngor gan y gweithiwr iechyd meddwl sylfaenol ynghylch a ddylid atgyfeirio'r unigolyn ifanc i'r nyrs ysgol i ddechrau, neu a ddylid ei atgyfeirio i'r meddyg teulu.
Dull gweithredu:
Cafodd y cwnselydd a'r gweithiwr iechyd meddwl sylfaenol drafodaeth am yr hanes a wyddent eisoes, a dywedodd y gweithiwr iechyd meddwl sylfaenol y byddai'n asesu'r unigolyn ifanc yn yr ysgol ar y dydd Gwener canlynol (ymhen tridiau). Gofynnodd y gweithiwr iechyd meddwl sylfaenol i'r cynghorydd roi gwybod i'r unigolyn ifanc y byddai asesiad yn cael ei gynnal ac y dylid rhoi gwybod i deulu'r unigolyn ifanc. Ffoniodd y cwnselydd y gweithiwr iechyd meddwl sylfaenol i gadarnhau bod hyn wedi'i wneud, a bod amser wedi'i gytuno ar gyfer yr asesiad.
Canlyniadau:
Gwelodd y gweithiwr iechyd meddwl sylfaenol yr unigolyn ifanc a chynhaliwyd asesiadau seiliedig ar dystiolaeth. Ar ôl hynny, penderfynodd y byddai'n briodol i'r unigolyn ifanc gael rhagor o sesiynau gyda'r gweithiwr iechyd meddwl sylfaenol. Hysbyswyd y cwnselydd, y nyrs ysgol a theulu'r unigolyn ifanc, a lluniwyd cynllun gofal gyda'r unigolyn ifanc. Penderfynwyd nad oedd angen rhagor o sesiynau gyda'r cwnselydd tra bod yr unigolyn ifanc yn mynd i sesiynau gyda'r gweithiwr iechyd meddwl sylfaenol. Cynhaliwyd tair sesiwn a rhyddhawyd yr unigolyn ifanc. Gan fod gan yr unigolyn ifanc strategaethau i'w hymarfer, nid oedd angen rhagor o gymorth, ond cytunwyd â'r unigolyn ifanc, pe bai pryderon yn y dyfodol, y dylai naill ai geisio gweld y nyrs ysgol neu'r cwnselydd, yn dibynnu pa ddiwrnod ydoedd gan eu bod yn gweithio ar ddiwrnodau gwahanol.

⁸ Lleoliad heb ei nodi i sicrhau bod y person ifanc yn parhau'n ddi-enw.

4.2 Cefnogaeth gyfunol i'r plentyn neu unigolyn ifanc, gan gynnwys asiantaethau eraill lle y bo'n briodol, a chyfarfodydd amlasiantaethol.

Astudiaeth achos 3
Lleoliad⁹
Sefyllfa/her:
Roedd y cwnselydd yn gweld unigolyn ifanc a oedd yn hunan-niweidio. Roedd gan yr unigolyn ifanc broblemau teuluol gartref ac roedd yn cael ei fwlio yn yr ysgol. Cynhaliwyd pedair sesiwn, ond ni leihaodd yr ymddygiad o hunan-niweidio ac roedd yr unigolyn ifanc yn ymddangos yn ddagreul ac yn teimlo'n ddiymadferth.
Dull gweithredu:
I ddechrau, ffoniodd y cwnselydd y Tîm Iechyd Meddwl Sylfaenol ar ôl y pedair sesiwn i drafod yr unigolyn ifanc. Ni ddatgelwyd pwy oedd yr unigolyn ifanc am nad oedd yn ymwybodol bod y cwnselydd wedi cysylltu â'r Tîm. Cafodd y gweithiwr iechyd meddwl sylfaenol a'r cwnselydd drafodaeth am fynd i'r afael â'r hunan-niwed a strategaethau ar gyfer datblygu cryfder emosiynol. Trafodon nhw hefyd y syniad o ofyn i'r nyrs ysgol edrych ar yr anafiadau, a mynd i'r afael â'r bwlio gyda'r ysgol, o bosibl drwy'r broses Tîm o Amgylch y Teulu. Cytunwyd y dylai'r unigolyn ifanc barhau i fynd at y cwnselydd er mwyn parhau i edrych ar wella hunan-barch ac i allu trafod gofidiau a phryderon gartref.
Canlyniadau:
Cynhaliwyd chwe sesiwn gyda'r cwnselydd a gwelwyd budd. Cynhaliwyd cyfarfod Tîm o Amgylch y Teulu yn yr ysgol, a drefnwyd gan y nyrs ysgol. Roedd y gweithiwr iechyd meddwl sylfaenol yn bresennol a rhoddwyd cynlluniau ar waith i fynd i'r afael â'r bwlio. Cytunwyd y byddai'r gweithiwr iechyd meddwl sylfaenol yn asesu'r unigolyn ifanc petai pryderon yn parhau. Cytunwyd mai'r nyrs ysgol a fyddai'n gofyn am asesiad gan y gweithiwr iechyd meddwl sylfaenol, a chytunodd y nyrs i barhau i weld yr unigolyn ifanc yn wythnosol.

⁹ Lleoliad heb ei nodi i sicrhau bod y person ifanc yn parhau'n ddi-enw.

4.3 Hyfforddiant

Astudiaeth achos 4
Lleoliad: CAMHS Wrecsam
Sefyllfa/her:
Oherwydd cynnydd yn nifer yr atgyfeiriadau ac amseroedd aros hirach am wasanaethau cwnsela mewn ysgolion a gwasanaethau CAMHS, roedd wedi dod yn anodd cyfeirio cleientiaid i fyni neu i lawr i'r lefel briodol o ddarpariaeth. O ganlyniad i hyn, roedd gwasanaethau'n delio â chleientiaid ar lefel nad oeddent wedi'u comisiynu ar ei chyfer – gan arwain at heriau anochel. Canlyniad anfwriadol arall oedd bod gan gwnselwyr a chlinigwyr CAMHS lai o amser i drafod â'u cydweithwyr, i ddilyn hyfforddiant ac i gael yr wybodaeth ddiweddaraf am arfer seiliedig ar dystiolaeth; ac roedd hyn yn arbennig o anodd, o bryd i'w gilydd, pan fyddai'r ddau wasanaeth yn trin plentyn ar yr un pryd.
Dull gweithredu:
Sefydlodd arweinwyr y ddau wasanaeth Weithdy Ymgynghori ar y Cyd, lle bydd clinigwr arweiniol CAMHS ar gyfer ymyriad cynnar ac atal yn cwrdd â'r tîm cwnsela i gael trafodaeth wedi'i hwyluso a gweithdy ar thema benodol. Bydd y drafodaeth yn canolbwyntio ar yr anghenion a'r heriau sy'n codi mewn ardal benodol, yn yr ysgol a'r tu allan iddi. Drwy ganolbwyntio ar thema, megis pryder, gall y gweithdy roi sylw i rolau staff a gwasanaethau a'r ystod o ddulliau atal a thriniaeth ar gyfer ymyriadau iechyd meddwl (hyrwyddo cyffredinol, atal dewisol, atal a nodir, triniaeth ar gyfer anhwylderau difrifol a thriniaeth dra arbenigol). Y nod yw datblygu cyfathrebu da rhwng gwasanaethau, osgoi dyblygu adnoddau cyfyngedig, darparu datblygiad proffesiynol parhaus hygyrch a meithrin sgiliau gweithwyr y rheng flaen.
Canlyniadau:
• Mae presenoldeb yn uchel mewn cyfarfodydd. • Mae'r adborth yn gadarnhaol iawn. • Mae agendâu a rennir wedi datblygu. • Mae gan y gwasanaethau ddealltwriaeth well o briod sgiliau, gwybodaeth a heriau ei gilydd. • Mae hyn yn dechrau cael effaith gadarnhaol ar gynllunio gwasanaethau a chynaliadwyedd.

Astudiaeth achos 5
Lleoliad: Wrecsam
Sefyllfa/her:
Cafodd arbenigwyr CAMHS eu hysbysu bod ysgolion yn yr ardal yn ei chael hi'n anodd rheoli heriau emosiynol ac ymddygiad disgyblion, gyda chynnydd yn nifer y canlynol: • gofid ymhlith plant • dadreoleiddio • effeithiau ar gyrhaeddiad plant • galw uchel am wasanaethau arbenigol cyfyngedig megis CAMHS. Teimlai staff yr ysgol nad oeddent yn cael digon o gymorth ac roeddent yn ansicr ynglŷn â sut i reoli'r heriau hyn heb atgyfeirio i nifer o wasanaethau ar gyfer asesu a therapi neu ymyriadau.
Dull gweithredu:
Aeth y gwasanaeth ymyriad cynnar CAMHS lleol at gydweithwyr yn y gwasanaeth seicoleg addysgol lleol, a chytunwyd y byddent yn cynnig clinig ymgynghori galw heibio CAMHS yn y ganolfan athrawon leol am un prynhawn yr wythnos yn ystod y tymor. Anfonwyd gwahoddiadau i bob ysgol ac roedd croeso i unrhyw staff a oedd yn gweithio gyda phlant oed ysgol yn Wrecsam. O ganlyniad, roedd clinigwr CAMHS a seicolegydd addysg ar gael i ymgynghori ag unrhyw aelodau o staff am ddwy awr yr wythnos yn ystod y tymor. Mae'r clinig yn darparu model datrys problemau i staff o fewn fframwaith o gydweithio a chydabod priod sgiliau a gwybodaeth y gwahanol ddisgyblaethau. Mae'n annog dulliau cadarnhaol o ymdopi ac yn goresgyn rhwystrau rhag ceisio cymorth. Mae hefyd yn sicrhau cyn lleied â phosibl o darfu ar astudiaethau academiaidd ac yn lleihau stigma. Gall ymgynghoreion drafod plant, a'u henwi gyda chaniatâd rhieni, neu beidio â'u henwi lle na roddir caniatâd. Y nod gyffredinol oedd darparu ymgynghoriad hygyrch er mwyn newid y patrwm o gynnydd mewn risg o broblemau iechyd meddwl ac ymddygiad ymhlith plant a lleihau'r effaith ar gyrhaeddiad. Mae clinig ymgynghori galw heibio CAMHS yn aml yn cynnig gofal dilynol byr drwy ddarparu deunyddiau seico-addysgol, neu gyflwyno ymyriadau seiliedig ar dystiolaeth megis rhaglen 'Friends For Life'. Mae'r clinig hefyd yn cynnig gweithdai ar themâu bob hanner tymor, sy'n canolbwyntio ar faterion sy'n codi yn y clinig ymgynghori galw heibio yn rheolaidd. Mae'r gweithdai wedi ymdrin ag ystod eang o faterion, e.e. anhwylderau bwyta, straen arholiadau, seicosis ac iselder ysbryd.
Canlyniadau:
Mae amryw aelodau o staff ysgolion wedi bod i'r clinig ymgynghori galw heibio, megis penaethiaid, cydlynwyr AAA, cynorthwywyr cymorth dysgu, mentoriaid a hefyd gweithwyr proffesiynol megis gweithwyr cymdeithasol addysg, cwnselwyr, nyrsys

ysgol, gweithwyr cymdeithasol diogelu, swyddogion cyfiawnder ieuenctid a therapyddion lleferydd ac iaith.

Mae'r adborth yn dangos bod defnyddwyr y gwasanaeth yn rhoi sgôr 'da' neu 'rhagorol' iddo. Mae staff bellach yn teimlo eu bod yn cael cefnogaeth wrth helpu i atal cyflwr rhag gwaethygu neu wrth gael gafael ar y gwasanaethau priodol yn amserol. Mae'r gweithdai yn aml yn llawn iawn a cheir ymdeimlad bod y staff yn dechrau cymhwyso eu sgiliau a'u hyder gwell ar gyfer heriau eraill, a thrwy hynny ehangu'r gronfa o weithwyr proffesiynol sy'n gallu helpu plant a phobl ifanc sy'n gofidio. Mae hyn yn datblygu cynaliadwyedd a hunan-ffeithlonrwydd.

Dylai gwasanaethau hefyd ystyried pa gyfleoedd sy'n bodoli i feithrin cydberthnasau rhwng y gwasanaethau drwy hyrwyddo presenoldeb ar y cyd mewn digwyddiadau hyfforddi priodol a cheisio rhannu hyfforddiant.

4.4 Fforymau

Mae fforymau lleol, lle maent i'w cael (e.e. grwpiau rhanbarthol ar gyfer atal hunanladdiad a hunan-niwed) yn gyfle i ddatblygu cydberthnasau rhwng gwasanaethau.

4.5 Enw cyswllt ar gyfer pob gwasanaeth

Argymhellir y dylai gwasanaethau cwnsela a CAMHS sicrhau bod enw cyswllt yn cael ei nodi ar gyfer bob gwasanaeth, a manylion cyswllt yn cael eu rhannu.

Astudiaeth achos 6

Lleoliad: Pwyntiau Cyswllt Unigol CAMHS Arbenigol Rhanbarth Gogledd Cymru

Sefyllfa/her:

Mae nifer cynyddol o bobl ifanc sydd ag anghenion emosiynol ac iechyd meddwl yn ceisio cymorth, ond ar draws asiantaethau mae gwasanaethau'n cael eu hymestyn i'r eithaf. Mae gwasanaethau cwnsela ledled Gogledd Cymru yn darparu mewnbyn sylweddol i blant a phobl ifanc sy'n dangos anawsterau iechyd emosiynol. Mae ar rai o'r bobl ifanc hynny angen cymorth mwy arbenigol, sy'n gofyn am fynediad at gyngor ac ymgynghori iechyd meddwl ac atgyfeiriad pellach i wasanaeth CAMHS arbenigol lleol.

Roedd Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) 2010, a weithredwyd yn 2012, yn canolbwyntio'n bennaf ar y meddyg teulu a'r tîm gofal iechyd meddwl sylfaenol fel llwybr mynediad ar gyfer ceisio cymorth gan wasanaethau iechyd meddwl. Yn ogystal â'r meddyg teulu, mae gwasanaethau cyffredinol, rheng flaen eraill ar gael i blant a phobl ifanc, ar Haen 1 (megis ysgolion neu ymwelwyr iechyd a nyrsys ysgol) a Haen 2 (gan gynnwys gweithwyr cymdeithasol plant a gwasanaethau cwnsela pobl ifanc) sy'n aml yn meddu ar wybodaeth fanwl iawn am unigolyn ifanc a'i sefyllfa deuluol ac yn yr ysgol. Felly, mae'r gwasanaethau eraill hyn mewn sefyllfa gref i adnabod y rheini y mae angen cymorth ychwanegol arnynt.

Yn hanesyddol, byddai atgyfeiriadau i wasanaethau CAMHS arbenigol yn cael eu gwneud yn ysgrifenedig yn bennaf, gydag ychydig iawn o gyswllt cyn i unigolyn ifanc gael ei weld gan y gwasanaeth. Hefyd, byddai'r amseroedd aros yn aml yn hir. Yn

ystod yr amser aros, gallai pethau newid. Efallai byddai rhai pobl ifanc yn aros am wasanaeth nad oedd arnynt ei angen mewn gwirionedd, a byddai cyflwr rhai eraill yn dirywio. Roedd y system hon yn ei gwneud yn anodd sicrhau bod y rheini â'r angen mwyaf am y gwasanaeth yn cael eu gweld yn amserol.

Dull gweithredu:

Mabwysiadodd CAMHS arbenigol ledled Gogledd Cymru ddull gweithredu cyson o ran trefniadau lleol ar gyfer mynediad, gan gyflwyno Pwynt Mynediad Unigol CAMHS Arbenigol ymhob sir. Bwriad hyn oedd gwella mynediad i bobl ifanc at y lefel gywir o gymorth drwy gynyddu'r dialog rhwng gweithwyr proffesiynol a oedd am atgyfeirio plant a phobl ifanc ac ymarferwyr CAMHS arbenigol adeg atgyfeirio; a sicrhau bod pob gweithiwr proffesiynol a oedd yn adnabod y plentyn yn dda yn gallu cael gafael ar wasanaethau iechyd meddwl i gael cyngor a mewnbwn. Roedd hefyd wedi'i fwriadu i symleiddio mynediad i'r atgyfeiriwr, a chynyddu cyfathrebu rhwng atgyfeirwyr a CAMHS arbenigol.

Beth yw Pwynt Mynediad Unigol CAMHS Arbenigol?

Crëwyd Pwynt Mynediad Unigol CAMHS Arbenigol i ddarparu un pwynt ar gyfer cael mynediad at bob math o gymorth gan CAMHS arbenigol yn ardal pob awdurdod lleol. Roedd hyn yn cynnwys cymorth ar ffurf ymgynghoriad, hyfforddiant, a gwaith ar y cyd, yn ogystal ag atgyfeirio unigolion ar gyfer asesiadau ac ymyriadau – i blant, pobl ifanc a'u teuluoedd, ac i weithwyr proffesiynol sy'n byw/gweithio yn ardal yr awdurdod lleol. Cafodd ei gyflwyno o dan Fesur Iechyd Meddwl (Cymru) 2010, a'r bwriad oedd gwella mynediad at wasanaethau arbenigol i'r rheini sydd â'r angen mwyaf amdanynt, a chynnig cyngor yn gyflym i atgyfeirwyr adeg y cais, gan gynnwys y rheini nad oedd angen cymorth arbenigol arnynt. Mae'r un system wedi cael ei chyflwyno ymhob awdurdod lleol ledled Gogledd Cymru a wasanaethir ar hyn o bryd gan wasanaethau CAMHS arbenigol Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr.

Pwy sy'n gallu cael mynediad at CAMHS arbenigol drwy'r Pwynt Mynediad Unigol?

Gall pob gweithiwr proffesiynol sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc neu'u teuluoedd, neu'n cynnig gwasanaeth iddynt, gysylltu â CAMHS arbenigol pan geir pryder ynghylch iechyd meddwl. Mae hyn yn cynnwys gweithwyr proffesiynol o leoliadau gofal iechyd sylfaenol (meddygon teulu a staff meddygfeydd), ac unrhyw wasanaeth amlasiantaethol sy'n gweithio gyda phlant, pobl ifanc a theuluoedd gan gynnwys cwnselwyr pobl ifanc.

Mae angen yr un wybodaeth ar gyfer pob cais am atgyfeiriad.

Sut mae cael mynediad at Bwynt Mynediad Unigol CAMHS Arbenigol

Gellir cael mynediad dros y ffôn, yn ysgrifenedig (gan ddefnyddio ffurflen safonol sydd wrthi'n cael ei chyhoeddi), neu drwy sgysiau wyneb yn wyneb â gweithiwr proffesiynol CAMHS arbenigol. Mae'r ffurflen gais mynediad yn cynnwys yr holl wybodaeth sydd ei hangen. Un o amcanion y pwynt unigol yw hwyluso mynediad at drafodaeth gychwynnol â gweithiwr proffesiynol CAMHS arbenigol i egluro pryderon, canfod unrhyw risgiau a chytuno ar y camau nesaf lle nad yw'r anghenion yn glir.

Canlyniadau:

Mae pob awdurdod lleol ledled Gogledd Cymru a wasanaethir ar hyn o bryd gan CAMHS arbenigol Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr wedi cyflwyno a gweithredu Pwynt Mynediad Unigol CAMHS Arbenigol. Mae gwaith wrthi'n mynd rhagddo i lansio'r trefniadau newydd yn ardal pob awdurdod lleol.

Mae gan wasanaethau cwnsela fynediad cyfartal at y llwybr hwn at drafodaeth â gweithwyr proffesiynol CAMHS arbenigol ac atgyfeiriad i'r gwasanaeth lleol ar gyfer asesiad ac ymyriad iechyd meddwl.

Mae dialog eisoes wedi cynyddu, ac mae atgyfeirwyr mewn sawl awdurdod lleol yn nodi lefelau uchel o foddhad â Phwynt Mynediad Unigol CAMHS Arbenigol o ran cynnig mynediad cyflymach at gyngor a gwybodaeth, llwybr at ymgynghoriad proffesiynol a gwaith ar y cyd, a mwy o eglurder yng nghyswllt asesiadau iechyd meddwl.

At ei gilydd mae'r gwasanaethau'n wynebu cynnydd digynsail mewn galw – ac un canlyniad i hyn yw amseroedd aros hirach am gwnsela a hefyd am asesiadau a therapïau iechyd meddwl gan wasanaethau CAMHS arbenigol. Drwy gydweithio â'i gilydd, gall y gwasanaethau sicrhau bod y bobl y mae modd iddynt gael cymorth drwy'r gwasanaeth cwnsela a gwasanaethau cymunedol eraill, yn cael eu galluogi i wneud hynny, a bod plant a phobl ifanc y mae angen mewnbwn arbenigol arnynt i ddiwallu eu hanghenion, yn cael eu hadnabod yn gyntaf a'u blaenoriaethu ar gyfer y mewnbwn hwnnw.

4.6 Rhoi prosesau ar waith ar gyfer atgyfeirio o Gwnsela i CAMHS

Astudiaeth achos 7
Lleoliad: Sir Fynwy
Sefyllfa/her:
• Diffyg cyfathrebu rhwng y gwasanaeth cwnsela a CAMHS/gwasanaethau seicolegol i blant a theuluoedd. • Diffyg ymateb i geisiadau am gyngor, arweiniad a gwybodaeth gan y ddau wasanaeth. • Llwybrau atgyfeirio aneglur rhwng CAMHS a gwasanaeth cwnsela Sir Fynwy (Cwnsela Wyneb yn Wyneb).
Dull gweithredu:
Er mwyn mynd i'r afael â'r heriau a nodir uchod, cynhaliwyd cyfarfod rhwng pennaeth gwasanaeth cwnsela Wyneb yn Wyneb a'r CAMHS lleol i gael dealltwriaeth well o strwythur y naill wasanaeth a'r llall a'r gweithdrefnau atgyfeirio. O ganlyniad i'r cyfathrebu hwn, cytunwyd y gallai gwasanaeth cwnsela Wyneb yn Wyneb atgyfeirio'n uniongyrchol i CAMHS arbenigol yn hytrach na drwy feddyg teulu. Hefyd, gwahoddwyd cynrychiolwyr o'r gwasanaeth cwnsela a therapydd teulu dan hyfforddiant i ymuno â'r tîm therapi teulu CAMHS arbenigol. Mae gan y gwasanaethau cwnsela bellach gytundeb anrhydeddus â'r GIG gyda chyfleoedd rheolaidd i drafod gwaith clinigol. Mae cynrychiolwyr o'r gwasanaeth cwnsela hefyd wedi cael eu gwahodd i ddilyn hyfforddiant mewnol y GIG, lle maent wedi cael cyfle i gwrdd â thîm seicoleg cyfan Aneurin Bevan. Mae cyfarfod rhwng gwasanaeth cwnsela Wyneb yn Wyneb a'r gwasanaethau seicolegol i blant a theuluoedd wedi cael ei drefnu i drafod gwaith cwnsela, gwella cyfathrebu ac arferion gwaith amlddisgyblaethol.
Canlyniadau:
Y canlyniad cychwynnol oedd sefydlu'r mynediad atgyfeirio uniongyrchol, sydd wedi gwella cyflymder a mynediad i bobl ifanc at wasanaethau priodol. Mae proffil gwasanaeth cwnsela Wyneb yn Wyneb wedi parhau i wella o fewn CAMHS arbenigol, sydd bellach yn atgyfeirio pobl ifanc i'r gwasanaeth am gymorth/triniaeth, ac mae gan wasanaeth cwnsela Wyneb yn Wyneb fynediad at gyngor a chymorth arbenigol erbyn hyn yng nghyswllt achosion cymhleth. Mae cydberthnasau personol wedi datblygu a pharhau i wella, gan arwain at barch proffesiynol rhwng y gwasanaethau, ac ymwybyddiaeth o sylfaen sgiliau a chylch gwaith. Mae'r cydberthnasau hyn bellach wedi esblygu'n sgysrsiau rhwng timau a rhannu arfer da.

4.7 Rhoi protocolau lleol ar waith fel sail i gydweithio

Mae protocolau lleol rhwng gwasanaethau cwnsela Awdurdodau Lleol a CAMHS wrthi'n cael eu datblygu ar hyn o bryd mewn rhai ardaloedd. Yng Ngheredigion, mae'r llwybr o Gwnsela i'r Tîm Iechyd Meddwl Sylfaenol ar gyfer pryderon/ymholiadau iechyd meddwl wedi cael ei fapio (gweler tudalen 30).

Astudiaeth achos 8

Lleoliad: Sir Ddinbych – Rheoli Hunan-Niwed a Mynegi Syniadau am Hunanladdiad Gyda'n Gilydd

Sefyllfa/her:

1. Mae pobl ifanc sy'n hunan-niweidio yn cael ymateb amrywiol ar hyn o bryd gan wasanaethau cymunedol ledled Gogledd Cymru. Gall hyn amrywio o ychydig neu ddim ymateb o gwbl i atgyfeirio pob achos o hunan-niwed neu syniadau am hunanladdiad ar frys yn syth i CAMHS arbenigol. Mewn rhai ardaloedd, mae staff sy'n gweithio mewn gwasanaethau cwnsela yn dweud eu bod yn dal achosion nad ydynt yn bodloni'r meini prawf ar gyfer CAMHS arbenigol ac mae llawer hefyd yn dweud bod y cymorth a roddir iddynt i wneud y dasg hon yn gymharol brin. Nid yw'r naill sefyllfa na'r llall yn ddefnyddiol iawn i bobl ifanc.
2. Ceir amrywiaeth eang o ran gwybodaeth, sgiliau a hyder o ran gwybod sut i ymateb i bobl ifanc a theuluoedd lle mae pryder ynglŷn â hunan-niwed neu fynegi syniadau am hunanladdiad.
3. Mewn ymateb i sbardunau strategol dros y blynyddoedd diwethaf, gwelwyd cynnydd graddol yn nifer y cyrsiau hyfforddi (nad ydynt yn gydgysylltiedig, yn bennaf) ar hunan-niwed ac ymddygiad hunanladdol. Mae'r rhain wedi cael eu darparu gan asiantaethau iechyd, gofal cymdeithasol a thrydydd sector, ac maent yn dal i wneud hynny, ac fe'u bwriedir ar gyfer gwasanaethau rheng flaen sy'n gweithio gydag oedolion, plant, pobl ifanc a theuluoedd. Mae'r cyrsiau hyn yn aml o ansawdd da, ond cyrsiau unigol ydynt yn bennaf, sy'n canolbwyntio ar godi ymwybyddiaeth ac adnabod yn gynnar, a sut i siarad â phobl sydd efallai'n gofidio. Mae'r rhain i gyd yn nodweddion pwysig o reoli hunan-niwed a risg o hunanladdiad, ond anaml y ceir unrhyw wybodaeth gywir am y cyngor neu ymgynghori cyfredol sydd ar gael yn lleol i'r cyfranogwyr ar ôl yr hyfforddiant.
4. Mae angen cynnig dull gweithredu systematig sy'n seiliedig ar wybodaeth gadarn i fynd i'r afael ag anghenion plant a phobl ifanc sydd mewn perygl o hunanladdiad neu hunan-niwed a nodir gan wasanaethau rheng flaen. Mae angen i'r dull gweithredu hwn sicrhau bod plant, pobl ifanc a gweithwyr proffesiynol y rheng flaen yn cael cymorth priodol pan fo angen, a bod plant a phobl ifanc yn cael eu hasesu'n gyflym a'u hatgyfeirio i wasanaethau arbenigol yn briodol lle bo angen.

Dull gweithredu:

Mae'r gwasanaeth cwnsela, y gwasanaeth seicoleg addysg a CAMHS arbenigol yn Sir Ddinbych wrthi'n datblygu dull gweithredu ar y cyd ar gyfer rheoli risg o hunan-niwed a mynegi syniadau am hunanladdiad pan fydd pobl ifanc yn dangos arwyddion o hyn yn yr ysgol. Mae llwybrau y cytunir arnynt ar y cyd wedi cael eu datblygu, sy'n pennu ymatebion pob parti ar bob cam pan fydd achos meddygol brys yn codi a phan nad oes achos meddygol brys yn codi, yn ogystal â dull gweithredu ar y cyd ar

gyfer lliniaru.

Mae'r gwaith hwn yn adeiladu ar systemau cynharach sydd ar waith ledled Conwy a Sir Ddinbych. Cynhaliwyd cyfres fer o weithgorau, wedi'i hardystio gan Gyfarwyddwr Addysg a Chyfarwyddwr Clinigol mewn CAMHS arbenigol, i adolygu'r darlun cyfredol, canfod risgiau uniongyrchol, cynnig protocol safonol ac ymgynghori â phenaethiaid ac undebau.

Mae'r llwybr yn cynnwys dilyn dull gweithredu safonedig ar gyfer canfod a rheoli risgiau uniongyrchol pan fydd ysgolion yn wynebu achosion o bobl ifanc sydd wedi niweidio eu hunain, neu sy'n bwriadu niweidio eu hunain. Y nod yw cefnogi cydweithwyr ym myd addysg i adnabod a rheoli risgiau ar y lefel gyntaf yng nghydestun mynediad uniongyrchol at CAMHS arbenigol.

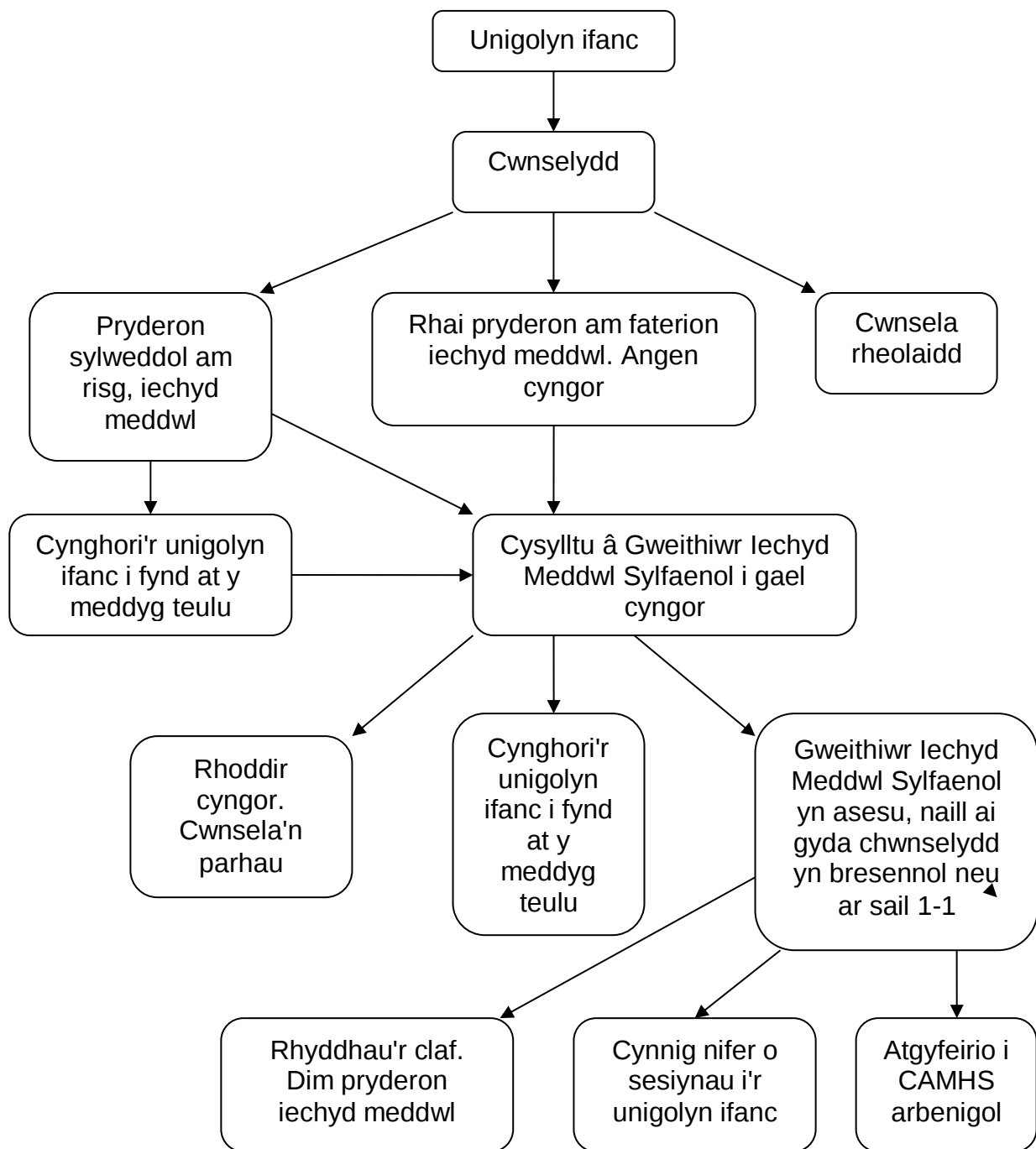
Bydd protocolau yn pennu tasgau a chyfrifoldebau pob asiantaeth ar bob cam o'r llwybr.

Bydd hyfforddiant y cytunir arno ar y cyd a mynediad at ymgynghori yn rhan graidd o'r cynllun gweithredu, a bydd ar gael yn barhaus.

Canlyniadau:

Mae'r cynigion wedi cael eu hadolygu erbyn hyn gan benaethiaid uwchradd ac undebau athrawon perthnasol. Mae'r staff allweddol mewn ysgolion yn cael eu hyfforddi gan CAMHS ar y llwybr. Y nod ehangach yw rhannu'r gwaith hwn a dilyn yr un llwybr ar draws y rhanbarth, gan gydweithio'n agos â chydweithwyr ym mhob adran addysg, pob tîm CAMHS arbenigol lleol a phob bwrdd diogelu plant lleol.

Enghraifft o lwybr atgyfeirio ym Mwrdd Iechyd Hywel Dda



Atodiad 1: Sefydliadau trydydd sector, gyda dolenni we

Adoption UK	www.adoptionuk.org/Wales
Advocacy Support Cymru	www.ascymru.org.uk
Allgymorth	www.valeofclwydmind.org.uk
ASSIST (Assistance support and self help in surviving trauma)	http://assisttraumacare.org.uk/
Barnardo's Cymru	www.barnardos.org.uk
Beat	www.b-eat.co.uk
Bipolar UK	www.bipolaruk.org.uk
Bullies Out	www.bulliesout.com
C.A.L.L	www.callhelpline.org.uk
Cartrefi Cymru	www.cartrefi.org
Coleg Brenhinol y Seiciatryddion	www.rcpsych.ac.uk
Cruse Bereavement Care Cymru	www.cruse.org.uk
Cymdeithas Maethu a Mabwysiadu Cymru	www.adoptionwales.org
Cynllun Adfocatiaeth Iechyd Meddwl	www.advocacyscheme.co.uk
Family Mediation Cardiff	www.familymediationcardiff.co.uk
Gofal	www.gofal.org.uk
Gweithredu dros blant	www.actionforchildren.org.uk
Hafal	www.hafal.org
MEIC	www.meiccymru.org
Mind Cymru	www.mind.org.uk
MindEd	www.minded.org.uk
NYAS	www.NYAS.net
Plant yng Nghymru	www.plantynghymru.org.uk
SNAP Cymru	www.snapcymru.org/

TALK adoption in Wales	www.afteradoption.org.uk/our-services/support-young-adopted-people/talkadoption-wales#sthash.5EWONiPz.dpuf
Tros Gynnal Plant	www.trosgynnal.org.uk
Y Gymdeithas Genedlaethol er Atal Creulondeb i Blant – NSPCC	www.nspcc.org.uk
Y Samariaid	www.samaritans.org/
Ymddiriedolaeth Ymyrraeth Cynnar Plant	www.childrearsearlyinterventiontrust.org

Atodiad 2: Dulliau gweithredu sy'n cefnogi meithrin cryfder emosiynol ymhlith plant a phobl ifanc

1. Dulliau gweithredu a ddefnyddir mewn ysgolion

Incredible Years Mae rhaglenni Incredible Years wedi'u hanelu at blant oedran y Cyfnod Sylfaen. Mae'r rhaglen Rheolaeth Dosbarth i Athrawon yn pwysleisio sgiliau megis defnyddio sylw athrawon yn effeithiol, canmoliaeth ac anogaeth, defnyddio cymhelliant i ddelio â phroblemau ymddygiad heriol, strategaethau addysgu rhagweithiol, sut mae rheoli ymddygiad amhriodol yn y dosbarth, pwysigrwydd meithrin cydberthnasau cadarnhaol â myfyrwyr, a sut mae dysgu empathi, sgiliau cymdeithasol a datrys problemau yn y dosbarth. Mae'r Cwricwlwm Dinosor yn pwysleisio hyfforddi plant mewn sgiliau megis llythrennedd emosiynol, empathi neu weld safbwyntiau, sgiliau cyfeillgarwch, rheoli dicter, datrys problemau rhyngpersonol, rheolau ysgol a sut mae llwyddo yn yr ysgol. Mae'r fersiwn triniaeth wedi'i bwriadu i'w defnyddio gyda grwpiau bach o blant sy'n arddangos problemau ymddygiad.

KiVa Rhaglen gwrth-fwlio mewn ysgolion yw KiVa, sy'n canolbwyntio ar y rheini sy'n gwylio bwlio neu'n dyst iddo, drwy fynd ati i ddarparu ffyrdd o ddatblygu empathi, hunan-effeithlonrwydd, ac ymdrech i gefnogi cyfoedion sydd wedi dioddef o fwlio, ymhlith y myfyrwyr. Gall y dull gweithredu hwn greu amgylchedd lle na chroesewir bwlio. Bydd pob myfyriwr o fewn ysgol yn cymryd rhan yn y rhan fwyaf o agweddau ar y rhaglen. Caiff ymyriadau unigol ychwanegol eu hanelu at ddisgyblion sydd wedi cael eu hadnabod fel bwlis neu ddioddefwyr bwlio.

Ymwybyddiaeth Ofalgar Mae ymwybyddiaeth ofalgar yn cyfeirio at y gallu i gyfeirio'r meddwl i ganolbwyntio ar y presennol, ac i beidio â phoeni am yr hyn sydd wedi digwydd neu'r hyn a allai ddigwydd. Nod dulliau gweithredu sy'n seiliedig ar ymwybyddiaeth ofalgar yw dysgu sgiliau ymarferol i bobl sy'n gallu eu helpu gyda phroblemau corfforol a seicolegol a heriau parhaus bywyd. Mae ymwybyddiaeth ofalgar yn cael ei defnyddio fwyfwy mewn ysgolion er mwyn hybu lles a dysgu.

<http://www.mentalhealth.org.uk/help-information/mental-health-a-z/M/mindfulness/>

Grwpiau Anogaeth Mae'r rhain yn rhoi cyfleoedd i blant ailymweld â phrofiadau cynnar a gollwyd ac, yn ogystal â datblygu sgiliau'r cwricwlwm, caiff plant eu hannog i ddysgu sgiliau megis gwrandao, rhannu a chymryd tro. Ceir tystiolaeth o effaith gadarnhaol grwpiau anogaeth ar blant sydd ag anawsterau cymdeithasol, emosiynol ac ymddygiad. Mae llawlyfr Llywodraeth Cymru ar sut i sefydlu a rhedeg Grwpiau Anogaeth ar gael ar wefan Dysgu Cymru:

<http://learning.gov.wales/resources/browse-all/nurturegroups/?skip=1&lang=cy>

Strategaethau Hyrwyddo Ffyrdd Amgen o Feddwl (PATHS) Rhaglen mewn ysgolion yw hon, sydd â'r bwriad o hyrwyddo cymwyseddau emosiynol a chymdeithasol a lleihau ymddygiad bygythiol a phroblemau ymddygiad, gan wella'r broses addysgol yn y dosbarth ar yr un pryd. Dyluniwyd rhaglen PATHS i gael ei defnyddio mewn model atal cyffredinol amflwyddyn. Er ei bod yn canolbwyntio'n bennaf ar leoliadau ysgol a dosbarth, mae'r rhaglen hefyd yn cynnwys gwybodaeth a gweithgareddau i'w defnyddio gyda rhieni/gofalwyr.

Wrth ddatrys gwrthdaro, mae **arfer adferol** yn cynnig cyfle i'r rheini sydd wedi cael eu bwlio ddweud wrth y bwli sut mae eu gweithredoedd wedi effeithio arnynt, canfod atebion i'w cwestiynau a chael ymddiheuriad. Yn yr un modd, maent yn cynnig cyfle i fwllis ddeall canlyniadau eu gweithredoedd, cymryd cyfrifoldeb am yr hyn y maent wedi'i wneud a gwneud iawn amdano. Un o brif fanteision dulliau gweithredu adferol yw eu bod, nid yn unig yn effeithiol i ddatrys problemau pan fydd pethau'n mynd o chwith, ond hefyd yn cynnwys elfennau rhagweithiol sydd, os cânt eu cymhwyso'n gyson gan ddefnyddio dull gweithredu ysgol gyfan, yn gallu creu meddylfryd sy'n annog ymddygiad cadarnhaol. Mae canllawiau ar arfer adferol ar gael ar wefan Dysgu Cymru:

<http://learning.gov.wales/resources/browse-all/restorative-practice/?skip=1&lang=cy>

Agweddau Cymdeithasol ac Emosiynol ar Ddysgu (ACEDd) Mae adnoddau ACEDd i ysgolion cynradd ac uwchradd yn cynnig dull gweithredu ysgol gyfan ar gyfer datblygu sgiliau cymdeithasol ac emosiynol a hyrwyddo ymddygiad cadarnhaol. Mae'r adnoddau hyn ar gael ar wefan Dysgu Cymru:

<http://learning.gov.wales/resources/browse-all/seal-for-primary-schools/?skip=1&lang=cy>

<http://learning.gov.wales/resources/browse-all/seal-for-secondary-schools/?skip=1&lang=cy>

Mae **SPICE** yn defnyddio credydau amser i gynnwys pobl yn y broses o gynllunio a darparu gwasanaethau cyhoeddus a'u cefnogi i chwarae rhan fwy amlwg yn eu cymunedau. Mae credydau amser yn arwain at fwy o ymgysylltiad gweithredol, yn lleihau dibyniaeth ac yn cynyddu parch cymunedol ac unigol. Mae rhaglen ysgolion Spice yn gweithio gyda rhieni a myfyrwyr o bob oed i godi dyheadau a chyflawniad gan fagu hyder, datblygu sgiliau a gwella dysgu ar yr un pryd. Mae model arbenigol 'Spice Schools' yn gwella canlyniadau unigolion ac yn cysylltu ysgolion â'u cymunedau lleol.

<http://www.justaddspice.org/>

Nid yw'n rhestr gynhwysfawr.

2. Llyfrau hunangymorth

Rhestr o lyfrau hunangymorth a argymhellir yw cynllun Llyfrau Llesol (Cymru), sy'n annog plant a phobl ifanc i ystyried darllen llyfr i'w helpu i ymdopi â chyfnod anodd yn eu bywydau, neu i'w helpu i ddelio â ffurfiau ysgafn i gymedrol ar salwch meddwl. Gall meithrin cryfder emosiynol a gwella iechyd meddwl plant a phobl ifanc helpu i fynd i'r afael â phroblemau'n gynnar, nid yn unig wella salwch meddwl mwy difrifol yn ddiweddarach mewn bywyd, ond hefyd gael effaith gadarnhaol ar gyrhaeddiad personol, cymdeithasol ac addysgol yr unigolyn ifanc.

Dewiswyd themâu'r cynllun hwn am eu bod yn fathau o bryderon y gallai plentyn neu unigolyn ifanc eu hwynebu, er enghraifft:

- pryderon ac ofnau
- tristwch
- cwsg
- brodyr a chwiorydd
- ysgariad
- bwlio
- hyder a hunan-barch
- dicter
- rhieni
- profedigaeth
- tyfu i fyny.

Am fwy o wybodaeth am y cynllun ewch i www.gov.wales a chwiliwch am 'Llyfrau Llesol (Cymru)'.