GWARANT I BOBL IFANC: SGWRS GENEDLAETHOL

ADRODDIAD YMCHWIL

2024

CRYNODEB GWEITHREDOL
07

1.0
EDRYCH YN FANYLACH: RHWYSTRAU RHAG CAEL MYNEDIAD AT ADDYSG CYFLOGAETH A HYFFORDDIANT
11

2.0
ARCHWILIO CYFNODAU PONTIO ALLWEDDOL
37

3.0
RÔL CYFATHREBU MEWN HWYLUSO MYNEDIAD
65

4.0
PROFIADAU POBL IFANC ANABL
77

5.0
YR ARGYFWNG COSTAU BYW
95

6.0
CASGLIAD
99

GWARANT I BOBL IFANC
GWARANT I BOBL IFANC
GWARANT I BOBL IFANC
GWARANT I BOBL IFANC
GWARANT
GWARANT
GWARANT
GWARANT
GWARANT

Y Warant i Bobl Ifanc yw prif ymrwymiad Llywodraeth Cymru i helpu pawb rhwng 16 a 24 oed yng Nghymru i gael lle mewn addysg neu hyfforddiant, i ddod o hyd i swydd neu i ddod yn hunangyflogedig. Mae'r Warant i Bobl Ifanc yn darparu strwythur ymbarél sy'n eistedd uwchlaw rhaglenni a ariennir gan Lywodraeth Cymru ar gyfer pobl ifanc, gyda'r nod o greu taith gymorth syml i bobl ifanc ni waeth beth yw eu hamgylchiadau a chefndir.

Ar ôl iddo gael ei lansio, edrychodd ein hadroddiad cyntaf ar brofiadau a dyheadau pobl ifanc rhwng 16 a 24 oed yng Nghymru mewn cyfnod ar ôl COVID-19. Mae'r adroddiad hwn yn edrych yn fanylach ar dapestri cymhleth eu bywydau, yn enwedig wrth iddynt lywio'r argyfwng costau byw presennol.

Cynhaliwyd yr ymchwil hon rhwng mis Ionawr a mis Gorffennaf 2023, ac roedd yn cynnwys dwy rownd o grwpiau ffocws a dau arolwg meintiol drwy Omnibws Cymru a oedd yn cynnig dealltwriaeth gyfoethog ac amrywiol o'r heriau sy'n wynebu pobl ifanc.

Mae'r adroddiad hwn yn canolbwyntio ar ddadansoddi'r rhwystrau i addysg, cyflogaeth a hyfforddiant a amlygwyd yn ein sgyrsiau cynharach, sef profiad gwaith, trafnidiaeth, hyder ac iechyd meddwl. Roedd y don gyntaf o ymchwil yn tynnu sylw at effaith anghymesur y rhwystrau hyn ar bobl ifanc anabl yn benodol, a dyna pam rydym yn edrych yn fanylach yn yr adroddiad hwn ar yr anawsterau penodol maen nhw'n eu hwynebu.

Mae rhywfaint o hyn yn cael ei ystyried drwy lens yr argyfwng costau byw a'r pwysau ychwanegol y mae'n ei ychwanegu at brofiadau pobl ifanc.

Mae'r adroddiad hefyd yn rhoi cipolwg ar brofiadau pobl ifanc yn ystod cyfnodau pontio allweddol yn eu haddysg, sef y camau nesaf ar ôl cwblhau Blwyddyn 11 a Blwyddyn 13. Mae'r adegau allweddol hyn yn hanfodol o ran llunio cyfleoedd a llwybrau yn y dyfodol.

Mae'r adroddiad hwn hefyd yn asesu rôl cyfathrebu o ran cysylltu pobl ifanc â'r cymorth sydd ei angen arnynt. Mae cyfathrebu'n effeithiol yn golygu mwy na'r hyn rydym yn ei ddweud, ond sut rydym yn ei ddweud; rydym yn ystyried sut mae aros yn berthnasol ac yn hygyrch yn ystod y cyfnod heriol hwn ym mywydau pobl ifanc.

METHODOLEG

Cyfrannodd pobl ifanc rhwng 16 a 24 oed o bob rhan o Gymru at rownd dau a thri o'r Sgwrs Genedlaethol. Roedd y sgwrs yn cynnwys pobl ifanc a oedd mewn EET (addysg, cyflogaeth neu hyfforddiant), pobl ifanc NEET (nad ydynt mewn addysg, cyflogaeth na hyfforddiant), pobl ifanc anabl (gan gynnwys y rheini â salwch hirdymor neu broblem iechyd), y rheini â chyflyrau iechyd meddwl, pobl ifanc Du, Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig, a chymysgedd o siaradwyr Cymraeg a di-Gymraeg.

Roedd yr ymchwil yn cynnwys dwy gydran ar wahân:

a) Grwpiau ffocws ansoddol (n=55 o gyfranogwyr ar draws deg gr grŵp), a gynhaliwyd gan Beaufort Research Ltd ym mis Ionawr, Mehefin a Gorffennaf 2023

b) Arolygon meintiol omnibws ar-lein (n=421) a gynhaliwyd gan Beaufort Research Ltd ym mis Ionawr a mis Mehefin 2023

Mae'r canfyddiadau a amlygir yn yr adroddiad hwn yn cyfuno gwybodaeth o'r ddwy gydran: (i) dwy rownd o grwpiau ffocws ac (ii) dau arolwg ar-lein. Mae rhagor o fanylion am bob cydran ar gael isod. Er bod yr astudiaeth hon wedi ceisio cynnwys amrywiaeth eang o bobl ifanc, mae'n bwysig nodi bod y cydrannau ansoddol yn golygu nad yw'r safbwyntiau a amlinellir wir yn cynrychioli poblogaeth ifanc Cymru. Gan hynny, mae'r canfyddiadau yn yr adroddiad hwn - yn enwedig y trafodaethau ansoddol - yn rhai enghreifftiol yn hytrach na rhai cynrychioladol. Mae sylwadau gair-am-air gan gyfranogwyr wedi'u cynnwys yn yr adroddiad ond maent yn ddienw er mwyn celu pwy ydynt.

1. Grwpiau ffocws ansoddol a gynhaliwyd gan Beaufort Research Ltd

Cynhaliwyd dwy rownd o grwpiau ffocws ansoddol (n=55 o gyfranogwyr) gan Beaufort Research Ltd ym mis Ionawr 2023 ac eto ym mis Mehefin/Gorffennaf 2023. Mae manylion demograffeg y cyfranogwyr ar gael isod:

Ffigur 1: Sampl o Grwpiau Ffocws Ansoddol Ionawr 2023

	Amgylchiadau	Oedran	Dull
1	EET	16-18	7 o gyfranogwyr, wedi'i gynnull yn Gymraeg
2	NEET / â phrofiad diweddar o fod yn NEET / mewn perygl o fod yn NEET	16-18	5 o gyfranogwyr
3	EET	19-24	5 o gyfranogwyr
4	NEET / â phrofiad diweddar o fod yn NEET / mewn perygl o fod yn NEET	19-24	9 o gyfranogwyr

Ffigur 2: Sampl Grŵp Ffocws Ansoddol Mehefin-Gorffennaf 2023

	Amgylchiadau	Oedran	Dull
1	EET	16-18	7 o gyfranogwyr, wedi'i gynnull yn Gymraeg (Zoom)
2	NEET / â phrofiad diweddar o fod yn NEET / mewn perygl o fod yn NEET	16-18	4 o gyfranogwyr (Zoom)
3	EET	19-24	6 o gyfranogwyr (Zoom)
4	NEET / â phrofiad diweddar o fod yn NEET / mewn perygl o fod yn NEET	19-24	5 o gyfranogwyr (Zoom)
5	Pobl ifanc anabl (EET)	19-24	3 o gyfranogwyr (Zoom)
6	Pobl ifanc anabl (EET)	19-24	4 o gyfranogwyr (trafodaeth wyneb yn wyneb)

Cafodd pobl ifanc a oedd mewn EET eu recriwtio gan ddefnyddio rhwydwaith o recriwtiaid ansoddol a ddilynodd sgript recriwtio a manyleb y cytunwyd arnynt gan Lywodraeth Cymru. Cafodd pobl ifanc NEET eu recriwtio gan ddefnyddio cyfuniad o gysylltu â sefydliadau sy'n cefnogi pobl ifanc a rhwydwaith o recriwtiaid Beaufort. Cafodd pobl ifanc anabl eu recriwtio drwy gysylltu â sefydliadau cymorth perthnasol.

Roedd y cyfranogwyr yn cynnwys y rheini a gymerodd ran yn y ddwy don gyntaf o grwpiau ffocws yn ystod mis Gorffennaf 2022 a mis Ionawr 2023 (mewn achosion lle'r oedd modd cysylltu â'r cyfranogwyr a'u bod yn dal i fodloni meini prawf cynhwysiant yr ymchwil) a rhywfaint o gyfranogwyr a oedd newydd gael eu recriwtio. Yn gyffredinol, cymerodd 14 o gyfranogwyr ran yng nghamau un a dau, cymerodd 12 o gyfranogwyr ran yng nghamau dau a thri, a chymerodd chwech o gyfranogwyr ran ar draws y tri cham. Cynhaliwyd cymysgedd o grwpiau ffocws ar-lein yn Gymraeg a Saesneg yn ogystal â grŵp ffocws wyneb yn wyneb. Mewn rhai achosion, roedd gweithwyr cymorth y cyfranogwyr yn bresennol yn ystod y trafodaethau er mwyn helpu i wneud i'r cyfranogwyr deimlo'n gyfforddus.

Dangoswyd amlinelliad o gynlluniau cymorth presennol ac arfaethedig i'r cyfranogwyr a oedd yn ymwneud â phynciau fel iechyd meddwl a lles, teithio a phrofiad gwaith, ymysg eraill, er mwyn hwyluso trafodaethau a deall eu barn am y cymorth sydd ar gael.

2. Arolwg omnibws a gynhaliwyd gan Beaufort Research Ltd

Cynhaliwyd dau arolwg meintiol omnibws ar-lein (n=421) gan Beaufort Research Ltd rhwng mis Ionawr a mis Mehefin 2023.

Mae Omnibws Cymru wedi'i ddylunio i fod yn gynrychioliadol o'r boblogaeth o oedolion sy'n byw yng Nghymru sy'n 16 oed ac yn hŷn, ac mae'n cynnwys sampl o 1000 o ymatebwyr. Gofynnwyd cwestiynau ar gyfer adroddiad Sgwrs Genedlaethol y Warant i Bobl Ifanc fel rhan o'r Omnibws ym mis Ionawr 2023 a mis Mehefin 2023, a chawsant eu hateb gan 154 a 107 o unigolion rhwng 16 a 24 oed yn y drefn honno. Ar gyfer ton mis Mehefin 2023, cafodd rhai cwestiynau eu hateb hefyd gan 160 o rieni pobl ifanc rhwng 16 a 24 oed.

Ffigur 3: Dadansoddiad o'r Sampl

Demographic	Cylchran	Jan-23 Maint y sampl	Jun-23 Maint y sampl
Cyfanswm y Sampl	**16-24 oed**	**154**	**107**
Rhanbarth	Gogledd/ Canolbarth/ Gorllewin Cymru	44	35
	De Cymru	110	72
Rhywedd	Gwryw	81	50
	Benyw	69	55
Oedran	16-18	36	28
	19-24	118	79
Gradd Gymdeithasol	ABC1	84	63
	C2DE	70	44
Anabledd	Anabl	28	30
	Ddim yn anabl	111	77
Cyfeiriadedd Rhywiol	LHDTC+	26	29
Statws NEET/EET	NEET	24	Sampl annigonol
	Ddim yn NEET	140	

Dosbarthiadau gradd gymdeithasol NRS yw ABC1 a C2DE, system o ddosbarthu demograffig a ddefnyddir yn y DU. Mae ABC1 yn cyfateb i ddosbarth canol, tra bod C2DE yn cyfateb i ddosbarth gweithiol.

O ystyried maint y sylfaen, mae'r canlynol yn ganllaw sy'n dangos y cyfyngau hyder sydd ynghlwm wrth wahanol feintiau sampl (sy'n dangos cyfyngau hyder lle byddai'r canlyniadau yn 50% ac yn 10 neu'n 90%).

Ffigur 4: Cyfwng Hyder

Cyfwng Hyder 95% (heb gynnwys ffactorau dylunio) ar gyfer gwahanol ganlyniadau gyda gwahanol feintiau sampl:

	1000	100
50%	+/-3.1%	+/-9.8%
10 / 90%	+/-1.9 %	+/-5.9 %

Er enghraifft, os bydd 90% o sampl o 1,000 yn ateb "Ie" i gwestiwn, gallwn ni fod 95% yn sicr bod rhwng 88.1% a 91.9% o'r boblogaeth yn meddu ar yr un farn (h.y. +/1.9%). Fodd bynnag, os bydd 90% o sampl o 100 yn ateb "Ie" i gwestiwn, gallwn ni fod 95% yn siŵr bod rhwng 84.1% a 95.9% o'r boblogaeth yn meddu ar yr un farn (h.y. +/5.9%), ac ati. Mae rhagor o fanylion am y fethodoleg a ddefnyddiwyd a'r tablau data llawn ar gael ar gais.

Roedd yr arolygon omnibws yn cynnwys cwestiynau caeedig a phenagored a oedd yn edrych ar bynciau fel iechyd meddwl a lles, teithio, profiad gwaith, pontio rhwng 16 a 18 oed a dewisiadau cyfathrebu.

Dylid bod yn ofalus wrth ddehongli data lle mae maint y sylfaen yn arbennig o fach.

Mae dadansoddiad o faint y sylfaen ddemograffig ar gyfer pob arolwg wedi'i amlinellu isod:

CRYNODEB GWEITHREDOL

Edrych yn fanylach: rhwystrau rhag cael mynediad at addysg, cyflogaeth a hyfforddiant

Nodwyd bod diffyg profiad gwaith o safon yn rhwystr sylweddol i bobl ifanc yng Nghymru. Roedd llawer o'r bobl ifanc a holwyd yn teimlo bod profiad gwaith yn hanfodol er mwyn dysgu sgiliau bywyd a deall llwybrau gyrfa posibl. Fodd bynnag, nodwyd heriau o ran cael mynediad at y cyfleoedd hyn, yn enwedig oherwydd diffyg ymwybyddiaeth o ble i ddod o hyd iddynt a diffyg hyder wrth ymgeisio.

Roedd trafnidiaeth hefyd yn rhwystr sylweddol i lawer o ymatebwyr, yn enwedig i'r rheini mewn ardaloedd gwledig neu'r rheiny sy'n wynebu cyfyngiadau ariannol. Dywedodd 79% o'r ymatebwyr ifanc fod materion yn ymwneud â thrafnidiaeth weithiau neu bob amser yn llesteirio eu gallu i gyrraedd y cyrchfannau a ddymunir ar gyfer gwaith, addysg neu hyfforddiant. Mae'n werth nodi bod y mater yn fwy amlwg ymysg ymatebwyr gwrywaidd ac ymatebwyr NEET.

At hynny, yn ôl y rhai a holwyd, roedd problemau iechyd meddwl a diffyg hyder yn rhwystrau enfawr hefyd. Nodwyd bod ymatebwyr benywaidd yn tueddu i gael mwy o drafferth gyda'u hyder, tra bo ymatebwyr gwrywaidd yn aml yn osgoi gofyn am gymorth iechyd meddwl.

Archwilio cyfnodau pontio allweddol

Roedd y bobl ifanc a holwyd yn tueddu i fod yn fwyaf ymwybodol o'r cymwysterau mwy 'traddodiadol' fel Safon Uwch, ac eto roedd gwahaniaeth sylweddol o ran ymwybyddiaeth o gymwysterau galwedigaethol rhwng pobl ifanc a'u rhieni. Roedd 74% o'r rhieni a holwyd wedi dweud eu bod yn ymwybodol o gymwysterau o'r fath, ond dim ond 46% o bobl ifanc rhwng 16 a 24 oed oedd wedi clywed amdanynt.

Yn ystod y cyfnodau pontio allweddol ym Mlwyddyn 11 a Blwyddyn 13, roedd pobl ifanc yn dangos dyheadau a phrofiadau amrywiol. Roedd gan rai nodau gyrfa clir ac uchelgeisiol, tra bod eraill yn wynebu heriau o ran dilyn eu breuddwydion oherwydd eu hamgylchiadau a'r rhwystrau gwirioneddol ac ymddangosiadol a wynebir.

Roedd parodrwydd pobl ifanc ar gyfer y camau nesaf yn amrywio gyda mwy neu lai hanner ohonynt yn teimlo'n llai parod i reoli arian a gwneud ffrindiau newydd. Yn benodol, roedd tua 1 o bob 2 yn teimlo nad oeddent yn barod o ran deall sut i reoli arian ac agor cyfrif banc (51%), deall pa gymorth ariannol oedd ar gael (45%), a theimlo'n hyderus y gallent wneud ffrindiau newydd (45%). Roedd rhwydweithiau personol, yn enwedig aelodau o'r teulu a ffrindiau, yn chwarae rhan bwysig ym mhrosesau gwneud penderfyniadau rhai cyfranogwyr. Fodd bynnag, roedd y rhai ym Mlwyddyn 13 yn aml yn cael trafferth cael gafael ar gyngor ac yn wynebu anawsterau o ran cael swydd heb gysylltiadau sefydledig.

Rôl cyfathrebu mewn hwyluso mynediad

Dywedodd tua 3 o bob 4 o'r bobl ifanc a holwyd (77%) eu bod wedi cael gwybodaeth am Safon Uwch tra oeddent yn yr ysgol, cryn dipyn yn fwy nag unrhyw lwybr arall, gan nodi gogwydd at hysbysu disgyblion am y llwybrau mwy 'traddodiadol'. Dywedodd llai o bobl ifanc eu bod wedi cael gwybodaeth am brentisiaethau (51%), cyrsiau a gynigir yn y coleg (43%) neu gymwysterau galwedigaethol (12%). Mae hyn yn dangos bod angen cyfathrebu yn fwy cytbwys mewn ysgolion am y gwahanol lwybrau addysgol a galwedigaethol sydd ar gael i bobl ifanc.

Roedd ymchwil ar-lein a chyfryngau cymdeithasol yn sianeli poblogaidd i bobl ifanc gael gafael ar wybodaeth, ond dywedodd bron i draean o'r rhai a holwyd fod yn well ganddynt ryngweithio wyneb yn wyneb. Mae hyn yn tynnu sylw at bwysigrwydd defnyddio cymysgedd o ddulliau cyfathrebu digidol a phersonol i gyrraedd ac ymgysylltu â phobl ifanc.

Profiadau pobl ifanc anabl

Roedd y bobl ifanc anabl y buom yn siarad â nhw yng Nghymru yn wynebu heriau penodol o ran cael mynediad at addysg, cyflogaeth a hyfforddiant. Nododd 92% o ymatebwyr anabl fod diffyg hyder yn rhwystr, yr uchaf o blith unrhyw segment arall, a dywedodd 90% fod eu hiechyd meddwl yn eu rhwystro rhag mynd ar ôl y cyfleoedd hyn.

Roedd 91% wedi cael rhyw fath o brofiad gwaith, yn bennaf drwy'r ysgol, sy'n uwch na'r gyfradd ymysg pobl ifanc heb anabledd. Er hyn, mynegodd llawer anfodlonrwydd â'u profiad gwaith, gan nodi diffyg cyfrifoldeb a dim digon o ddealltwriaeth o'r swyddi.

At hynny, roedd trafnidiaeth yn rhwystr sylweddol i rai pobl ifanc anabl, yn enwedig y rheini mewn ardaloedd gwledig. Mae'r argyfwng costau byw wedi gwaethygu'r heriau hyn.

01 EDRYCH YN FANYLACH:

RHWYSTRAU RHAG CAEL MYNEDIAD AT ADDYSG, CYFLOGAETH A HYFFORDDIANT

PROFIAD GWAITH

Yn ystod ein sgyrsiau cyntaf yn 2022 canfuwyd bod mynediad at brofiad gwaith o safon yn rhwystr sylweddol i bobl ifanc. Roeddem eisiau edrych yn fanylach ar y mater hwn i ddatgelu'r ffactorau sylfaenol sy'n cyfrannu at y rhwystr hwn a sut roedd pobl ifanc yn teimlo y gellid gwella profiad gwaith i'w helpu i gyrraedd eu nodau.

Beth mae profiad gwaith yn ei olygu i bobl ifanc

Roedd pobl ifanc yn ystyried bod profiad gwaith fel allwedd i ddatgloi sgiliau bywyd a chyflwyno cyfleoedd a allai lywio llwybr eu gyrfa. Dywedodd y cyfranogwyr ifanc fod profiadau o'r fath yn gam cyntaf at 'brofi dyfroedd' llwybr gyrfa posibl, ac yn rhoi cipolwg iddynt ar agweddau ymarferol bywyd gwaith ac yn eu helpu i wneud penderfyniadau am weithgareddau'r dyfodol.

> **Jest mynd mewn i'r gwaith i gael y profiad, blas ohono fo cyn i chi benderfynu os mai dyna be' 'dych chi eisiau ei wneud neu ddim. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 16-18 oed)**

Nododd y bobl ifanc nifer o fanteision profiad gwaith, gan gynnwys y cyfle i feithrin cysylltiadau a pherthnasoedd proffesiynol a allai arwain at swydd yn nes ymlaen.

Roedd rhai cyfranogwyr o'r farn y dylai pobl ifanc gael tâl am eu cyfraniad, yn enwedig pan fydd y cyfraniadau hynny o fudd i'r busnes. Fodd bynnag, **nid oedd llawer ohonynt yn ymwybodol bod profiad gwaith â thâl yn bodoli** neu roeddent yn credu ei fod wedi'i gyfyngu i bethau fel prentisiaethau. Roedd y drafodaeth hon yn adlewyrchu'r ffaith bod cyfranogwyr ifanc yn deall gwerth profiad gwaith – iddyn nhw yn ogystal â'r busnesau sy'n ei ddarparu oherwydd byddai eu cyfraniad o fudd i'w cyflogwr hefyd..

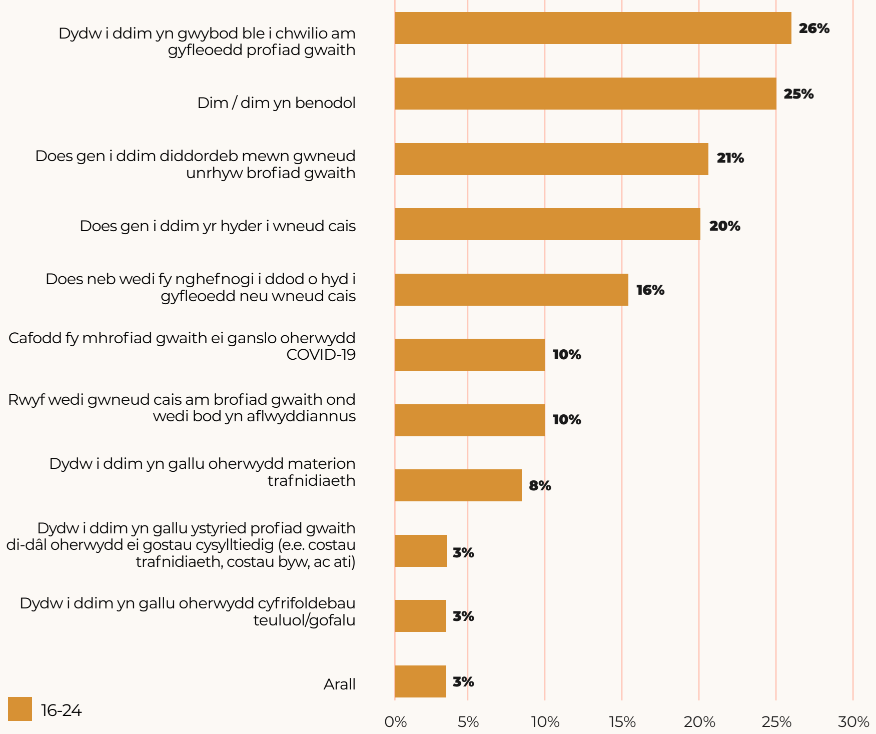
Rhwystrau at brofiad gwaith

Roedd 4 o bob 5 (79%) person ifanc a holwyd wedi cael rhyw fath o brofiad gwaith yn y gorffennol, sy'n golygu nad oedd tua 1 o bob 5 (21%) wedi gwneud hynny.

Dangosodd ein harolwg fod cyfran sylweddol o bobl ifanc yng Nghymru yn wynebu heriau amrywiol o ran ceisio cael profiad gwaith.

Ffigur 5: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Ionawr 2023

Pa rai o'r ffactorau canlynol, os o gwbl, sydd wedi eich atal rhag gwneud profiad gwaith?



Dywedodd 1 o bob 4 person ifanc sydd erioed wedi cael unrhyw fath o brofiad gwaith nad oeddent yn gwybod ble i ddod o hyd i'r cyfleoedd. Cyfaddefodd 20% o bobl ifanc fod diffyg hyder yn rhwystr mawr wrth ymgeisio am brofiad gwaith.

Roedd cyfran debyg, sef 21%, wedi mynegi diffyg diddordeb mewn cael profiad gwaith. Arweiniodd y canfyddiad hwn at drafodaeth ynghylch gwerth canfyddedig cyfleoedd o'r fath ymysg pobl ifanc, gwerth a oedd yn amlwg yn ystod trafodaeth y grŵp ffocws ond nad oedd yn cael ei ddeall gymaint ymysg y cyfranogwyr a holwyd.

Ar ben hynny, roedd 1 o bob 10 o'r ymatebwyr wedi ceisio cael profiad gwaith ond wedi wynebu siom **ceisiadau aflwyddiannus.** Gallai hyn fod oherwydd amrywiaeth o ffactorau, fel heriau posibl yn y broses ymgeisio, cystadleuaeth ffyrnig am gyfleoedd, neu am nad oedd y busnesau y gwnaethant gysylltu â nhw yn cynnig lleoliadau profiad gwaith. Roedd rhai ymatebwyr hefyd wedi nodi bod trafnidiaeth, a ddilynwyd gan gyfrifoldebau gofalu a chostau, yn rhwystrau rhag ymgymryd â phrofiad gwaith.

Dod o hyd i gyfleoedd

Roedd cyfranogwyr yn yr ymchwil ansoddol yn teimlo bod **diffyg ffynhonnell wybodaeth glir a chanolog ynghylch cyfleoedd profiad gwaith.** Dywedodd y rhan fwyaf eu bod yn defnyddio rhwydweithiau'r ysgol, coleg, prifysgol neu bersonol (h.y., ffrindiau/teulu) i gael gafael ar wybodaeth o'r fath. Tynnodd nifer ohonynt sylw at ddiffyg rhaglenni profiad gwaith yn ystod eu blynyddoedd ysgol, a oedd yn golygu eu bod yn ansicr ynghylch ble i ddechrau chwilio.

> **Faswn i wedi hoffi cael [profiad gwaith], ond wnes i ddim meddwl na sylweddoli ei fod yn opsiwn. Dwi ddim yn credu ei fod ar gael yn fy ysgol i. Es i ddim i'r Chweched Dosbarth, felly bosib ei fod ar gael yn nes ymlaen yn yr ysgol. (cyfranogwr NEET, 19-24 oed)**

> **Dydw i erioed wedi cael cyfle i gael profiad gwaith. Felly, fyddwn i ddim hyd yn oed yn gwybod ble i ddechrau arni. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)**

Roedd y ddibyniaeth ar gysylltiadau teuluol yn cael ei ystyried yn ffactor sylweddol o ran sicrhau profiad gwaith – roedden nhw'n teimlo **os nad oeddech chi mewn cyswllt, y byddech chi'n ei chael hi'n anodd.** At hynny, soniwyd am ddiffyg hyder fel rhwystr i ymgeisio am gyfleoedd - roedd y broses yn aml yn cael ei disgrifio fel rhywbeth brawychus.

I'r rheini sy'n byw mewn ardaloedd gwledig, roedd prinder cyfleoedd yn lleol yn ychwanegu at yr anhawster o ddod o hyd i brofiad gwaith.

> **Rwy'n ei chael hi'n reit anodd gwneud hynny ar hyn o bryd. Dydw i ddim wedi dod o hyd i rai. A bob tro y bydda i'n dod o hyd i rai [gydag Ambiwlans Sant Ioan] maen nhw bob amser yn llawn pobl, felly maen nhw'n dweud, o mae'n ddrwg gynnon ni, rydyn ni'n llawn. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)**

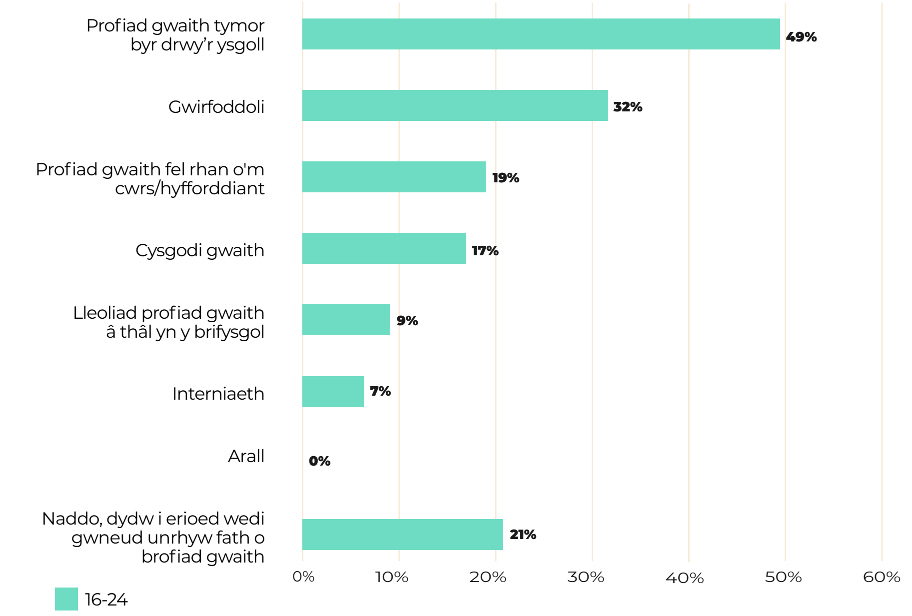
Yn ôl un cyfranogwr, roedd rhai cymheiriaid yn y Chweched Dosbarth wedi talu swm sylweddol i gael cyrsiau profiad gwaith a oedd yn ymwneud yn benodol â rolau iechyd. Nid oedd hyn yn opsiwn iddi hi, ac felly roedd hi'n teimlo dan anfantais, ac mae hynny'n tynnu sylw at yr **anghydraddoldeb o ran mynediad** at y profiadau hyn.

Mathau o brofiad gwaith

Roedd bron i hanner y rhai a holwyd (49%) wedi cael **profiad gwaith tymor byr drwy'r ysgol.** At hynny, roedd bron i draean o'r ymatebwyr (32%) wedi cael profiad drwy wirfoddoli, sy'n adlewyrchu parodrwydd pobl ifanc i ymgysylltu â gwasanaethau cymunedol ac mae'n tynnu sylw ato fel llwybr pwysig ar gyfer ennill sgiliau a phrofiad gwaith gwerthfawr. Roedd hyn yn gadael **1 o bob 5 (21%) o'r ymatebwyr sydd erioed wedi cael unrhyw fath o brofiad gwaith.**

Ffigur 6: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Ionawr 2023

Ydych chi wedi gwneud unrhyw un o'r mathau canlynol o brofiad gwaith?



Yn ein harolwg, daeth gwahaniaethau rhwng y rhywiau yn gysylltiedig â phrofiad gwaith i'r amlwg, gydag ymatebwyr benywaidd yn fwy tebygol na rhai gwrywaidd i fod wedi cymryd rhan mewn sawl math o brofiad gwaith. Roedd 58% o'r ymatebwyr benywaidd wedi cael profiad gwaith tymor byr drwy'r ysgol o'i gymharu â dim ond 39% o'r ymatebwyr gwrywaidd, ac roedd 37% wedi cymryd rhan mewn gweithgareddau gwirfoddoli o'i gymharu â dim ond 25% o'r ymatebwyr gwrywaidd. Nid oedd yn glir beth oedd y rheswm dros y gwahaniaeth hwn, ond efallai bod gan ymatebwyr benywaidd fwy o fynediad neu awydd i ymgymryd â phrofiad gwaith.

Ymhlith y bobl ifanc NEET, fodd bynnag, nid oedd y darlun mor gadarnhaol. Er bod 65% wedi ymgymryd â phrofiad gwaith tymor byr drwy'r ysgol, **roedd bron i draean (29%) erioed wedi cael unrhyw fath o brofiad gwaith.** Mae hyn yn tynnu sylw at wahaniaeth sylweddol ym mhrofiadau pobl ifanc NEET o'u cymharu â'r rhai mewn rhyw fath o addysg neu hyfforddiant.

Profiadau cadarnhaol

O ran y bobl ifanc hynny a oedd wedi cael profiad gwaith, roedd y cyfrif mewn grwpiau ffocws yn gadarnhaol ar y cyfan. Soniodd cyfranogwyr ifanc am amrywiaeth o brofiadau, a oedd yn amrywio o raglenni strwythuredig mewn lleoliadau addysgol, i drefniadau anffurfiol a wnaed drwy rwydweithiau personol. I lawer, **roedd y profiadau hyn yn ganolog i lywio eu dewisiadau addysg a gyrfa,** gan roi eglurder ynghylch dilyn llwybr penodol neu beidio. Roedd profiad gwaith yn agoriad llygad i fodolaeth rhai swyddi penodol ac yn cynnig gwybodaeth werthfawr sy'n sector benodol, a oedd yn ei dro yn rhoi hwb i'w hyder.

> **Os ydych chi eisoes wedi cael blas ar fod mewn gweithle, dydw i ddim yn credu y bydd yn teimlo mor frawychus pan fyddwch yn mynd i weithio yn 19 oed. Rwy'n credu y bydd yn gyflwyniad gwell yn hytrach na chael eich taflu i mewn yn y pen dwfn. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 16-18 oed)**

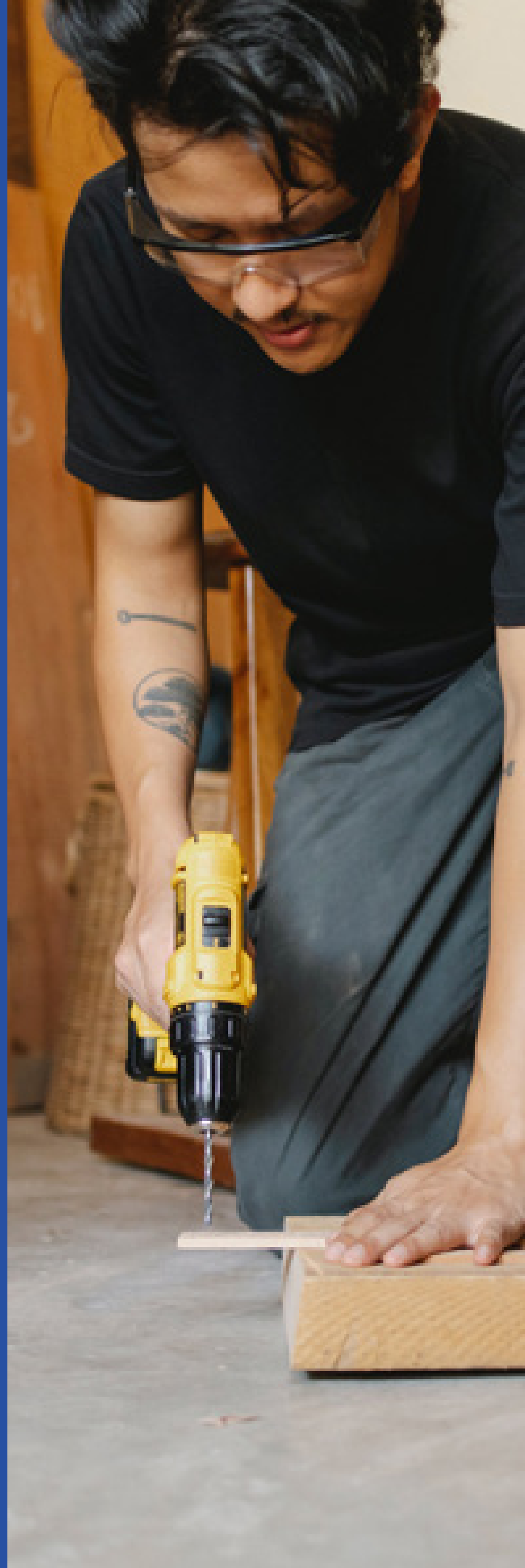
Roedd un cyfrif nodedig yn cynnwys cyfranogwr a oedd wedi meithrin **sgiliau rhyngbersonol sylweddol,** ac roedd hynny wedi gwneud cyfraniad cadarnhaol at ei iechyd meddwl. Datblygu **sgiliau trosglwyddadwy,** yn enwedig ym maes cyfathrebu, oedd un o'r manteision cyffredin y cyfeiriodd llawer ato.

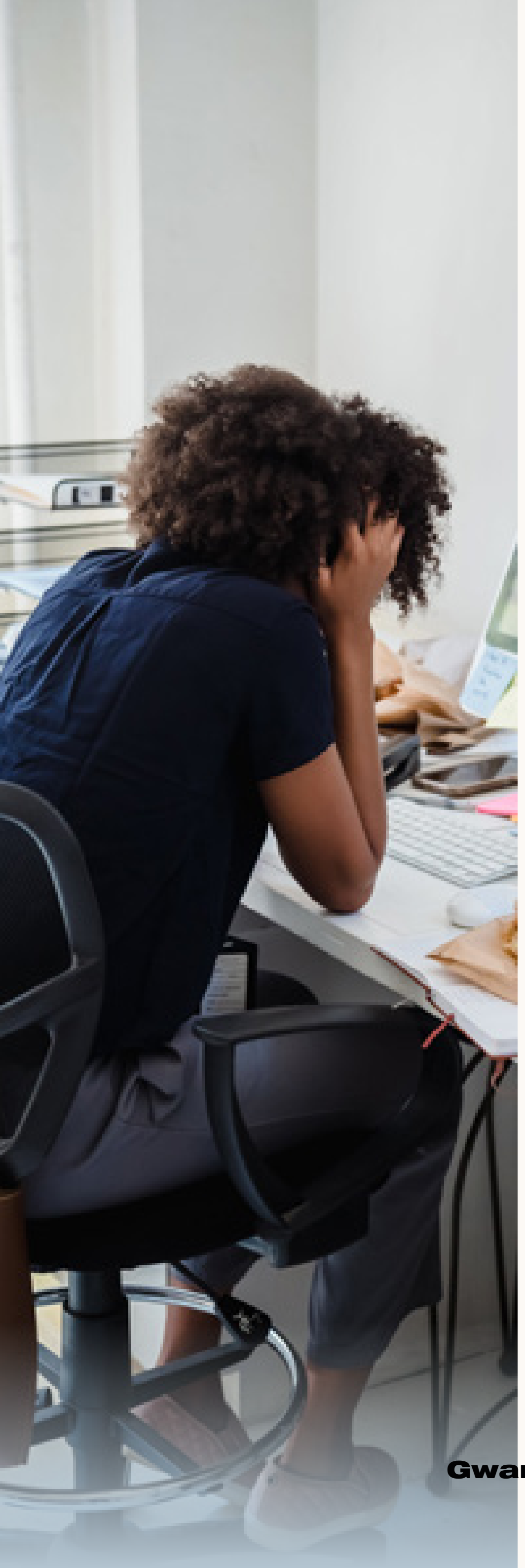
> **Dwi'n bendant wedi gwella efo fy sgiliau cymdeithasol achos roeddwn i'n gweithio fel derbynnydd am ryw ddau fis. A fy sgiliau cyfathrebu hefyd. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 16-18 oed)**

Mewn un achos, arweiniodd profiad gwaith cyfranogwr **yn uniongyrchol at gael swydd,** ac mae hynny'n dangos manteision amlwg y cyfleoedd hyn.

Roedd data meintiol yn atgyfnerthu hyn ymhellach. **Roedd 90% o'r ymatebwyr ifanc a oedd wedi cael profiad gwaith yn y gorffennol yn credu ei fod yn ddefnyddiol.** Dywedodd 48% o'r rhai a oedd wedi cael profiad gwaith o'r blaen mai gwella eu CV oedd y brif fantais, gan nodi nad ffurfioldeb syml yn unig yw profiad gwaith ond ychwanegiad sylweddol at eu proffil proffesiynol. Roedd 46% hefyd yn teimlo bod eu profiadau wedi **rhoi hwb i'w hyder** wrth wneud cais am swyddi, gan awgrymu bod profiad gwaith yn gam hollbwysig yn y broses o symud ymlaen i'r gweithlu.

Y tu hwnt i'r manteision uniongyrchol hyn, roedd dros draean o'r ymatebwyr yn cydnabod bod profiad gwaith wedi bod yn allweddol o ran **rhoi eglurder** ynghylch y sgiliau a'r cymwysterau sy'n angenrheidiol ar gyfer y swyddi a ddymunir. Mae hyn yn awgrymu y gall profiad gwaith fod yn werthfawr o ran helpu pobl ifanc i sicrhau bod eu gweithgareddau addysgol yn cyd-fynd â'u dyheadau gyrfa. Ar ben hynny, dywedodd yr un gyfran o bobl ifanc fod eu profiad wedi helpu i grisialu eu meddyliau am y math o swydd yr hoffent ei chael yn y dyfodol. Mae hyn yn dangos bod profiad gwaith yn rhoi sgiliau ymarferol i bobl ifanc a hefyd yn eu helpu â'r broses o wneud penderfyniadau am eu gyrfa hirdymor.





Profiadau negyddol

Er bod y rhan fwyaf o bobl ifanc wedi rhannu enghreifftiau cadarnhaol, mae'n werth tynnu sylw at enghreifftiau o brofiadau negyddol. Roedd profiadau negyddol yn tueddu i ymwneud â **pha mor ddefnyddiol neu werthfawr roedd y person ifanc yn teimlo** yn ystod ei leoliad. Teimlai rhai eu bod yn faich yn hytrach nag aelod cyfrannol o'r tîm, a'u bod wedi dysgu ychydig iawn o wybodaeth neu sgiliau ymarferol. Roedd tua 5% o'r ymatebwyr a oedd wedi cael profiad gwaith yn teimlo nad oeddent wedi cael dealltwriaeth ystyrlon o'r swydd nac ychwaith wedi cael cyfrifoldebau digonol. **Cafodd y teimlad hwn ei ategu yn y sgyrsiau â phobl ifanc:**

> **Mae bron fel eich bod chi'n rhyw fath o faich - byddent yn gofyn i chi wneud rhywbeth nad oedd hyd yn oed yn rhan o'r math yna o swydd. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 19-24 oed)**

Roedd oedran a rhywedd hefyd yn cyfrannu at y ffordd yr oedd profiad gwaith yn cael ei weld. Roedd cyfranogwyr iau (rhwng 16 a 18 oed) yn fwy tebygol o deimlo bod y profiad yn ddefnyddiol o'i gymharu â'r grŵp oedran 19-24, sy'n awgrymu y gall dod i gysylltiad ag amgylcheddau gwaith yn gynharach fod yn fwy effeithiol. At hynny, roedd ymatebwyr benywaidd yn llai tebygol na rhai gwrywaidd o ddweud bod ganddynt fwy o hyder i gyflwyno cais am swydd ar ôl cael profiad gwaith.

Roedd y gwahaniaeth yng ngwerth canfyddedig profiad gwaith yn fwyaf amlwg ymysg yr ymatebwyr NEET o'i gymharu ag ymatebwyr a oedd mewn EET. Er bod 71% o'r ymatebwyr NEET wedi cael rhyw fath o brofiad gwaith, yn bennaf drwy'r ysgol, roedd eu hadborth yn llawer llai cadarnhaol:

- Roedd ymatebwyr NEET 183% yn fwy tebygol o ddweud nad oeddent wedi cael syniad da o'r swydd.
- Roedd 77% yn llai tebygol o ddweud ei fod wedi rhoi'r profiad roedd ei angen arnynt i wneud cais am y swydd yr hoffent ei chael.
- Roedd 56% yn llai tebygol o ddweud ei fod wedi eu helpu i benderfynu ar y math o swydd yr hoffent ei chael yn y dyfodol.
- Roedd 51% yn llai tebygol o gredu ei fod wedi eu helpu i ddeall y sgiliau a'r cymwysterau angenrheidiol.
- Roedd 42% yn llai tebygol o ddweud eu bod yn fwy hyderus i wneud cais am swydd yn y dyfodol.

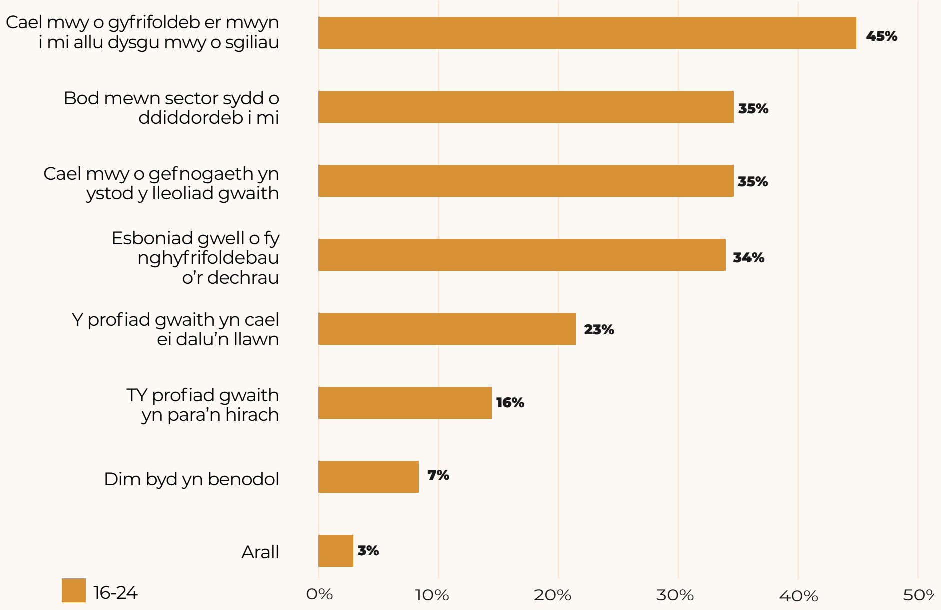
Roedd gwahaniaethau daearyddol hefyd yn amlwg, gydag ymatebwyr o Ogledd/Canolbarth/Gorllewin Cymru yn llai tebygol o gredu bod eu profiad gwaith wedi cyfrannu at ddatblygu sgiliau neu ddealltwriaeth o ofynion y swydd. Fodd bynnag, roedd nodyn cadarnhaol ymysg ymatebwyr LHDTC+, gyda 75% yn teimlo bod eu profiad yn fuddiol o ran datblygu sgiliau i wella eu CV, o'i gymharu â dim ond 43% o'r ymatebwyr heterorywiol.

Gwella profiadau

Datgelodd yr arolwg feysydd allweddol lle'r oedd pobl ifanc yn teimlo y gellid gwella rhaglenni profiad gwaith er mwyn diwallu eu hanghenion a'u dyheadau'n well.

Figur 7: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Ionawr 2023

Beth allai fod wedi gwella eich profiad gwaith?



Roedd 45% o'r ymatebwyr ifanc a holwyd yn credu y byddai cael **mwy o gyfrifoldeb** wedi gwella eu profiad yn sylweddol. Mae'r awydd hwn am fwy o gyfrifoldeb yn adlewyrchu brwdfrydedd i ymgysylltu â'u gwaith ar lefel ddyfnach a meithrin ystod ehangach o sgiliau. At hynny, dywedodd dros draean (35%) y byddai'n well ganddynt gael profiad gwaith mewn **sectorau sy'n cyd-fynd â'u diddordebau.**

Tynnodd yr un gyfran (35%) sylw at bwysigrwydd **cael mwy o gefnogaeth** yn ystod eu lleoliad, ac roedd 34% yn teimlo y byddai **esboniad cliriach o'u cyfrifoldebau** ar ddechrau eu profiad gwaith wedi bod yn fuddiol. Gallai hyn awgrymu bod angen gwell prosesau cyfathrebu a chyfeirio er mwyn sicrhau bod cyfranogwyr yn gwbl ymwybodol o'r hyn a ddisgwylir ganddynt a'r hyn y gallant hwy ei ddisgwyl o'r profiad.

Awgrymodd cyfranogwyr y grŵp ffocws hefyd nifer o **welliannau i wella gwerth profiad gwaith.** Roeddent yn argymell esboniad cliriach a hyrwyddo cyfleoedd profiad gwaith, gan sicrhau mynediad cyfartal i bawb.

> **Ymwybyddiaeth mewn gwirionedd. Hyrwyddo'r manteision, oherwydd rydw i wedi clywed am brofiad gwaith, ond erioed wedi deall manteision yr hyn y gallai ei wneud i mi mewn gwirionedd. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)**

Roedd cyfranogwyr ifanc yn argymell bod profiad gwaith yn cael ei addasu i gyd-fynd â diddordebau gyrfa unigolion, gan eu helpu i wneud penderfyniadau ynghylch eu cyfeiriad yn y dyfodol. Yn ogystal â hynny, roeddent yn cynnig bod dysgwyr ysgol yn cael cyfle i ddilyn cyrsiau sy'n gysylltiedig ag amrywiol sectorau a allai fod o ddiddordeb iddynt, gan roi sgiliau a gwybodaeth berthnasol i fyfyrwyr a allai **lywio eu dewisiadau gyrfa.**

TRAFNIDIAETH

Fel y gwelir yng nghanfyddiadau ein harolwg, mae trafnidiaeth yn parhau i fod yn rhwystr sylweddol i bobl ifanc yng Nghymru wrth geisio cael swydd, addysg neu hyfforddiant. **Dywedodd 79% o'r ymatebwyr ifanc fod materion yn ymwneud â thrafnidiaeth weithiau neu bob amser yn llesteirio eu gallu i gyrraedd y cyrchfannau a ddymunir ar gyfer gwaith, addysg neu hyfforddiant.**

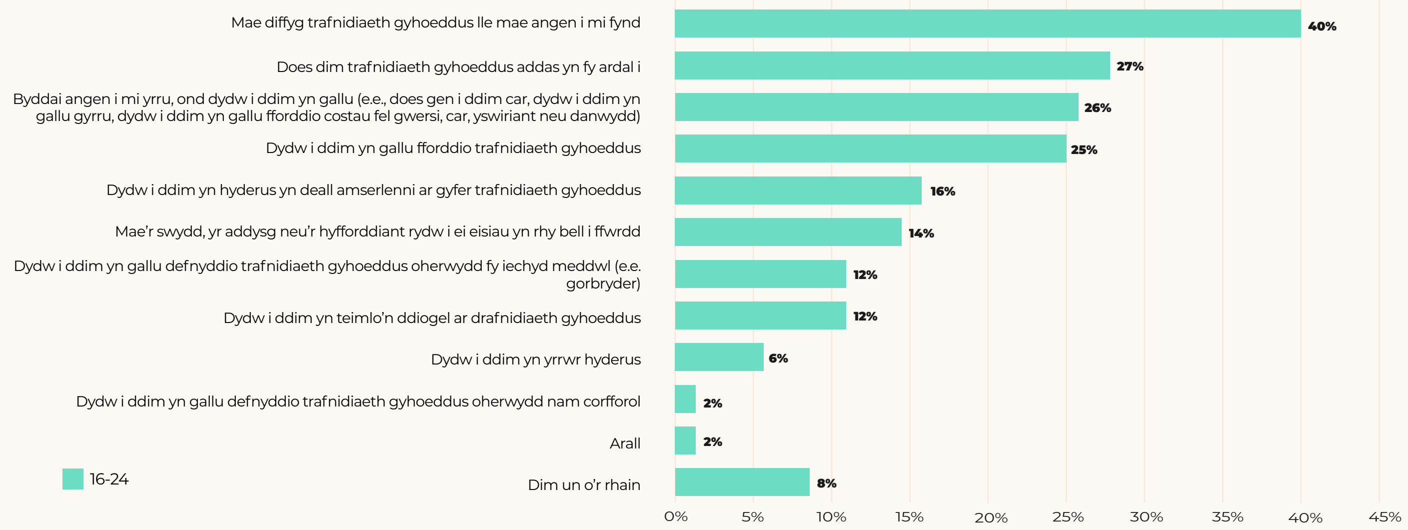
Ni welwyd yr her hon yn gyson ar draws y ddemograffeg, a gwelwyd gwahaniaethau nodedig:

- Roedd cyfran uwch o ymatebwyr gwrywaidd (84%) yn dweud bod trafnidiaeth yn rhwystr o'i gymharu â rhai benywaidd (72%).
- Roedd y broblem yn arbennig o ddifrifol ymysg ymatebwyr NEET, gyda 94% yn nodi bod trafnidiaeth yn rhwystr mawr.

Yn ôl yr arolwg, y prif ffactor sy'n cyfrannu at y rhwystr hwn yw **argaeledd a hygyrchedd trafnidiaeth gyhoeddus.** Cyfeiriodd dau o bob pum ymatebydd at ddiffyg opsiynau trafnidiaeth gyhoeddus i'w cyrchfannau penodol, a dywedodd 27% fod gwasanaethau trafnidiaeth annigonol yn eu hardaloedd nhw. Hefyd, dywedodd 26% o bobl ifanc y byddai cyrraedd eu cyrchfannau yn golygu gyrru, rhywbeth nad yw'n bosibl, naill ai oherwydd diffyg cerbyd neu drwydded yrru. Ar ben hynny, **roedd cost trafnidiaeth gyhoeddus yn rhy ddrud i un o bob pedwar o'r ymatebwyr,** gan ei wneud yn opsiwn na ellir ei fforddio.

Ffigur 8: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Ionawr 2023

Pa rai o'r materion trafnidiaeth canlynol, os o gwbl, sydd wedi'i gwneud yn anoddach i chi gael mynediad at y swydd, yr addysg neu'r hyfforddiant rydych chi ei eisiau?



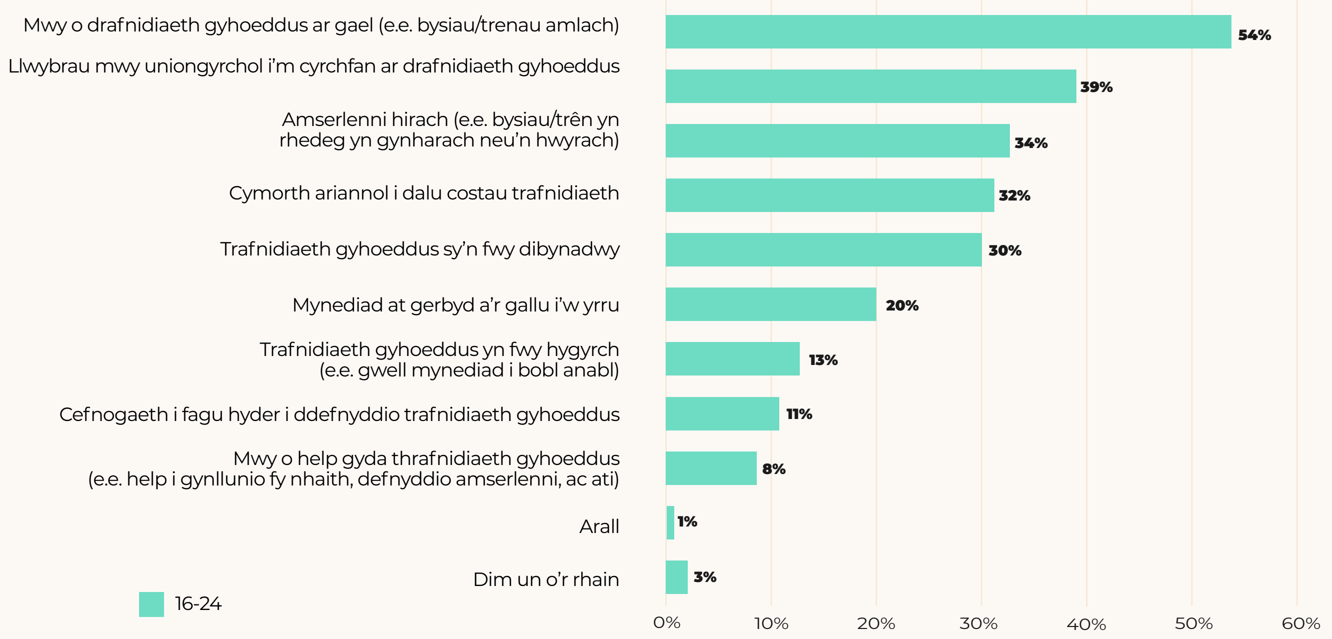
Anghenion trafnidiaeth pobl ifanc

Dywedodd dros hanner yr ymatebwyr ifanc (54%) y byddai **gwell argaeledd trafnidiaeth gyhoeddus** yn eu helpu i deithio i'r swydd, addysg neu hyfforddiant a ddymunir. Ar ben hynny, roedd tua dau o bob pump (39%) yn honni y byddai **llwybrau trafnidiaeth gyhoeddus mwy uniongyrchol** i'w cyrchfan yn helpu.

Dangosodd yr arolwg hefyd fod tua thraean o'r ymatebwyr yn ystyried bod **oriau gweithredu estynedig, cymorth ariannol** ar gyfer teithio, a **gwell dibynadwyedd** trafnidiaeth gyhoeddus yn faterion hollbwysig. Mae'r agweddau hyn – amserlenni hirach, fforddiadwyedd a dibynadwyedd – yn amlwg yn bwysig o ran gwneud trafnidiaeth gyhoeddus yn opsiwn ymarferol i bobl ifanc sy'n dilyn eu nodau gyrfa ac addysg.

Ffigur 9: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Ionawr 2023

Beth fyddai'n eich helpu i deithio i'r swydd, yr addysg neu'r hyfforddiant rydych chi ei eisiau?



Profiadau â thrafnidiaeth

Roedd profiadau pobl ifanc â thrafnidiaeth yn tueddu i fod yn negyddol. **Roedd diffyg dibynadwyedd yn bryder sylweddol,** gyda chyfeiriadau'n aml at fysiau yn llawn, yn hwyr, ddim yn rhedeg, neu'n cael eu canslo heb ddigon o rybudd.

> **O'n i'n gorfod mynd i [x] weithiau, ac o'n i'n gorfod dal dau fws, felly un o Fethesda i Fangor, Bangor i Langefni. Ond weithiau 'sa'r un Bethesda i Fangor ddim yn troi fyny, neu ffordd arall rownd, felly un Llangefni ddim yn troi fyny. So oedd o jyst bach yn rhwystredig weithiau… Roeddwn i'n methu boreau weithiau. Do'n i'm yn gallu mynd i mewn tan amser cinio achos doedd yr amseroedd ddim yn cyd-fynd â'i gilydd. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 16-18 oed)**

Roedd streiciau'r rheilffyrdd yn rhywbeth arall oedd yn achosi rhwystredigaeth, ac yn ychwanegu at y natur anrhagweladwy a'r anghyfleustra. Arweiniodd y streiciau'n aml at atal gwasanaethau'n llwyr, a oedd yn golygu nad oedd gan bobl ifanc lawer o ddewisiadau teithio eraill.

Roedd cost trafnidiaeth gyhoeddus, hyd yn oed gyda thocynnau rhatach, yn parhau i fod yn bwynt dadleuol ymysg ymatebwyr. **Roedd y baich ariannol yn dal yn sylweddol,** ac roedd gwerth tybiedig gostyngiadau o'r fath yn cael ei leihau wrth ei gymharu â'r treuliau cyffredinol a delir wrth deithio'n rheolaidd.

Cyfeiriodd un cyfranogwr at y broses o gael cymorth ariannol ar gyfer teithio gan golegau addysg bellach fel agwedd negyddol, gyda'r **baich gweinyddol** yn cael ei ddisgrifio fel 'cur pen go iawn'.

> **Cefais broblemau o ran teithio am nad oeddwn i'n gallu hawlio unrhyw fath o fudd-dal, felly roedd yn rhaid i'r coleg ei hun geisio talu am fy nheithiau a oedd wedi achosi dipyn o drafferth oherwydd roedd yn rhaid iddynt ei dynnu allan o ryw fath o fenthyciad gan y coleg i'm helpu i deithio'n ôl ac ymlaen, a oedd tua £7.70 y diwrnod, swm na allwn ei fforddio fy hun. Ond dyna'r unig ffordd o fynd o'i chwmpas hi. . . . Roedd yn gur pen go iawn a oedd yn golygu mynd yn ôl ac ymlaen i un o ganolfannau'r coleg ei hun, gan wneud yn siŵr fy mod i wedi dod â phob un o'm tocynnau trên gyda mi i ddangos iddyn nhw fy mod i wedi bod yn teithio bob dydd. (cyfranogwr NEET, 19-24 oed)**

Gall **cymhlethdod fod yn rhwystr i gael mynediad at y cymorth sydd ar gael,** a allai olygu na fydd opsiynau ar gael i rai myfyrwyr allu teithio i'w sefydliadau addysgol.

I'r rheini mewn ardaloedd gwledig, roedd diffyg gwasanaethau bysiau yn gwaethygu'r broblem, gydag **amseroedd aros hir ac amserlenni cyfyngedig** nad ydynt yn cyd-fynd â'u hanghenion.

> **Rwy'n teimlo'i fod yn anodd yma yn y Gogledd am ei bod hi'n reit wledig. Er enghraifft, lle rydw i'n byw, mae bysiau'n dod heibio bob awr a hanner os ydyn ni'n lwcus. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 19-24 oed)**

Roedd **diffyg opsiynau trafnidiaeth gyhoeddus** yn agos at lle maen nhw'n byw yn gorfodi rhai i ddibynnu ar lifftiau car, nad ydynt bob amser ar gael neu'n gyfleus, sy'n arwain at ymdeimlad o unigrwydd a dibyniaeth.

Roedd defnyddio amserlenni a chynllunwyr teithiau ar-lein yn faes arall lle'r oedd rhai pobl ifanc yn cael anawsterau. Gall defnyddio'r **adnoddau digidol hyn fod yn brofiad brawychus** i rai, yn enwedig os nad yw'r wybodaeth yn hawdd ei defnyddio nac yn cael ei diweddaru mewn amser real i adlewyrchu unrhyw oedi neu ganslo.

Yn olaf, roedd **pryderon iechyd a lles,** fel gorbryder sy'n gysylltiedig â defnyddio trafnidiaeth gyhoeddus, yn rhwystrau sylweddol i rai. Gall y straen o ddefnyddio systemau trafnidiaeth gorlawn neu annibynadwy waethygu cyflyrau o'r fath, sy'n golygu bod trafnidiaeth gyhoeddus yn opsiwn llai ymarferol i'r rheini sy'n delio â'r materion hyn.

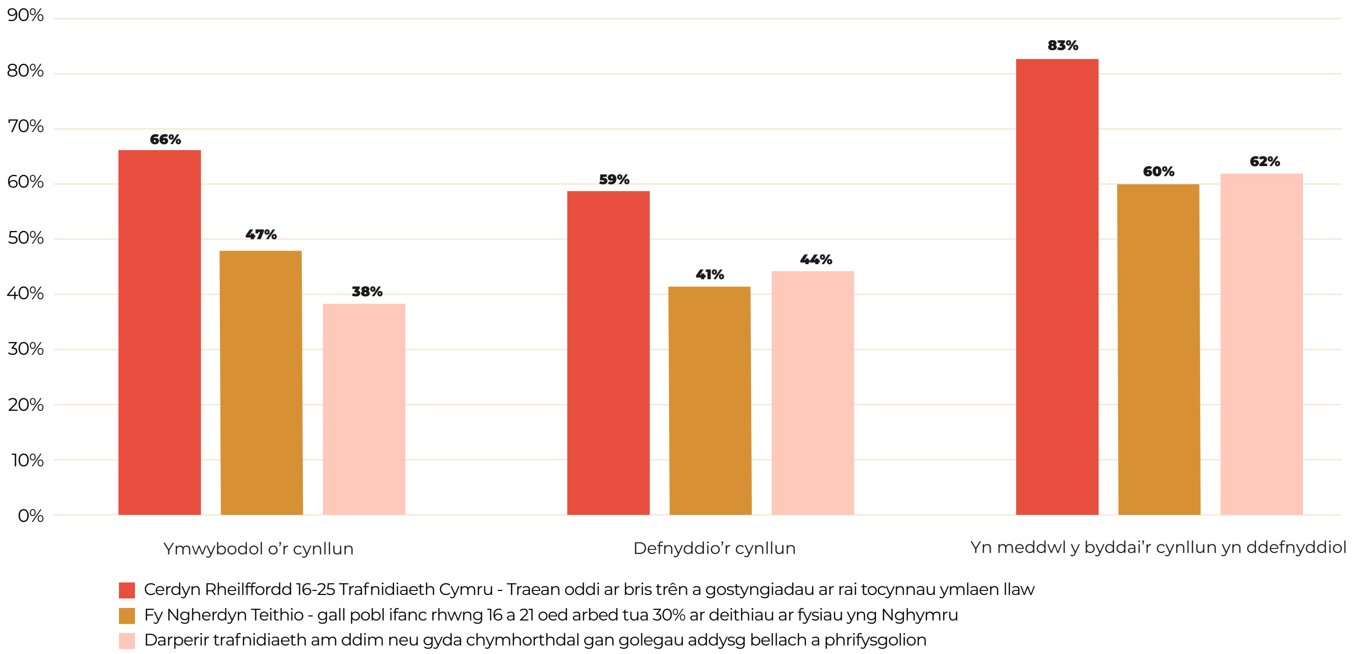
Ymatebion i’r gefnogaeth sydd ar gael

O ystyried y ffaith bod cynlluniau cefnogaeth gyda thrafnidiaeth eisoes ar gael i bobl ifanc, ein nod oedd deall barn cyfranogwyr ifanc am y rhain.

Yn gyffredinol, datgelodd safbwyntiau pobl ifanc ynghylch y mesurau cymorth sydd ar gael **gymysgedd o optimistiaeth a phryder.** Roedd llawer o’r bobl ifanc a holwyd, yn ogystal â rhai a gymerodd ran yn sgyrsiau’r grwpiau ffocws, wedi manteisio ar y gefnogaeth a oedd ar gael ond gyda chanlyniadau cymysg.

Ffigur 10: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Ionawr 2023

Cynlluniau Cymorth Trafnidiaeth



Cerdyn trenau 16-25

Mae pobl ifanc rhwng 16 a 25 oed (a rhai eraill mewn addysg amser llawn) yn cael gostyngiad o 1/3 ar deithiau ar y trên ac yn cael gostyngiad ar rai tocynnau Advance Trafnidiaeth Cymru (TrC) hefyd.

Cerdyn Rheilffordd 16-25 TrC oedd y cynllun trafnidiaeth mwyaf poblogaidd. Roedd pedwar o bob pump yn credu y byddai’n ddefnyddiol (83%) ac roedd bron i 3 o bob 5 a oedd yn ymwybodol ohono yn ei ddefnyddio (59%). Yn ystod trafodaethau’r grŵp ffocws, nododd rhai **pobl ifanc fanteision ariannol y cerdyn rheilffordd** gan ei fod yn lleihau eu costau teithio.

> **‘Swn i’n deud bod o’n arbed dipyn bach o bres. Ac oedd o’n gynt na mynd ar y bws, felly roedd hynna’n reit handi. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 16-18 oed)**

Fy Nghherdyn Teithio

Gall pobl ifanc rhwng 16 a 21 oed arbed tua 30% ar deithiau ar fysiau yng Nghymru.

Er bod 3 o bob 5 person ifanc yn teimlo bod Fy Nghherdyn Teithio yn ddefnyddiol, dim ond 47% oedd yn ymwybodol o’r cynllun hwn cyn i ni roi’r wybodaeth iddynt. Yn ystod y sgyrsiau â phobl ifanc, tynnwyd sylw at Fy Nghherdyn Teithio am ei ymarferoldeb, gyda defnyddwyr yn dweud **ei fod wedi eu helpu i arbed arian ac wedi lleihau eu straen** yn gysylltiedig â chostau teithio.

Trafnidiaeth am ddim neu gyda chymhorthdal

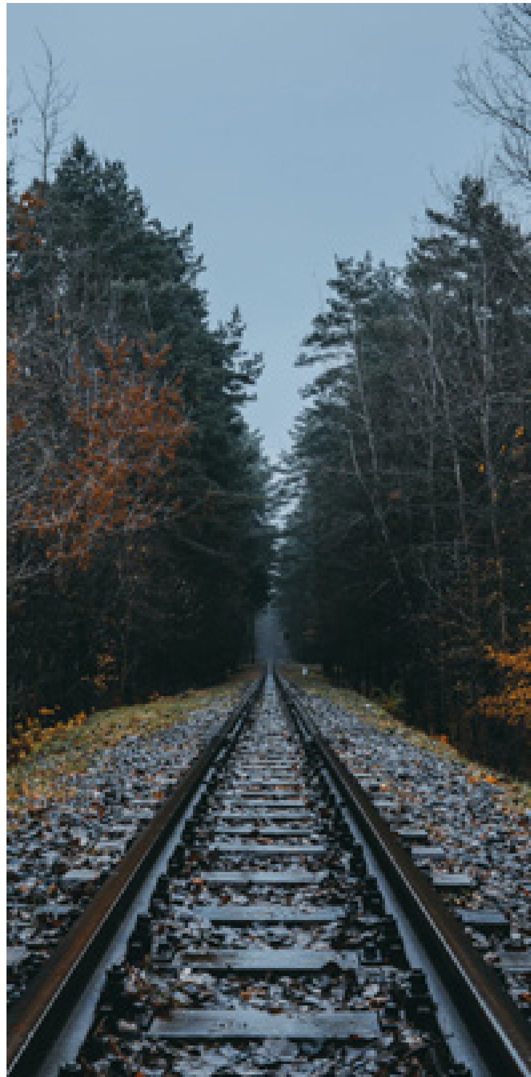
Mae llawer o Golegau a Phrifysgolion addysg bellach yn cynnig trafnidiaeth ratach neu ddi-dâl.

Roedd 3 o bob 5 o’r rhai a ymatebodd i’r arolwg yn teimlo bod trafnidiaeth am ddim neu gyda chymhorthdal a ddarperir gan golegau a phrifysgolion addysg bellach yn ddefnyddiol. Fodd bynnag, dim ond 38% oedd yn ymwybodol o’r cynllun hwn cyn i ni roi’r wybodaeth iddynt. Cymysg oedd adborth y grŵp ffocws ar deithiau â chymhorthdal a ddarperir gan golegau a phrifysgolion addysg bellach. Ar yr ochr gadarnhaol, roedd rhai myfyrwyr yn **wybodus** am y gefnogaeth ac yn teimlo’i bod yn **fuddiol iawn.**

> **Gwnaeth fyd o wahaniaeth. Roedd o’n bwysau aruthrol oddi ar ysgwyddau fy rhieni, yn amlwg, i beidio â gorfod talu am unrhyw beth. Roedd y coleg yn garedig iawn i’w gynnig - dwi’n meddwl mai’r un 16 i 25 oedd o. Roedd o’n gwneud pethau’n llawer haws. Dwi wir ddim yn gwybod beth fuaswn i wedi’i wneud hebddo tra roeddwn yno. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)**

Roedd y mathau o gymorth a grybwyllwyd yn cynnwys ad-daliad am gostau teithio, cardiau teithio ar fws am ddim, gwasanaethau bws penodol ar gyfer y brifysgol, ac opsiynau cardiau bws rhatach. Roedd y mesurau hyn yn cael eu gwerthfawrogi am **leddfu’r straen ariannol** o deithio i sefydliadau addysgol.

Ond nid oedd pob profiad yn ymwneud â theithio â chymhorthdal yn ffafriol. Roedd rhai’n awgrymu bod **prosesau gweinyddol trafferthus** er mwyn cael gafael ar gymorth, a allai fod yn aneffeithlon ac yn annymunol. At hynny, cafwyd sylwadau am **ddibynadwyedd y bysiau pwrpasol** i ddysgwyr, gydag achosion o’r bysiau’n rhedeg yn hwyr ac yn achosi i fyfyrwyr ddisgyn ar ei hôl hi gyda’u tasgau academaidd.



Rhwydwaith trafnidiaeth cysylltiedig wedi'i symleiddio

Mae bysiau'n cael eu hamserlennu i gysylltu â'i gilydd a gyda threnau; ac un system docynnau syml sy'n hawdd ei defnyddio. Bydd yn ystyried y diffyg trafnidiaeth i'r ysgol ar gyfer pobl ifanc dros 16 oed a phobl ifanc ag anghenion dysgu ychwanegol; ac yn parhau i ddatblygu Metro De-ddwyrain Cymru, Bae Abertawe a Gorllewin Cymru a Gogledd Cymru. Y nod yw darparu gwell trafnidiaeth gyhoeddus gyda chysylltiadau gwell (bysiau, rheilffyrdd a theithio llesol).

Cafodd y cysyniad o rwydwaith trafnidiaeth cysylltiedig gyda system docynnau symlach ei groesawu'n frwd gan y cyfranogwyr ifanc a gymerodd ran yn y trafodaethau. Roeddent yn tybio y gallai menter o'r fath arwain at newid a allai gael dylanwad cadarnhaol ar eu teithiau dyddiol a'u profiadau teithio. Roedd symleiddio'r prosesau rhoi tocynnau yn arbennig o ddymunol gan ei fod yn addo gwneud teithio'n symlach ac yn llai trafferthus, gan fynd i'r afael â rhwystredigaeth gyffredin ymysg teithwyr yn ymwneud â chymhlethdod ac anhwylustod y trefniadau presennol.

Dwi'n licio'r syniad bod nhw i gyd yn cysylltu efo'i gilydd fel bod yr amserlen yn gweithio efo'i gilydd. Mae o'n androdd o anodd cael bws. Dwi'm yn dreifio, felly mae o'n ofnadwy o anodd ei drefnu. Ti'n gorfod neud o dy hun a ti'n ffeindio dy hun yn aros am stwff lot. Felly mae hynna'n ddiflas. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 16-18 oed)

Mynegodd y cyfranogwyr optimistiaeth y byddai rhwydwaith trafnidiaeth mwy integredig nid yn unig yn hwyluso symud o un lle i'r llall ond hefyd yn ehangu mynediad i wahanol leoliadau. Disgwylid y byddai hyn yn datgloi cyfleoedd newydd i bobl ifanc, fel gwell rhagolygon cyflogaeth, cyfleusterau addysgol a gweithgareddau hamdden a allai fod wedi bod yn anodd eu cyrraedd yn y gorffennol. Tynnodd rhai pobl ifanc sylw at eu gobaith y byddai cysylltiad o'r fath yn pontio'r bylchau yn y system drafnidiaeth bresennol, ac yn ei gwneud yn fwy cynhwysol ac yn diwallu eu hanghenion.

Heriau o ran cymorth

Fodd bynnag, er gwaethaf yr adborth cadarnhaol ynghylch y cynlluniau sydd ar gael, roedd consensws ymysg mynychwyr y grŵp ffocws bod angen gwneud mwy o ymdrech i'w hyrwyddo i wneud yn siŵr bod pob person ifanc cymwys yn ymwybodol ohonynt ac yn gallu manteisio arnynt.

Hyd yn oed gyda'r gostyngiadau, roedd costau teithio yn dal i beri pryder, gan nad oeddent yn teimlo bod y gostyngiadau'n ddigon sylweddol.

Pan oeddwn i'n gweithio yn fy hen swydd, roeddwn i'n teimlo fy mod i'n talu cymaint, roedd yn rhaid i mi ddal trên ac wedyn bws i gyrraedd y gwaith. . . . Mae [Cerdyn Rheilffordd 16-25] yn sicr yn helpu, ond ar yr un pryd mae'n dal i gronni ar ôl ychydig. Bydd yn helpu am gyfnod, ond os ydych chi'n teithio bob dydd, mae'n dal i gostio lot. (cyfranogwr NEET, 19-24 oed)

Gall yr adborth hwn dynnu sylw at fwlch rhwng y cymorth sydd ar gael ac anghenion gwirioneddol pobl ifanc, yn enwedig o ran rheoli costau teithio.

Mynegodd cyfranogwyr ifanc o ardaloedd gwledig amheuon ynghylch effaith y cymorth sydd ar gael ar hyn o bryd. Yn eu tyb nhw, ni fyddai'r mesurau sydd ar waith yn gwella eu sefyllfa'n sylweddol oherwydd yr heriau unigryw a achosir gan seilwaith trafnidiaeth wledig, a oedd yn aml yn cynnwys gwasanaethau llai aml a phellteroedd teithio hirach.

Roedd yr arolwg yn ategu llawer o'r wybodaeth a ddaeth o'r grwpiau ffocws:

Cyfyngiadau oedran a chymhwysedd

Roedd llawer o bobl ifanc yn canfod nad oeddent yn gymwys ar gyfer y cynlluniau oherwydd cyfyngiadau oedran, gyda 51% dros y terfyn oedran ar gyfer Fy Ngherdyn Teithio a 10% yn agos at y terfyn oedran ar gyfer Cerdyn Rheilffordd TrC.

Hwylustod a hygyrchedd

Adroddwyd bod hwylustod trenau a bysiau yn peri pryder - gyda 19% yn canfod nad oedd trenau, a 12% yn canfod nad oedd bysiau - yn cyd-fynd â'u hanghenion, naill ai oherwydd lleoliad yr orsaf neu gyfyngiadau o ran llwybrau. Roedd trafnidiaeth gyhoeddus hefyd yn anghyfleus i'r rheini a oedd yn teimlo'i bod yn rhy bell o'u cartref (5%) neu'r rheini a oedd yn teimlo nad oedd yn diwallu eu hanghenion o ran cyrchfan (7%).

Dewisiadau eraill o ran trafnidiaeth

Roedd gan gyfran o bobl ifanc ffyrdd eraill o deithio, gyda 5% yn gyrru yn hytrach na defnyddio'r cerdyn rheilffordd a 6% yn ffafrio gyrru yn lle defnyddio'r drafnidiaeth gyhoeddus a ddarperir gan sefydliadau addysgol. Roedd agosrwydd at addysg hefyd yn lleihau'r angen am drafnidiaeth gyhoeddus i rai, gyda 4% yn dweud bod modd cerdded i'r coleg neu brifysgol.

Mae'r rhesymau hyn yn adlewyrchu anghenion ac amgylchiadau amrywiol pobl ifanc, sy'n awgrymu, er bod cynlluniau trafnidiaeth o fudd i rai, efallai nad ydynt yn mynd i'r afael â'r heriau ehangach y mae pob person ifanc yn eu hwynebu o ran cael mynediad at drafnidiaeth gyfleus a chost-effeithiol.

Gwelliannau a awgrymwyd i gefnogaeth gyda thrafnidiaeth

Awgrymodd y bobl ifanc a gymerodd ran yn nhrafodaethau'r grŵp ffocws amrywiaeth o welliannau a allai helpu i wella'r gefnogaeth gyda thrafnidiaeth i bobl fel nhw:

- Yr angen i godi ymwybyddiaeth am y gefnogaeth sydd ar gael ar hyn o bryd, gan nad yw llawer o bobl ifanc yn ymwybodol o'r gostyngiadau teithio a gynigir.
- Consesiynau pellach neu newydd ar gostau teithio, yn enwedig i'r rheini ag anghenion penodol, fel unigolion di-waith sy'n mynd i gyfweliadau swydd, prentisiaid incwm isel, teithwyr rheolaidd.
- Gwasanaethau trafnidiaeth gyhoeddus mwy dibynadwy i osgoi tarfu ar eu taith ddyddiol.
- Mwy o seddi ar gael i bobl ifanc anabl neu'r rheini sy'n wynebu gorbryder wrth deithio.
- Gwybodaeth ddibynadwy ar-lein ynghylch amserlenni bysiau i helpu pobl ifanc i gynllunio eu teithiau'n fwy effeithiol.

Wyddwn i ddim bod modd i mi gael disgownt ar deithio... Ond mae'n debyg fy mod i'n gallu. Felly rwy'n teimlo y gallen nhw ei wneud ychydig yn fwy amlwg i bobl. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 19-24 oed)

HYDER AC IECHYD MEDDWL

Mae **hyder ac iechyd meddwl** yn heriau sy'n bresennol drwy'r amser ym mywydau pobl ifanc heddiw. Rhy'r bennod hon ddealltwriaeth fanylach o'r rhwystrau a brofwyd gan y bobl ifanc a holwyd ac a gyfwelwyd.

Rôl hyder

Ni ellir tanbrisio'r effaith y mae hyder isel yn ei chael ar allu pobl ifanc i gyflawni eu dyheadau. **Dywedodd 76% o'r rhai a holwyd fod diffyg hyder yn rhwystr sylweddol i gyflawni eu nodau.**

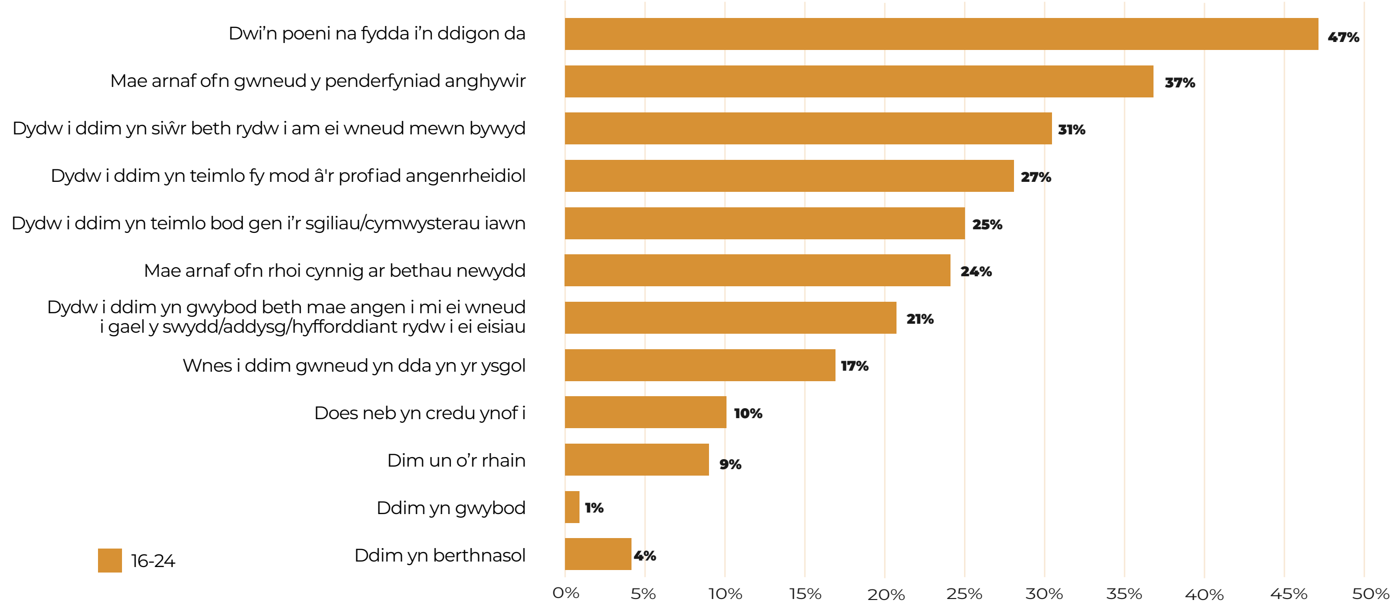
Roedd y mater hwn hyd yn oed yn fwy amlwg ymysg grwpiau penodol: Dywedodd 90% o'r ymatebwyr NEET, 86% o'r ymatebwyr benywaidd, ac 83% o'r ymatebwyr LHDTC+, fod diffyg hyder yn rhwystr mwy sylweddol na'r cyfartaledd. Mae'r ffigurau hyn yn gosod y llwyfan ar gyfer deall **rôl hanfodol** hyder ym mywydau a dyfodol pobl ifanc.

Ffactorau sy'n sbarduno diffyg hunanhyder

Wrth archwilio'r ffactorau sy'n cyfrannu at ddiffyg hunanhyder ymhlith pobl ifanc, daeth sawl pryder allweddol i'r amlwg.

Ffigur 11: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Ionawr 2023

Pa rai, os o gwbl, o'r datganiadau isod sy'n berthnasol i chi?



Roedd bron i hanner yr ymatebwyr (47%) yn **poeni nad oeddent yn "ddigon da".** Gwaethygwyd hyn gan yr ofn o wneud penderfyniadau anghywir, pryder a rennir gan dros draean (37%). Ar ben hynny, roedd 3 o bob 10 person ifanc (31%) yn wynebu **ansicrwydd ynghylch cyfeiriad eu bywyd,** ac roedd tua chwarter yn teimlo eu bod yn cael eu llesteirio gan ddiffyg profiad tybiedig neu'r sgiliau a'r cymwysterau priodol.

Roedd y sefyllfa o ran materion hunanhyder ymysg pobl ifanc yn amrywio'n sylweddol ar draws demograffeg a rhanbarthau amrywiol. Roedd tua 1 o bob 2 ymatebydd ifanc a holwyd yn Ne Cymru yn poeni na fyddant yn ddigon da (53%) o'i gymharu â chyfradd sylweddol is o 35% ar draws gweddill y wlad. Roedd yr unigolion ifanc a holwyd yn Ne Cymru hefyd ddwywaith yn fwy tebygol o ofni gwneud y penderfyniad anghywir (45%) na'r rhai ar draws Gogledd, Canolbarth a Gorllewin Cymru (22%). **Roedd gwahaniaethau rhwng y rhywiau hefyd yn nodedig;** roedd mwy o ofn profiadau newydd ymysg ymatebwyr benywaidd ac roeddent yn fwy ansicr ynghylch y camau y mae angen eu cymryd i gyflawni'r nodau a ddymunir. Ymysg grwpiau oedran, roedd pobl ifanc rhwng 16 a 18 oed yn poeni mwy am wneud penderfyniadau anghywir nag unigolion hŷn, a allai adlewyrchu'r pwysau a'r ansicrwydd sylweddol sy'n wynebu unigolion iau ar adegau gwneud penderfyniadau allweddol. Wrth i unigolion heneiddio, mae'n ymddangos eu bod yn cael mwy o brofiad a phersbectif, sy'n arwain at fwy o hyder ac ymdeimlad o ddoethineb yn eu dewisiadau.

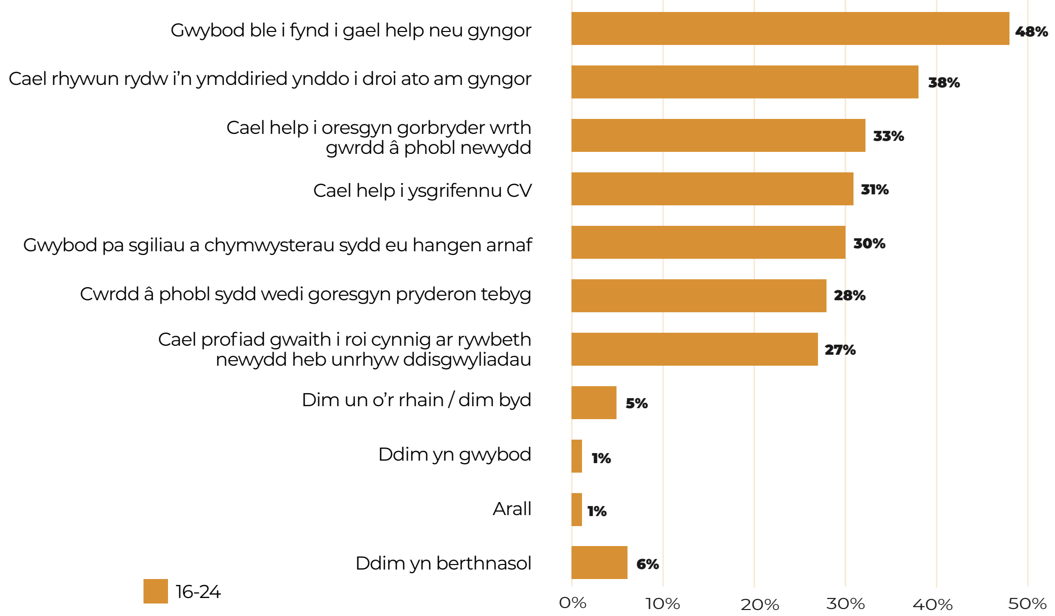
I'r ymatebwyr ifanc NEET, roedd yr heriau'n fwy amlwg. Roeddent 42% yn fwy tebygol na'r rhai mewn addysg, cyflogaeth neu hyfforddiant i amau eu digonolrwydd ac 111% yn fwy tebygol o fod yn ansicr ynghylch yr hyn roedd ei angen i gyflawni eu hamcanion gyrfa neu addysg. Ar ben hynny, roedd ymatebwyr LHDTC+ yn llawer mwy tebygol na'r cyfartaledd i gael anhawster â theimladau o annigonolrwydd ac ofn gwneud penderfyniadau anghywir. Mae'r rhain yn paentio darlun o'r **heriau amrywiol a chymhleth** sy'n effeithio ar hunanhyder pobl ifanc.

Ffynonellau hunanhyder

I bobl ifanc, roedd prif ffynonellau hunanhyder yn deillio o'r **gefnogaeth a'r anogaeth** a gawsant gan eraill, yn enwedig gan **ffrindiau a theulu.** Y tu hwnt i'r cadarnhad allanol hwn, roedd tua thraean o bobl ifanc yn magu hyder drwy lwyddiant academaidd a thrwy gael cymorth gyda cheisiadau a chyfweliadau.

Ar wahân i nodi'r ffactorau a oedd eisoes yn gwneud iddynt deimlo'n hyderus, fe wnaethom hefyd ofyn i bobl ifanc beth arall, yn eu barn nhw, allai wella eu hyder.

Ffigur 12: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Ionawr 2023
Beth ydych chi'n meddwl fyddai'n helpu i wella eich hyder?



Roedd gwybod ble i ddod o hyd i gymorth neu gyngor a chael **unigolyn dibynadwy i ymgynghori ag ef** wedi ymddangos fel rhywbeth sy'n hanfodol i roi hwb i'w hyder. Yn ogystal â hynny, nodwyd bod helpu pobl ifanc i oresgyn pryder ynghylch cwrdd â phobl newydd (33%), helpu i ysgrifennu CV (31%), a'u helpu i nodi'r sgiliau a'r cymwysterau angenrheidiol (30%) yn ffyrdd effeithiol o wella eu hyder. Mae'r canfyddiadau hyn yn dangos natur amlochrog magu hunanhyder ymysg pobl ifanc, gan dynnu sylw at bwysigrwydd **perthnasoedd cefnogol ac arweiniad ymarferol** i'w helpu i ddod o hyd i'w ffordd ar y llwybr tuag at lwyddiant.

Iechyd meddwl

Adroddodd bron i hanner yr ymatebwyr heriau iechyd meddwl sylweddol, gydag 20% wedi cael diagnosis swyddogol a 24% arall yn cydnabod bod eu hiechyd meddwl yn dioddef. Roedd ymatebwyr benywaidd yn **fwy rhagweithiol na rhai gwrywaidd** o ran gofyn am gymorth gan ffrindiau a theulu, ac roeddent dair gwaith yn fwy tebygol o gael diagnosis ffurfiol. Mewn cyferbyniad, roedd ymatebwyr gwrywaidd yn aml yn cydnabod yr angen am help ond yn **llai tebygol o ofyn amdano.**

> **Wnes i erioed ofyn amdano, ond mae'n debyg y dylwn i fod wedi gwneud hynny. Ond wnes i ddim. . . . Yn amlwg doeddwn i ddim eisiau. Mae'n siŵr y gallwn i fod wedi, ac y byddai wedi helpu, ond wnes i ddim. Doeddwn i ddim yn y coleg yn hir iawn chwaith. (cyfranogwr NEET, 19-24 oed)**

Ymysg yr ymatebwyr NEET, roedd 37% wedi cael diagnosis ffurfiol o gyflwr iechyd meddwl, ac roedd 27% wedi gofyn am gymorth proffesiynol, **cyfraddau sy'n sylweddol uwch nag ymatebwyr mewn EET,** gyda dim ond 20% o'r rheini wedi cael diagnosis a 17% wedi gofyn am gymorth proffesiynol. Mae'r gwahaniaethau hyn yn amlygu sut gall iechyd meddwl gwael fod yn rhwystr sylweddol i gael mynediad at, neu gynnal, addysg, cyflogaeth a hyfforddiant.

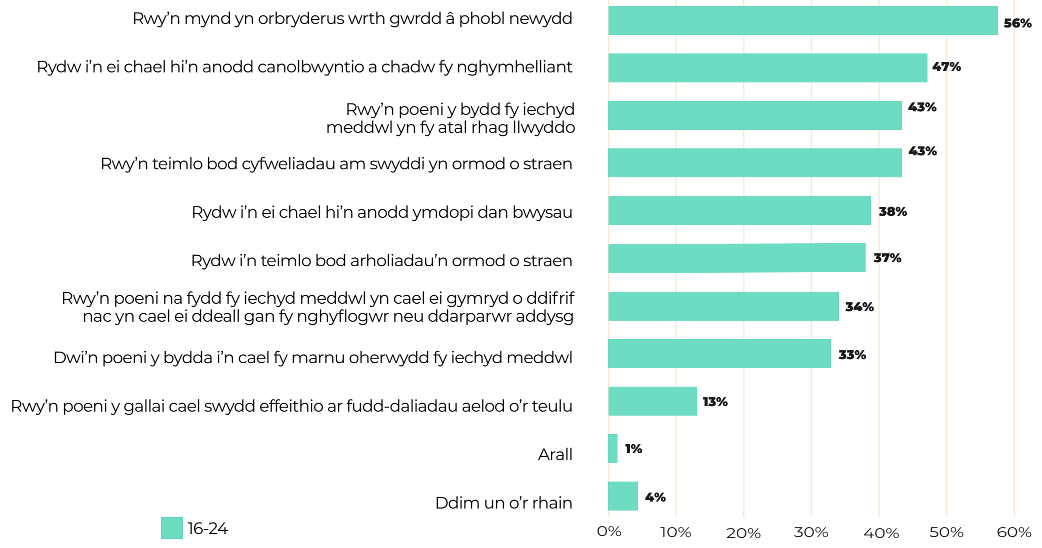
Yn ddaearyddol, dywedodd tua 1 o bob 4 ymatebydd ifanc ar draws pob rhanbarth yng Nghymru fod eu hiechyd meddwl yn dioddef. Fodd bynnag, roedd yr unigolion a holwyd yng Ngogledd, Canolbarth a Gorllewin Cymru oddeutu hanner mor debygol o gysylltu â ffrindiau/teulu am gymorth ar gyfer eu hiechyd meddwl (15% o'i gymharu â 28%) ac yn gyffredinol yn llai tebygol o ofyn am gymorth proffesiynol (15% o'i gymharu â 23%).

Roedd ymatebwyr LHDTC+ tua dwywaith yn fwy tebygol o gael diagnosis o gyflwr iechyd meddwl ac o fod wedi gofyn am gymorth proffesiynol na'r rhai nad oeddent yn ystyried eu hunain yn LHDTC+.

Dywedodd 60% o bobl ifanc fod eu hiechyd meddwl yn effeithio'n sylweddol arnynt wrth chwilio am swyddi, addysg neu hyfforddiant, naill ai bob amser neu weithiau. Mae'r ffigur hwn yn codi'n ddramatig i 83% ymysg ymatebwyr LHDTC+ ac ymatebwyr NEET, a 92% ar gyfer ymatebwyr anabl, sydd tua dwywaith yn fwy tebygol o ystyried bod eu hiechyd meddwl yn rhwystr cyson.

Ffigur 13: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Ionawr 2023

Rhesymau pam fod iechyd meddwl pobl ifanc yn ei gwneud yn anoddach iddynt gael y swydd, yr addysg neu'r hyfforddiant roeddent ei eisiau.



Nododd dros hanner y rhai yr effeithiwyd arnynt gan broblemau iechyd meddwl **mai cwrdd â phobl newydd** (56%) sy'n eu poeni fwyaf. Roedd bron i hanner yn cael trafferth gyda **chymhelliant a chanolbwyntio** (47%), ac roedd 43% **yn teimlo dan straen gyda chyfweliadau** ac yn ofni y bydd eu hiechyd meddwl yn rhwystro eu llwyddiant.

> **Gall y broses gyfweld fod yn eithaf brawychus. Dydy o ddim yn rhywbeth dwi erioed wedi bod yn rhyw hoff iawn ohono. Rwy'n gwybod mai'r nod yw gweld sut rydych yn ymateb yn y fan a'r lle, ond i fod yn onest dydw i ddim yn un da am wneud hynny. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)**

Hefyd, roedd tua thraean yn poeni am **gael eu beirniadu neu am beidio â chael eu cymryd o ddifrif** mewn lleoliadau gwaith neu addysg oherwydd eu hiechyd meddwl.

Yn gyffredinol, roedd ymatebwyr benywaidd yn poeni mwy am gwrdd â phobl newydd, tra bod ymatebwyr NEET yn cael trafferth gyda chymhelliant a chanolbwyntio, ac yn ofni cael eu beirniadu am eu hiechyd meddwl. Roedd ymatebwyr LHDTC+ wedi profi ystod eang o'r pryderon hyn, sy'n golygu mai nhw yw'r ddemograffig y mae materion iechyd meddwl yn effeithio fwyaf arnynt.

Enghreifftiau o sefyllfaoedd sy'n effeithio ar iechyd meddwl pobl ifanc

Thema a gododd dro ar ôl tro yn ystod y sgyrsiau â phobl ifanc oedd **effaith ddifrifol poeni am arholiadau,** gyda llawer yn mynegi'r **pwysau aruthrol** maent yn ei deimlo i ragori'n academaidd a mynd i'r brifysgol.

> **Mae cymaint o bwysau hefyd ar bobl ifanc. O mae'n rhaid i chi gael As, Bs ac Cs i fynd i lefydd. [Gwnaeth i mi deimlo] fatha [c****]. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 19-24 oed)**

Nid oedd y pwysau wedi'i gyfyngu i'w diddordebau academaidd ond roedd yn ymestyn i'w **rhyngweithio cymdeithasol,** lle'r oedd dychwelyd i amgylcheddau cymdeithasol ar ôl COVID-19 wedi achosi straen i rai.

Ar ben hynny, roedd yn ymddangos fel petai'r oes ddigidol wedi **gwaethygu hunanamheuaeth,** a oedd yn aml yn cael ei ddwysáu gan natur dreiddiol y **cyfryngau cymdeithasol.** Roedd unigolion ifanc yn aml yn **cymharu eu hunain â'u cyfoedion,** gan arwain at gred bod eraill yn fwy cymwys neu'n fwy addas ar gyfer y rolau maent yn ymgeisio amdanynt.

> **Mae pethau mor gystadleuol, gyda phawb yn defnyddio'r cyfryngau cymdeithasol gymaint ar hyn o bryd, ac rydych chi'n gweld pobl yn gwneud yn well na chi. Felly mae'n chwarae ar eich meddwl nad ydych chi'n gwneud mor dda â rhywun arall. Felly mae'n rhywbeth sydd efallai'n eich atal rhag cael y cymwysterau cyn i chi gael swydd hyd yn oed. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 19-24 oed)**

Roedd yr her o **gydbwyso llwyth gwaith trwm ag ymrwymiadau addysg a hyfforddiant** hefyd yn gryn straen ar iechyd meddwl pobl ifanc. Nododd rhai deimladau o dangyflawniad a'r pryder parhaus nad ydynt efallai'n gwneud y penderfyniadau iawn ynghylch eu dyfodol.

> **Mae'n rhaid i chi gael graddau penodol felly rydych chi'n poeni am wneud yn siŵr eich bod yn cael y rheini er mwyn gallu bwrw 'mlaen. Ac yna ceisio dod o hyd i'r amser i astudio a phopeth, os oes gennych chi swydd ran-amser. Felly ie, roeddwn i'n teimlo bod hynny'n straen mawr arna i. (cyfranogwr NEET, 19-24 oed)**

Roedd yr **ansicrwydd a'r straen sy'n gysylltiedig â cholli swydd** yn dwysáu'r pryderon hyn, ac yn golygu bod llawer yn gorfod mynd i'r afael â'r cwestiwn 'beth nesaf?'.

Roedd y **system gymorth** (neu'r diffyg cymorth tybiedig) hefyd yn ffactor allweddol a oedd yn effeithio ar iechyd meddwl pobl ifanc. Soniodd rhai pobl ifanc am brofiadau gwael gyda gwasanaethau cymorth addysgol a chefnogaeth annigonol gan gyflogwyr:

> **Roeddwn i'n cael trafferth yn yr ysgol uwchradd a wir ddim yn mwynhau'r profiad - doeddwn i ddim yn teimlo'n gyfforddus yno am fy mod yn cael fy meirniadu ac ati am fod gen i anhwylder prosesu. Ac weithiau doedd rhai o'r athrawon ddim yn rhoi'r gefnogaeth roeddwn ei hangen. Roedd yn rhaid i fy rhieni geisio siarad â'r athrawon ar fy rhan am nad oeddwn i'n or-hoff o godi'r mater. (cyfranogwr NEET, 19-24 oed)**

Yn ogystal â hynny, roedd y frwydr i **reoli amser astudio wrth weithio** yn rhwystr cyffredin, gyda llawer yn dweud bod angen strwythurau cymorth mwy hyblyg a chydymdeimladol mewn lleoliadau addysg a gwaith.

Profiadau cymorth cadarnhaol

Nododd rhai cyfranogwyr gamau a gymerwyd gan eu sefydliadau addysgol a'u cyflogwyr i gefnogi lles meddyliol. Roedd y rhain yn cynnwys:

- Hyrwyddo'r gwasanaethau cymorth sydd ar gael
- Cyflogi hyfforddwyr bugeiliol i roi arweiniad a chymorth
- Cynnig gwasanaethau cwnsela yn dilyn profedigaeth
- Rhoi rhaglenni hyfforddi cefnogaeth gan gymheiriaid ar waith
- Darparu mannau pwrpasol ar gyfer lles meddyliol
- Cynnig sesiynau cwnsela yn yr ysgol a sgyrsiau agored gydag athrawon fel cymorth ychwanegol
- Defnyddio Zoom ar gyfer cymorth iechyd meddwl hygyrch
- Mentrau iechyd meddwl yn y gweithle, fel meithrin diwylliant agored
- Darparu mynediad at staff iechyd meddwl penodol yn y gweithle
- Cynnig gwasanaethau cwnsela ar-lein ddydd a nos
- Prifysgolion yn cynnig cymorth yn ystod y pandemig i fynd i'r afael ag iechyd meddwl myfyrwyr

Hefyd nodwyd rôl teulu cefnogol, cymryd rhan mewn gweithgareddau corfforol a cherddoriaeth fel strategaethau lles personol.

> **Mae gynnon ni bobl iechyd meddwl yn fy ngholeg, felly dwi'n teimlo eu bod nhw'n gwneud digon...Maen nhw'n gwisgo bathodynnau gwahanol...felly mae pobl yn gwybod pwy ydyn nhw. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)**

Ymatebion i'r gefnogaeth bresennol

Dywedodd y rhan fwyaf o'r cyfranogwyr **nad oeddent yn ymwybodol o'r cymorth iechyd meddwl a lles** fgan Lywodraeth Cymru a sefydliadau eraill a ddangoswyd yn ystod y drafodaeth. Ar y cyfan, ar ôl gweld y cymorth a oedd ar gael, roeddent yn teimlo bod llawer iawn yn cael ei wneud. Fodd bynnag, roedd rhai cyfranogwyr yn teimlo **bod angen gwneud mwy i godi ymwybyddiaeth.**

Er nad oedd yr un o'r cyfranogwyr yn ymwybodol o'r Pecyn Cymorth Iechyd Meddwl, buan iawn y gwnaethant gydnabod ei fanteision posibl. Roedd y cyfranogwyr ifanc yn gwerthfawrogi ei bod yn hawdd cael gafael ar y pecyn ar-lein, a oedd yn fantais sylweddol i'r rheini a oedd yn ei chael hi'n anodd siarad â rhywun am eu hiechyd meddwl.

> **O brofiad personol dydw i ddim yn meddwl y byddwn i'n hapus siarad â rhywun nad oeddwn i'n ei adnabod. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 19-24 oed)**

Ystyriwyd hefyd bod y sylw cynhwysfawr i bynciau perthnasol yn y pecyn yn nodwedd gadarnhaol, a nodwyd y gallai fod yn **adnodd gwerthfawr** ar gyfer ystod eang o faterion iechyd meddwl. Er gwaethaf y manteision tybiedig hyn, mynegodd rhai cyfranogwyr **bryderon ynghylch fformat y pecyn,** a allai olygu cryn dipyn o ddarllen - ac fe allai hynny arwain at ormod o wybodaeth.

> **Dwi'n meddwl ei fod yn golygu darllen llawer. I rywun â phroblemau iechyd meddwl, dydw i ddim yn credu y byddai eisiau eistedd yno a darllen pentwr o wybodaeth. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 19-24 oed)**

Roedd hefyd **ddiffyg ymwybyddiaeth** ymysg y cyfranogwyr o ran y cyllid ar gyfer cymorth iechyd meddwl mewn colegau addysg bellach. Fodd bynnag, roedd y cyfranogwyr yn croesawu'r newyddion am **fuddsoddi mewn cymorth i ddysgwyr,** ac roedd llawer yn cytuno y byddai wedi bod yn fuddiol yn ystod eu blynyddoedd yn y coleg.

Fodd bynnag, roedd rhai cyfranogwyr yn teimlo'n **anghyfforddus trafod materion iechyd meddwl** gydag aelodau o staff nad oeddent yn gyfarwydd â nhw, a dywedodd rhai pobl ifanc y byddai'n well ganddynt gael mathau o gymorth mwy anffurfiol a hygyrch. Ar ben hynny, mynegodd un person ifanc bryder bod cymorth fel petai'n canolbwyntio mwy ar ddysgwyr hŷn yn yr ysgol/coleg yn hytrach na chynnwys dysgwyr iau a allai ei chael yn anoddach ddod ymlaen â phroblem.

> **Rwy'n teimlo gydag iechyd meddwl bod yn rhaid i chi helpu eich hun cyn unrhyw beth arall. Rydych chi'n gweld llawer o bobl yn dioddef â'u hiechyd meddwl ond ddim hyd yn oed yn siarad amdano nac yn dweud dim amdano. Felly maen nhw'n gwario'r arian, rydych chi angen casglu pobl ynghyd i siarad amdano yn y lle cyntaf er mwyn iddyn nhw gael yr help maen nhw ei angen. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 19-24 oed)**

> **Cynlluniau yn yr ysgol a fyddai'n rhoi sicrwydd i ddisgybl nad yw ei fywyd ar ben os nad yw'n gwneud yn dda. . . . Rwy'n teimlo fel y peth hwnnw sy'n cael ei wthio gryn dipyn ac mae hynny'n rhoi pwysau arnoch chi. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)**

> **Maen nhw'n dweud eu bod nhw am wneud mwy i ddweud wrth bobl ifanc am y cymorth sydd ar gael, ond dylen nhw fod yn gwneud hynny'n barod. Does dim pwynt dod â mwy o bethau allan os nad ydych chi'n dweud wrth bobl am y pethau sydd gennych chi'n barod. (cyfranogwr NEET, 19-24 oed)**

Awgrymodd rhai pobl ifanc syniadau yn amlinellu sut i **wella'r gefnogaeth bresennol:**

- Codi ymwybyddiaeth o'r cymorth sydd ar gael, gan gynnwys y llwybrau i gael gafael arno.
- Gwneud i'r cymorth deimlo'n arferol ac anffurfiol, fel bod pobl yn teimlo'n fwy cyfforddus eu defnyddio
- Dal i normaleiddio gofyn am help gydag iechyd meddwl fel bod pobl yn teimlo'n hyderus i ofyn amdano.
- Cynnig cymorth un-i-un wedi'i deilwra'n well yn yr ysgol, a'i gynnig i bawb.
- Cynnig cymorth wedi'i deilwra i helpu i wneud penderfyniadau, er mwyn lleddfu pryder yn y maes hwn.
- Hyrwyddo llwybrau amgen fel bod y rhai sy'n cael trafferth â phroblemau iechyd meddwl yn gysylltiedig ag arholiadau yn ymwybodol o'r opsiynau eraill sydd ar gael.
- Gwneud yn siŵr bod dysgwyr iau yn yr ysgol yn teimlo eu bod yn cael eu cefnogi (h.y., nid dim ond y rheini sydd wedi cyrraedd y blynyddoedd olaf yn yr ysgol).

02
ARCHWILIO CYFNODAU PONTIO ALLWEDDOL

Er mwyn cefnogi pobl ifanc yng Nghymru yn effeithiol i gyflawni eu nodau mewn addysg, cyflogaeth a hyfforddiant, mae'n bwysig ymchwilio i'w profiadau yn ystod y cyfnodau pontio hollbwysig ar ddiwedd Blwyddyn 11 a Blwyddyn 13.

YMWYBYDDIAETH O OPSIYNAU

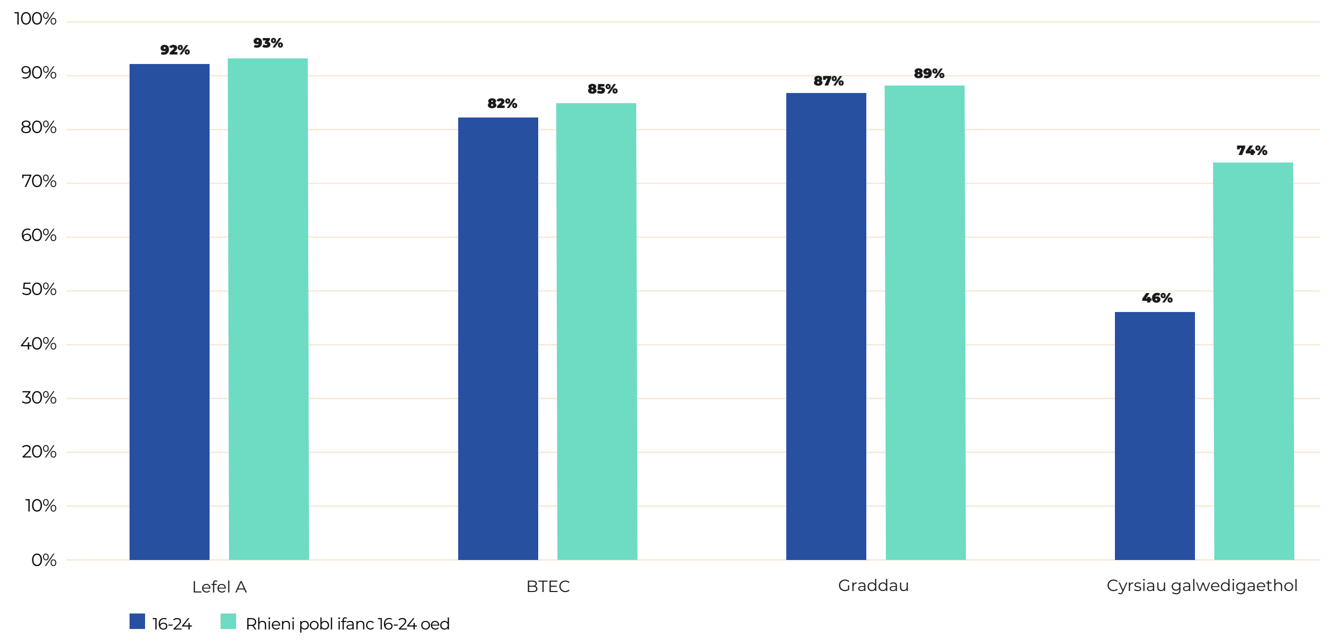
Roedd ein harolwg meintiol yn ceisio datgelu ymwybyddiaeth pobl ifanc a'u rhieni/gofalwyr o'r cymwysterau a'r rhaglenni / ymyriadau sydd ar gael i bobl ifanc.

Fel y gwelir yn y graff isod, roedd lefelau **ymwybyddiaeth uchel a thebyg** o'r rhan fwyaf o gymwysterau ymysg pobl ifanc rhwng 16 a 24 oed a'u rhieni/gofalwyr, gyda thua 9 o bob 10 wedi clywed am gymwysterau Safon Uwch a graddau, ac oddeutu 8 o bob 10 yn gwybod am gymwysterau BTEC.

Fodd bynnag, roedd rhieni'n llawer mwy tebygol o fod wedi clywed am **gyrsiau galwedigaethol** o'u cymharu â phobl ifanc (74% o'i gymharu â 46% yn y drefn honno). Gallai'r gwahaniaeth yn y nifer a oedd wedi clywed am gyrsiau galwedigaethol awgrymu bod **diffyg dealltwriaeth** o BTEC fel cymhwyster galwedigaethol.

Ffigur 14: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Mehefin 2023

Pa rai, os o gwbl, o'r cymwysterau canlynol ydych chi wedi clywed amdanynt?



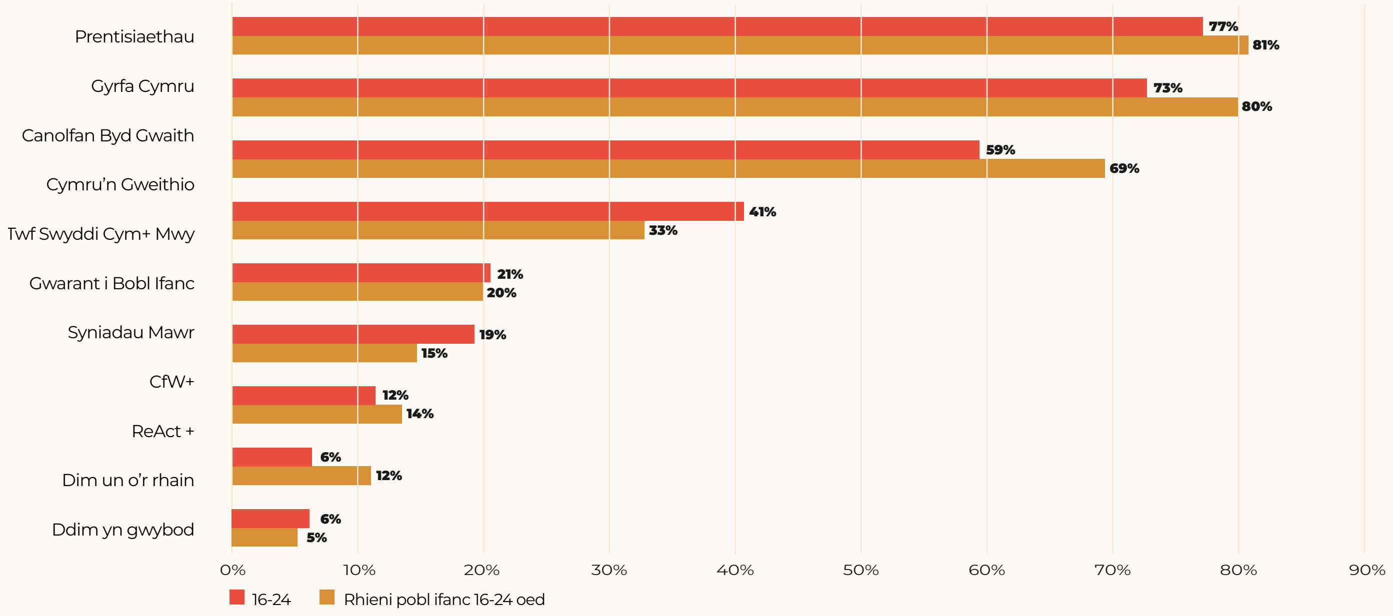
Roedd yn ymddangos bod rhieni'n gwybod mwy am y llwybr hwn, gyda 74% yn ymwybodol o gyrsiau o'r fath, gyda dim ond **46% o'r bobl ifanc rhwng 16 a 24 oed a holwyd wedi clywed am y term.**

Roedd lefelau ymwybyddiaeth o raglenni / ymyriadau fwy neu lai'n debyg rhwng pobl ifanc a rhieni, gyda Cymru'n Gweithio, TSC+Mwy, YPG a ReAct+ fymryn yn uwch ymysg pobl ifanc rhwng 16 a 24 oed:

Roedd lefelau ymwybyddiaeth o raglenni / ymyriadau fwy neu lai'n debyg rhwng pobl ifanc a rhieni, gyda Cymru'n Gweithio, TSC+Mwy, YPG a ReAct+ fymryn yn uwch ymysg pobl ifanc rhwng 16 a 24 oed:

Ffigur 15: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Mehefin 2023

A pha rai o'r rhaglenni/ ymyriadau canlynol, os o gwbl, sy'n gallu helpu i gefnogi pobl ifanc gyda'u haddysg, eu hyfforddiant neu eu cyflogaeth ydych chi wedi clywed amdanynt?



CYFNOD PONTIO BLWYDDYN 11

Dyheadau Pobl Ifanc

Yn ystod cyfnod pontio Blwyddyn 11, roedd cyfranogwyr ifanc yng Nghymru yn **dangos ystod amrywiol o ddyheadau a phrofiadau.**

Dyheadau penodol iawn

Roedd gan rai **nodau gyrfa clir ac uchelgeisiol** mewn golwg, fel gweithio i gwmnïau rhyngwladol mawr fel Lego, dod yn awduron, dylunwyr gemau neu'n chwaraewyr pêl-droed proffesiynol, ond roeddent yn aml yn ystyried bod y breuddwydion hyn yn afrealistig ac yn wynebu heriau amrywiol wrth eu dilyn.

> **Fy swydd ddelfrydol fyddai bod yn awdur enwog, ac ar hyn o bryd rwy'n chwilio am swydd mewn siop. (Grŵp pobl ifanc anabl, 19-24 oed)**

Er bod llawer o'r unigolion penderfynol hyn wedi dewis cyrsiau perthnasol mewn addysg neu hyfforddiant i gyd-fynd â'u dyheadau, canfu rhai yn nes ymlaen **nad oedd eu dewisiadau cychwynnol yn gweddu,** ac roedd hynny wedi arwain at newid cyrsiau neu hyd yn oed roi'r ffidil yn y to. Ar y llaw arall, roedd is-set o gyfranogwyr wedi aros mewn addysg oherwydd **pwysau gan gyfoedion** neu ddewisiadau teuluol, heb roi llawer o ystyriaeth i'r llwybrau amgen.

Dyheadau ariannol

Dangosodd nifer fach o gyfranogwyr ffocws cryf ar annibyniaeth ariannol fel eu prif nod ar ôl Blwyddyn 11. Nod y grŵp hwn, a oedd yn cynnwys cyfranogwyr gwrywaidd yn bennaf, oedd gwneud arian drwy amrywiol ddulliau, gan gynnwys hunangyflogaeth mewn meysydd fel gwaith barbwr.

> **Dechreuais fusnes pan oeddwn i'n 17 oed a dyna dwi wedi bod yn ei wneud fyth ers hynny. . . . Roeddwn i'n mwynhau gwneud arian fy hun yn hytrach na gweithio i rywun. Sylweddolais hynny pan ddechreuais weithio. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 19-24 oed)**

Roedd rhai hyd yn oed yn ystyried bod gwneud arian yn ffordd o allu fforddio dychwelyd i fyd addysg; mae hynny'n tynnu sylw at ryng-gysylltiad sefydlogrwydd ariannol a dewisiadau addysgol.

Dyheadau aneglur

Mewn cyferbyniad â hynny, roedd llawer o'r cyfranogwyr **yn teimlo'n ansicr ynghylch eu llwybrau neu ddiddordebau yn y dyfodol** yn ystod Blwyddyn 11.

> **Rwy'n credu mai'r prif beth i mi hefyd oedd peidio â gwybod beth i'w wneud. Ddim yn gwybod pa lwybr gyrfa i'w ddilyn. Dydw i ddim yn teimlo bod digon o gymorth, rydych chi jest yn cael eich gwthio i mewn iddo. . . mae pawb fel petai'n teimlo y dylech wybod beth rydych chi eisiau ei wneud. (cyfranogwr NEET, 19-24 oed)**

Roedd llawer yn teimlo **bod yr adeg hon yn rhy gynnar i wneud penderfyniadau pendant am eu gyrfa,** ac roedd rhai'n priodoli eu hansicrwydd i'r heriau a wynebwyd wrth gael eu haddysgu gartref yn ystod **pandemig COVID-19,** a oedd wedi cyfyngu ar eu cysylltiad â'r arweiniad a oedd ar gael yn yr ysgol. Roedd un cyfranogwr yn wynebu cael ei ddiarddel yn barhaol o'r ysgol, a dywedodd mai ychydig iawn o gefnogaeth a gafodd - bu'n rhaid iddo wedyn ymgodymu ag ansicrwydd o ran y camau nesaf.

Camau nesaf y bobl ifanc

Astudio Safon Uwch oedd y cam nesaf mwyaf tebygol ar ôl Blwyddyn 11 i'r mwyafrif llethol a arolygwyd (70%), **sy'n dangos pa mor gyffredin yw dilyn llwybrau traddodiadol yn yr oedran hwn.** Yr ail gam mwyaf poblogaidd ymysg ymatebwyr i'n harolwg oedd swydd lawn amser, gydag 1 o bob 10 (9%) wedi dewis dilyn y llwybr hwn. Ymysg y rhai a holwyd, dim ond 6% oedd wedi dewis (neu a oedd yn bwriadu dewis) cymhwyster galwedigaethol, a dim ond 3% oedd wedi dewis prentisiaeth. Serch hynny, mae data o flwyddyn academaidd 21/22 a gyhoeddwyd gan Llyw.Cymru yn dangos bod gwir gyfraddau pobl ifanc yng Nghymru sy'n dilyn cymwysterau galwedigaethol (naill ai'n llawn amser neu'n rhan-amser) ar ôl Blwyddyn 11 yn llawer uwch, sef 36%.

Er bod y sampl yn fach a dylid ei drin yn ofalus, roedd rhai **gwahaniaethau demograffig** i'w nodi. Roedd ymatebwyr gwrywaidd yn fwy tebygol o ddewis swydd lawn amser (14%) o'i gymharu ag ymatebwyr benywaidd (3%), tra roedd ymatebwyr benywaidd yn fwy tueddol o ddewis dysgu galwedigaethol (7%) o'i gymharu ag ymatebwyr gwrywaidd (2%).

At hynny, **datgelodd gwahaniaethau graddau cymdeithasol** fod ymatebwyr o grwpiau cymdeithasol ac economaidd uwch (ABC1) yn fwy tebygol o fynd i chweched dosbarth ysgolion (61%) nag ymatebwyr o grwpiau cymdeithasol ac economaidd is (C2DE) (34%). Ar y llaw arall, roedd ymatebwyr o grwpiau cymdeithasol ac economaidd is (C2DE) yn fwy tebygol o gael swydd lawn amser (15%) a swydd ran-amser (8%) o'i gymharu ag ymatebwyr o grwpiau cymdeithasol ac economaidd uwch (ABC1) (2% a 3% yn y drefn honno). Roedd ymatebwyr o grwpiau cymdeithasol ac economaidd is (C2DE) hefyd yn fwy tueddol o ddewis dysgu galwedigaethol (7%) o'i gymharu â grwpiau cymdeithasol ac economaidd uwch (ABC1) (1%).

Ffynonellau cyngor

Roedd ffynonellau cyngor a chyfarwyddyd amrywiol yn chwarae **rhan allweddol** o ran dylanwadu ar benderfyniadau cyfranogwyr ifanc yn ystod eu cyfnod pontio.

Ffynonellau cyngor ffurfiol

Daeth athrawon ysgol i'r amlwg fel unigolion dylanwadol, yn enwedig o ran cynghori myfyrwyr i barhau â'u haddysg a pharhau â Safon Uwch. Roeddent yn cynnig cymorth gwerthfawr yn ystod nosweithiau'r chweched dosbarth, gan roi llwyfan i fyfyrwyr drafod pynciau o ddiddordeb ac archwilio llwybrau academaidd posibl.

> **Dwi'n meddwl eu bod nhw'n ein paratoi ar ei gyfer. Yr eiliad rydych chi'n dechrau ym Mlwyddyn 11 maen nhw'n dechrau siarad am yr hyn rydych chi am ei wneud nesaf a ble rydych chi eisiau mynd, ac a ydych chi am fynd i'r Chweched Dosbarth i wneud Safon Uwch, ydych chi am fynd i'r coleg i wneud eich Safon Uwch, neu a ydych chi am ddilyn llwybr hollol wahanol a mynd i'r coleg. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 19-24 oed)**

Fodd bynnag, mae'n bwysig nodi na chafodd pob cyfranogwr arweiniad gyrfaol cynhwysfawr gan eu hysgolion, **gyda rhai'n teimlo bod y sefydliadau addysgol wedi blaenoriaethu llwyddiant mewn arholiadau dros gynnig arweiniad ar opsiynau gyrfa amrywiol.**

> **Pan oeddwn i yn yr ysgol roedd gennym gynghorydd gyrfaoedd ond doedden ni byth yn ei gweld hi mewn gwirionedd, ond fe wnaethon nhw ein gorfodi i wneud prawf gyrfaoedd i weld pa yrfaoedd fyddai'n addas i ni. Yn amlwg, roeddem yn sefyll ein harholiadau ar y pryd, a doedd neb yn poeni rhyw lawer amdano. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)**

> **Mae'n rhoi straen arnoch gorfod meddwl am astudio ar gyfer eich arholiadau a gwneud yn siŵr eich bod yn gwneud eich gorau glas, a gorfod penderfynu beth i'w wneud nesaf, oherwydd mae'r cam nesaf hwnnw'n golygu penderfynu ar gyfeiriad eich bywyd mewn gwirionedd. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 19-24 oed)**

Mae ysgolion arbennig yn chwarae rhan benodol yn y gwaith o gefnogi myfyrwyr yn ystod eu blynyddoedd yn y chweched dosbarth drwy ddarparu amrywiaeth o gyrsiau, gan gynnwys cyfleoedd i archwilio gweithgareddau fel Gwobr Dug Caeredin a sgiliau bywyd. Nod y cynigion hyn yw helpu myfyrwyr i ddatblygu set sgiliau ehangach a darganfod eu diddordebau y tu hwnt i bynciau academaidd traddodiadol.

Mewn cyferbyniad â hynny, **roedd effeithiolrwydd y rhyngweithio â Gyrfa Cymru yn amrywio** ymysg cyfranogwyr, ac roedd y tarfu a achoswyd gan y pandemig wedi arwain weithiau at golli cyfleoedd i gael profiad gwaith.

> **Fe wnes i siarad â'r [Cynghorydd Gyrfaoedd] ddwywaith cyn rhoi cynnig ar drefnu cyfarfod arall […] ond roedd hi'n brysur, felly chefais i erioed gyfarfod arall gyda hi. (cyfranogwr NEET, 19-24 oed)**

Mewn un achos, fodd bynnag, helpodd Gyrfa Cymru gyfranogwr 16 oed i lunio cynllun B. Roedd yn awyddus i ymuno â'r fyddin, ond roedd problem iechyd yn golygu ei bod hi'n ansicr beth i'w wneud. Dywedodd Gyrfa Cymru y gallai fod yn rhan o'r lluoedd arfog drwy astudio i fod yn gyfreithiwr i'r fyddin:

> **Felly wedyn mi ddaeth pobl o Gyrfa Cymru i'r ysgol i siarad efo ni am be oedden ni eisiau ei wneud. Felly mi wnes i siarad efo hi amdano, ac oedd hi'n gofyn be arall o'n i'n meddwl ei wneud, a nes i feddwl am fod yn gyfreithiwr. Felly o'n i'n siarad efo hi, ac wedyn taswn i'n cael y cymwysterau i fod yn gyfreithiwr 'swn i'n gallu mynd i weithio fel cyfreithiwr yn y fyddin wedyn. Felly siaradais efo Mam amdano, ac fe wnaethon ni benderfynu gyda'n gilydd mai dyna'r ffordd orau i fi fynd ymlaen. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 16-18 oed)**

Ffynonellau cyngor anffurfiol

Roedd aelodau o'r teulu hefyd yn dylanwadu'n sylweddol ar benderfyniadau, ac yn cynnig argymhellion ac yn ymgymryd â gwaith ymchwil i arwain eu perthnasau ifanc.

> **Roedd [fy mam] yn help enfawr ac fe gynigiodd arweiniad gwych. Wedi dweud hynny, roeddwn i'n dal i deimlo fymryn yn ansicr oherwydd doedd dim arweiniad na chymorth proffesiynol o gwbl i wneud y penderfyniad [ar ba gwrs coleg i wneud cais amdano]. (cyfranogwr NEET, 19-24 oed)**

> **Doeddwn i ddim yn siŵr beth i'w wneud ar ôl gadael yr ysgol, ond fe wnes i brentisiaeth gwaith coed. . . . Dydw i ddim yn gwybod [pam fy mod i wedi dewis gwneud hynny]. Fy ewythr wnaeth ei argymell ac fe ddechreuais i o'r fan honno. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)**

Roedd ffrindiau'n chwarae rôl debyg, gyda rhai cyfranogwyr yn seilio eu dewisiadau ar argymhellion ffrindiau, fel dilyn cyrsiau neu gymwysterau penodol yn y coleg. Fodd bynnag, **nid oedd dilyn cyngor eu ffrindiau bob amser yn gweithio:**

> **Roedd Cymdeithaseg ar gael - holais lawer o'm ffrindiau a dywedon nhw ei fod yn hwyl. Roedden nhw'n dweud eu bod yn ei fwynhau, ond pan es i yno wnes i ddim ei fwynhau o gwbl. Yn y diwedd, fe wnes i roi'r gorau iddi. (cyfranogwr NEET, 19-24 oed)**

Daeth gwybodaeth ac ymchwil ar-lein hefyd i'r amlwg fel adnoddau gwerthfawr i gyfranogwyr a oedd yn eu galluogi i archwilio llwybrau gyrfa amrywiol yn annibynnol a gwneud penderfyniadau gwybodus, fel dewis gyrfa mewn gwaith barbwr neu gofrestru ar gyrsiau busnes.

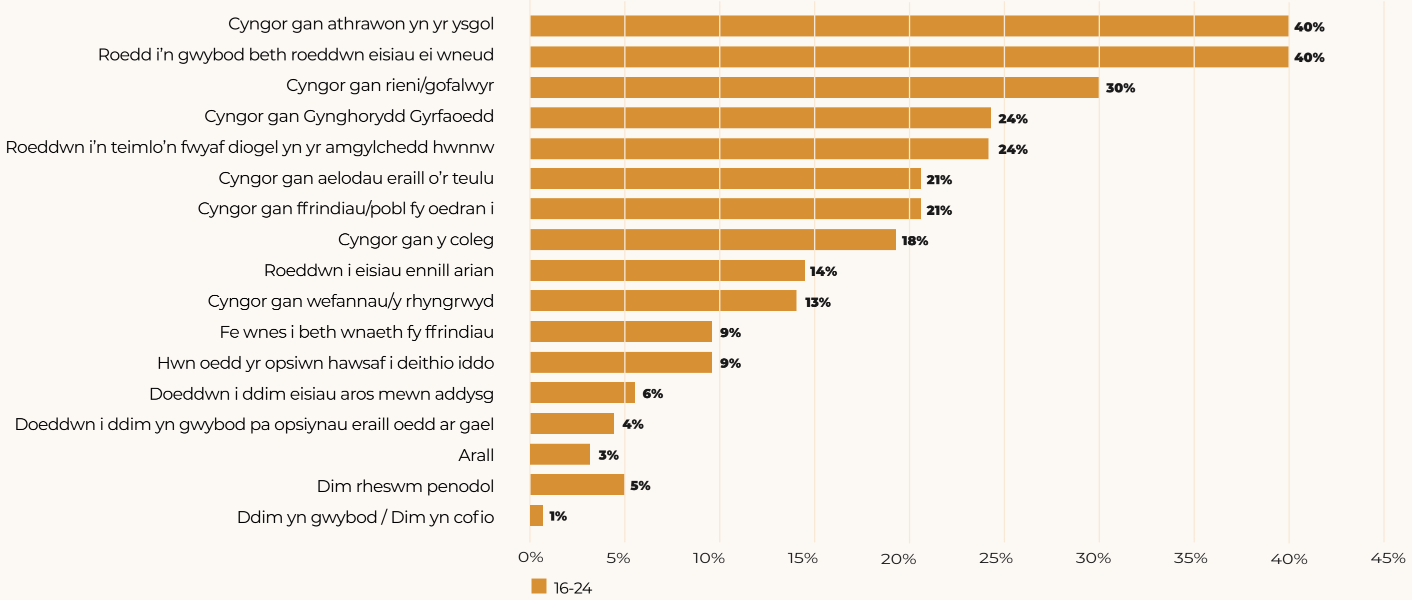
Cyfrannodd y gwahanol ffynonellau cyngor hyn at brofiadau pobl ifanc o wneud penderfyniadau wrth lywio eu cyfnodau pontio i addysg bellach, cyflogaeth a hyfforddiant. Fodd bynnag, nid oedd pob person ifanc a ymatebodd wedi elwa ar y ffynonellau cyngor hyn.

Dylanwadau ar benderfyniadau

Yn y pen draw, roedd nifer o ffactorau yn arwain pobl ifanc i ddewis eu cam nesaf, gyda chyngor allanol gan athrawon (40%), rhieni/gofalwyr (30%), a Chynghorwyr Gyrfaoedd (24%) y mwyaf cyffredin.

Ffigur 16: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Mehefin 2023

Pam wnaethoch chi (neu fyddwch chi am) ddewis y cam nesaf hwnnw?



Roedd ychydig o wahaniaethau demograffaidd sy'n werth nodi. Roedd ymatebwyr gwrywaidd yn tueddu i fod yn fwy tebygol na rhai benywaidd i seilio eu dewisiadau ar gyngor gan y rhan fwyaf o ffynonellau ac eithrio cynghorwyr gyrfaoedd a chyngor gan y coleg, ac roedd ymatebwyr benywaidd yn fwy tebygol o dalu sylw i'r rhain. O ran graddfa gymdeithasol, roedd grwpiau cymdeithasol ac economaidd uwch (ABC1) yn fwy tebygol o ddibynnu ar arweiniad gan athrawon yn yr ysgol a chan rieni/gofalwyr.

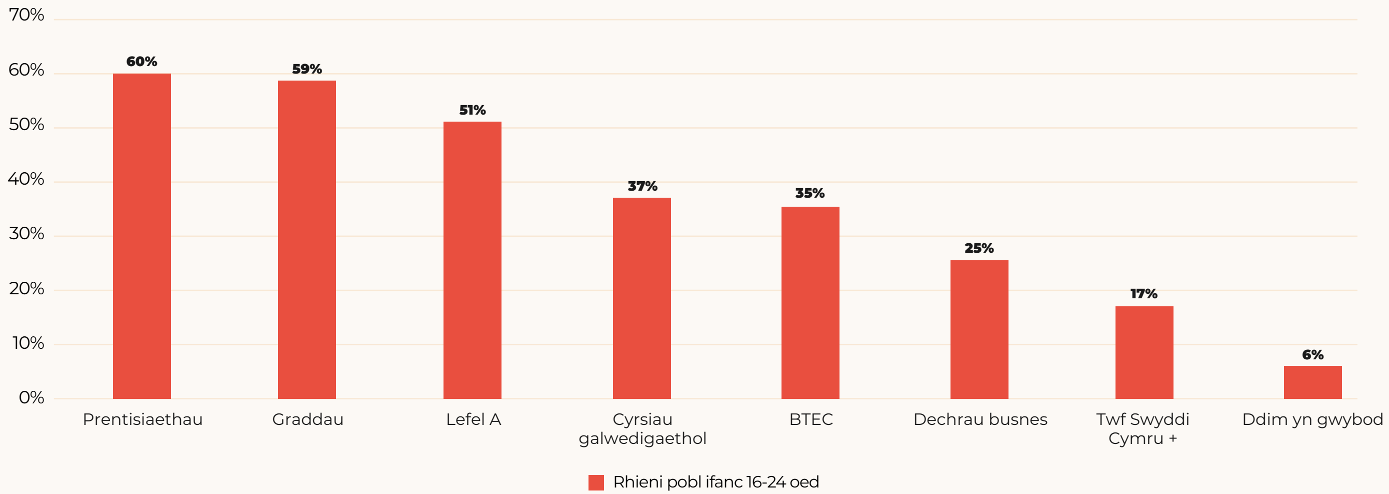
Ar y llaw arall, **roedd grwpiau cymdeithasol ac economaidd is (C2DE) yn fwy tebygol o ofyn am gyngor gan gynghorwyr gyrfa ac aelodau eraill o'r teulu** - tuedd sy'n werth ei nodi gan ei bod yn mynd y tu hwnt i gyngor gan eu rhieni/gofalwyr. Ar ben hynny, roedd ymatebwyr o grwpiau cymdeithasol ac economaidd uwch (ABC1) yn fwy tebygol o ystyried teimlo'n fwyaf diogel yn eu hamgylchedd, gwneud yr hyn yr oedd eu ffrindiau'n ei wneud, a pha mor hawdd oedd teithio wrth wneud eu penderfyniadau.

Yn ddiddorol, **mae rhieni, sy'n dod i'r amlwg fel un o'r prif ffynonellau cyngor gan bobl ifanc, yn tueddu i ddadlau dros lwybrau addysgol mwy traddodiadol a sefydledig,** fel prentisiaethau, addysg uwch, a Safon Uwch.

Mae'r duedd hon yn amlygu dylanwad parhaus llwybrau confensiynol mewn prosesau gwneud penderfyniadau. Fodd bynnag, mae hefyd yn awgrymu **cam-alinio posibl** rhwng dewisiadau rhieni a'r dirwedd sy'n datblygu o ran cyfleoedd addysgol a gyrfaol.

Ffigur 17: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Mehefin 2023

Pa rai o'r rhain, os o gwbl, fyddech chi'n fwyaf tebygol o annog eich plentyn i'w gwneud?



Cael trafferth dod o hyd i ffynonellau cyngor

Dywedodd llawer eu bod **yn ei chael hi'n anodd cofio neu ddod o hyd i ffynonellau o gyfarwyddyd,** gan dynnu sylw at ddiffyg cefnogaeth ac arweiniad aneglur, yn enwedig o ran chwilio am swydd. Roedd yr her hon yn arbennig o amlwg i un cyfranogwr nad oedd yn astudio ar gyfer Safon Uwch, a honnodd ei fod heb gael arweiniad priodol.

> **Mae'r rhan fwyaf o'm ffrindiau yn fwy clyfar na fi felly fe gawson nhw gyfle i eistedd i lawr gyda phobl o Gyrfa Cymru a'r pennaeth blwyddyn ac ati i drafod eu dyfodol ac yn y blaen. Ond pan ddaeth hi at y set is, chawson ni ddim byd o'r fath, doedd dim cyfle i ni siarad ag unrhyw gynghorwyr na neb. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 19-24 oed)**

Fodd bynnag, dywedodd eraill eu bod wedi siarad â chynghorydd, ond dywedodd un ymatebydd ei fod yn teimlo bod y cyngor yn rhy gyffredinol:

> **Fe gawson ni gyfle i weld cynghorydd gyrfaoedd, ond doedd o fawr o help gyda phethau felly. Dydw i ddim yn gwybod beth wnaethon nhw gyda phobl eraill, ond i mi, yr unig beth a wnaeth oedd gofyn i mi beth oedd fy nyheadau o ran gyrfa, ac os nad oeddech chi'n gwybod yna fe fydden nhw'n dweud, 'Dilyn yr hyn rwyt ti'n ei wneud rŵan', neu, 'Gwna be ti'n ei fwynhau' math o beth. Ond doedd hynny fawr o help. (Grŵp pobl ifanc EET, 19-24 oed)**

Dangosodd rhai cyfranogwyr **barodrwydd i ddilyn cyngor hyd yn oed os nad oedd yn cyd-fynd â'u dyheadau,** ac roeddent yn aml yn dibynnu ar benderfyniadau a wnaed gan aelodau cefnogol o'r teulu neu athrawon.

Canllawiau cyfyngedig

Mynegodd nifer o'r cyfranogwyr farn bod ysgolion yn hyrwyddo Safon Uwch yn bennaf fel y prif lwybr addysgol ar ôl-TGAU, gydag opsiynau galwedigaethol yn cael llai o sylw. Roedd yr anghydbwysedd hwn o ran pwyslais yn golygu nad oedd rhai myfyrwyr yn gwybod rhyw lawer am lwybrau addysg a gyrfa amgen.

Roedd ymwybyddiaeth o brentisiaethau ymysg y cyfranogwyr yn amrywio, gyda nifer o unigolion yn dweud nad oeddent wedi cael esboniad clir amdanynt gan eu hysgolion. Yn hytrach, roeddent yn aml yn dibynnu ar wybodaeth gan aelodau o'r teulu neu ffynonellau allanol eraill i gael gwell dealltwriaeth o gyfleoedd prentisiaeth.

Amseriad cyngor

Roedd amseriad cyngor a gwneud penderfyniadau'n chwarae rhan sylweddol ym mhrofiadau'r cyfranogwyr yn ystod y cyfnod pontio. I'r rheini â syniad clir o'u dyheadau yn barod, roeddent yn aml yn cael digon o amser i wneud penderfyniadau gwybodus am eu llwybrau addysg a gyrfa. Yn gyffredinol, ystyriwyd bod y cysylltiadau â chynghorwyr gyrfaoedd a'r gwasanaethau a ddarperir gan Gyrfa Cymru yn briodol; hserch hynny, roedd rhai cyfranogwyr yn teimlo'i fod yn anodd ymwneud yn llawn â'r adnoddau hyn yn sgil canolbwyntio'n ddwys ar eu harholiadau TGAU, a oedd yn creu galw cystadleuol am eu sylw.

> **Byddwn i'n dweud bod angen siarad mwy am yr adeg pan fyddwch yn gorffen yn yr ysgol yn lle bod athrawon yn sôn byth a beunydd am sefyll arholiadau - beth am siarad am yr hyn fydd yn digwydd nesaf ar ôl yr ysgol. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)**

Yn ddiddorol, roedd y cyfnod clo yn ystod y pandemig wedi cynnig cyfle unigryw i rai cyfranogwyr fyfyrio a gwneud penderfyniadau. Roedd yr oedi dros dro yn y drefn arferol yn eu galluogi i feddwl am eu dyheadau ac archwilio llwybrau posibl yn ddyfnach.

O ran yr amseriad delfrydol ar gyfer cyngor, roedd barn y cyfranogwyr yn amrywio ynghylch pryd y byddai'n well dechrau cael cyngor ac arweiniad o'r fath mewn perthynas â'u llwybrau addysg a gyrfa yn y dyfodol. Roedd rhai'n teimlo bod dechrau Blwyddyn 11, i gyd-fynd â'r cyfnod pontio o TGAU, yn addas.

> **Gawson ni neb i siarad yn iawn efo ni tan jest cyn arholiadau Blwyddyn 11. Felly dwi'n meddwl dylen ni wedi cael yr help 'na bach mwy buan. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 16-18 oed)**

Awgrymodd eraill y dylid dechrau'n gynt, fel Blwyddyn 9 neu 10, cyn dewis opsiynau TGAU, fel bod modd gwneud penderfyniadau mwy gwybodus heb bwysau arholiadau. Roedd rhai'n ansicr p'un a ddylid dechrau adeg dewis TGAU neu ar ôl cael canlyniadau arholiadau.

> **Dwi'n gweld y ddwy ochr - mae angen i chi ddechrau ystyried yr hyn rydych chi eisiau ei wneud cyn dewis pethau a sefyll eich arholiadau, ond dydych chi ddim yn meddwl tan i chi gael eich canlyniadau a chael gwybod sut rydych chi wedi gwneud beth allech chi ei wneud gyda hynny. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)**

Roedd rhai'n poeni y gallai trafodaethau o Flwyddyn 9 fod yn rhy gynnar, gan fod myfyrwyr yn dal i archwilio diddordebau. Gallai'r safbwyntiau gwahanol hyn dynnu sylw at yr angen i fod yn hyblyg o ran amseru cynnig arweiniad, gan ystyried pa mor barod yw'r unigolyn.

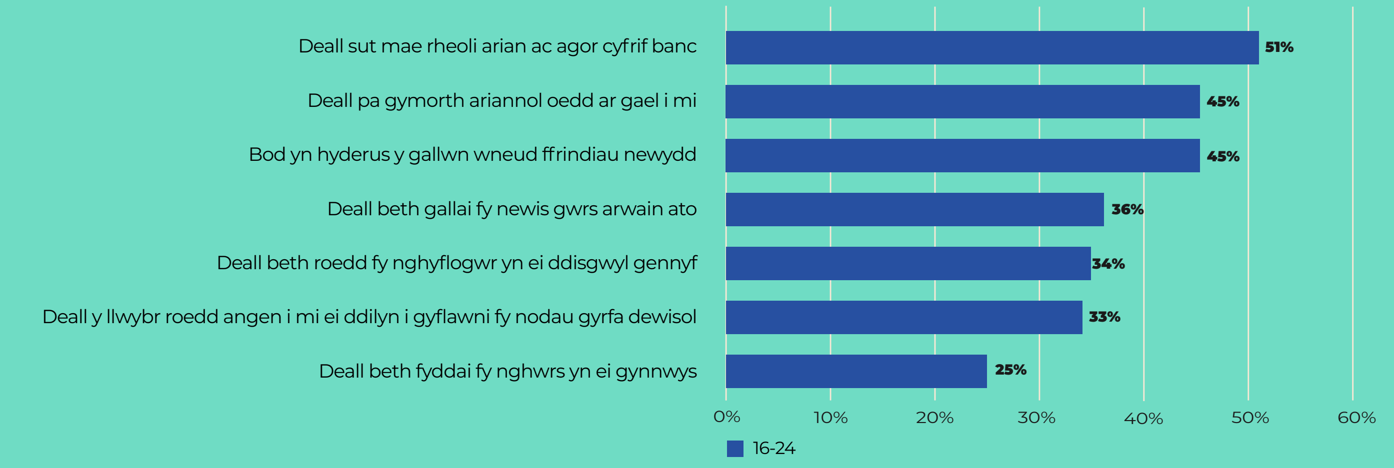
Lefelau parodrwydd

Y meysydd mae pobl ifanc yn teimlo'n lleiaf parod ar eu cyfer

Roedd ein harolwg meintiol yn gofyn i bobl ifanc rhwng 16 a 24 oed am eu trosglwyddiad i'r cam nesaf a pha mor barod oeddent ar draws amrywiaeth o elfennau. **Ar y cyfan, roeddent yn teimlo'n lleiaf parod o ran agweddau ariannol a hyder i wneud ffrindiau newydd.**

Ffigur 18: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Mehefin 2023

Wrth symud i'ch cam nesaf ar ôl ysgol, pa mor barod oeddech chi'n teimlo o ran...? Net DDIM YN DDIGON PAROD



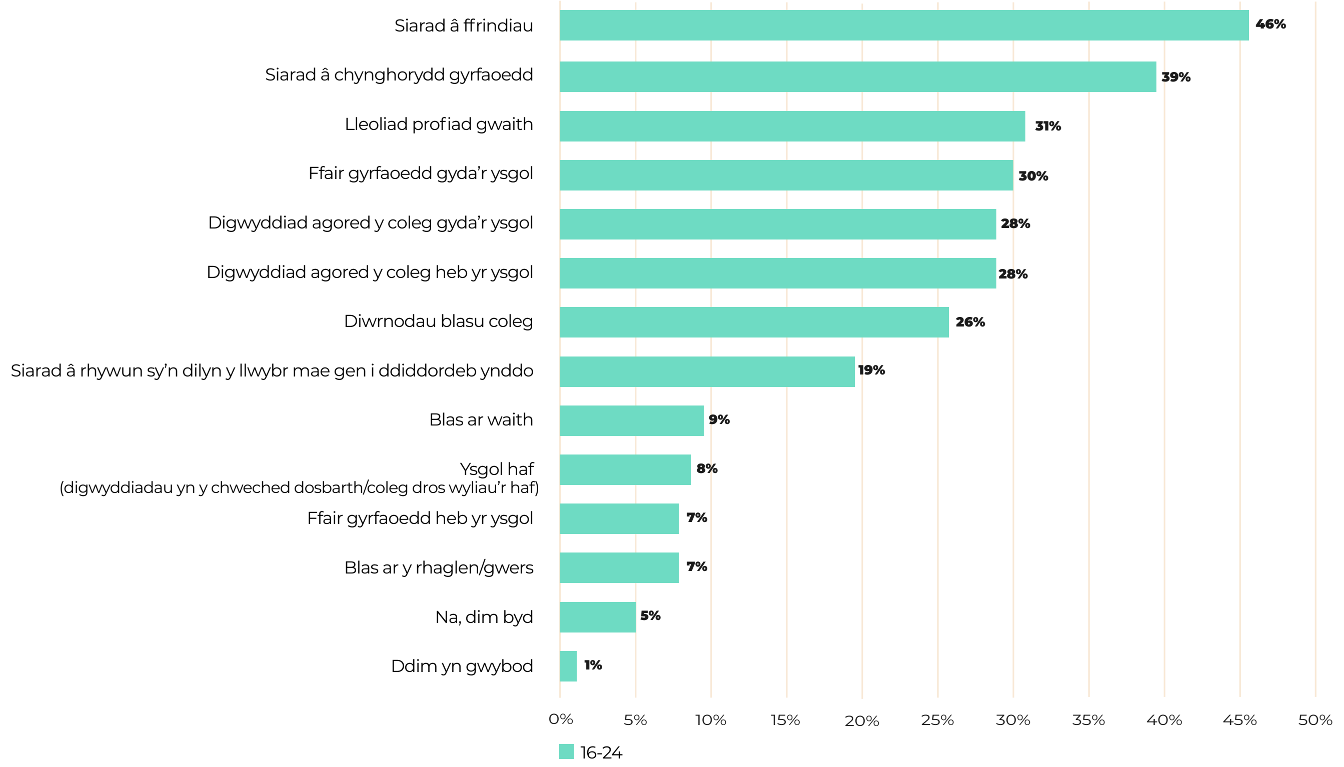
Roedd rhai demograffeg yn teimlo'n fwy parod nag eraill ar gyfer rhai elfennau. Roedd pobl ifanc rhwng 16 a 18 oed ac ymatebwyr o grwpiau cymdeithasol ac economaidd uwch (ABC1) yn teimlo'n fwy parod o ran rheoli arian ac agor cyfrifon banc. Fodd bynnag, mynegodd ymatebwyr o grwpiau cymdeithasol ac economaidd uwch (ABC1) un o'r lefelau hyder isaf o ran gallu gwneud ffrindiau newydd – gyda mwy nag 1 o bob 2 (52%) ddim yn teimlo'n barod o'i gymharu â 39% o bobl ifanc o gefndiroedd cymdeithasol ac economaidd is (C2DE). At hynny, adroddodd ymatebwyr benywaidd lefelau parodrwydd is o'i gymharu ag ymatebwyr gwrywaidd o ran deall disgwyliadau cyflogwyr.

Beth wnaeth pobl ifanc i baratoi ar gyfer y cam nesaf

Yna gwnaethom ofyn pa gamau roeddent wedi'u cymryd i'w helpu i baratoi ar gyfer y cyfnod pontio a beth allai fod wedi'i wneud yn haws. **Y peth cyntaf roedd pobl ifanc yn ei wneud i baratoi ar gyfer eu cam nesaf ar ôl gadael yr ysgol oedd siarad ag eraill – yn enwedig eu ffrindiau:**

Figur 19: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Mehefin 2023

Wnaethoch chi fynychu neu wneud unrhyw un o'r canlynol i'ch helpu i baratoi ar gyfer eich cam nesaf ar ôl gadael yr ysgol?



Roedd gwahaniaethau o ran sut roedd pobl ifanc yn paratoi ar gyfer eu camau nesaf ar ôl gadael yr ysgol yn amlwg ar draws y ddemograffeg. Roedd ymatebwyr gwrywaidd yn fwy tebygol o fynd i ddigwyddiadau'r coleg gyda'u hysgol (37%) nag ymatebwyr benywaidd (19%). Ar y llaw arall, roedd yn well gan ymatebwyr benywaidd fynd i'r digwyddiadau hyn ar eu pennau eu hunain (39%) o'i gymharu ag ymatebwyr gwrywaidd (19%), sydd efallai'n arwydd bod ymatebwyr benywaidd ifanc yn tueddu i fod yn fwy rhagweithiol.

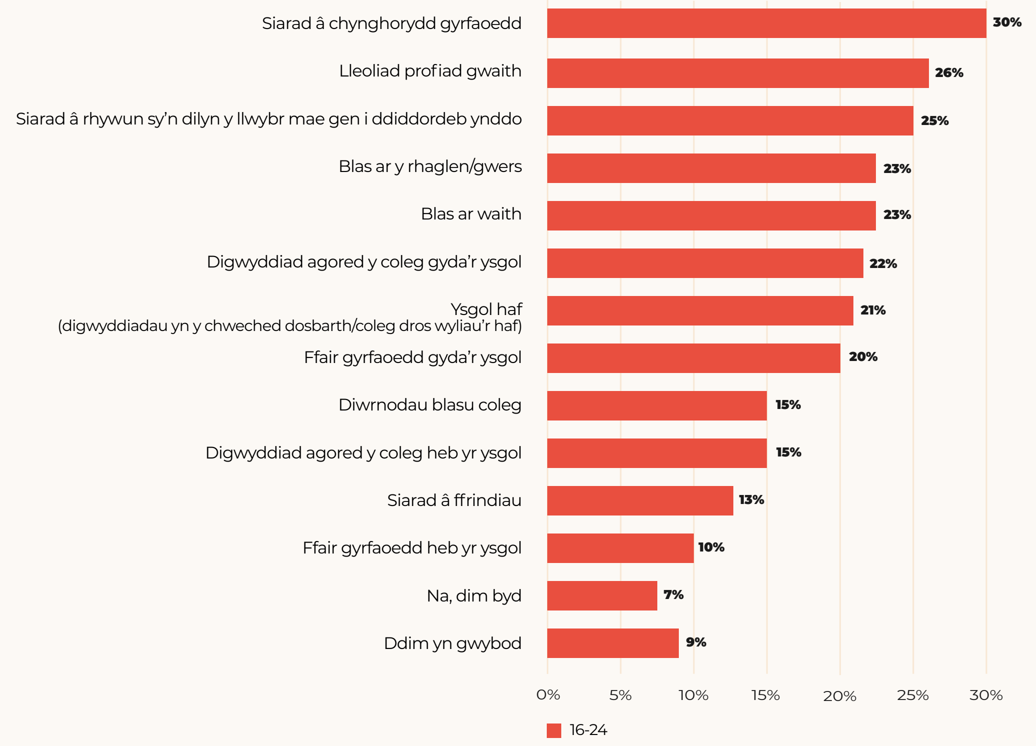
Wrth edrych ar gefndiroedd cymdeithasol ac economaidd, roedd y rheini o grwpiau llai cyfoethog yn aml yn dewis cael profiad gwaith (40%) i baratoi ar gyfer eu cam nesaf o'i gymharu â'r rheini o gefndiroedd mwy cyfoethog (23%). Fodd bynnag, mae'n bwysig nodi bod **pobl ifanc NEET, sydd fel arfer yn dod o gefndiroedd llai cyfoethog, 77% yn llai tebygol o deimlo bod profiad gwaith wedi eu helpu i gael y swydd yr hoffent ei chael.** Yn wir, dim ond 5% oedd yn teimlo'i fod wedi bod yn ddefnyddiol.

Roedd pobl ifanc o gefndiroedd llai cyfoethog hefyd yn cymryd mwy o ran mewn gweithgareddau ysgol fel ffeiriau gyrfaoedd (35% o'i gymharu â 24% ar gyfer grwpiau mwy cyfoethog), digwyddiadau agored colegau (34% o'i gymharu â 21%), diwrnodau blasu colegau (32% o'i gymharu â 19%), ac ysgolion haf (13% o'i gymharu â 3%). Fodd bynnag, roedd y rheini o gefndiroedd mwy cyfoethog yn fwy tebygol o roi cynnig ar sesiynau blasu rhaglenni neu wersi (14%) o'i gymharu â'r rheini o gefndiroedd llai cyfoethog (0%).

Ac wrth edrych yn ôl, dim ond 13% o bobl ifanc oedd yn credu y byddai siarad â'u ffrindiau wedi gwneud eu trosglwyddiad i'r cam nesaf yn haws. Er bod canfyddiadau cynharach wedi gweld mai troi at ffrindiau oedd y peth cyntaf roeddent yn tueddu ei wneud i baratoi ar gyfer y cam nesaf ar ôl gadael yr ysgol, **roedd llawer yn sylweddoli efallai nad dilyn cyngor eu ffrindiau oedd y syniad doethaf.**

Figur 20: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Mehefin 2023

Pa rai o'r rhain (os o gwbl) fyddai wedi gwneud eich cyfnod pontio o'r ysgol i'r cam nesaf yn haws?



Yn hytrach, roedd y rhan fwyaf yn credu y byddai siarad â **chynghorydd gyrfa** (30%), cael **profiad gwaith** (26%), a **rhywun sydd â gwybodaeth am eu llwybr dewisol** (25%) wedi bod yn fwy defnyddiol.

Profiad delfrydol pobl ifanc

Yn ystod ein sgyrsiau â phobl ifanc, ein nod oedd deall beth y gellid ei wneud i wella eu profiadau yn ystod y cyfnod pwysig hwn o newid.

Er mwyn helpu i hwyluso'r broses bontio, roedd dysgwyr ifanc yn gofyn am **gymorth a gweithgareddau pwrpasol i'w helpu i wneud dewisiadau doethach a pharatoi ar gyfer yr addysg a'r hyfforddiant y byddant yn dod ar eu traws.** Un elfen sylfaenol oedd darparu profiad gwaith neu opsiynau blasu perthnasol - yn gyffredinol roedd y cyfranogwyr yn ystyried bod y rhain yn fuddiol iawn.

> **Blas ar waith - byddai hynny wedi bod yn wych. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)**

Fodd bynnag, y consensws oedd y dylai profiadau o'r fath **ymestyn y tu hwnt i brofiadau byr.** yn ddelfrydol. Ystyriwyd bod cyfnodau hirach o brofiad gwaith, a oedd yn para wythnos neu ddwy, yn fwy effeithiol o ran darparu dealltwriaeth gynhwysfawr o yrfaoedd posibl a dewisiadau addysg.

Roedd galw hefyd am **fwy o drafodaethau yn gynt** mewn ysgolion am ddewisiadau ar ôl TGAU.

> **Ddechrau Blwyddyn 11 o bosib, i'ch paratoi ar gyfer bywyd y tu hwnt i'r ysgol uwchradd. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 19-24 oed)**

Roedd awgrymiadau eraill yn cynnwys:

- Trefnu ffeiriau gyrfaoedd mewn ysgolion i gyflwyno dysgwyr i amrywiaeth eang o gyfleoedd a llwybrau.
- Rhyngweithio wyneb yn wyneb ag unigolion sydd eisoes ar y llwybrau gyrfa o ddiddordeb er mwyn rhoi persbectif pendant a defnyddiol i ddysgwyr.
- Diwrnodau agored wyneb yn wyneb mewn colegau ar gyfer dysgwyr Blwyddyn 11 i'w galluogi i archwilio opsiynau, sgwrsio â myfyrwyr presennol, a chysylltu â darpar gyflogwyr.
- Sicrhau bod gwasanaeth cynghori amlwg ar gael i ddysgwyr sydd wedi methu â'u ceisiadau coleg addysg bellach, gan gynnig cymorth hanfodol a llwybrau amgen, a hyrwyddo cynhwysiant a gwytnwch yn wyneb rhwystrau.

CYFNOD PONTIO BLWYDDYN 13

Dyheadau

Roedd dyheadau pobl ifanc ym Mlwyddyn 13 yn adlewyrchu cymysgedd o eglurder ac ansicrwydd. . Er bod gan lawer syniad eithaf clir o'u llwybrau arfaethedig, roedd eraill yn dal i fynd i'r afael ag amhendantrwydd. Roedd rhai yn dal wedi ymrwymo i'w llwybrau gyrfa cychwynnol, gan anelu at hunangyflogaeth neu barhau â'u haddysg. I eraill, roedd Blwyddyn 13 yn adeg i ailasesu. Gyda chymwysterau newydd, roeddent yn archwilio cyfleoedd newydd, fel dod yn nyrsys neu weithio gydag anifeiliaid, a oedd yn dangos agwedd ddeinamig a hyblyg at eu hymdrechion yn y dyfodol.

O'n i'n rili mwynhau lechyd a Chymdeithaseg, felly nes i feddwl, ww, 'na i edrych mewn i ba bethau fedra i neud yn y brifysgol efo hwnna, a daeth nyrsio i fyny. A nes i feddwl, o duw, 'na i edrych mewn i hwnna, ac o'n i'n licio fo. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 16-18 oed)

Ar yr un pryd, roedd cyfran o'r cyfranogwyr wedi cael sylweddoliad allweddol nad oedd eu dyheadau cychwynnol bellach yn addas, a oedd wedi'u hysgogi i wneud newidiadau sylweddol i'w cynlluniau.

Yna dwi'n meddwl mod i wedi sylweddoli pan oeddwn i'n 18, 19 oed [nad oedd y cwrs yn addas i mi] ac fe wnes i adael [y cwrs perfformio] a mynd i faes harddwch. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 19-24 oed)

Roedd ansicrwydd yn dal i fodoli i rai, serch hynny. Soniodd pedwar person ifanc a gymerodd ran yn y grwpiau ffocws am roi'r gorau i'w cwrs addysg bellach heb gyfeiriad pendant, tra bod nifer o rai eraill yn cofio gorffen y cwrs (addysg bellach neu addysg uwch) heb unrhyw gamau nesaf mewn golwg.

Ffynonellau cyngor

Yn ystod Blwyddyn 13, roedd gan gyfranogwyr fynediad at amrywiaeth o ffynonellau cyngor, ac roedd eu heffeithiolrwydd yn amrywio'n ddirfawr.

Ffurfiol

Dywedodd rhai cyfranogwyr eu bod wedi cael cefnogaeth gadarn gan ganolfannau addysg, yn enwedig colegau addysg bellach.

Coleg rili, 'nathon nhw helpu'n ofnadwy. A hefyd un o'r tiwtoriaid, roedd hi'n un o'r bobl gyrfa yn y coleg. Felly o'n i efo cysylltiad efo hi lle roedd hi'n fy helpu. A hefyd oedd hi'n helpu gyda phethau eraill o'n i angen canolbwyntio arnyn nhw hefyd. Ia, wedyn pan nes i basio'r cwrs, oedd hi dal i gadw mewn cysylltiad efo fi drwy'r ha' wedyn tan fis Medi. Nath hi baratoi geirda i mi gael y swydd dwi'n gweithio ynddi rŵan. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 16-18 oed) (Participant who was in EET, 16-18)

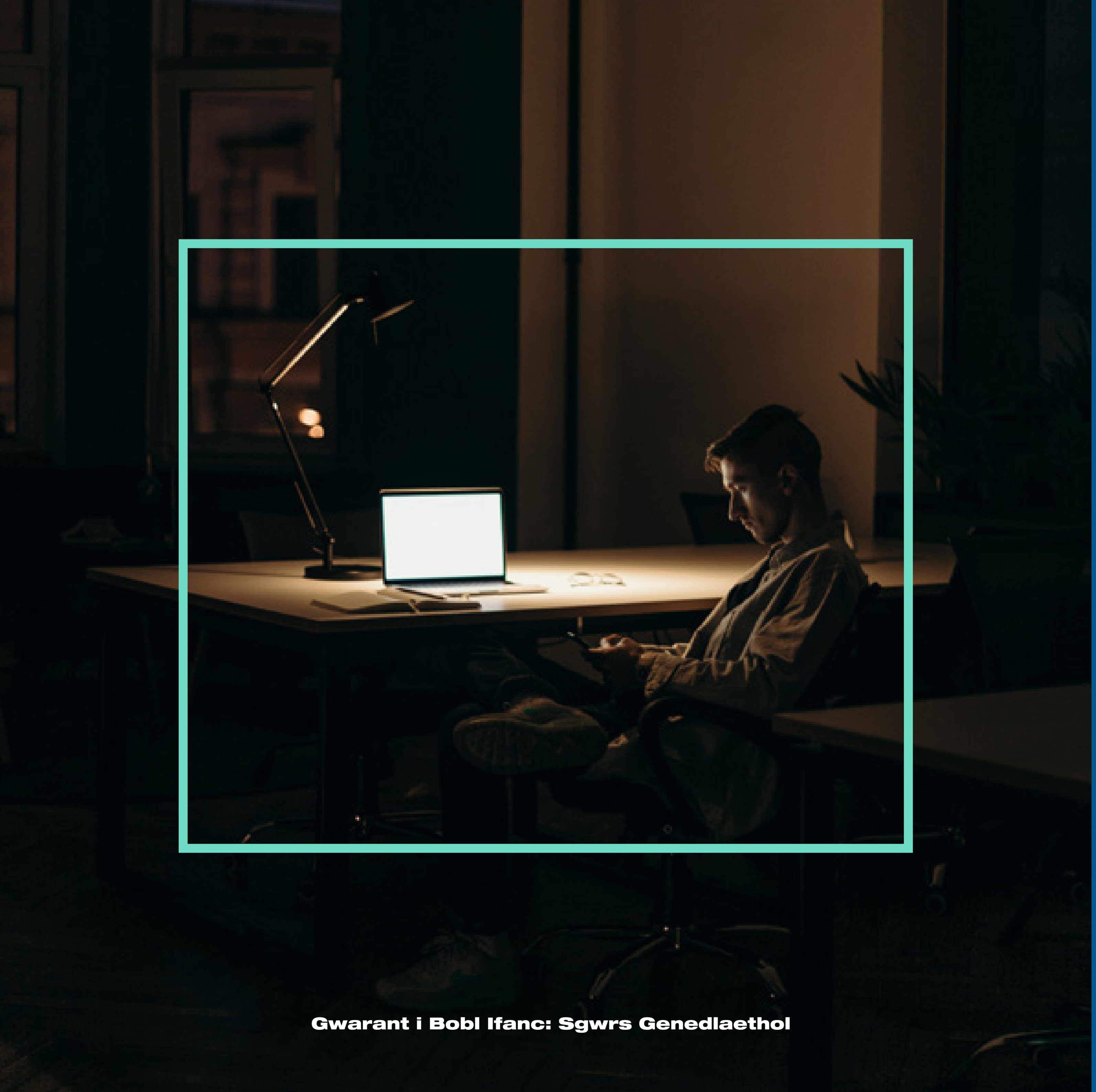
Roedd y sefydliadau hyn yn cynnig cymorth gwerthfawr gyda thasgau fel llunio datganiadau personol, mynd i ffeiriau swyddi, darparu geirdaon, a chynnig awgrymiadau ar gyfer gwella CVs.

Roedd y rhyngweithio â Gyrfa Cymru, boed hynny wyneb yn wyneb neu ar-lein, wedi arwain at ganlyniadau cymysg o ran effeithiolrwydd. Er bod rhai cyfranogwyr yn dweud eu bod yn teimlo bod y rhyngweithio yn ddefnyddiol, roedd eraill yn teimlo nad oeddent wedi cael yr arweiniad cynhwysfawr yr oeddent yn dymuno'i gael. Anaml iawn y cyfeiriwyd at ffynonellau cyngor ar-lein, sy'n awgrymu efallai nad oedd adnoddau digidol wedi chwarae rhan amlwg yn y broses o wneud penderfyniadau.

Anffurfiol

O ran rhwydweithiau personol, roedd aelodau o'r teulu, yn enwedig mamau, ac weithiau ffrindiau yn chwarae rhan allweddol ym mhrosesau gwneud penderfyniadau rhai cyfranogwyr. Roedd aelodau o'r teulu yn aml yn darparu cymorth gwerthfawr drwy helpu â phenderfyniadau gyrfaol, defnyddio eu cysylltiadau, a gwneud ymchwil i lwybrau posibl.

Rydw i'n cael llawer mwy o gefnogaeth gan fy ffrindiau a'm teulu erbyn hyn [ar ôl symud i ffwrdd o sefyllfa anodd gyda rhai aelodau o'r teulu]. Felly yn amlwg maen nhw wedi dweud wrtha i pa lwybrau a chamau y gallaf i eu cymryd nesaf - a'r prif un oedd prentisiaethau gofal plant. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)



Diffyg cyngor a chymorth

Yn ystod Blwyddyn 13, roedd y cyfranogwyr wedi dod ar draws heriau amrywiol o ran cael gafael ar ffynonellau cyngor. I gyfranogwyr hŷn, yn enwedig y rheini a oedd yn chwilio am swydd, yr **anhawster yn aml oedd eu gallu i gael swydd heb gysylltiadau sefydledig,** sy'n awgrymu pwysigrwydd rhwydweithio, mentora a chyfleoedd profiad gwaith ar eu taith.

> **Fe wnes i waith garddio, fe weithiais i mewn bar, ac roedd hynny i gyd drwy ffrindiau a theulu - ni waeth faint o weithiau wnes i gais am swydd neu chwilio am swydd mewn ffenestr ac ati, wnaeth o jest ddim gweithio. Byddwn i'n anfon fy CV at unrhyw un bosib, a chefais i ddim lwc gyda'r un ohonyn nhw. (cyfranogwr NEET, 19-24 oed)**

Roedd rhai cyfranogwyr yn wynebu **diffyg arweiniad ynghylch llwybrau yn lle mynd i'r brifysgol,** gan eu bod yn teimlo bod sefydliadau addysgol yn pwysleisio opsiynau addysg uwch yn bennaf:

> **Ond dwi'n meddwl bod 'na yn bendant dueddiad mewn ysgolion i wthio mynd i'r brifysgol. Ag o ran rhywun fatha fi, doedd gen i ddim syniadau, y peth hawsa' neu'r peth mwya' amlwg, 'O ia, jest dos i'r brifysgol a jest gwna rhywbeth', math o beth. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 16-18 oed)**

Ar ben hynny, roedd cyfranogwyr a oedd wedi dewis rhoi'r gorau i goleg addysg bellach yn canfod eu hunain mewn sefyllfa ansicr, **ac yn ei chael hi'n anodd gwybod ble i droi am gyngor ac arweiniad** unwaith roeddent wedi gadael addysg ffurfiol.

> **Byddwn i'n dweud pan orffennon ni yn y coleg eleni, hyd yn oed os byddwch chi'n pasio eich cymhwyster, rydych chi'n sownd mewn ffordd gyda'r hyn rydych chi eisiau ei wneud, a does neb ar gael i'ch arwain. Cyn gynted ag y byddwch yn gorffen eich cymhwyster, byddwch yn gadael ac efallai na fyddwch yn gallu dod o hyd i unman i ddefnyddio'r cymwysterau roeddech chi wedi gweithio'n galed amdanyn nhw yn y coleg. Mae hynny'n wir i mi - gorffennais fy nghymwysterau i gyd a dwi'n ei chael hi'n anodd dod o hyd i sedd mewn siop barbwr. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)**

Roedd y diffyg eglurder ynghylch yr adnoddau a oedd ar gael yn her sylweddol i'r grŵp hwn o unigolion.

Profiad delfrydol

Cynigiodd y bobl ifanc awgrymiadau gwerthfawr ar gyfer **gwella'r gefnogaeth a'r cyngor a gawsant** dyn ystod y cyfnod pontio hollbwysig hwn.

Galwodd y bobl ifanc am y canlynol:

- Adnoddau wedi'u teilwra ar gyfer dysgwyr sydd newydd gwblhau eu cymhwyster addysg bellach i'w helpu i ddod o hyd i'w ffordd yn ystod y camau nesaf
- Gwell cyfarwyddyd gyrfaoedd mewn Chweched Dosbarth ysgolion a cholegau
- Mwy o ffeiriau gyrfaoedd gyda'r opsiwn o ryngweithio'n uniongyrchol ag unigolion sydd eisoes wedi cofrestru ar gyrsiau neu sy'n gweithio mewn sectorau a ddymunir, gan gynnig gwybodaeth o'r byd go iawn i wahanol lwybrau gyrfa.
- Cyfle i gael profiadau agosach o sectorau a diwydiannau allweddol. Cyfle i gysylltu â chyflogwyr.

Mynegodd pobl ifanc hefyd **ddiddordeb mewn gwasanaeth pwrpasol** i'r rheini nad ydynt mewn addysg i'w helpu i chwilio am swydd, ysgrifennu CV a chael cefnogaeth ar gyfer ymuno â'r gweithlu am y tro cyntaf. Gan fod y gwasanaeth hwn eisoes yn bodoli ar ffurf Cymru'n Gweithio, bydd gwneud mwy o bobl ifanc yn ymwybodol ohono yn allweddol.

EDRYCH YN ÔL AR BENDERFYNIADAU

Gofynnodd ein harolwg i bobl ifanc p'un a oeddent yn teimlo eu bod wedi gwneud y dewis iawn o ran beth i'w wneud nesaf a pham. **Roedd 2 o'r 3 ymatebydd yn teimlo eu bod wedi gwneud y dewis iawn o ran beth i'w wneud nesaf ar ôl Blwyddyn 11, er bod hyn yn gostwng ymysg ymatebwyr o gefndiroedd cymdeithasol ac economaidd is (C2DE).** "Dylwn i fod wedi gwneud rhywbeth arall" oedd y prif reswm ymysg y rhai a oedd yn teimlo nad oeddent wedi gwneud y dewis iawn o ran beth i'w wneud nesaf ar ôl Blwyddyn 11.

Hapusrwydd â'r penderfyniadau a gafodd eu gwneud

Yn gyffredinol, mynegodd cyfranogwyr yn y grwpiau ffocws fodlonrwydd â'u sefyllfa bresennol a'u cynlluniau ar gyfer y dyfodol. I lawer, roedd eu boddhad yn ymestyn i benderfyniadau a wnaed yn ystod y blynyddoedd allweddol hyn, hyd yn oed os nad oedd y dewisiadau hynny wedi arwain at lwyddiant ar unwaith.

> **Rwy'n meddwl ei fod yn beth da i mi fynd i'r coleg, rwy'n credu bod hynny wedi rhoi'r safbwynt hwn i mi nawr nad ydw i eisiau [bwrw ymlaen â chrefft y brentisiaeth]. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)**

Roedd rhai cyfranogwyr iau wedi edrych ymlaen yn eiddgar at eu profiadau yn y coleg, gan fynegi hyder yn y llwybrau roeddent wedi'u dewis.

> **Dwi'n edrych mlaen. Ond mae o'n drist gadael yr ysgol, ond fel arall, na, dwi'n edrych mlaen. O'n i'n gwybod be o'n i eisiau ei wneud, felly mi fydd o'n neis gobeithio cael cyrraedd fanna. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 16-18 oed)**

Er bod achosion lle'r oedd cyfranogwyr yn dymuno newid rhyw fymryn ar benderfyniadau'r gorffennol, **roeddent yn dal yn i fod yn weddol fodlon** â'u sefyllfaoedd presennol.

Roedd y cyfranogwyr ifanc a oedd yn difaru eu penderfyniadau o'r farn hon am eu bod yn teimlo eu bod wedi cael eu **rhuthro, eu rhoi dan bwysau** neu **heb ddeall yn iawn** beth oedd gofynion y cwrs neu'r rôl benodol, sy'n tynnu sylw, unwaith eto, at werth profiad gwaith.

> **Doedd gen i ddim syniad, felly fe es i'r coleg oherwydd doedd gen i fawr o awydd aros yn yr ysgol. Roeddwn wedi rhuthro i wneud y penderfyniad, ac roedd yn benderfyniad gwael, mynd i'r coleg, yn amlwg, oherwydd fe es i'n ôl i'r Chweched Dosbarth. (cyfranogwr NEET, 19-24 oed)**

> **I fod yn deg, rwy'n teimlo fy mod i mewn sefyllfa nawr lle rydw i wedi cael yr hyn y byddai ei angen arna i, ond ar yr un pryd, hoffwn fod wedi cael mwy o gyfleoedd i gael profiad gwaith a phethau fel yna, fel bod gen i fwy o gysylltiadau i fynd yn syth atynt, yn lle bod yn rhaid i mi fynd ati rŵan i chwilio am gysylltiadau. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)**

Roedd pontio o'r ysgol i goleg addysg bellach yn peri **anawsterau emosiynol** i rai cyfranogwyr, a oedd yn delio ag **anghynefindra a'r hunan-gymhelliant** roedd ei angen mewn coleg. Ar ben hynny, adroddodd ymatebwyr â chyflyrau iechyd meddwl eu bod yn wynebu heriau unigryw o ran cael gafael ar gyngor a chymorth, ac roedd hynny'n cyfrannu at **lefelau straen uwch** yn ystod y cyfnodau pontio hollbwysig hyn.

> **Byddwn i'n teimlo'n eithaf pryderus am y peth ac wedyn mae'n dod yn broblem fwy gyda'm gorbryder, fy iselder ac yna byddwn i'n cau lawr i'r pwynt lle roeddwn am wthio hyn i gyd o'r neilltu a rhoi'r ffidil yn y to, sy'n drueni. (cyfranogwr NEET, 19-24 oed)**

Angen cyngor pellach

Mynegodd y cyfranogwyr ym Mlwyddyn 11 a Blwyddyn 13 ystod o anghenion ychwanegol o ran cyngor a allai fod wedi gwella eu parodrwydd ar gyfer y dyfodol yn sylweddol.

- Canllawiau ar entrepreneuriaeth, gan gynnwys agweddau fel cynllunio busnes, rheolaeth ariannol, a gofynion cyfreithiol.
- Cymorth i chwilio am swydd – gan gynnwys technegau cyfweliad a beth i'w gynnwys mewn CV. Roedd ambell i gyfranogwr anabl yn benodol eisiau cyngor ar ddod o hyd i swydd addas.
- Gwybodaeth gynhwysfawr am brentisiaethau – gan gynnwys manylion am gyfleoedd, prosesau ymgeisio a manteision.
- Cyngor ar y sgiliau bywyd hanfodol sydd eu hangen ar ôl gorffen yn yr ysgol – gan gynnwys sut i reoli arian a byw'n annibynnol.

Cyngor iddyn nhw eu hunain pan oeddent yn iau

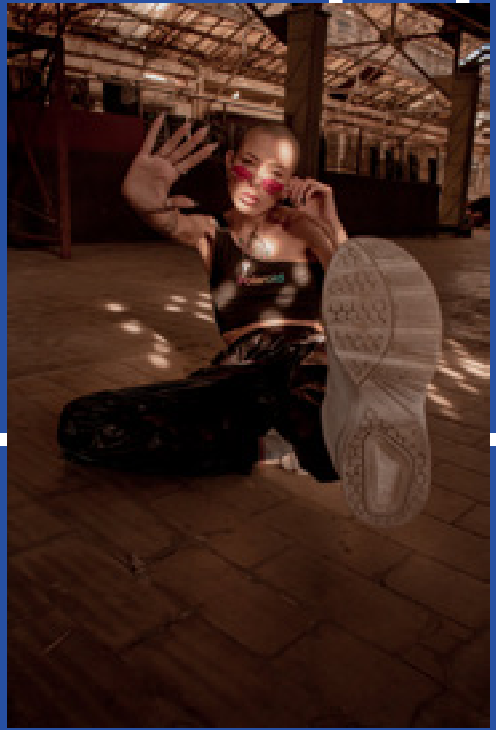
Gwnaethom ofyn i gyfranogwyr pa gyngor y byddant yn ei roi iddyn nhw eu hunain pan oeddent yn iau. Pe bai cyfranogwyr yn gallu **teithio'n ôl mewn amser i gynnig cyngor** iddyn nhw eu hunain pan oeddent yn iau, byddent yn dweud wrthynt am wneud y canlynol:

- Ystyried amrywiaeth ehangach o gyfleoedd a bod yn agored iddynt
- Dilynwch eich breuddwydion a pheidiwch â gadael i'ch athrawon, rhieni na ffrindiau ddylanwadu'n ormodol arnoch
- Manteisiwch ar y cymorth a'r gefnogaeth sydd ar gael yn hytrach na cheisio gwneud popeth ar eich pen eich hun
- Peidiwch â rhuthro i mewn i gynlluniau; rhowch amser i ddod o hyd i'r llwybr iawn
- Peidiwch â rhoi'r ffidil yn y to yn rhy gyflym pan fyddwch yn wynebu straen neu heriau
- Peidiwch â phoeni gormod os nad yw'r cynlluniau cychwynnol yn gweithio; mae amser o hyd i ystyried beth rydych chi eisiau ei wneud
- Wrth wneud cais am swyddi, cofiwch fod pawb yn yr un cwch; byddwch yn hyderus a daliwch afael arno
- Osgowch brofiadau negyddol fel cael eich diarddel o'r ysgol neu fwlio eraill.

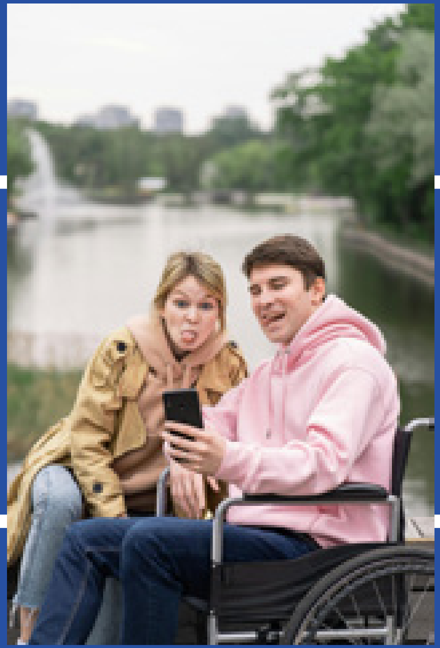
Mae'n debyg y byddwn i'n dweud i beidio â bod mor gul eich meddwl o ran yr hyn rydych eisiau ei wneud, ystyriwch bob opsiwn sydd ar gael. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)

Mae pwysau cyson arnoch i gael y graddau i wneud hyn, ac yna gallwch chi wneud hyn, ac wedyn hyn, a dyna chi. Na. Mae'n rhaid i bobl feddwl beth maen nhw wir eisiau ei wneud. (cyfranogwr EET, 19-24 oed)

Gwrando ar eich greddf, achos nes i ddim. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 16-18 oed)



Rwy'n canolbwyntio ar beidio â phoeni cymaint am symud ymlaen gan fod pawb yn yr un cwch â chi. Mae cymaint o bwysau, neu o leiaf y pwysau dwi'n ei roi arnaf fi fy hun i wneud fy ngorau a chael pob cyfweliad bosib. (cyfranogwr NEET, 19-24 oed)



Mae'n debyg y byddwn i'n dweud wrthyf fi fy hun pan oeddwn yn iau i estyn allan ychydig mwy a manteisio ar fwy o'r cyfleoedd a fethais. . . . Roedd arna i ofn erioed manteisio ar unrhyw gyfle oherwydd doeddwn i ddim ond yn gwybod beth roeddwn i'n ei wybod. (cyfranogwr NEET, 19-24 oed)

03
RÔL CYFATHREBU MEWN HWYLUSO MYNEDIAD

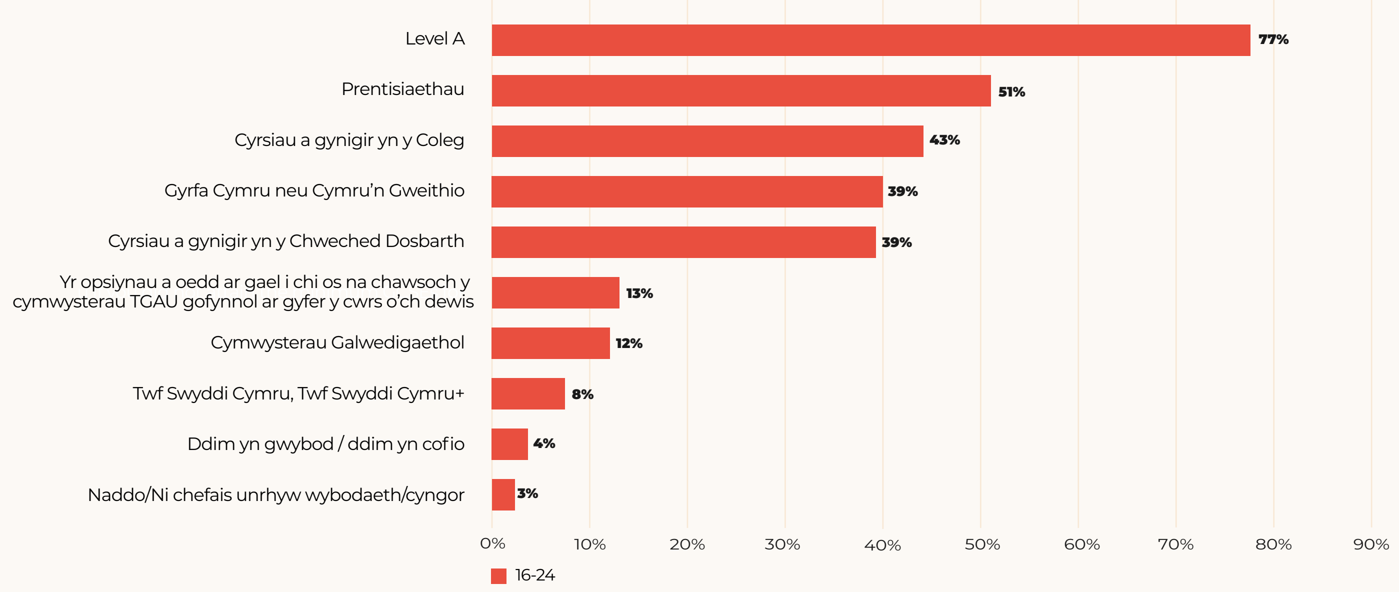
Mae cyfathrebu'n chwarae rhan allweddol yn y broses o hwyluso mynediad pobl ifanc at gyfleoedd ac adnoddau sy'n cyd-fynd â'u nodau gwaith, addysg a hyfforddiant. Gwnaethom archwilio sut y gallai sianeli cyfathrebu effeithiol, rhwydweithiau cefnogol, a phrosesau gwneud penderfyniadau gwybodus rymuso unigolion ifanc i ddod o hyd i'w ffordd ar hyd eu llwybrau addysg a gyrfa yn hyderus ac yn llwyddiannus.

GWYBODAETH A GAFWYD YN YR YSGOL AM EU DEWISIADAU

Dangosodd ein harolwg mai cael gwybodaeth am y llwybrau mwy 'traddodiadol' oedd fwyaf cyffredin adeg gorffen yn yr ysgol. O'i gymharu â hynny, **ychydig a gafodd wybodaeth am gymwysterau galwedigaethol neu TSC+Mwy.**

Ffigur 21: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Mehefin 2023

Tra roeddech chi yn yr ysgol, a gawsoch chi wybodaeth am unrhyw un o'r canlynol?



Cafodd 77% o'r rhai a ymatebodd i'r arolwg wybodaeth am Safon Uwch yn yr ysgol, yr uchaf ar draws pob opsiwn, a ddilynir gan brentisiaethau (51%), cyrsiau a gynigir yn y coleg (43%) a chyrsiau a gynigir yn y chweched dosbarth (39%).

> **Soniwyd am y [Chweched Dosbarth a choleg addysg bellach] yn yr ysgol cyn i mi adael. Maen nhw'n rhoi gwefannau'r coleg i chi edrych arnyn nhw ac ati, felly dwi'n meddwl bod hynny wedi cael sylw. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 19-24 oed)**

Yn groes i hynny, **roedd ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o brentisiaethau yn llawer is ymysg y bobl ifanc yn ein grwpiau ffocws,** gan fod y cyfranogwyr ifanc wedi nodi nad oedd yr esboniadau a roddwyd yn glir neu'n fanwl iawn o ran yr hyn oedd ar gael a sut i fynd ati i wneud cais.

> **Dydw i ddim yn teimlo bod prentisiaethau wedi cael eu hegluro'n iawn. Doedd neb wir yn gwybod beth oedden nhw yn fy nosbarth na'r ysgol. . . . Esboniad gwael gawson ni amdanyn nhw, felly wnaeth fawr o neb ddewis prentisiaeth. . . . Rwy'n credu eu bod yn dod o Gyrfa Cymru. (cyfranogwr a oedd mewn EET, 19-24 oed)**

Dim ond 12% o'r ymatebwyr ifanc a gafodd wybodaeth yn yr ysgol am gymwysterau galwedigaethol, a dim ond 8% am Twf Swyddi Cymru/Twf Swyddi Cymru +.

Mae'n ymddangos bod yr ymatebwyr benywaidd wedi cael gwybodaeth am ystod ehangach o opsiynau a oedd ar gael yn yr ysgol o'i gymharu â'r ymatebwyr gwrywaidd.

- Roedd ymatebwyr benywaidd 38% yn fwy tebygol na'r rhai gwrywaidd o gael gwybodaeth am gyrsiau a gynigir yn y coleg.
- Roeddent 44% yn fwy tebygol o ddysgu am gyrsiau a gynigir yn y chweched dosbarth.
- Roeddent dair gwaith yn fwy tebygol o ddysgu am yr opsiynau sydd ar gael iddynt petaent yn methu ag ennill y cymwysterau TGAU sy'n ofynnol ar gyfer eu cyrsiau dewisol.
- Roeddent fwy na dwywaith yn fwy tebygol o gael gwybodaeth am gymwysterau galwedigaethol, a thair gwaith yn fwy tebygol o ddysgu am Twf Swyddi Cymru/Twf Swyddi Cymru + yn yr ysgol.

Yn ôl y sôn roedd cael gwybodaeth am brentisiaethau a chymwysterau galwedigaethol yn fwy cyffredin ymysg ymatebwyr o gefndiroedd cymdeithasol ac economaidd is.

Roedd 56% o'r ymatebwyr o gefndiroedd cymdeithasol ac economaidd is (C2DE) yn honni eu bod wedi cael gwybodaeth am brentisiaethau yn yr ysgol o'i gymharu â dim ond 46% o'r ymatebwyr o gefndiroedd cymdeithasol ac economaidd uwch. Roedd y gwahaniaeth hyd yn oed yn fwy amlwg o ran cymwysterau galwedigaethol, lle cafodd 19% o ymatebwyr o gefndiroedd cymdeithasol ac economaidd is (C2DE) wybodaeth am y llwybr hwn o'i gymharu â dim ond 6% o ymatebwyr o gefndiroedd cymdeithasol ac economaidd uwch.

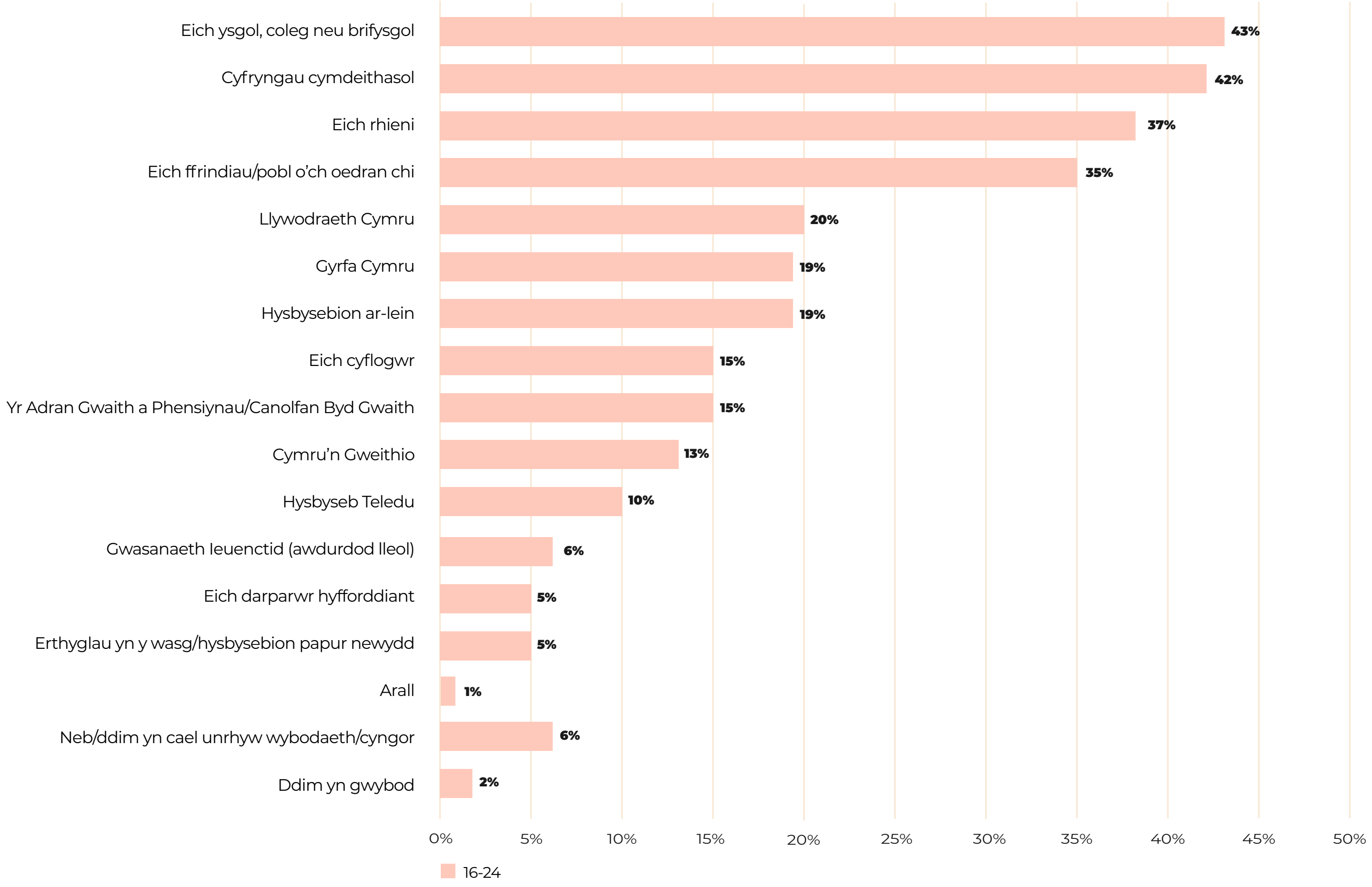
Roedd 63% o'r bobl ifanc rhwng 16 a 24 oed a gymerodd ran yn yr arolwg yn teimlo eu bod wedi cael digon o wybodaeth am yr holl opsiynau a oedd ar gael iddynt ar ôl Blwyddyn 11 yn yr ysgol. Roedd hyn yn codi i 80% o bobl ifanc rhwng 16 a 18 oed. Mae'n anodd gwybod yr union resymau dros hyn ond efallai nad oeddent yn ymwybodol o'r darlun llawn yn yr oedran hwn ac felly'n teimlo eu bod yn cael digon o wybodaeth, ar sail eu profiadau cymharol. Beth bynnag, mae'n dangos ymdeimlad o hyder sy'n gadarnhaol.

FFYNONELLAU CYFATHREBU

Ffynonellau cyfredol

Roedd y bobl ifanc a holwyd **yn tueddu i gael gafael ar nifer o ffynonellau gwybodaeth a chyngor** i gael gwybod am addysg, cyflogaeth a hyfforddiant, gyda sefydliadau addysgol (43%), cyfryngau cymdeithasol (42%) a theulu / ffrindiau (37% a 35%) yn fwyaf cyffredin.

Ffigur 22: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Mehefin 2023
Gan feddwl am addysg, cyflogaeth a hyfforddiant, o ble rydych chi'n cael gwybodaeth a/neu gyngor ar hyn o bryd?



O'r bobl ifanc yn ein harolwg, **roedd tua 1 o bob 5 yn cael gwybodaeth a chyngor gan Lywodraeth Cymru (20%) a Gyrfa Cymru (19%),** ac roedd 13% yn cael gwybodaeth gan Cymru'n Gweithio ar hyn o bryd. Cyfeiriodd 19% hefyd at gael gwybodaeth a chyngor drwy hysbysebion ar-lein.

Roedd y gwahaniaethau demograffig yn y ffordd roedd pobl ifanc yn cael gwybodaeth a chyngor am addysg, cyflogaeth a hyfforddiant yn amlwg. Roedd ymatebwyr gwrywaidd yn fwy tebygol o chwilio am wybodaeth ar y cyfryngau cymdeithasol (51%) o'i gymharu ag ymatebwyr benywaidd (33%), tra bo ymatebwyr benywaidd yn tueddu i ddibynnu ar arweiniad gan rieni (44%) yn fwy nag ymatebwyr gwrywaidd (33%). At hynny, roedd ymatebwyr benywaidd yn fwy tebygol o gael gwybodaeth o hysbysebion ar y teledu (16%) nag ymatebwyr gwrywaidd (5%).

O ran oedran, roedd pobl ifanc rhwng 16 a 18 oed yn fwy tebygol o ddibynnu ar ysgolion, colegau neu brifysgolion (58%) a rhieni (61%) o'i gymharu â phobl ifanc rhwng 19 a 24 oed (38% a 29% yn y drefn honno). Fodd bynnag, roedd unigolion hŷn (19-24 oed) yn fwy tebygol o droi at hysbysebion ar-lein (22%) a chyflogwyr (18%) am gyngor na'u cymheiriaid iau (16-18 oed) (9% a 6% yn y drefn honno).

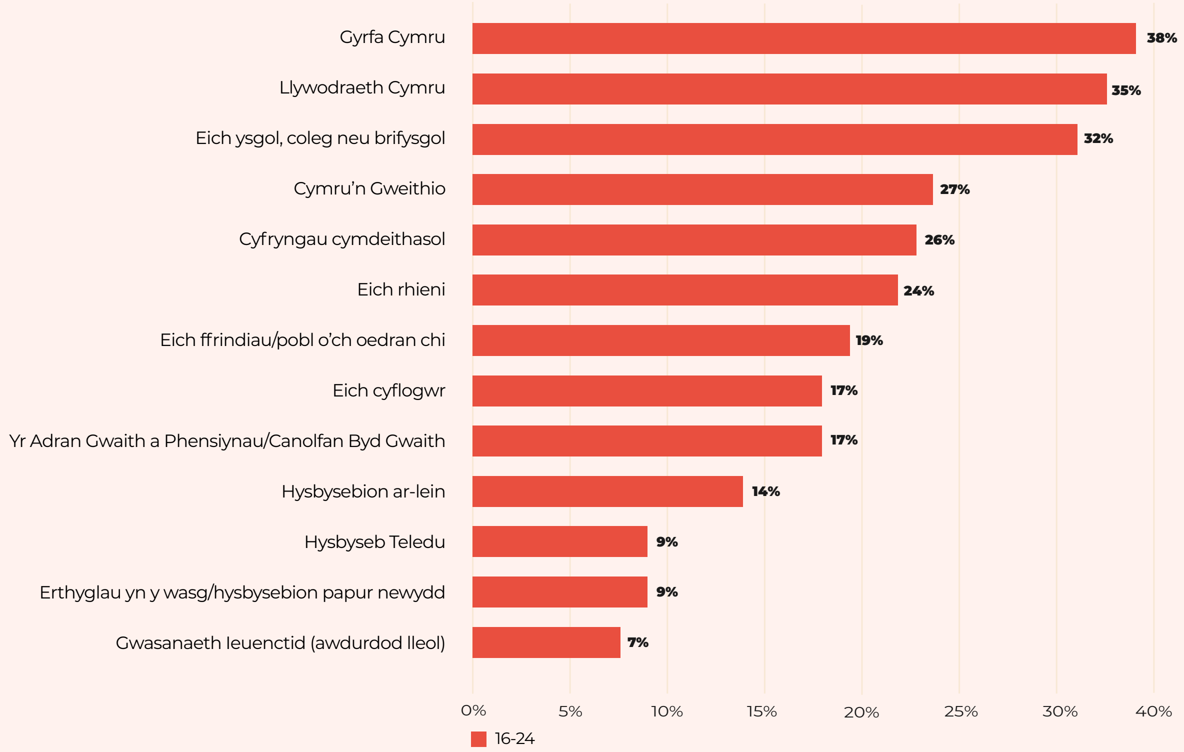
Ar ben hynny, wrth ystyried gradd gymdeithaso, **roedd ymatebwyr o grwpiau cymdeithasol ac economaidd is (C2DE) yn fwy tebygol na'r rheini o grwpiau cymdeithasol ac economaidd uwch (ABC1) o gael gwybodaeth o ffynonellau fel Gyrfa Cymru (31% o'i gymharu â 7%), hysbysebion ar-lein (28% o'i gymharu â 9%), yr Adran Gwaith a Phensiynau/Canolfan Byd Gwaith (20% o'i gymharu â 9%), a Cymru'n Gweithio (19% o'i gymharu â 7%).** Mae'r amrywiadau demograffig hyn yn dangos y sianeli cyfathrebu a'r ffynonellau arweiniad amrywiol y mae unigolion ifanc yn eu defnyddio wrth fynd ar ôl nodau addysgol a gyrfaol.

Y ffynonellau sy'n cael eu ffafrio

Roedd pobl ifanc eisiau gwybodaeth a chyngor am gyflogaeth, addysg a hyfforddiant gan Gyrfa Cymru a Llywodraeth Cymru. Roedd yn ymddangos bod yn well ganddynt y ffynonellau hyn na sefydliadau addysgol a theulu/ffrindiau.

Ffigur 23: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Mehefin 2023

Gan bwy y byddai'n well gennych gael gwybodaeth a/neu gyngor am addysg, cyflogaeth a hyfforddiant yn y dyfodol?



Roedd ychydig o wahaniaethau demograffaidd i'w hamlygu. .

Ymysg yr ymatebwyr gwrywaidd, dywedodd 34% y byddai'n well ganddynt gael arweiniad gan Cymru'n Gweithio, o'i gymharu â 20% o'r ymatebwyr benywaidd. Ar ben hynny, byddai 32% o'r ymatebwyr gwrywaidd yn dewis cael gwybodaeth ar y cyfryngau cymdeithasol, o'i gymharu â 19% o'r ymatebwyr benywaidd.

O ran oedran, roedd pobl ifanc rhwng 19 a 24 oed yn ffafrio cael gwybodaeth o wahanol ffynonellau o'i gymharu â phobl ifanc rhwng 16 a 18 oed, a oedd yn cynnwys Cymru'n Gweithio (30% o'i gymharu â 17%), yr Adran Gwaith a Phensiynau/Canolfan Byd Gwaith (20% o'i gymharu â 8%), hysbysebion ar-lein (19% o'i gymharu â 0%), a hysbysebion ar y teledu (12% o'i gymharu â 0%).

Roedd gwahaniaethau mewn graddau cymdeithasol hefyd yn datgelu gwahaniaethau yn y ffynonellau sy'n cael eu ffafrio. Roedd ymatebwyr o grwpiau cymdeithasol ac economaidd is yn fwy tebygol o fynnu gwybodaeth gan Lywodraeth Cymru (40% o'i gymharu â 30%), Cymru'n Gweithio (38% o'i gymharu â 15%), a'r Adran Gwaith a Phensiynau/Canolfan Byd Gwaith (28% o'i gymharu â 5%), o'i gymharu â'r rheini o grwpiau cymdeithasol ac economaidd uwch (ABC1). Mae'r gwahaniaethau demograffig hyn yn tynnu sylw at y sianeli cyfathrebu amrywiol y mae pobl ifanc yn eu ffafrio.

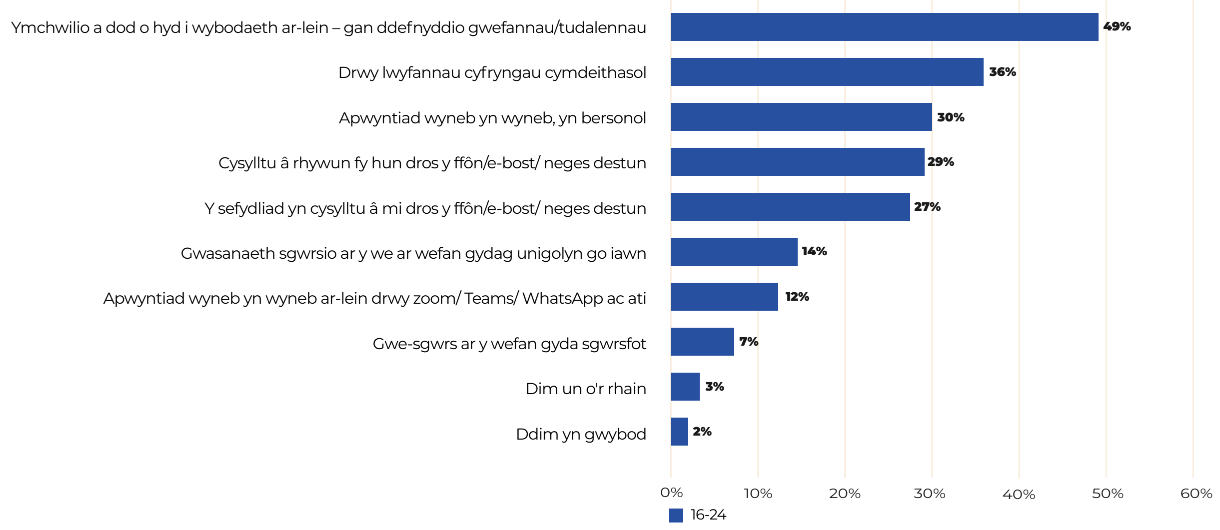
DEWISIADAU CYFATHREBU

Cael gafael ar wybodaeth

Dywedodd 49% o'r bobl ifanc rhwng 16 a 24 oed a holwyd ei bod yn well ganddynt ymchwilio a **dod o hyd i wybodaeth ar-lein** i gael gwybod am addysg, cyflogaeth neu hyfforddiant.

Ffigur 24: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Mehefin 2023

Beth yw eich hoff ffordd/ffyrdd o gael gafael ar wybodaeth am addysg, cyflogaeth neu hyfforddiant?



Ar ôl hynny, **llwyfannau cyfryngau cymdeithasol** Roedd apwyntiadau wyneb yn wyneb hefyd yn boblogaidd gyda bron i 1 o bob 3 person ifanc (30%) yn eu ffafrio. **Roedd apwyntiadau wyneb yn wyneb hefyd yn boblogaidd gyda bron i 1 o bob 3 person ifanc (30%) yn eu ffafrio,** sy'n syndod o uchel o ystyried y dybiaeth gyffredin ei bod yn well gan bobl ifanc wneud popeth ar-lein. Roedd y dull hwn yn cael ei ffafrio dros apwyntiadau wyneb yn wyneb ar-lein, gyda dim ond 12% yn dangos diddordeb mewn gwneud hynny.

Roedd ychydig o wahaniaethau i'w nodi ymysg rhai grwpiau demograffig. Ymysg ymatebwyr gwrywaidd gwelwyd ffafriaeth am apwyntiadau wyneb yn wyneb (36%) o'i gymharu ag ymatebwyr benywaidd (25%). O ran oedran, roedd yn well gan bobl ifanc rhwng 16 a 18 oed apwyntiadau wyneb yn wyneb na phobl ifanc rhwng 19 a 24 oed (51% o'i gymharu â 24%), cysylltu â rhywun eu hunain dros y ffôn/e-bost/neges destun (41% o'i gymharu â 25%), a chael y sefydliad i gysylltu â nhw dros y ffôn/e-bost/neges destun (37% o'i gymharu â 24%).

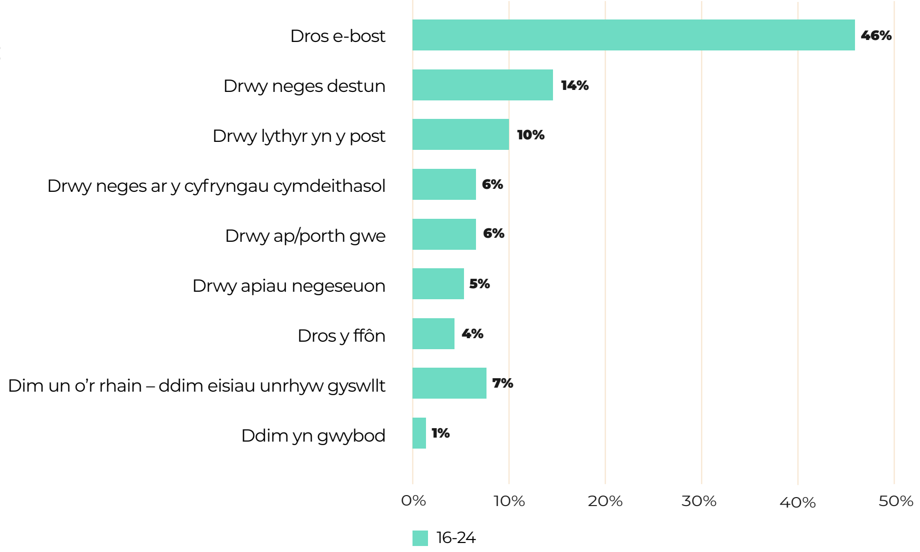
O ran gradd gymdeithasol, roedd yn well gan ymatebwyr o grwpiau cymdeithasol ac economaidd uwch (ABC1) ymchwilio a dod o hyd i wybodaeth ar-lein gan ddefnyddio gwefannau/tudalennau we (57%) ac roedd hefyd yn well ganddynt apwyntiadau wyneb yn wyneb (36%) o'i gymharu ag ymatebwyr o grwpiau cymdeithasol ac economaidd is (C2DE). Ar y llaw arall, roedd yn well gan ymatebwyr o grwpiau cymdeithasol ac economaidd is (C2DE) yn yr un grŵp oedran gysylltu â rhywun eu hunain dros y ffôn/e-bost/neges destun nag ymatebwyr o grwpiau cymdeithasol ac economaidd uwch (ABC1) (36% o'i gymharu â 23%), cael y sefydliad i gysylltu â nhw drwy'r dulliau hyn (33% o'i gymharu â 21%), a defnyddio'r adnodd gwe-sgwrs ar wefan gyda pherson go iawn (20% o'i gymharu â 7%).

Dod i gyswllt

Yn olaf, rhoddodd ein harolwg wybod i bobl ifanc am fwriad Llywodraeth Cymru – mewn partneriaeth â Gyrfa Cymru – i gysylltu â phobl ifanc ar wahanol adegau o'u taith ym myd addysg, hyfforddiant neu gyflogaeth i gynnig cefnogaeth iddynt i'w helpu i gyflawni eu nodau. Gyda hynny mewn golwg, **gofynnwyd iddynt beth fyddai'r ffordd orau o gysylltu â hwy** i roi gwybod iddynt am y cyfleoedd hyn. O bell ffordd, **e-bost oedd y dull a ffefrir** i gysylltu â nhw ynghylch hyn.

Ffigur 25: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Mehefin 2023

Bydd Llywodraeth Cymru, gan weithio ochr yn ochr â Gyrfa Cymru, yn cysylltu â phobl ifanc ar wahanol gamau yn eu taith addysg, hyfforddiant neu gyflogaeth er mwyn iddynt allu sicrhau eu bod yn cynnig y cymorth sydd ar gael i'w helpu i gyflawni eu nodau. Beth yw'r ffordd orau i ni gysylltu â chi?



04
PROFIADAU POBL IFANC ANABL

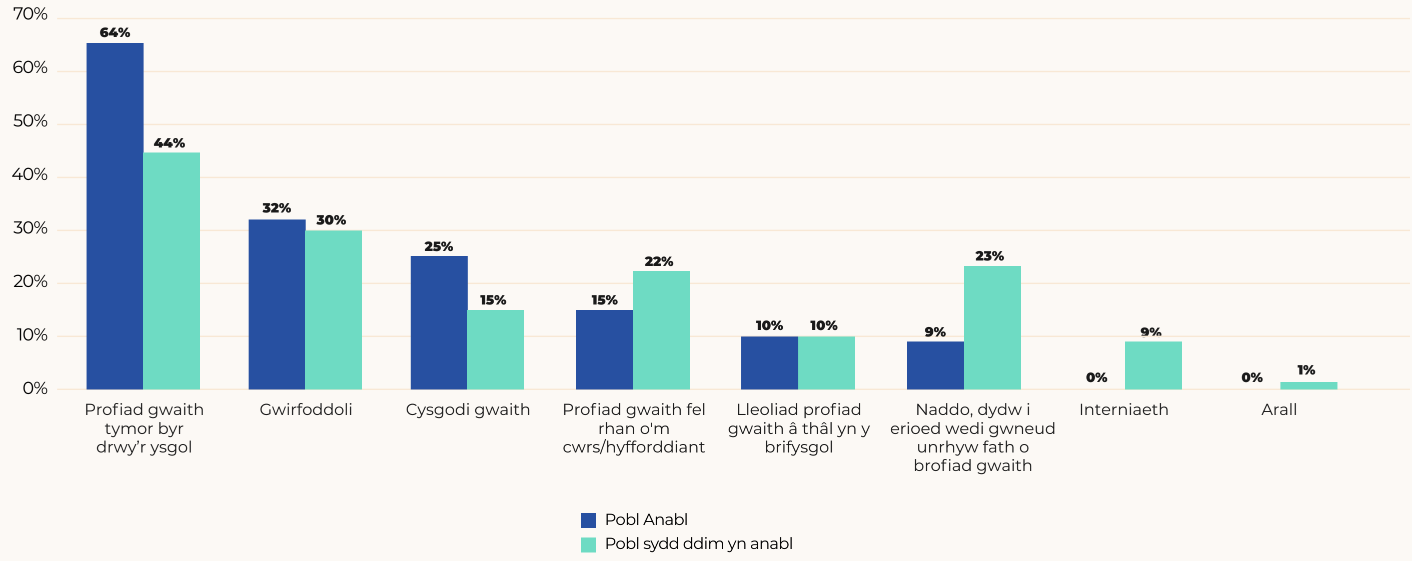
Roedd y rhwystrau a ystyriwyd hyd yma yn yr adroddiad hwn yn aml yn effeithio'n anghymesur ar bobl ifanc anabl. At ddibenion yr adroddiad hwn, roedd ein sampl yn categoreiddio pobl ifanc anabl fel y rheini â nam corfforol neu feddyliol, gan gynnwys y rheini â salwch neu gyflwr iechyd hirdymor.

PROFIAD GWAITH

Ar yr olwg gyntaf, roedd yn ymddangos bod cysylltiad pobl ifanc anabl â phrofiad gwaith yn gadarnhaol iawn. Roedd 9 o bob 10 (91%) o'r rhai a holwyd wedi cael rhyw fath o brofiad gwaith, yn bennaf drwy'r ysgol (64%). Roedd y ffigur hwn yn uwch na'r gyfradd a welwyd ymysg pobl ifanc heb anabledd, sef 79%. Mae hyn yn dangos bod **ymatebwyr ifanc anabl 15% yn fwy tebygol o fod wedi cael profiad gwaith yn y gorffennol na'r bobl ifanc heb anabledd a holwyd.**

Figur 26: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Ionawr 2023

Ydych chi wedi gwneud unrhyw un o'r mathau canlynol o brofiad gwaith?

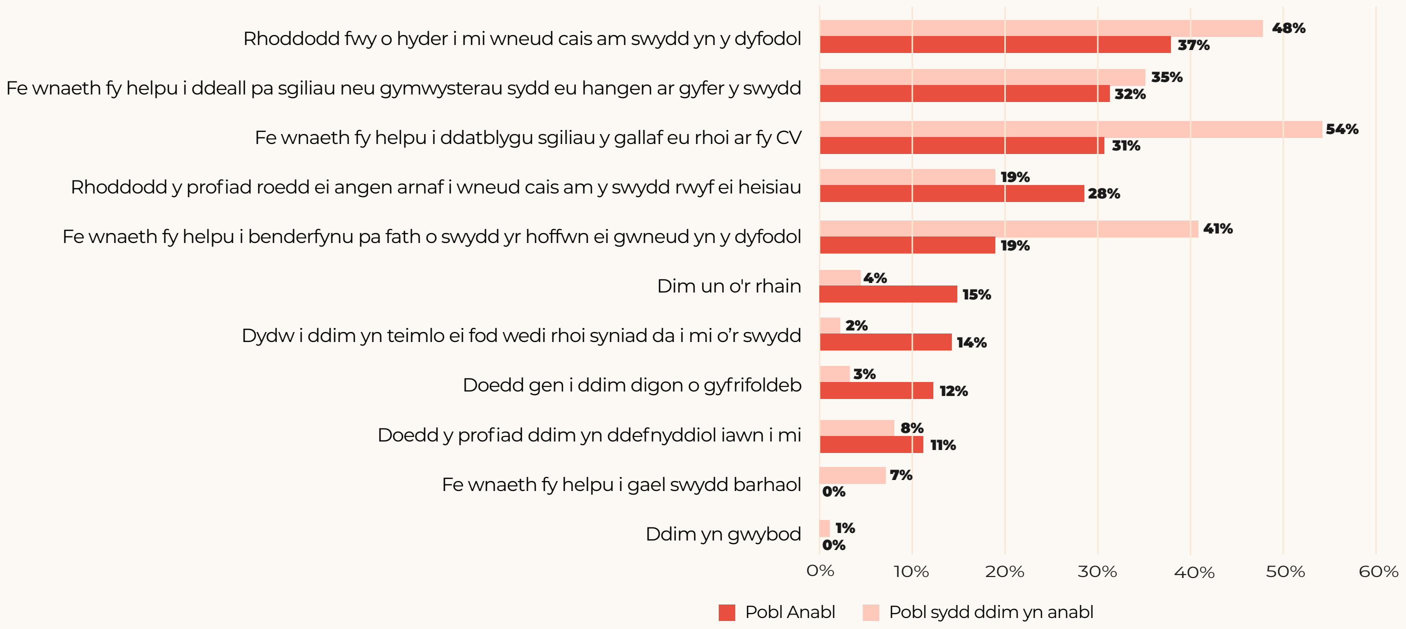


Fodd bynnag, roedd ymatebwyr anabl yn llawer **mwy tebygol o ddweud eu bod yn anfodlon â'u profiad gwaith** mewn sawl agwedd:

- Roeddent 140% yn fwy tebygol o ddweud nad oeddent wedi cael digon o gyfrifoldeb.
- 133% yn fwy tebygol o ddweud nad oeddent wedi cael syniad da o'r swydd.
- 46% yn llai tebygol o ddweud ei fod wedi eu helpu i benderfynu ar y math o swydd yr hoffent ei chael yn y dyfodol.
- 35% yn llai tebygol o ddweud bod y profiad wedi eu helpu i wella eu CV.
- 20% yn llai tebygol o ddweud ei fod wedi rhoi mwy o hyder iddynt wneud cais am swyddi yn y dyfodol.

Ffigur 27: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Ionawr 2023

Pa rai, os o gwbl, o'r datganiadau canlynol am brofiad gwaith sy'n berthnasol i chi?



Gwella eu profiad

Roedd bron i 3 o bob 5 (59%) yn credu y byddai **mwy o gyfrifoldeb** yn ystod eu profiad gwaith wedi bod yn fanteisiol, ac wedi'u galluogi i ddysgu mwy o sgiliau. Mewn cyferbyniad â hynny, dim ond 38% o'r ymatebwyr heb anabledd oedd yn teimlo fel hyn.

Byddai'n well gan fwy nag 1 o bob 3 (37%) fod wedi cael **profiad gwaith mewn sector sydd o ddiddordeb iddynt.** Er bod tua hanner (44%) yr ymatebwyr ifanc heb anabledd wedi nodi y byddai cael mwy o gefnogaeth yn ystod eu lleoliadau gwaith wedi gwella eu profiad, dim ond yr 1 o bob 3 (34%) o ymatebwyr anabl a ddewisodd yr opsiwn hwn.

TRAFNIDIAETH

Daeth yn amlwg bod trafnidiaeth yn rhwystr sylweddol i bobl ifanc anabl yng Nghymru wrth geisio cael swydd, addysg neu gyfleoedd hyfforddiant. **Roedd 34% o ymatebwyr ifanc anabl yn wynebu heriau'n gyson oherwydd problemau trafnidiaeth, tra bo'u hanner yn wynebu'r anawsterau hyn o bryd i'w gilydd.**

Mae gormod o bobl o'i gymharu â nifer y bysiau a thrafnidiaeth sydd ar gael. A dwi'n anabl felly mae angen i mi gael eistedd i lawr hefyd.

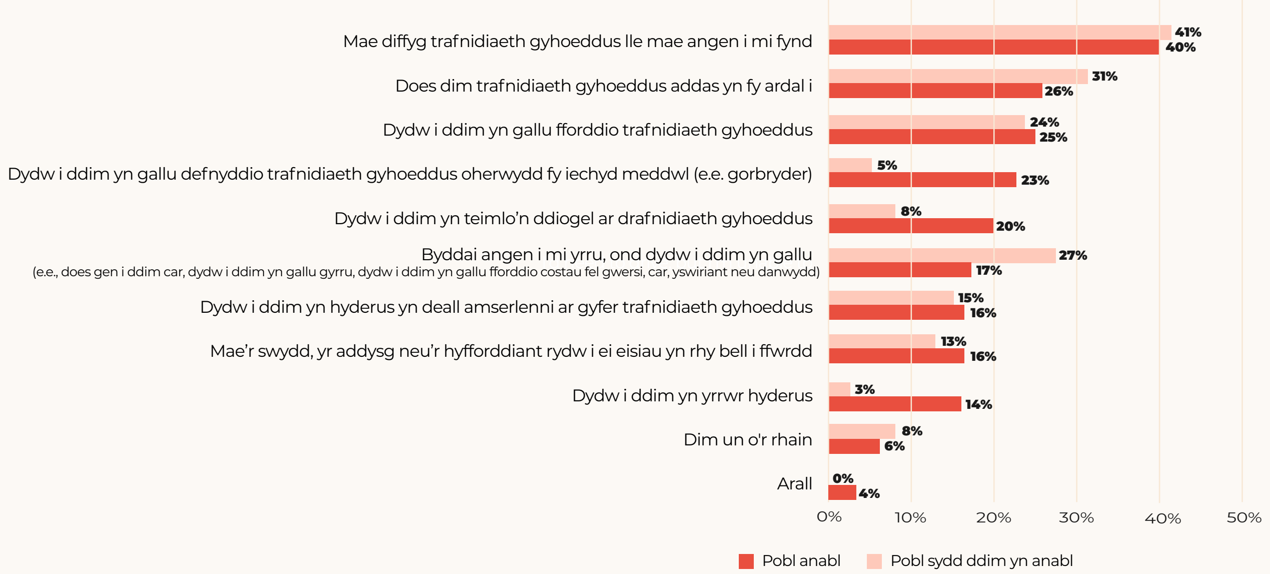
Felly, yn aml, yn enwedig amser cinio a'r bore a thua tri neu bedwar o'r gloch, mae'n rhaid i mi golli sawl bws dim ond er mwyn gallu eistedd i lawr am nad oes gen i dystiolaeth bod angen i mi eistedd eto, na'r hyder i fynd ar fws a dweud wrth rywun bod angen i mi gael eistedd. . . . Ac yn y diwedd wnes i ddim llwyddo i gael gradd yn y pwnc roeddwn i'n ei astudio i ddechrau am ei fod wedi effeithio cymaint ar fy iechyd meddwl. A hynny'n rhannol oherwydd bod angen dal bws i fynd i'r coleg. (cyfranogwr NEET, 16-18 oed)

Dyma'r prif resymau a oedd yn cyfrannu at y rhwystr hwn:

- Diffyg trafnidiaeth gyhoeddus, yn enwedig lle i ble roedd angen iddynt fynd (40%) ond hefyd yn eu hardaloedd eu hunain (26%).
- Materion fforddiadwyedd, gydag 1 o bob 4 person ifanc anabl yn dweud nad oeddent yn gallu fforddio cost trafnidiaeth gyhoeddus.
- Pryderon iechyd meddwl, a oedd yn rhwystro 23% o bobl ifanc anabl rhag defnyddio trafnidiaeth gyhoeddus.

Ffigur 28: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Ionawr 2023

Pa rai o'r materion trafnidiaeth canlynol, os o gwbl, sydd wedi'i gwneud yn anoddach i chi gael mynediad at y swydd, yr addysg neu'r hyfforddiant rydych chi ei eisiau?



Roedd y gwahaniaeth rhwng pobl ifanc anabl a'r rheini heb anabledd o ran rhwystrau trafnidiaeth yn amlwg ar draws nifer o ffactorau:

- Roedd ymatebwyr anabl dros bedair gwaith yn fwy tebygol o fod wedi nodi **diffyg hyder mewn gyrru** nag ymatebwyr heb anabledd.
- Roeddent dros bedair gwaith yn fwy tebygol o fod wedi nodi **iechyd meddwl** fel rheswm dros fethu â defnyddio trafnidiaeth gyhoeddus o'i gymharu ag ymatebwyr heb anabledd.
- Roeddent fwy na dwywaith yn fwy tebygol o fod wedi mynegi **teimladau o ddiffyg diogelwch ar drafnidiaeth gyhoeddus.**

Goresgyn trafnidiaeth fel rhwystr

Er mwyn lliniaru'r rhwystrau hyn sy'n gysylltiedig â thrafnidiaeth, awgrymodd dros hanner yr ymatebwyr anabl (55%) y byddai gwell argaeledd trafnidiaeth gyhoeddus yn gwneud eu taith i swyddi, addysg neu hyfforddiant yn llawer iawn haws. Roedd 37% o'r ymatebwyr yn credu bod cymorth ariannol i dalu costau trafnidiaeth yn ateb posibl. Ar ben hynny, roedd 30% yn credu y byddai cael llwybrau uniongyrchol i'w cyrchfannau yn fuddiol, a **phwysleisiodd 28% yr angen i drafnidiaeth gyhoeddus fod yn fwy hygyrch, megis drwy sicrhau gwell mynediad i deithwyr anabl.**

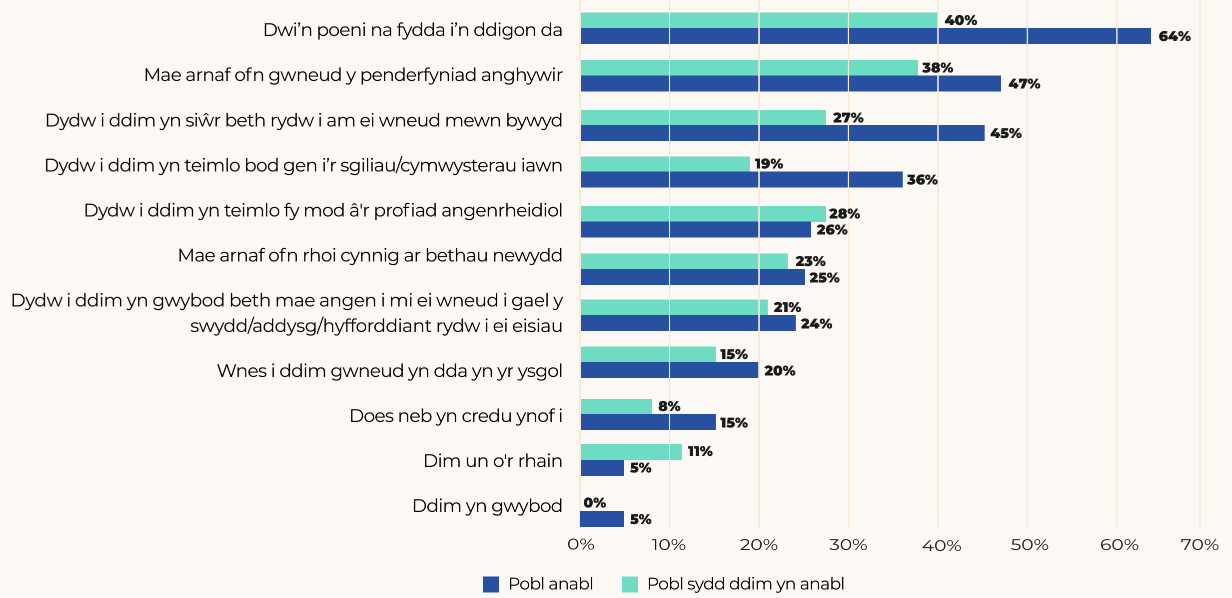
HYDER AC IECHYD MEDDWL

I bobl ifanc anabl yng Nghymru, roedd diffyg hyder ac iechyd meddwl gwael yn sefyll allan yn amlwg fel rhwystrau o ran cael mynediad at swyddi, addysg neu hyfforddiant. **Nododd 92% o'r ymatebwyr anabl fod diffyg hyder yn rhwystr, yr uchaf o unrhyw segment arall,** gyda 44% ohonynt yn dweud eu bod yn teimlo fel hyn drwy'r amser, sydd ddwywaith gymaint (22%) â'u cyfoedion heb anabledd.

Er mwyn deall ffactorau sylfaenol y diffyg hyder hwn, gwnaethom archwilio pryderon ac ansicrwydd cyffredin ymhlith pobl ifanc anabl, yn enwedig o gymharu â phobl ifanc nad ydynt yn anabl.

Ffigur 29: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Ionawr 2023

Pa rai, os o gwbl, o'r datganiadau isod sy'n berthnasol i chi?



Roedd y canfyddiadau'n dangos popeth - roedd yr ymatebwyr anabl:

- 89% yn fwy tebygol nag ymatebwyr nad oeddent yn anabl i deimlo nad oedd ganddynt y sgiliau na'r cymwysterau iawn.
- 88% yn fwy tebygol o feddwl nad ydy pobl yn credu ynddynt.
- 67% yn fwy tebygol o fod yn ansicr am beth maen nhw am ei wneud mewn bywyd.
- 60% yn fwy tebygol o boeni am beidio â bod yn ddigon da.
- 24% yn fwy tebygol o fod ofn gwneud y penderfyniad anghywir.

Roedd problemau iechyd meddwl yn gwaethygu'r heriau hyn. Er bod chwarter (26%) o bobl ifanc anabl yn cydnabod effaith gadarnhaol bod mewn addysg, cyflogaeth neu hyfforddiant ar eu hiechyd meddwl, **dywedodd 90% fod eu hiechyd meddwl yn eu rhwystro rhag mynd ar ôl y cyfleoedd hyn.** Roedd ymatebwyr anabl tua **tdwywaith yn fwy tebygol** o ystyried bod eu hiechyd meddwl yn rhwystr na'u cyfoedion heb anabledd.

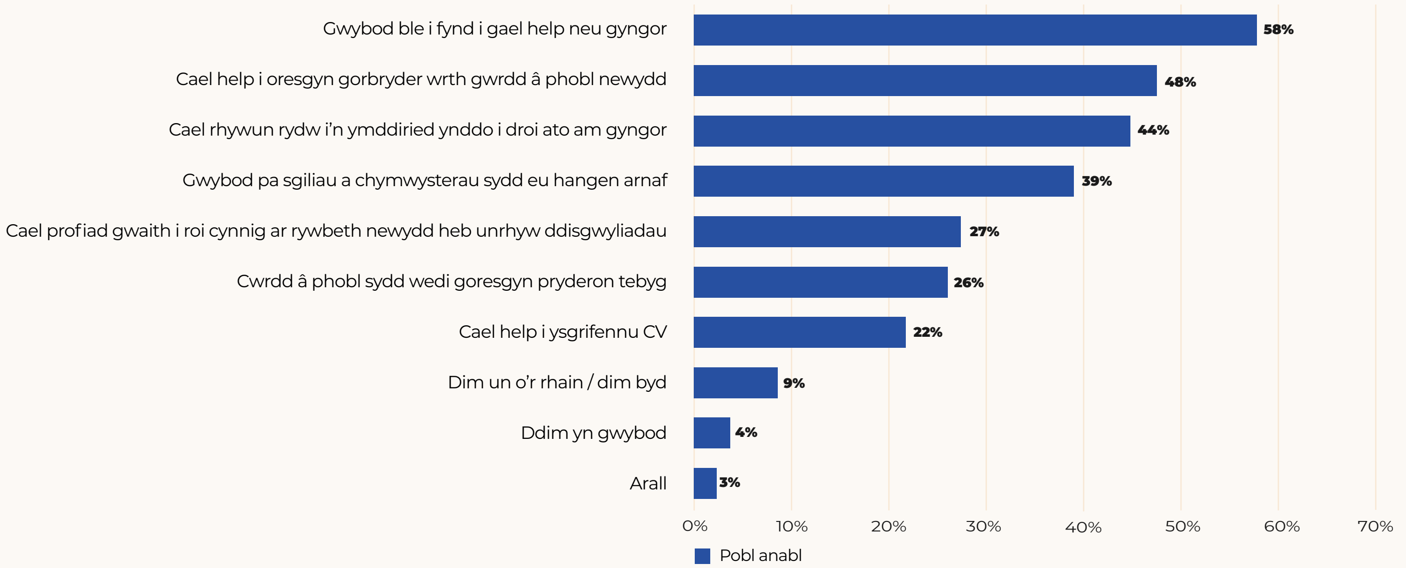
Ymysg y rhai a oedd yn ystyried bod eu hiechyd meddwl yn eu rhwystro, roedd 65% yn **poeni'n bennaf am gwrdd â phobl newydd.** Roedd dros hanner (55%) yn teimlo bod **cyfweliadau swydd yn eu rhoi dan straen ormodol,** ac roedd 50% yn cael trafferth gyda **chymhelliant a chanolbwyntio.** Hefyd, i 20%, roedd effaith bosibl cyflogaeth ar **fudd-daliadau aelodau o'r teulu** yn peri pryder.

Gwella hyder

Dywedodd pobl ifanc anabl fod gwybod ble i fynd am help neu gyngor (58%) a chymorth i oresgyn gorbryder ynghylch cwrdd â phobl newydd (48%) yn ffyrdd o roi **hwb i'w hyder.**

Ffigur 30: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Ionawr 2023

Beth ydych chi'n meddwl fyddai'n helpu i wella eich hyder?



Roedd mesurau cefnogol eraill yn cynnwys cael unigolyn dibynadwy i droi ato am gyngor (44%) a chael eglurder ynghylch y sgiliau a'r cymwysterau sy'n angenrheidiol (39%).

EU GOBEITHION A'R HERIAU YN YSTOD CYFNODAU PONTIO ALLWEDDOL

Mae taith pobl ifanc anabl yng Nghymru yn ystod cyfnodau pontio allweddol mewn addysg, yn enwedig ym Mlwyddyn 11 a Blwyddyn 13, yn cynnwys **heriau a dyheadau unigryw.** Mae'r rhain yn hanfodol wrth lunio eu llwybrau addysg a gyrfa ar gyfer y dyfodol.

Dewis y cam nesaf

Roedd dros 1 o bob 3 (35%) person ifanc anabl a holwyd yn gwybod beth roeddent eisiau ei wneud ar ôl Blwyddyn 11. Ond i lawer o bobl eraill, roedd y cyfnod pontio ym Mlwyddyn 11 fel arfer yn llawn **ansicrwydd ac opsiynau cyfyngedig.** Roedd ymatebwyr ifanc nad oeddent yn gwybod beth roeddent eisiau ei wneud yn tueddu i wneud eu penderfyniad ar sail **cyngor gan eraill,** yn bennaf cynghorwyr gyrfaoedd (30%), athrawon yn yr ysgol (29%) a'r teulu ehangach (24%). Weithiau byddent yn gwrando ar y cyngor hwn hyd yn oed pan nad oedd yn cyd-fynd â'u dyheadau.

O'i gymharu â'u cyfoedion heb anabledd, roedd pobl ifanc anabl rhwng 16 a 24 oed 36% yn fwy tebygol o fod wedi dewis eu cam nesaf ar sail **cyngor gan gynghorydd gyrfa** a 20% yn fwy tebygol o fod wedi dewis eu cam nesaf ar sail **cyngor gan y teulu ehangach.**

Datgelodd ein sgyrsiau ag ymatebwyr ifanc anabl fod llawer yn dewis aros ym myd addysg fel **opsiwn diofyn** am eu bod yn ansicr ynghylch y camau nesaf. Ailadroddodd rhai nad oeddent yn hollol sicr sut y gwnaethant benderfynu cymryd y cam nesaf tuag at adael byd addysg.

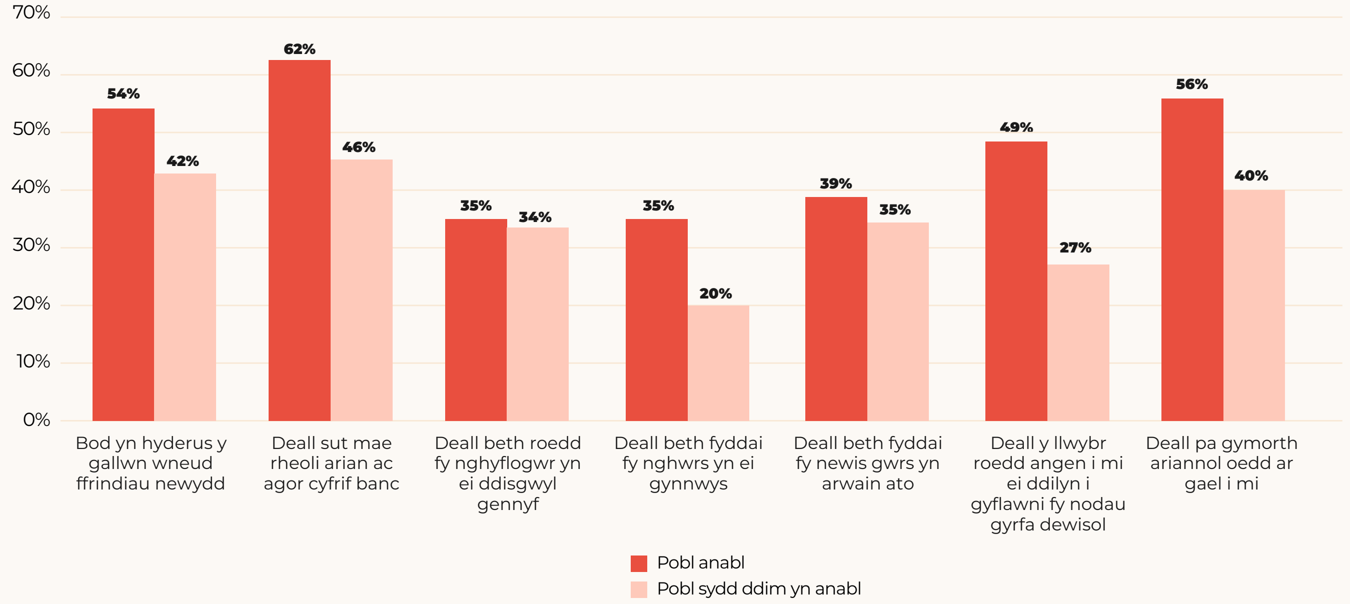
Dydw i ddim wir yn siŵr beth ddaeth â fi at [y sefydliad cymorth]. I mi, roedd o'n teimlo fel petai jest wedi digwydd. Dwi'n cofio rhywun, dwi ddim yn gwybod pwy, yn awgrymu, ac unwaith eto, ddywedais i y byddwn i'n rhoi cynnig arni, gweld sut beth oedd o. (Grŵp pobl ifanc anabl, 19-24 oed)

Roedd data o'n harolwg yn cadarnhau bod aros ym myd addysg yn ddewis cyffredin ymysg pobl ifanc anabl. Dywedodd nifer sylweddol (59%) eu bod wedi dewis Safon Uwch, er bod y gyfradd hon yn is nag ydyw ymysg eu cyfoedion heb anabledd (74%). Cyflogaeth, naill ai llawn amser (15%) neu ran-amser (7%), oedd yr ail lwybr mwyaf cyffredin, gyda phobl ifanc anabl ddwywaith yn fwy tebygol o fod wedi dewis y llwybr hwn yn union ar ôl Blwyddyn 11 na phobl ifanc heb anabledd.

Roedd llwybrau eraill a ddewiswyd gan ymatebwyr anabl yn cynnwys **rhaglenni sy'n cefnogi pobl ifanc** gyda hyfforddiant neu gyflogaeth (5%) a dechrau eu busnes eu hunain (5%).

Ffigur 31: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Mehefin 2023

Wrth symud i'ch cam nesaf ar ôl ysgol, pa mor barod oeddech chi'n teimlo o ran...? Net DDIM YN DDIGON PAROD



Fodd bynnag, **roedd pobl ifanc anabl hefyd yn teimlo'n llai parod nag eraill yn ystod cyfnodau pontio allweddol:**

- Roedd 54% o bobl ifanc anabl yn teimlo nad oeddent yn barod o ran gwneud ffrindiau newydd yn ystod eu cam addysgol neu yrfaol nesaf, o'i gymharu â 42% o gymheiriaid heb anabledd.
- Roedd 62% yn teimlo nad oeddent yn barod o ran rheoli arian a deall bancio, sy'n uwch na'r 46% ymysg pobl ifanc heb anabledd.
- Roedd 49% yn teimlo nad oeddent yn barod o ran deall y llwybr tuag at y nodau gyrfa o'u dewis, sy'n sylweddol uwch na'r 27% ymysg pobl ifanc heb anabledd.
- Roedd 56% yn ansicr ynghylch y cymorth ariannol oedd ar gael, o'i gymharu â 40% o gymheiriaid heb anabledd.

Roedd yn eithaf brawychus i mi oherwydd doeddwn i ddim yn siŵr beth i'w wneud fel swydd. Roedd fy rhieni'n poeni. Roeddwn i'n teimlo'n reit isel. (Grŵp pobl ifanc anabl, 19-24 oed)

Ffynonellau cyngor

Er mwyn paratoi ar gyfer y cam nesaf ar ôl gadael yr ysgol, **roedd pobl ifanc anabl yn aml yn dibynnu ar wahanol ffynonellau i gael arweiniad.** Roedd bron i 3 o bob 5 (59%) wedi siarad â chynghorydd gyrfaoedd, rhywbeth roeddent 97% yn fwy tebygol o'i wneud nag ymatebwyr heb anabledd. Roedd y gwahaniaethau nodedig eraill ymysg ymatebwyr heb anabledd yn cynnwys y canlynol:

- Roedd ymatebwyr anabl 136% yn fwy tebygol o fod wedi cael lleoliad profiad gwaith.
- Roeddent 30% yn llai tebygol o fod wedi gofyn am gyngor gan ffrindiau.
- Roeddent oddeutu hanner mor debygol o fod wedi mynd i ddigwyddiadau agored y coleg.

Fodd bynnag, er gwaethaf eu hymdrechion i gael arweiniad, **dim ond 54% oedd yn teimlo'n hyderus ynghylch eu dewisiadau ar ôl Blwyddyn 11,** o'i gymharu â 72% o bobl ifanc heb anabledd. Dangosodd ein harolwg, wrth edrych yn ôl, fod 1 o bob 3 person ifanc anabl yn credu y byddai ymgynghori â chynghorydd gyrfa wedi esmwythau'r cyfnod pontio ym Mlwyddyn 11. O ystyried y ffaith bod bron i 3 o bob 5 wedi ymgynghori â chynghorydd gyrfa yn y gorffennol, mae hyn yn awgrymu efallai mai'r rheini nad oedd wedi gwneud hynny sydd nawr yn sylweddoli wrth edrych yn ôl y byddai wedi bod yn ddefnyddiol. Yn olaf, roedd 29% yn gweld gwerth mewn siarad â rhywun sydd eisoes ar y llwybr maen nhw'n dymuno'i ddilyn.

Yn ystod y sgyrsiau, mynegodd llawer o bobl ifanc anabl **anhawster cofio neu ddod o hyd i ffynonellau o gyfarwyddyd yn ymwneud â chwilio am swydd,** gan dynnu sylw at ddiffyg cefnogaeth ac arweiniad aneglur tybiedig. Dangosodd eraill **barodrwydd i ddilyn cyngor hyd yn oed os nad oedd yn cyd-fynd â'u dyheadau,** ac roeddent yn aml yn dibynnu ar benderfyniadau a wnaed gan aelodau cefnogol o'r teulu neu athrawon.

Dydy fy mam ddim yn meddwl y bydd yn dda i mi [yn y coleg addysg bellach], mae hi'n credu y bydda i jest yn eistedd, yn gwneud llawer o ddim, a dydy hi ddim eisiau i mi wneud hynny. (Grŵp pobl ifanc anabl, 19-24 oed)

Nododd gweithwyr cymorth hefyd fod y dewisiadau yn gyfyngedig i'r bobl ifanc anabl sy'n dod o'r canolfannau addysg.

I rai o'r bobl ifanc rydyn ni'n gweithio gyda nhw, coleg yw'r unig opsiwn maen nhw wedi'i gael. (Gweithiwr cymorth)

Roedd y cyfyngiad hwn weithiau'n golygu bod unigolion ifanc yn dewis aros mewn addysg yn bennaf "er mwyn cael rhywbeth i'w wneud".

Pan adawais yr ysgol yn 19 oed, doeddwn i ddim yn gwybod beth roeddwn i eisiau ei wneud fel gwaith, felly es i'r coleg am ei fod yn rhywbeth i mi ei wneud. (Grŵp pobl ifanc anabl, 19-24 oed)

Gwelodd gweithwyr cymorth fod pobl ifanc anabl, ar ôl gorffen yn y coleg, yn wynebu rhwydweithiau cymorth cyfyngedig ac **nid oedd eu rhieni yn ymwybodol o'r dewisiadau oedd ar gael.**

Felly maen nhw'n gallu aros yn y coleg nes byddan nhw'n 26 oed... Felly mae'r math yna o opsiwn wedyn yn ddipyn o fwlch. Felly mae gynnon ni ddipyn go lew o bobl ifanc yma sydd ychydig yn hŷn - maen nhw wedi bod i'r coleg a bellach ddim yn gwneud unrhyw beth, y pontio hwnnw, neu mae'n rhaid iddyn nhw chwilio amdano eu hunain, sy'n iawn, ond mae'n anodd iawn cael gafael ar unrhyw beth, neu gyrraedd lle mae angen i chi fod. Mae gynnon ni bobl ifanc wirioneddol dalentog a allai wneud cyfraniad, ond ble maen nhw'n mynd i gyfrannu? (Gweithiwr cymorth)

Fodd bynnag, nid oedd pob profiad yn negyddol. Tynnodd pobl ifanc sylw at y ffaith bod **cyrsiau galwedigaethol a rhaglenni sgiliau byw'n annibynnol yn fuddiol,** gyda rhieni cefnogol yn chwarae rhan hollbwysig o ran cael gafael ar y cyfleoedd hyn.

Byddaf yn mynd i'r coleg ym mis Medi. . . . Sgiliau Bywyd. . . . Do, mi gefais i help. Ie, gan yr ysgol. A gan athrawon y coleg hefyd. . . . Do, mi gefais i help gan mam a dad. (Grŵp pobl ifanc anabl, 19-24 oed

Ar ôl yr ysgol, roedd athrawon yn y coleg hefyd wedi helpu cyfranogwr ifanc anabl i benderfynu beth i'w wneud nesaf ar ôl Blwyddyn 13.

Dwi eisiau gofalu am anifeiliaid. Fe wnaeth yr athrawon [yn y coleg] fy helpu [i benderfynu]. (Grŵp pobl ifanc anabl, 19-24 oed)

Cyfeiriodd person ifanc anabl arall at y cymorth a gafodd i **ddod o hyd i leoliadau gwaith â chymorth** a **pharatoi ar gyfer gwaith** gan sefydliad sy'n cael ei ariannu gan Gronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol a Llywodraeth Cymru. Bu'n ddefnyddiol wrth symud ymlaen o'r coleg (yn 19 oed) pan nad oedd un cyfranogwr a'i rieni'n gwybod beth i'w wneud ar ôl i'r cyfranogwr orffen yn yr ysgol. Soniwyd am **beidio â gwybod beth fydden nhw wedi'i wneud nesaf heb gymorth gan y sefydliad.**

Doeddwn i ddim yn gwybod beth i'w wneud i ddweud y gwir. Hynny ydy, ar ôl i mi orffen, ac roedd fy rhieni'n meddwl, reit, mae o wedi sefyll ei arholiadau, ond dydy o dal heb chwilio am swydd... [Unwaith roeddwn i wedi ymuno â'r sefydliad] roedd yn teimlo'n debycach i amser estynedig i mi gael meddwl am beth roeddwn i eisiau ei wneud. (Grŵp pobl ifanc anabl, 19-24 oed)

Treuliais ryw ddwy neu dair blynedd yn y [coleg], ac ar ôl i mi orffen, roedd o fatha, reit, ble alla i fynd rŵan? Be' nesa? Felly, ie, dyna pryd ddaeth y [sefydliad cymorth]. (Grŵp pobl ifanc anabl, 19-24 oed)

Fyddwn i ddim yn gwybod beth i'w wneud [heb y sefydliad], ond byddwn i'n gwneud rhywbeth, fel mynd ar y rhyngrwyd, a chwilio am swydd yn fanno... Byddwn i ar goll. (Grŵp pobl ifanc anabl, 19-24 oed)

Y profiad delfrydol

Cyfeiriadau clir

Awgrymodd cyfranogwyr ei bod yn hanfodol darparu **cyfeiriadau clir** ddysgwyr anabl at sefydliadau arbenigol sy'n cynnig lleoliadau a gynorthwyir er mwyn paratoi ar gyfer gwaith. Gall y **dull hwn sydd wedi'i deilwra** helpu pobl anabl i symud i'r gweithlu yn fwy effeithiol a hyderus, yn hytrach na dim ond parhau ym myd addysg.

Yn fy marn i, mynnwch yr help chi rydych ei angen, a dweud wrth yr athrawon a'r ysgol beth rydych chi wir eisiau ei wneud, ac os does dim byd yn digwydd, gwneud fel wnes i a mynd at [y sefydliad cymorth] am ei fod yn help aruthrol. (Grŵp pobl ifanc anabl, 19-24 oed)

Cyfleoedd gwirfoddoli wedi'u teilwra

Yn unol â chynhwysiant a grymuso, pwysleisiodd cyfranogwyr yr angen i greu **cyfleoedd gwirfoddoli ychwanegol** sydd wedi'u teilwra'n benodol ar gyfer pobl ifanc anabl. Byddai'r cyfleoedd hyn yn eu galluogi i archwilio gwahanol fathau o waith, cael profiad gwerthfawr, a magu hyder mewn amgylchedd cefnogol.

Cyngor arbenigol

Nododd dau gyfranogwr ifanc anabl y byddent yn elwa ar gael **cyngor ynghylch dod o hyd i gyfleoedd cyflogaeth** sy'n addas i'r rheini ag anghenion ychwanegol:

Dod o hyd i swydd a fyddai'n addas i mi, a'm hanghenion dysgu, ac ie, y math o swyddi yr hoffwn i chwilio amdanyn nhw, ac ar gyfer y math o beth rwyf angen help ychwanegol. (Grŵp pobl ifanc anabl, 19-24 oed)

O safbwynt sgiliau, roedd rhai cyfranogwyr anabl eisiau **cyngor ar sgiliau bywyd,** fel sut i dalu biliau, deall beth yw treth a sut i'w thalu, a sut i fyw'n annibynnol:

Pe bai gen i fywyd fy hun fel yna, byddwn i'n, wel, yn ddibwrpas, oherwydd yn amlwg dydw i erioed wedi cael profiad. Alla i ddim coginio, fel yna, a dwi'n methu tacluso ar ôl fy hun. Felly, pe bai gen i fywyd fy hun, mae am godi ofn arna i. (Grŵp pobl ifanc anabl, 19-24 oed)

Adnabod llwybrau'n well

Roedd gweithiwr cymorth eisiau pwysleisio bod angen i ysgolion yng Nghymru fod yn **well am adnabod beth oedd llwybrau pobl ifanc anabl,** ac i rieni fod yn **fwy parod ar gyfer disgwyliadau ynghylch cyflogaeth,** o ran ei fod yn gyfle, ac mae'n llwybr y gellir ei gyfiawnhau ar gyfer pobl ifanc.

Gwnewch yn siŵr fod y person ifanc, pwy bynnag ydy o, yn ymwybodol o'r opsiynau i gyd, a'i fod yn cael cymaint o fanylion [â phosibl]. (Grŵp pobl ifanc anabl, 19-24 oed)

Profiad gwaith o safon

Roedd gweithwyr cymorth hefyd yn **galw ar fwy o gyflogwyr i ymgysylltu ag ysgolion** a chynnig **'profiad gwaith da a chadarn',** i ddysgwyr, gan gynnwys cyflogwyr mawr sy'n gallu darparu cyfleoedd i ddysgwyr â namau.

CYFATHREBU

Datgelodd y cyfathrebu a'r wybodaeth am lwybrau ar gyfer pobl ifanc anabl yn y dyfodol yng Nghymru **batrymau a dewisiadau arbennig,** yn enwedig o'u cymharu â'u cyfoedion heb anabledd.

Gwybodaeth a gafwyd

Roedd pobl ifanc anabl yn enwedig yn **teimlo'n llai gwybodus** am eu dewisiadau ar ôl Blwyddyn 11, gyda 44% ddim yn teimlo eu bod wedi cael digon o wybodaeth, o'i gymharu â 32% o ymatebwyr ifanc heb anabledd. O ran gwybodaeth a gafwyd yn yr ysgol:

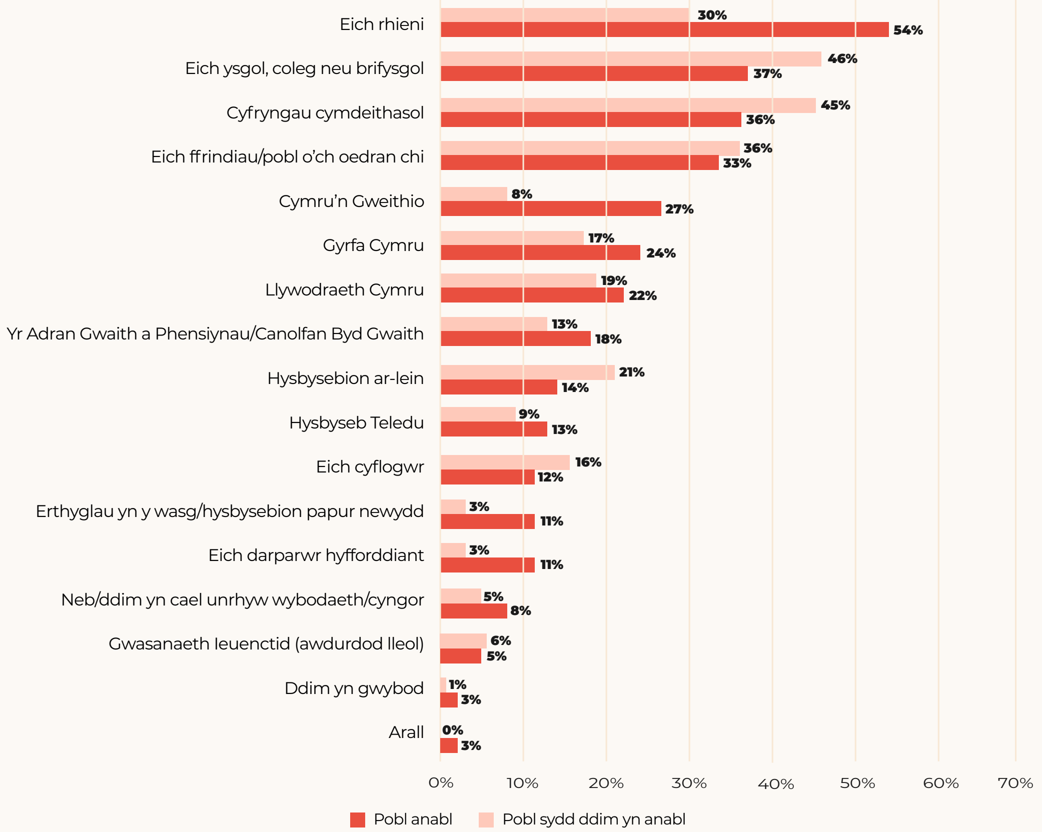
- Roedd 76% wedi cael gwybod am Safon Uwch, a 54% am brentisiaethau – mwy nag unrhyw ddewis arall.
- Roedd pobl ifanc anabl 61% yn fwy tebygol o fod wedi cael gwybodaeth am gyrsiau chweched dosbarth (53% o'i gymharu â 33% ar gyfer pobl heb anabledd) a 67% yn fwy tebygol o fod wedi cael gwybod am Twf Swyddi Cymru/Twf Swyddi Cymru + (10% o'i gymharu â 6%) na phobl ifanc heb anabledd.
- Dywedodd 9% nad oeddent wedi cael unrhyw wybodaeth na chyngor am eu dewisiadau yn yr ysgol.

Ffynonellau gwybodaeth a chyngor

Roedd pobl ifanc anabl yn tueddu i **ddibynnu mwy ar eu rhieni (54%) am wybodaeth a chyngor,** o'i gymharu â chyfoedion heb anabledd (30%). Roedd ymatebwyr anabl hefyd wedi **troi at Cymru'n Gweithio** yn fwy aml (27% o'i gymharu â 8%).

Ffigur 32: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Mehefin 2023

Gan feddwl am addysg, cyflogaeth a hyfforddiant, o ble rydych chi'n cael gwybodaeth a/neu gyngor ar hyn o bryd?

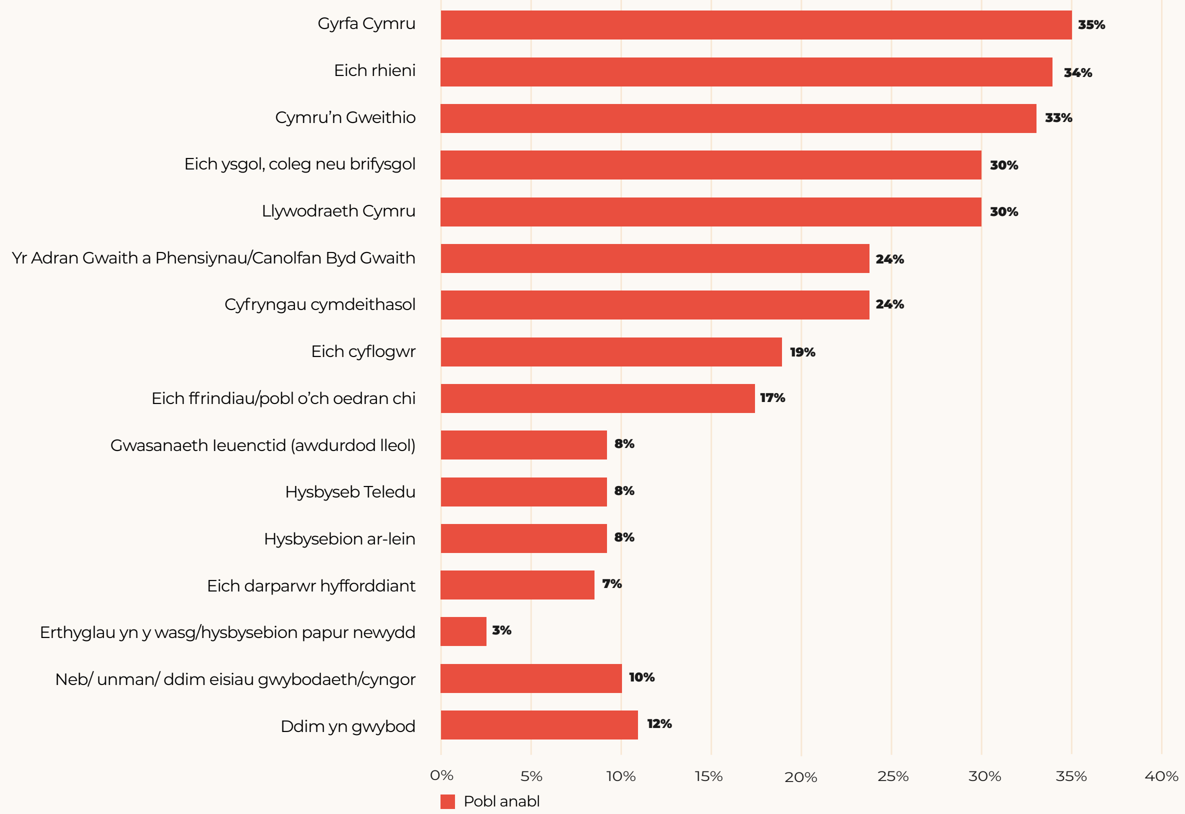


Dewisiadau cyfathrebu

Wrth symud ymlaen, dywedodd ymatebwyr anabl y byddai'n well ganddynt gael gwybodaeth am addysg, cyflogaeth a hyfforddiant gan **Gyrfa Cymru, eu rhieni, a Cymru'n Gweithio.**

Ffigur 33: Cwestiwn Arolwg Omnibws | Ton Mehefin 2023

Gan bwy mae'n well gennych gael gwybodaeth a/neu gyngor am addysg, cyflogaeth a hyfforddiant yn y dyfodol?



Roedd ymatebwyr anabl **79% yn fwy tebygol o ddweud y byddent yn dibynnu ar eu rhieni** o'u cymharu â phobl ifanc heb anabledd, ac roeddent 71% yn fwy tebygol o ddweud y byddent yn gofyn am wybodaeth gan yr Adran Gwaith a Phensiynau/Canolfan Byd Gwaith.

O ran cael gafael ar y math yma o wybodaeth, dywedodd tua hanner (49%) y bobl ifanc anabl fod yn **well ganddynt ymchwilio ar-lein,** sy'n debyg i bobl ifanc heb anabledd. Fodd bynnag, roedd yn **llawer iawn gwell ganddynt wneud y cyswllt cyntaf eu hunain** dros y ffôn, e-bost neu neges destun (36%), yn hytrach na bod sefydliadau yn cysylltu â nhw'n uniongyrchol (19%).

O ran Llywodraeth Cymru yn cysylltu â nhw ynghylch y cymorth sydd ar gael, e-bost oedd y dull a ffefrir fwyaf ymysg ymatebwyr ifanc anabl (36%), er bod hynny'n is nag ymysg ymatebwyr heb anabledd (50%). Roedd negeseuon testun yn cael eu ffafrio gan 21%, ac roedd yn well gan 17% gael llythyrau drwy'r post.

05
YR ARGYFWNG COSTAU BYW

Mae'r argyfwng costau byw yn **gefndir heriol** i'r rhwystrau sy'n wynebu pobl ifanc yng Nghymru. Mae hyn yn cynyddu'r problemau y mae pobl ifanc yn eu hwynebu wrth gyflawni eu nodau addysg, cyflogaeth a hyfforddiant.

Daeth pwysigrwydd **fforddiadwyedd a'r angen i ennill arian** yn amlwg wrth archwilio profiadau pobl ifanc gyda phrofiad gwaith. Roedd dros 1 o bob 5 person ifanc a holwyd (23%) a oedd wedi cael profiad gwaith o'r blaen yn credu y byddai eu profiad wedi bod yn fwy buddiol pe baent wedi cael tâl llawn amdano. Ategwyd y farn hon yn nhrafodaethau'r grŵp ffocws, gan fod rhai cyfranogwyr ifanc yn teimlo y dylent gael iawndal am eu cyfraniadau i fusnesau wrth ymgymryd â phrofiad gwaith. Mewn un achos, roedd gallu cael gafael ar gyfleoedd profiad gwaith yn dibynnu ar allu ei fforddio. Nododd un person ifanc fod rhai o'i chyfoedion wedi gallu talu am gyrsiau profiad gwaith ym maes iechyd i wella eu ceisiadau i astudio meddygaeth sy'n tueddu i ofyn am brofiad gwaith i wneud cais. Yn anffodus, nid oedd hi'n gallu fforddio gwneud hynny, yn enwedig o ystyried bod rhai ohonynt yn costio 'rhyw ddwy fil o bunnoedd'. Roedd hi'n teimlo bod y cyrsiau hyn yn gwybod bod angen profiad gwaith arnoch i wneud cais i astudio meddygaeth, felly maen nhw'n cymryd mantais ac yn codi tâl amdano.

Roedd potensial incwm llwybrau dewisol pobl ifanc hefyd yn bwysig i rai, gyda chyfranogwr yn mynd cyn belled â rhoi'r gorau i'w brentisiaeth ar ôl sylweddoli ar botensial cyfyngedig o ran ennill cyflog yr yrfa o'u dewis.

Ar ben hynny, daeth **cost trafnidiaeth hefyd i'r amlwg fel mater allweddol** fi bobl ifanc. Nododd chwarter y bobl ifanc a ddywedodd fod trafnidiaeth yn rhwystr iddynt nad oeddent yn gallu fforddio trafnidiaeth gyhoeddus, tra bod **26% yn teimlo bod y costau sy'n gysylltiedig â gyrru – gan gynnwys gwersi, car, yswiriant a thanwydd yn rhy ddrud.** Roedd y rhwystr hwn i symudedd yn llesteirio mynediad at swyddi, addysg neu hyfforddiant yn sylweddol. Yn wir, roedd 32% o bobl ifanc yn credu y byddai cymorth ariannol tuag at gostau trafnidiaeth o gymorth mawr iddynt wrth deithio at y cyfleoedd hyn.

Ystyriwyd bod y cymorth presennol â thrafnidiaeth fel **Cerdyn Rheilffordd 16-25 TrC a Fy Ngherdyn Teithio yn ddefnyddiol,** i rai pobl ifanc, ond roedd eraill wedi tynnu sylw at y ffaith bod y **mesurau cymorth presennol yn aml yn annigonol** oherwydd costau teithio uchel. Roedd cyfranogwyr y grŵp ffocws yn cydnabod manteision y cynlluniau cymorth hyn hefyd, ond **yn galw am fwy o gymorth ariannol a mwy o ymwybyddiaeth o'r cymorth sydd ar gael.** Roedd llawer o bobl ifanc yn teimlo bod ad-daliad am gostau teithio, cardiau teithio ar fws am ddim, a chardiau bws rhatach yn fuddiol, ond eto roedd y profiad cyffredinol o drafnidiaeth yn dal i fod yn negyddol, gyda chostau uchel yn parhau hyd yn oed gyda gostyngiadau. Cyfeiriwyd hefyd at y broses fiwrocrataidd o gael cyllid i deithio drwy golegau addysg bellach fel rhwystr. O ganlyniad, roedd pobl ifanc yn nhrafodaethau'r grŵp ffocws yn galw am fwy o gonsesiynau ar gostau teithio, yn enwedig i'r rheini mewn gwir angen, fel unigolion di-waith sy'n mynd i gyfweliadau, prentisiaid ar incwm isel, neu'r rheini sydd angen teithio'n amlach.

Ar adegau, roedd anawsterau iechyd meddwl yn gwaethygu pryderon ariannol. O'r bobl ifanc a holwyd a ddywedodd fod eu hiechyd meddwl yn ei gwneud hi'n anoddach iddynt gael y swydd, yr addysg neu'r hyfforddiant a ddymunir, mynegodd 13% bryderon y gallai cael swydd gael effaith negyddol ar fudd-daliadau aelod o'r teulu.

Roedd gwneud penderfyniadau am eu dyfodol ym Mlwyddyn 11 a Blwyddyn 13 weithiau'n cael ei ddylanwadu gan arian hefyd. I rai pobl ifanc, roedd **cymhellion ariannol yn dylanwadu** ar ddewisiadau Blwyddyn 11, gyda rhai cyfranogwyr gwrywaidd yn blaenoriaethu gwneud arian ac yn dewis hunangyflogaeth mewn meysydd fel gwaith barbwr i sicrhau annibyniaeth ariannol. Roedd y duedd hon yn cael ei hadlewyrchu yn yr arolwg ehangach hefyd, lle'r oedd 14% o bobl ifanc yn dewis eu llwybr ar ôl Blwyddyn 11 yn bennaf er mwyn ennill arian.

Fodd bynnag, er ei bod yn ymddangos bod pryderon ariannol yn flaenllaw ym meddwl pobl ifanc, roedd **51% yn teimlo nad oeddent yn barod i reoli cyllid a deall y cymorth ariannol sydd ar gael ar ôl Blwyddyn 11.**

06
CASGLIAD

Drwy gydol yr adroddiad hwn, mae profiad gwaith, trafnidiaeth, hyder ac iechyd meddwl oll wedi dod i'r amlwg fel rhwystrau allweddol sy'n atal pobl ifanc rhag cyflawni eu potensial. Bydd mynd i'r afael â'r rhwystrau hyn yn allweddol i sicrhau bod gan bobl ifanc rhwng 16 a 24 oed yng Nghymru fynediad at y cyfleoedd hyfforddiant, addysg a chyflogaeth y maent yn eu haeddu, a bydd angen ymdrechion ar y cyd gan sefydliadau addysgol, cyflogwyr a llunwyr polisi i greu amgylchedd mwy cefnogol i bobl ifanc.

Profiad gwaith

- Mae profiad gwaith yn ffactor allweddol o ran datblygu hyder, sgiliau a gwybodaeth am yrfaoedd. Roedd 90% o'r bobl ifanc a holwyd a oedd wedi cael profiad gwaith yn y gorffennol yn credu ei fod yn ddefnyddiol. Roedd 48% yn credu ei fod yn gwella eu CV, ac roedd 46% yn teimlo bod eu profiadau yn rhoi hwb i'w hyder wrth ymgeisio am swyddi.
- Fodd bynnag, nid oedd 21% o'r bobl ifanc a holwyd wedi cael unrhyw fath o brofiad gwaith yn y gorffennol, ac mae hynny'n codi i 29% ymysg ymatebwyr NEET. Amlinellwyd mai diffyg ymwybyddiaeth o ran ble i ddod o hyd i gyfleoedd profiad gwaith, diffyg diddordeb a diffyg hyder oedd y prif resymau dros beidio â chymryd rhan mewn unrhyw gyfleoedd profiad gwaith.

Trafnidiaeth

- Dywedodd 79% o'r ymatebwyr ifanc fod materion yn ymwneud â thrafnidiaeth weithiau neu bob amser yn llesteirio eu gallu i gyrraedd y cyrchfannau a ddymunir ar gyfer gwaith, addysg neu hyfforddiant. Roedd hyn yn cynyddu i 94% ymysg ymatebwyr NEET. Argaeledd, fforddiadwyedd ac addasrwydd oedd yn cael eu nodi fel y rhesymau sy'n achosi'r problemau.
- Dywedodd 54% y byddai gwell argaeledd trafnidiaeth gyhoeddus yn eu helpu i deithio i'r swydd, addysg neu hyfforddiant a ddymunir, tra bo 39% yn honni y byddai llwybrau trafnidiaeth gyhoeddus mwy uniongyrchol i'w cyrchfan yn helpu.
- Er bod pobl ifanc yn y grwpiau ffocws yn croesawu'r cymorth sydd ar gael â thrafnidiaeth, roeddent yn teimlo bod angen gwneud mwy i godi ymwybyddiaeth. Roedd cymorth ariannol pellach, datblygu seilwaith, a symleiddio prosesau i gael gafael ar gymorth, wedi cael eu nodi fel pethau sy'n angenrheidiol.

Hyder ac iechyd meddwl

- Mae diffyg hyder ymhlith pobl ifanc yn amharu ar eu dyfodol. Adroddodd 76% o'r bobl ifanc a holwyd fod diffyg hyder wedi eu hatal rhag cyflawni eu nodau, a chododd hynny i 90% ymysg ymatebwyr NEET. Roedd poeni am beidio â bod yn "ddigon da" yn bryder a rannwyd gan bron i hanner y bobl ifanc a holwyd (47%), ac roedd tua thraean (37%) yn ofni gwneud y penderfyniad anghywir.
- Daeth iechyd meddwl gwael hefyd i'r amlwg fel rhwystr enfawr. Roedd 60% o'r bobl ifanc a holwyd yn teimlo bod eu hiechyd meddwl yn ei gwneud yn anoddach iddynt gael y swydd, yr addysg neu'r hyfforddiant roeddent ei eisiau, ac mae hynny'n codi i 83% ymysg ymatebwyr NEET.
- Roedd 56% o'r bobl ifanc a nododd fod eu hiechyd meddwl wedi eu rhwystro wedi amlinellu mai cwrdd â phobl newydd sy'n eu poeni fwyaf. I 47%, roedd eu hiechyd meddwl yn ei gwneud yn anoddach iddynt ganolbwyntio a chadw eu cymhelliant, ac roedd 43% yn teimlo bod cyfweliadau swydd yn achosi gormod o straen ac yn ofni y byddai eu hiechyd meddwl yn rhwystro eu llwyddiant.

Cyfnodau pontio

- Roedd lefelau ymwybyddiaeth uchel a thebyg o'r rhan fwyaf o gymwysterau ymysg pobl ifanc rhwng 16 a 24 oed a'u rhieni/gofalwyr, gyda thua 9 o bob 10 wedi clywed am gymwysterau Safon Uwch a graddau, ac oddeutu 8 o bob 10 yn gwybod am gymwysterau BTEC. Fodd bynnag, roedd rhieni'n llawer mwy tebygol o fod wedi clywed am gyrsiau galwedigaethol o'u cymharu â phobl ifanc (74% o'i gymharu â 46% yn y drefn honno).
- Fel arfer, roedd llwybrau galwedigaethol a rhaglenni cymorth fel Twf Swyddi Cymru+ yn llai adnabyddus (na'r llwybrau mwy traddodiadol), gyda 21% o ymatebwyr rhwng 16 a 24 oed a 20% o rieni / gofalwyr pobl ifanc rhwng 16 a 24 oed yn ymwybodol o Twf Swyddi Cymru +.

Cyfathrebu

- Roedd y rhan fwyaf o'r bobl ifanc a holwyd (77%) yn cofio cael gwybodaeth am Safon Uwch yn yr ysgol sy'n uwch nag unrhyw lwybr arall. Dilynwyd hyn gan brentisiaethau (51%), cyrsiau a gynigir yn y coleg (43%) a Gyrfa Cymru / Cymru'n Gweithio (40%).
- Ar hyn o bryd roedd pobl ifanc yn cael mynediad at nifer o ffynonellau gwybodaeth a chyngor am addysg, cyflogaeth a hyfforddiant, gyda sefydliadau addysgol (43%), cyfryngau cymdeithasol (42%), teulu (37%) a ffrindiau (35%) yn fwyaf cyffredin. Fodd bynnag, pan ofynnwyd iddynt gan bwy y byddai'n well ganddynt glywed yn y dyfodol Gyrfa Cymru a Llywodraeth Cymru oedd yr opsiynau a ffafriwyd gan y rhan fwyaf.
- Roedd pobl ifanc yn bennaf eisiau cael gafael ar y math yma o wybodaeth ar-lein, yn benodol drwy wefannau (49%) a chyfryngau cymdeithasol (36%). Fodd bynnag, roedd yn well gan ychydig o dan 1 o bob 3 pherson ifanc ryngweithio wyneb yn wyneb (30%) i gael cyngor ynghylch addysg, cyflogaeth a hyfforddiant.

Pobl ifanc anabl

- Roedd 91% o'r bobl ifanc anabl a holwyd wedi cael rhyw fath o brofiad gwaith. Fodd bynnag, roedd ymatebwyr anabl yn llawer mwy tebygol o fod wedi dweud eu bod yn anfodlon â'u profiad gwaith o'i gymharu ag ymatebwyr heb anabledd, gyda 12% yn teimlo nad oeddent yn cael digon o gyfrifoldebau a 14% yn teimlo nad oedd yn rhoi syniad da iddynt o'r swydd.
- O ran trafnidiaeth, roedd 34% o ymatebwyr ifanc anabl yn wynebu heriau'n gyson, gyda hygyrchedd, fforddiadwyedd ac iechyd meddwl yn rhwystrau amlwg o'u cymharu â'u cyfoedion heb anabledd. Awgrymodd 55% o bobl ifanc anabl y byddai gwell argaeledd o ran trafnidiaeth gyhoeddus yn hwyluso teithio i swyddi, addysg neu hyfforddiant yn sylweddol, tra bo 37% wedi dweud y byddai cymorth ariannol i dalu costau trafnidiaeth yn eu helpu. Ar ben hynny, pwysleisiodd 28% yr angen i drafnidiaeth gyhoeddus fod yn fwy hygyrch, megis drwy sicrhau gwell mynediad i deithwyr anabl.
- Nododd 92% o ymatebwyr anabl fod diffyg hyder yn rhwystr – mwy nag unrhyw grŵp arall, tra bo 90% wedi dweud fod eu hiechyd meddwl yn eu rhwystro rhag mynd ar ôl cyfleoedd addysg, cyflogaeth a hyfforddiant. Roedd 64% yn poeni na fyddent yn "ddigon da", 47% yn ofni gwneud y penderfyniad anghywir a 45% yn ansicr beth roeddent eisiau ei wneud mewn bywyd.
- Roedd 49% yn teimlo nad oeddent yn barod o ran deall y llwybr tuag at y nodau gyrfa o'u dewis, sy'n sylweddol uwch na'r 27% ymysg pobl ifanc heb anabledd. Ar ben hynny, datgelodd ein sgyrsiau ag ymatebwyr anabl fod llawer yn dewis aros ym myd addysg fel opsiwn diofyn am eu bod yn ansicr ynghylch y camau nesaf.

Golley Slater
Llywodraeth Cymru
Welsh Government