Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Dealltwriaeth: Cynllun Cyflawni Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio Cymru

Gweithgarwch Blwyddyn Un

Adroddiad Diweddaru Blynyddol 2026

llyw.cymru

1. Cyflwyniad

Cyhoeddwyd Dealltwriaeth – Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio Cymru ar 1 Ebrill 2025. Mae'r Strategaeth yn nodi ein ffocws dros gyfnod o ddeng mlynedd ar feithrin dealltwriaeth, atal, ymyrryd, a darparu cymorth tosturiol i bobl sy'n hunan-niweidio neu sydd â meddyliau hunanladdol, ac i bawb y mae hyn yn effeithio arnynt.

Mae'r Strategaeth hon yn cael ei llywio gan **chwe amcan strategol ac un ar bymtheg o egwyddorion craidd**. Ei nod yw lleihau marwolaethau drwy hunanladdiad; sefydlu llwybrau cyfannol sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn ar gyfer pobl sy'n hunan-niweidio neu sydd â meddyliau hunanladdol; a gwella'n barhaus y cymorth sydd ar gael i bobl sydd wedi cael profedigaeth yn sgil hunanladdiad.

Teitl y Strategaeth yw '*Dealltwriaeth*' gan mai dyma'r egwyddor y mae llwyddiant y Strategaeth yn dibynnu arni yn y pen draw. Rhan o hyn yw casglu a chydgrynhoi tystiolaeth er mwyn sicrhau bod gennym yr wybodaeth a'r sgiliau sydd eu hangen i ddeall pwy sy'n cael eu heffeithio, pam y cânt eu heffeithio, a pha gymorth sydd ei angen arnynt. Mae hefyd yn ymwneud â datblygu dealltwriaeth cymdeithas o hunan-niweidio i fynd i'r afael â stigma a'i gwneud yn haws i bobl geisio cymorth pan fydd ei angen arnynt.

Dim ond drwy waith trawslywodraethol ac amlsector y bydd yn bosibl cyflawni'r weledigaeth a'r amcanion a nodir yn y Strategaeth. Drwy weithio ar draws adrannau'r llywodraeth a chyda'n partneriaid, rydym yn mynd i'r afael â'r achosion sylfaenol gan sicrhau bod cymorth ar gael ar unwaith i'r rhai sydd ei angen.

Datblygwyd ein Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio drwy adolygu'r dystiolaeth a siarad â rhanddeiliaid er mwyn deall yn well y prif ffactorau sy'n sbarduno hunanladdiad a hunan-niweidio yng Nghymru. Cyhoeddwyd Cynllun Cyflawni tair blynedd ochr yn ochr â'r Strategaeth, sy'n nodi'r camau gweithredu manylach a fydd yn ein helpu i gyflawni ein hamcanion hirdymor.

OGL © Hawlfraint y Goron 2026, Llywodraeth Cymru, WG55014, ISBN digidol 978-1-80853-235-1
Rydym yn croesawu gohebiaeth a galwadau ffôn yn Gymraeg

2. Crynodeb o'r gweithgarwch ers cyhoeddi'r strategaeth ym mis Ebrill 2025

Mae diweddariad manwl yn erbyn yr holl gamau gweithredu yn y Cynllun Cyflawni Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio ar gael yn y diweddariad blynyddol (cynnydd yn erbyn y camau gweithredu). Mae crynodeb o'r statws RAG (Coch, Oren a Gwyrdd) sy'n dangos y cynnydd a wnaed o ran cyflawni'r camau gweithredu hyd yn hyn i'w weld ar ddiwedd yr adroddiad hwn.

Dyma rai cerrig milltir penodol i'w nodi:

Mae'r Ganolfan Genedlaethol ar gyfer Ymchwil i Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio wedi gwneud cynnydd sylweddol o ran meithrin capasiti a sefydlu strwythurau systematig a fydd yn galluogi **dealltwriaeth well a pharhaus o hunanladdiad a hunan-niweidio**. Mae hyn yn cynnwys y Grŵp Cynghori ar Ddata, Tystiolaeth a Gwyliadwriaeth, y Grŵp Cynghori Arbenigwyr drwy Brofiad a'r Rhwydwaith Ymchwil Hunanladdiad, Hunan-niweidio, Iechyd Meddwl a Llesiant, a gadeirir ar y cyd.

Mae Llywodraeth Cymru hefyd wedi sefydlu Grŵp Gweithredu Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio i **fonitro'r gwaith cyflawni**. Cynhaliwyd y cyfarfod cyntaf ym mis Rhagfyr 2025, a bydd adroddiad blynyddol cyntaf y Ganolfan Genedlaethol yn cael ei gyhoeddi ym mis Medi 2026.

Ymgynghorwyd **ar dri phrotocol cenedlaethol – ymateb cyflym, ymateb clwstwr a lleoliadau sy'n peri pryder**. Bydd y rhain yn darparu'r fframwaith ar gyfer ymatebion cenedlaethol i ddigwyddiadau hunanladdiad, gyda'r nod o ddiogelu'r bobl yr effeithir arnynt ac atal colli rhagor o fywydau.

Mae **llwybr cymunedol hunan-niweidio ar gyfer gofal sylfaenol** wedi'i ddatblygu, ynghyd â **Modiwl Ymwybyddiaeth Sylfaenol o Hunan-niweidio sydd** ar hyn o bryd yn destun ymgynghoriad cyhoeddus. Cyhoeddwyd Datganiad Ansawdd ar gyfer Hunan-niweidio ym mis Mawrth 2026 hefyd, sy'n disgrifio'r safonau gofal y mae rhaid eu darparu i bobl sy'n hunan-niweidio mewn unrhyw leoliad lle gallant geisio cymorth.

Mae Llywodraeth Cymru wedi cynnal arolygon llinell sylfaen yn y sectorau camddefnyddio sylweddau a Thrais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (VAWDASV) er mwyn **deall yn well y lefelau gwybodaeth a'r ddarpariaeth hyfforddi yn y sectorau hyn ar gyfer cefnogi pobl sydd mewn perygl uchel o hunanladdiad a hunan-niweidio**.

Cynhaliwyd trafodaethau â rhanddeiliaid ynghylch canfyddiadau'r arolwg yn y sector camddefnyddio sylweddau, ac mae'r ymatebion gan y sector VAWDASV wrthi'n cael eu dadansoddi.

Mewn ymateb i'r cynnydd parhaus yn nifer yr hunanladdiadau ymhlith dynion, cynhaliodd Llywodraeth Cymru **Uwchgynhadledd Genedlaethol** ym mis Chwefror 2026 er mwyn codi ymwybyddiaeth, hyrwyddo cymorth cynnar a chynyddu'r ddarpariaeth hyfforddi mewn clybiau chwaraeon. **Cynhaliwyd hefyd sesiwn gan arbenigwr ar hunanladdiad ymhlith dynion ar gyfer** timau polisi Llywodraeth Cymru er mwyn codi ymwybyddiaeth o'r ffactorau risg a chefnogi camau gweithredu ar sail tystiolaeth ledled y Llywodraeth.

Gan fod Llywodraeth Cymru yn gyflogwr mawr ac yn gweithio'n agos gyda nifer o sectorau risg uchel ledled Cymru, datblygwyd **rhestr chwarae o adnoddau ar gyfer staff Llywodraeth Cymru**, sy'n cynnwys modiwlau e-ddysgu ac adnoddau gwybodaeth ehangach. Cynhaliwyd hefyd ddau gynllun peilot o **sesiynau hyfforddi** dros ginio ar **ymwybyddiaeth o hunanladdiad a sgyrsiau cefnogol**.

O ran datblygu ymateb cadarn i ddigwyddiadau hunanladdiad, cynhaliwyd **adolygiad annibynnol o'r Gwasanaeth Cynghori a Chyswllt Cenedlaethol** gan y Bartneriaeth Cymorth ar ôl Hunanladdiad er mwyn sicrhau bod y gwasanaeth yn cael ei ddarparu yn unol â'r fanyleb gwasanaeth a'r safonau arfer gorau perthnasol.

Datblygwyd hefyd lyfryn gwybodaeth a chymorth byr, dwyieithog **"Beth sy'n digwydd nesaf?"**, sy'n seiliedig ar Cymorth wrth Law Cymru. Cafodd y llyfryn ei gydgynhyrchu â rhanddeiliaid ac unigolion sydd â phrofiad bywyd, gan sicrhau bod yr wybodaeth yn berthnasol ac yn sensitif i anghenion y rhai yr effeithir arnynt.

3. Edrych i'r dyfodol

Bydd gwaith yn parhau ar draws pob un o gamau gweithredu'r Cynllun Cyflawni, gyda mwy o ffocws ar y meysydd lle mae'r cynnydd wedi'i asesu'n goch neu'n oren.

Yn dilyn ymgynghoriad a gynhaliwyd gan y Rhaglen Hunanladdiad a Hunan-niweidio o fewn Perfformiad a Gwella'r GIG, bydd cynnydd yn cael ei wneud tuag at **gyhoeddi'r tri phrotocol**, gyda Llywodraeth Cymru yn cydweithio â Llywodraeth y DU i sefydlu prosesau ar gyfer mynd i'r afael â dulliau hunanladdiad sy'n peri pryder.

Byddwn hefyd yn parhau i ddatblygu a gwreiddio'r **Gwasanaeth Cynghori a Chyswllt Cenedlaethol** yn dilyn yr adolygiad.

Bydd **Fframwaith Monitro a Gwerthuso** yn cael ei ddatblygu ar gyfer y Strategaeth gyda chyfraniad gan randdeiliaid, gan gynnwys pobl sydd â phrofiad bywyd. Mae ymgysylltu hefyd yn mynd rhagddo gyda'r Ganolfan Genedlaethol ac Ymchwil Data Gweinyddol (ADR) Cymru er mwyn **cytuno ar flaenoriaethau ymchwil ar gyfer yr ail flwyddyn** a fydd yn cefnogi'r gwaith o gyflawni'r Strategaeth.

Un o brif flaenoriaethau ymchwil Llywodraeth Cymru fydd y **cyfryngau cymdeithasol**, gan ganolbwyntio ar y dystiolaeth sy'n ymwneud â'u dylanwad ar hunanladdiad a hunan-niweidio. Bydd hyn yn cynnwys asesiad o'r dystiolaeth ynghylch cyfyngiadau a gwaharddiadau ar y cyfryngau cymdeithasol, **effaith mesurau diogelwch ar-lein** ar ganlyniadau sy'n ymwneud ag atal hunanladdiad a hunan-niweidio a thystiolaeth ar gyfer canlyniadau anfwriadol neu niwed a allai ddeillio o gyfyngu ar fynediad at y cyfryngau cymdeithasol.

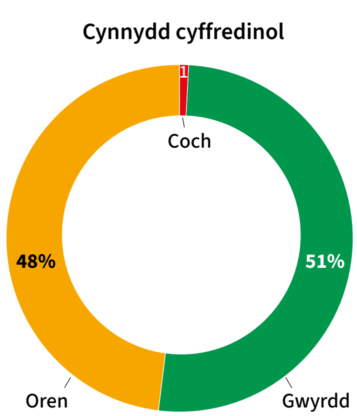
Bydd y Ganolfan Genedlaethol hefyd yn ceisio cyfrannu at fonitro a gwerthuso'r gwaharddiad arfaethedig ar ddefnyddio'r cyfryngau cymdeithasol gan blant o dan 16 oed yn y DU, gan helpu i sicrhau bod tystiolaeth sy'n dod i'r amlwg ar gael i gefnogi datblygiad polisi yn y dyfodol.

Bydd **gwaith mapio llinell sylfaen o wasanaethau sy'n cefnogi unigolion sydd mewn perygl uchel** o hunanladdiad a hunan-niweidio yn parhau, gyda ffocws arbennig ar y sector cymorth cyflogaeth ac ar nodi gwasanaethau ychwanegol y gall pobl sydd â phroblemau sy'n cyd-ddigwydd droi atynt am gymorth. Bydd y canfyddiadau'n llywio'r gwaith o ystyried a datblygu safonau hyfforddi craidd ar gyfer gwasanaethau cymorth sy'n gweithio'n rheolaidd gyda phobl sydd mewn perygl uchel o hunanladdiad a hunan-niweidio.

Mae'r cynnydd yn nifer yr **hunanladdiadau ymhlith dynion** yn duedd hirsefydlog a pharhaus. Mae'r dystiolaeth yn awgrymu bod y ffactorau risg sylfaenol wedi aros yn weddol gyson; fodd bynnag, mae rhai, megis tlodi a chamddefnyddio sylweddau, yn dod yn fwy amlwg. Mae'r rhain yn faterion cymhleth a strwythurol sy'n gofyn am weithredu cydgysylltiedig ar draws y llywodraeth. Bydd y camau gweithredu a gyflwynir drwy'r Cynllun Cyflawni yn parhau i gyfrannu at atal hunanladdiad ar draws y boblogaeth. Fodd bynnag, mae angen **dulliau wedi'u targedu a'u teilwra** i ddiwallu anghenion penodol dynion a sicrhau'r effaith fwyaf posibl.

Mae **gwaith trawslywodraethol ac amlsector** wedi bod yn mynd rhagddo drwy gydol y flwyddyn gyntaf a bydd yn parhau i fod yn flaenoriaeth ym mlwyddyn dau ac yn ystod oes y Strategaeth. Byddwn yn parhau i ganolbwyntio ar **ffactorau risg uchel**, gan fynd ati ar yr un pryd i ystyried sut y gall camau gweithredu mewn meysydd allweddol megis **cynllunio, trafnidiaeth** a'r amgylchedd **ar-lein** wneud gwahaniaeth gwirioneddol i atal hunanladdiad a chefnogi pobl sy'n hunan-niweidio.

Crynodeb o'r statws RAG (Coch, Oren a Gwyrdd) sy'n dangos y cynnydd a wnaed o ran cyflawni'r camau gweithredu o dan chwe amcan strategol y Strategaeth



- Gwyrdd: Ar y trywydd iawn ac yn gwneud cynnydd fel y cynlluniwyd.
- Oren: Mae materion neu risgiau sy'n dod i'r amlwg yn cael eu rheoli'n weithredol, ond gallai hynny arwain at fân oedi o ran yr amserlenni a gynlluniwyd.
- Coch: Nid yw'r gwaith ar y trywydd iawn i fodloni'r amserlenni a gynlluniwyd. Mae angen rhagor o waith i liniaru unrhyw oedi neu i ailddiffinio gweithgareddau ac amserlenni.