Diogelu Gwent
Gwent Safeguarding

Protocol ar gyfer ymateb uniongyrchol i ddigwyddiadau tyngedfennol sy'n ymwneud â phlant a phobl ifanc

Cymeradwywyd gan y Bwrdd
Mehefin 2025

Grŵp Protocolau a Gweithdrefnau

Dyddiad Adolygu
Mehefin 2028

Cynnwys

	TUDALEN
1 Cyflwyniad	3
2 Meini Prawf ac Amserlenni	3
3 Proses Rheoli Digwyddiadau Tyngedfennol sy'n ymwneud â Phlant a Phobl Ifanc	4
4 Rheoli Clwstwr o Hunanladdiadau	9
5 Y Cyfryngau	9
6 Llywodraethu ac Atebolrwydd	9
Atodiad 1 - Protocol ymateb uniongyrchol i ddigwyddiadau tyngedfennol sy'n ymwneud â phlant a phobl ifanc	11
Atodiad 2 – Manylion cyswllt	12
Atodiad 3 – Agenda Grŵp Ymateb Uniongyrchol Amlasiantaethol	14
Atodiad 4 – Enghreifftiau o ddigwyddiadau tyngedfennol a'u prosesau rheoli	17
Atodiad 5 – Rhestr wirio Cyfathrebu	20
Atodiad 6 – Cefnogi'ch plentyn neu berson ifanc ar ôl digwyddiad trasig	21
Atodiad 7 – Cysylltiadau defnyddiol	23
Atodiad 8 – Cyngor i ysgolion/ddarpariaethau amgen/golegau	24
Atodiad 9 – Rheoli'r cyfryngau cymdeithasol ar ôl hunanladdiad	25

1. Cyflwyniad

Nod y protocol hwn yw rhoi cymorth er mwyn rheoli canlyniadau digwyddiadau tyngedfennol (gweler y diffiniad isod) sy'n ymwneud â phlant a phobl ifanc hyd at 25 oed, er mwyn sicrhau y caiff y rhai yr effeithir arnynt, gan gynnwys ffrindiau, teulu, gweithwyr proffesiynol a'r gymuned ehangach, eu cefnogi'n effeithiol. Wrth ddefnyddio'r canllawiau hyn, mae'n bwysig rhoi'r ymateb mwyaf tosturiol a chynorthwyol posibl, gan gynnig cymorth ymarferol ac emosiynol ar wahanol adegau'r daith.

Mae'r protocol hwn yn ategu ac yn cefnogi protocolau eraill megis Gweithdrefnau Diogelu Cymru, yr Ymateb Gweithdrefnol i Farwolaethau Annisgwyl yn ystod Plentyndod (PRUDIC) a phrosesau cynllunio mewn argyfwng y dylid eu defnyddio yn y lle cyntaf. Ni ddisgwylir defnyddio'r protocol hwn *pob* tro y bydd plentyn neu berson ifanc yn marw. Yr Ymateb Gweithdrefnol yw'r broses a gaiff ei defnyddio fel mater o drefn pan fydd plentyn yn marw.

Caiff digwyddiad tyngedfennol ei ddiffinio (at ddibenion y protocol hwn) fel digwyddiad, neu gyfres o ddigwyddiadau:

- sy'n sydyn ac yn annisgwyl; **ac**
- a arweiniodd at (neu a allai fod wedi arwain at) farwolaeth neu niwed difrifol; **ac**
- sy'n effeithio ar unigolion a / neu'r gymuned ehangach; **a**
- lle mae **angen cydweithredu amlasiantaethol** i ymateb yn effeithiol er mwyn rheoli bygythiad, risg a niwed.

Dylech nodi nad yw'r diffiniad hwn yn cyd-fynd â diffiniad Cyngor Cenedlaethol y Penaethiaid Heddlu o ddigwyddiad tyngedfennol.

Hoffai Bwrdd Diogelu Gwent gydnabod ei fwriad i barhau i weithio gyda gwasanaethau er mwyn canfod llwybrau i Blant a Phobl Ifanc sy'n tyfu'n oedolion, ac sydd wedi'u nodi'n rhan o'r cylchoedd sy'n agored i niwed, ddefnyddio gwasanaethau blaenoriaeth er iddynt gael eu pennu'n 'oedolion'.

2. Meini prawf ac Amserlenni

Dylid ystyried cynnull Grŵp Ymateb Uniongyrchol ar gyfer unrhyw hunanladdiad (ameuedig neu amlwg) plentyn neu berson ifanc dan 18 oed. Ar gyfer digwyddiadau tyngedfennol eraill, dylid ystyried y meini prawf canlynol cyn cynnull Grŵp Ymateb Uniongyrchol:

- A yw'r digwyddiad yn bodloni'r diffiniad uchod o ddigwyddiad tyngedfennol?
- A oes prosesau / polisïau eraill y dylid eu rhoi ar waith yn gyntaf? (e.e. yr Ymateb Gweithdrefnol i Farwolaethau Annisgwyl yn ystod Plentyndod ac ati).

Mae grŵp sefydlog (Atodiad 2) y caiff unrhyw aelod ohono wneud cais i gynnull Grŵp Ymateb Uniongyrchol. Rhaid trafod a chytuno ar hyn gyda Chadeirydd y Grŵp (Uwcharolygydd Heddlu) sy'n gyfrifol am wneud y penderfyniad terfynol ynghylch gweithredu'r protocol. Dylid ystyried pa brosesau rheoli eraill y gellid fod wedi eu rhoi ar waith eisoes neu a weithredir ar yr un pryd o ganlyniad i'r digwyddiad tyngedfennol hwn (Atodiad 4). Mae angen cydnabyddedig i gael rhyngweithio rhwng y broses Grŵp Ymateb Uniongyrchol a fforymau amlasiantaethol eraill.

Dylid cynnull y Grŵp Ymateb Uniongyrchol cyn gynted ag y bo'n ymarferol bosibl ond dim hwyrach na dau ddiwrnod gwaith ar ôl y digwyddiad tyngedfennol. Os bydd unrhyw oedi wrth gynnull y grŵp, dylid nodi'r rhesymau dros yr oedi yn llawn a'u cofnodi'n glir.

3. Y Broses i reoli Digwyddiadau Tyngedfennol sy'n ymwneud â phlant a phobl ifanc

Rhoi gwybod am ddigwyddiadau a chadarnhau ffeithiau

- Wedi cael gwybod am y digwyddiad, rhaid i'r sefydliad geisio gadarnhau ffeithiau'r sefyllfa cymaint ag y bo modd, ac ystyried y meini prawf ar gyfer cynnull Grŵp Ymateb Uniongyrchol cyn trafod a chadarnhau hynny gyda Chadeirydd y Grŵp Ymateb.

Ystyried polisïau sefydliadol a mecanweithiau adrodd a gweithredu arnynt yn briodol

- Dylid ystyried polisïau a chanllawiau sefydliadol, a chymryd y camau priodol. Gallai hyn gynnwys, er enghraifft, mecanweithiau adrodd, casglu dogfennau, rhannu gwybodaeth ac ati.
- Dylid llunio Dyletswydd i Adrodd priodol o dan Weithdrefnau Diogelu Cymru.

Cynnull y Grŵp Ymateb Uniongyrchol

- Bydd Uned Diogelu'r Cyhoedd yr Heddlu'n rhoi gwybod i'r Bwrdd Diogelu Gwent perthnasol (Cadeirydd y Bwrdd a Rheolwr yr Uned Fusnes) am y digwyddiad tyngedfennol ac yn cadarnhau'r angen i gynnull Grŵp Ymateb Uniongyrchol.
- Caiff Grŵp Ymateb Uniongyrchol ei gynnull. Bydd yn cynnwys aelodau'r grŵp sefydlog a phersonél allweddol arall y mae'r aelodau yn nodi bod angen iddynt ei fynychu.
- Rhaid i'r Cadeirydd gytuno ar unrhyw friffiau a roddir cyn i'r Grŵp Ymateb Uniongyrchol ymgynnull.

Yn benodol, nodwch y rhai sydd agosaf i'r plentyn neu berson ifanc, pobl ifanc eraill sydd efallai'n wynebu risg a'r rhai oedd yn rhan o'r digwyddiad uniongyrchol. Rhaid ystyried hunan-niwed gan frawd neu chwaer ac amheuon bod person ifanc yn ceisio gwneud amdano'i hun yn ddangosydd o'r ffaith bod y teulu'n agored i niwed.

- Dylai asiantaethau unigol nodi'r rhai oedd agosaf i'r plentyn neu berson ifanc. Gallai'r rhain gynnwys, er enghraifft, teulu (gan gynnwys plant posibl yr ymadawedig), ffrindiau, cariad, cydweithwyr, aelodau clwb, timau, staff, ac ati.
- Ystyriwch y canllawiau ynghylch Cylchoedd sy'n Agored i Niwed yn yr adnodd *Identifying and responding to suicide clusters: A practice resource* (mae'r ddolen yn Atodiad 9) sy'n nodi'r rhai sy'n agos i'r plentyn neu berson ifanc yn ddaearyddol, yn gymdeithasol ac yn seicolegol
- Dylai asiantaethau unigol hefyd nodi pobl ifanc eraill y gallai'r digwyddiad hwn fod yn sbardun iddynt, gan gynyddu eu lefel risg bosibl.
- O ran y bobl ifanc nad ydynt yn hysbys i'r gwasanaethau, rhaid ystyried rhoi cymorth i'r gymuned ehangach, yn enwedig y grwpiau sydd wedi'u pennu fel rhai sy'n wynebu mwy o risg.
- Dylai asiantaethau unigol ddeall yr heriau a wynebir gan bobl yn eu profedigaeth, gan ymateb iddynt â thosturi a rhoi manylion y gwasanaeth cynghori a chyswllt arbenigol ac

asiantaethau cymorth lleol eraill iddynt, gan sicrhau y cynigir cymorth iddynt yn gyson ac yn aml.

- Dylai'r holl unigolion gael ymateb tosturiol ac ystyriol yn gyson gan yr holl bobl ac asiantaethau sy'n cysylltu â nhw, neu y byddant yn estyn allan iddynt am gymorth a chefnogaeth. Mae ymateb tosturiol yn hanfodol ac yn hollbwysig, hyd yn oed yn y drafodaeth fwyaf cyflym a syml.

Cyfarfod y Grŵp Ymateb Uniongyrchol

- Bydd Cadeirydd y Grŵp Ymateb Uniongyrchol yn amlinellu diben a chynnwys y cyfarfod (mae'r datganiad wedi'i gynnwys gydag agenda yn Atodiad 3).
- Bydd yr Uwch Swyddog Ymchwilio yn rhoi gwybodaeth ynghylch y digwyddiad tyngedfennol.
- Bydd pob asiantaeth sy'n bresennol yn rhannu gwybodaeth am y plentyn/person ifanc, ei deulu, ffrindiau, ac eraill (gan gynnwys, er enghraifft, tystion i'r digwyddiad) y bydd efallai angen cymorth arnynt ar ôl y digwyddiad tyngedfennol.
- Nodi dyddiadau neu ddigwyddiadau arwyddocaol a allai gynnwys pen-blwyddi trawma a phrofedigaeth.
- Dylid pennu lefel risg pob unigolyn a drafodir.
- Dylid penderfynu a chytuno ar y cymorth sydd ei angen ar y rhai a ganfyddir, gan gynnwys cadarnhad o'r unigolyn/unigolion cyfrifol ac amserlenni.
- Mae angen i ofal plant a phobl ifanc sydd eisoes yn destun Cynlluniau Gofal a Chymorth, neu sy'n rhan o'r system Derbyn Gofal, gael ei drosglwyddo'n ffurfiol i'w gweithiwr allweddol er mwyn sicrhau y caiff eu hanghenion unigol eu diwallu.
- Bydd Gwasanaethau i Blant neu Wasanaethau i Oedolion yn gweithio gyda Swyddog Cyswllt â Theuluoedd yr Heddlu i gysylltu â'r teulu lle bo'n briodol.
- Cytunir ar y wybodaeth a fydd yn cael ei rhannu mewn briffiau gyda staff, pobl ifanc a'r gymuned ehangach.
- Dylai pob asiantaeth ystyried sut y gall gyfrannu help a chymorth er mwyn diwallu'r anghenion dynodedig naill ai eu hunain neu drwy alluogi asiantaethau eraill, cydgysylltwyr rhanbarthol neu sefydliadau trydydd sector i wneud hynny, gan sicrhau bod cymorth yn cael ei gynnig yn gyson ac yn aml.
- Mae'r Gwasanaeth Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS) yn gostwng y trothwy ar gyfer ei wasanaeth dros dro. Bydd hyn yn sicrhau y gellir ystyried rhoi cymorth i blant y mae'r hyn a ddigwyddodd efallai wedi effeithio arnynt ond na fyddent yn cael eu cynnwys dan feini prawf CAMHS fel arfer. Fodd bynnag, dylid cynnal proses frysbennu er mwyn sicrhau bod yr ymateb yn gymesur. Dylid ystyried hefyd a yw'n briodol ymestyn y cymorth i'r tymor canolig neu i'r tymor hirach er mwyn sicrhau y caiff y plant eu cynorthwyo ar adeg dyddiadau pwysig, er enghraifft pen-blwydd y digwyddiad tyngedfennol. Dylai Arweinwyr Gweithredol gynrychioli CAMHS yn rhan 1 a CAMHS Integredig yn rhan 2, sy'n gallu cynrychioli gwasanaethau CAMHS Cynradd ac Uwchradd gan gynnwys y Tîm Cysylltu Brys.
- Bydd angen i'r sefydliadau a gynrychiolir yn y grŵp ystyried a ellir rhoi cymorth ychwanegol i'r plentyn/plant neu'r bobl ifanc dynodedig.
- Os bydd digwyddiad wedi achosi effaith a allai fod angen rhagor o gymorth tymor canolig

neu hirdymor o fewn cymuned benodol, yna dylid gwahodd y Tîm Seicoleg Gymunedol i'r cyfarfod. er mwyn sicrhau y rhoddir ystyriaeth deg ar y cyfle cyntaf posibl i anghenion tymor canolig a thymor hirach y gymuned yr effeithiwyd arnynt.

- Dylai ymarferydd Mewnestyn Iechyd Meddwl CAMHS y fwrdeistref ddod i'r cyfarfod hefyd.
- Bydd angen i sefydliadau ystyried hefyd sut y gallant amddiffyn gwasanaethau rheng-flaen er mwyn cynnal y gwasanaethau a rhoi cymorth i'r rhai sydd angen cymorth yn lleol ar ôl digwyddiad.
- Dylai staff desgiau cymorth dros y ffôn a sefydliadau tebyg fod yn ymwybodol o'r gwasanaethau perthnasol y gallant gyfeirio unrhyw ymholiadau atynt, gan gynnwys gwasanaethau profedigaeth drwy hunanladdiad sydd ar gael ledled Gwent.
- Dylid ystyried cynnwys unrhyw sefydliadau neu asiantaethau sy'n rhoi cymorth neu wasanaethau tu allan i ardal ddaearyddol Gwent lle bydd angen cymorth trawsffiniol, er enghraifft ysgolion, darpariaethau amgen neu golegau tu allan i ddalgylch.
- Yn benodol, dylid ystyried gwahodd Ysgol Gynradd y plentyn. Bydd gan y staff wybodaeth am y Gymuned a gallant gynnig cysylltiadau na fyddai modd eu casglu efallai o unrhyw sefydliad arall.
- Rhaid cytuno ar ddyddiad ac amser y cyfarfod nesaf.
- Yn ail gyfarfod y Grŵp Ymateb Uniongyrchol, dylid ystyried derbyn cymorth gan yr arweinydd atal hunanladdiad rhanbarthol ac arweinydd atal hunanladdiad iechyd y cyhoedd os oes unrhyw bryderon ynghylch ymddygiad heintus posibl a allai arwain at glwstwr o hunanladdiadau, neu ar gyfer gwaith atal ôl-ymyrraeth ehangach.
- Cynhelir ail gyfarfod y Grŵp Ymateb Uniongyrchol bob amser fel rhan o'r broses. Fodd bynnag, mewn amgylchiadau eithriadol, efallai y bydd angen cynnull 'Cyfarfod Eithriadol' ychwanegol yn fuan ar ôl y cyfarfod cyntaf a chyn yr ail. Dim ond pan fo cylchoedd eang o bobl agored i niwed sy'n gofyn am ystyriaeth frys a gofalus y dylai hyn ddigwydd.
- Ar ôl pob cyfarfod, dylid cymryd camau fel y'u cytunwyd gan y Grŵp Ymateb Uniongyrchol.
- Yng nghyfarfod olaf y Grŵp Ymateb Uniongyrchol, caiff strategaeth ymadael ei datblygu er mwyn mynd i'r afael â gofal ar gyfer y teulu, ffrindiau a staff lle bo'n briodol, i'w rheoli gan wasanaethau prif-ffrwd.
- Rhaid i'r gwasanaethau gael eu cydgysylltu a'u trefnu'n dda, gyda chyfrifoldebau clir.
- Dylid rhoi ystyriaeth ychwanegol o ran staff, pobl ifanc a phlant os yw digwyddiad tyngedfennol yn digwydd tu allan i dymor ysgol. Dylid rhoi ystyriaeth lawn i'r broses o gyrraedd gwasanaethau cymorth.
- Mae gan gyfarfod y Grŵp Ymateb Uniongyrchol swyddogaeth hollbwysig o ran sicrhau ymateb cydgysylltiedig wedi'i lywio gan drawma ar draws yr asiantaethau. Rhaid rhoi ystyriaeth deg o ran amseru'r ymyraethau perthnasol a gynigir gan nifer o asiantaethau, a dylid pennu ymarferydd arweiniol posibl er mwyn sicrhau ymagwedd gydgysylltiedig.
- Ar ôl cyfarfod olaf y Grŵp Ymateb Uniongyrchol, dylid rhoi gwybod i'r Cadeirydd am unrhyw gamau nas cwblhawyd er mwyn iddo eu cymeradwyo.
- Dylech sôn am yr holl adnoddau a'r cyfeirio. Mae'r adnodd a gyhoeddwyd gan Fwrdd Diogelu Gwent ynghylch gweithio gyda materion hunanladdiad a hunan-niwed ar gael yma: https://www.gwentsafeguarding.org.uk/assets/document-library/Protocols-and-Procedures/Multi-Agency-Supervision-Principles-WELSH.pdf

Briffio staff

- Bydd y Grŵp Ymateb Uniongyrchol yn penderfynu pwy fydd yn briffio staff, a beth fydd cynnwys y briff. Mae angen sensitifrwydd a gofal i wneud y gwaith hwn.
- Mae angen briffio'r holl staff gan gynnwys staff cymorth, gweinyddwyr, staff trafnidiaeth, gwirfoddolwyr ac ati, oherwydd mae'n bosibl yr effeithir arnynt hwythau.
- Rhoddir gwybod i staff am y digwyddiad, gan gynnwys y wybodaeth ffeithiol fel y'i cytunwyd gan y Grŵp Ymateb Uniongyrchol.
- Rhoddir amlinelliad o'r camau a gaiff eu cymryd, a chan bwy, gan gynnwys esboniad o'r cymorth a fydd ar gael.
- Rhoddir gwybodaeth am sut i gefnogi pobl ifanc gan gynnwys gwybodaeth ymarferol am beth i ddweud, pa arwyddion risg y dylid chwilio amdanynt a allai fod yn rhybudd bod angen cymorth ychwanegol ac ati.
- Gweler Atodiad 6 am wybodaeth a allai fod o gymorth i rieni neu ofalwyr pe digwyddai digwyddiad tyngedfennol. Mae'n bwysig nodi y bydd gan bob plentyn a pherson ifanc anghenion gwahanol; gallai ymddygiad heriol/trallod barhau hyd at 8-12 o wythnosau ar ôl digwyddiad. Fodd bynnag, nid yw'r amserlen hon yn bendant a dylid ei monitro.
- Gweler Atodiad 8 am gyngor penodol i'r ysgol

Briffio pobl ifanc

- Bydd y Grŵp Ymateb Uniongyrchol yn penderfynu pwy fydd yn briffio plant a phobl ifanc, a beth fydd cynnwys y briff. Am fod gwybodaeth yn lledu'n gyhoeddus yn gyflym, mae'n bwysig i blant a phobl ifanc glywed y ffeithiau oddi wrth rywun maent yn ymddiried ynddo.
- Rhoddir systemau cymorth ffurfiol ar waith cyn y briff.
- Rhoddir gwybod i bobl ifanc am y digwyddiad, gan roi iddynt wybodaeth ffeithiol fel y'i cytunwyd gan y Grŵp Ymateb Uniongyrchol.
- Caiff gwybodaeth am y cymorth sydd ar gael ei rhoi fel rhan o'r briff.
- Mae angen i asiantaethau ystyried materion / gwahaniaethau diwylliannol a chrefyddol a digwyddiadau arwyddocaol / penodol, a dylent ystyried goblygiadau rhoi bai o bosibl.
- Dylid rhoi gwybodaeth i bobl ifanc cyn gynted â phosibl mewn ffordd dosturiol ac ystyriol (er enghraifft, nid ar ddiwedd diwrnod ysgol).
- Dylai staff fonitro ymatebion cyntaf pobl ifanc a rhoi cymorth priodol, gan roi iddynt y cyfle i drafod eu teimladau ac ati, os dymunant wneud hynny.
- Mae angen i asiantaethau ystyried rhoi gwybod i'r bobl sydd agosaf i'r rhai oedd yn rhan o'r digwyddiad cyn dweud wrth bobl eraill er mwyn lleihau'r effaith a sicrhau'r gallu i roi cymorth.
- Dylai staff fod yn ymwybodol bod galar yn effeithio ar bobl wahanol mewn ffyrdd gwahanol, ac felly nid y rhai oedd agosaf i'r plentyn neu'r person ifanc fydd wedi'u hypsetio fwyaf o reidrwydd.

Briffio rhieni / gofalwyr

- Rhaid briffio rhieni/gofalwyr am y sefyllfa bob amser, ynghyd â'r cymorth sydd ar gael i'w plentyn neu berson ifanc, er enghraifft ar gyfer digwyddiadau sy'n effeithio ar gymuned ysgol.
- Bydd y Grŵp Ymateb Uniongyrchol yn penderfynu pwy fydd yn briffio'r rhieni / gofalwyr, a

beth fydd cynnwys y briff.

- Caiff rhieni / gofalwyr wybodaeth ffeithiol fel y'i cytunwyd gan y Grŵp Ymateb Uniongyrchol ynghyd â disgrifiad o'r cymorth a fydd ar gael. Dylai'r holl unigolion gael ymateb tosturiol ac ystyriol bob amser. Mae ymateb tosturiol yn hanfodol ac yn hollbwysig, hyd yn oed yn ystod y drafodaeth fwyaf cyflym a syml.

- Dylid rhoi gwybod i rieni y gallai ymddygiad heriol/trallod barhau hyd at 8-12 o wythnosau ar ôl digwyddiad. Mae'n bwysig nodi y bydd gan bob plentyn neu berson ifanc anghenion gwahanol, ac nid yw'r amserlen hon yn bendant a dylid ei monitro.

- Bydd angen cymorth ar rieni a gofalwyr i ddod o hyd i'r geiriau gorau i rannu gwybodaeth â phlant, ffyrdd o ddechrau sgyrsiau gyda'u plant a sut i ymateb i gwestiynau anodd. Am ragor o wybodaeth i rieni sy'n pryderu am lesiant eu plenyn neu berson, gweler y daflen yn Atodiad 6 sef *Supporting Children Following a Tragic Event (Seicoleg Cymunedol Plant a Theuluoedd Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan)* a'r ddolen ychwanegol ar gyfer unrhyw riant / gofalwr sy'n cefnogi plentyn ar ôl hunanladdiad neu hunan-niwed yn y gymuned *Supporting Your Child: A Guide For Parents* (mae'r ddolen yn Atodiad 7).
- Caiff gwybodaeth gyswllt ei chynnwys petai'r rhiant/gofalwr yn dymuno siarad â rhywun ei hun neu er mwyn cael cymorth i'w blentyn/plant neu bobl ifanc.
- Bydd gwybodaeth gyswllt hefyd ar gael ar gyfryngau amgen megis gwefannau a datganiadau i'r wasg.

Angladdau, Cofebau ac Ymddygiad Heintus

- Dylai staff a rhieni/gofalwyr gofio y gallai mynd i angladd plentyn neu besron ifanc arall a fu farw gael effaith hynod o negyddol ar lesiant rhai pobl ifanc.
- Dylid rheoli presenoldeb mewn angladd yn yr un ffordd ag unrhyw farwolaeth arall. Dylai'r rhai sy'n dewis mynd gael eu cefnogi gan oedolyn mae'r plentyn yn ymddiried ynddo.
- Yn achos hunanladdiad, dylid osgoi cofebau parhaol oherwydd gallant gynyddu'r risg o ymddygiad heintus. Gallai hyn gynnwys tudalennau ar y cyfryngau cymdeithasol er cof am berson ifanc. Gweler Atodiad 9 i gael mwy o wybodaeth am reoli cyfryngau cymdeithasol ar ôl hunanladdiad.
- Nid yw dathliadau a chofebau sy'n gwneud i rywun ymddangos yn fwy gwerthfawr i'r teulu, cymuned neu gyfoedion yn cael eu hannog.
- Os yw cofebau digymell yn dechrau ymddangos, cynghorir eu tynnu ymaith erbyn dyddiad penodol, ar ôl yr angladd o bosibl.

Clywed adroddiad staff

- Bydd angen i asiantaethau unigol glywed adroddiad staff er mwyn adolygu eu hymateb i'r digwyddiad tyngedfennol ac i egluro'r gwersi a ddysgwyd a'r camau pellach i'w cymryd.
- Rhaid i wasanaethau unigol fod yn ymwybodol o fewnbwn eu staff a sut y maent yn teimlo am roi'r cymorth hwnnw, gan sicrhau y gall staff gael cymorth i'w hunain.
- Dylid rhoi gwybod i staff ysgol/darpariaeth amgen/coleg â phwy y gallant siarad o ran asiantaethau cymorth allanol.

- Dylid rhoi gwybod i staff y gallai ymddygiad heriol/trallod barhau hyd at 8-12 o wythnosau

ar ôl digwyddiad. Mae'n bwysig nodi y bydd gan bob plentyn, person ifanc ac aelod o staff anghenion gwahanol, ac nid yw'r amserlen hon yn bendant a dylid ei monitro.

Casglu gwybodaeth ar gyfer Adolygiadau Diogelu Unedig Sengl

Rhaid cynnal Adolygiadau Diogelu Unedig Sengl lle bydd person wedi marw a chaiff camdriniaeth neu esgeulustod ei amau.

- Mae asiantaethau'n gyfrifol am goladu unrhyw wybodaeth sydd ganddynt mewn perthynas â'r person ifanc a gaiff ei defnyddio mewn Adolygiad Diogelu Unedig Sengl.
- Dylai asiantaethau gadw cofnodion cywir, er mwyn casglu gwybodaeth berthnasol i hwyluso adolygiad os bydd angen.

4. Rheoli Clwstwr o Hunanladdiadau

- Y Grŵp Ymateb Uniongyrchol fydd yn cytuno ar y broses o adnabod clwstwr o hunanladdiadau.
- Bydd y broses o adnabod clwstwr yn seiliedig ar nifer, amserlen ac agosrwydd (daearyddol a chymdeithasol) y digwyddiadau a geir yn lleol ac sy'n fwy na'r hyn a ddisgwylir.
- Rhaid ystyried yr hunanladdiadau sy'n digwydd mewn ardaloedd cyfagos a'r posibilrwydd bod un achos lleol yn rhan o glwstwr mewn ardal gyfagos neu fel arall.
- Ar ôl adnabod clwstwr o hunanladdiadau, bydd y Grŵp Ymateb Uniongyrchol yn cyfarfod yn amlach. Y Grŵp fydd yn penderfynu pa mor aml. Dylai aelodaeth y Grŵp Ymateb Uniongyrchol adlewyrchu'r mewnbwn amlasiantaethol sy'n ofynnol fel ymateb i glwstwr o hunanladdiadau.
- Mewn rhai achosion, efallai y bydd angen i'r Grŵp Ymateb Uniongyrchol gyfarfod yn ddyddiol i fonitro'r sefyllfa ac i sicrhau bod cymorth priodol a gwasanaethau/gweithgareddau atal ar waith.
- Bydd y gwaith yn canolbwyntio'n fanwl ar roi cymorth i'r rheiny y nodir eu bod yn wynebu risg, ac i'r gymuned ehangach gyfan.
- Dylai Cadeirydd ac aelodau'r Grŵp Ymateb Uniongyrchol ystyried yr angen i wirio'r cyfryngau cymdeithasol ac a fydd angen inni ddefnyddio'r Ddeddf Rheoleiddio Pwerau Ymchwilio (RIPA) i fonitro cyfrifon penodol ar y cyfryngau cymdeithasol.
- Byddai clwstwr o hunanladdiadau'n sbarduno ymateb rhyngasiantaethol uwch a fyddai'n gofyn i staff lefel strategol gyfarfod yn rheolaidd, yn ogystal â'r Grŵp Ymateb Uniongyrchol. Caiff y Grŵp Ymateb i Glwstwr ei gynnull i lunio a goruchwylio'r 'Cynllun Ymateb i Glwstwr' (Dylai ddilyn yr un broses â'r Grŵp Rheoli Strategol mewn achosion cymhleth o gam-drin. Gweler y Protocol Achosion Cymhleth o Gam-drin Plant)
- Bydd y grŵp strategol yn adolygu'r wybodaeth a gafwyd gan y Grŵp Ymateb Uniongyrchol, gan gynnwys y cam/camau a gymerwyd, ac yn ystyried, er enghraifft, sut i ddyrannu adnoddau er mwyn sicrhau bod gwasanaethau ar gael i ddiwallu angen lleol ac i weithio'n rhagweithiol i atal mwy o ddigwyddiadau.
- I gael mwy o arweiniad ar sut i adnabod clystyrau posibl o hunanladdiadau a datblygu'r Cynllun Ymateb i Glwstwr o Hunanladdiadau gweler: *Identifying and responding to suicide clusters: A practice resource* (y ddolen yn Atodiad 7).

5. Y cyfryngau

- Bydd Grwpiau Ymateb Uniongyrchol yn trafod materion yn ymwneud â'r cyfryngau ac yn cytuno arnynt.
- Cytunir ar un pwynt cyswllt ar gyfer holl ymholiadau'r cyfryngau.
- Dylai datganiadau i'r wasg gynnwys gwybodaeth am rifau llinellau cymorth a gwefannau priodol.
- Mae'n bwysig cysylltu â'r teulu cyn rhyddhau unrhyw wybodaeth i'r cyfryngau fel ei fod yn ymwybodol o'r wybodaeth a roddir ac yn cytuno arni.
- Os oes clwstwr o hunanladdiadau, bydd y grŵp strategol yn cytuno sut i reoli cysylltiadau â'r cyfryngau. Dylai fod un pwynt cyswllt â'r cyfryngau a chanllawiau i'r cyfryngau am eu rôl o ran adrodd yn gyfrifol ac atal mwy o farwolaethau.

6. Llywodraethu ac Atebolrwydd

- Bydd Uned Fusnes Bwrdd Diogelu Gwent yn cadw holl gofnodion pob un o gyfarfodydd y Grŵp Ymateb Uniongyrchol, gan gynnwys storio'r holl gofnodion. Rhaid cael caniatâd gan y Cadeirydd cyn rhyddhau cynnwys y cofnodion.
- Dylai aelodau sefydlog y Grŵp Ymateb Uniongyrchol gwrdd yn rheolaidd i nodi'r gwersi a ddysgwyd ac i ystyried yr angen i newid/ychwanegu at y Protocol Ymateb Uniongyrchol.
- Caiff nifer y Grwpiau Ymateb Uniongyrchol ac unrhyw themâu dysgu sy'n dod i'r amlwg eu hadrodd bob 6 mis i Grŵp Cynllunio Busnes Diogelu Gwent gan Reolwr Busnes Diogelu Gwent. Gall unrhyw bartner allweddol o'r Grŵp Ymateb Uniongyrchol bennu a choladu themâu dysgu rhanbarthol. Bydd hyn yn sicrhau y bydd y Bwrdd Diogelu yn gallu goruchwylio a gweithredu unrhyw ddysgu thematig neu gam gwella er mwyn sicrhau bod proses y Grŵp Ymateb Uniongyrchol yn parhau i fod mor effeithiol â phosibl.
- Dylai gwersi a ddysgwyd fwydo i mewn i Grŵp Sicrhau Ansawdd y Byrddau Diogelu (plant ac oedolion).
- Gellir bwydo gwybodaeth sy'n ymwneud â marwolaethau cysylltiedig â chyffuriau i gyfarfodydd hefyd fel rhan o'r Protocol Marwolaethau Cysylltiedig â Chyffuriau.
- Efallai bydd angen ailgynnull Grŵp Ymateb Uniongyrchol yn y dyfodol ar ddyddiadau sy'n cyd-fynd â digwyddiadau tyngedfennol e.e. pen-blwydd y digwyddiad ac ati.

Atodiad 1

Protocol ar gyfer ymateb uniongyrchol i ddigwyddiadau tyngedfennol sy'n ymwneud â phlant a phobl ifanc

Rhoi gwybod am ddigwyddiadau a chadarnhau ffeithiau

Edrych ar bolisïau sefydliadol a mecanweithiau adrodd a gweithredu'n unol â hwy

Cynnull cyfarfod o'r Grŵp Ymateb Uniongyrchol

Nodi'r rhai agosaf y person ifanc e.e. teulu, ffrindiau, cariadon, clybiau, staff ac ati

Nodi pobl ifanc eraill a allai fod yn wynebu risg.

Nodi'r rhai oedd yn rhan uniongyrchol o'r digwyddiad.

<u>Grŵp Ymateb Uniongyrchol</u>

-Cadarnhau'r sefyllfa a rhannu'r wybodaeth sy'n hysbys.
-Pennu lefel risg pob unigolyn.
-Cytuno ar y cymorth sydd ei angen a phwy sy'n gyfrifol amdano.
-Trafod a chytuno ar yr angen am gyfarfodydd pellach gan gynnwys pa mor aml ac ati

Briffio Staff

Briffio pobl ifanc

Y cyfryngau

Rhoi cymorth fel y'i cytunwyd gan y Grŵp Ymateb Uniongyrchol

Rhoi gwybodaeth i rieni/gofalwyr

Clywed Adroddiad Staff

Gwasanaethau i goladu gwybodaeth berthnasol yn barod ar gyfer Adolygiad Diogelu Unedig Sengl posibl

Adolygu llesiant y teulu, pobl ifanc a staff, gan roi cymorth lle bo angen.

Atodiad 2 – Manylion cyswllt

Dylai asiantaethau sy'n cael gwybod am ddigwyddiad tyngedfennol gysylltu â'r canlynol i ddechrau:

	Enw	**Rhif ffôn**	**Cyfeiriad e-bost**
Heddlu			
Bwrdd Iechyd (Tîm Diogelu)			
Gwasanaethau i Blant (Tîm Diogelu)			
Gwasanaethau i Oedolion (Tîm Diogelu)			

Isod ceir rhestr o asiantaethau a fydd yn ffurfio'r grŵp sefydlog ac sydd angen eu cynnwys yn y Grŵp Ymateb Uniongyrchol.

	Enw	**Rhif ffôn**	**Cyfeiriad e-bost**
Heddlu - Cadeirydd (Uwcharolygydd) Swyddog Ymchwilio Ditectif Arolygydd (Uned Diogelu'r Cyhoedd)			
Pennaeth Diogelu (Bwrdd Iechyd)			
Bwrdd Diogelu Plant (yr Uned Fusnes yn cynrychioli Cadeirydd y Bwrdd)			
Pennaeth Gwasanaethau i Blant (Torfaen) Pennaeth Gwasanaethau i Blant (Blaenau Gwent) Pennaeth Gwasanaethau i Blant (Casnewydd) Pennaeth Gwasanaethau i Blant (Sir Fynwy) Pennaeth Gwasanaethau i BPlant (Caerffili)			

Rheolwr Diogelu (Torfaen) Rheolwr Diogelu (Blaenau Gwent) Rheolwr Diogelu (Casnewydd) Rheolwr Diogelu (Sir Fynwy) Rheolwr Diogelu (Caerffili)			
Cyfarwyddwr Addysg neu gynrychiolydd			
Rheolwr y Tîm Dyletswydd Argyfwng, os oes angen			
Arweinydd y Gwasanaeth Cwnsela Ysgolion			
Pennaeth y Gwasanaeth Ieuenctid			
Gwasanaeth Seicoleg Addysg			
Arweinydd rhanbarthol CAMHS			
Seicoleg Cymunedol (os rhagwelir effaith gymunedol tymor canolig i hirdymor)			

Dylid cynnwys unrhyw asiantaeth arall sy'n cysylltu'n rheolaidd ag aelodau allweddol o'r teulu (gan gynnwys asiantaethau tai) lle bo'n briodol.

Atodiad 3

AGENDA

Grŵp Ymateb Uniongyrchol Amlasiantaethol

Dyddiad y cyfarfod:

Amser y cyfarfod:

Lleoliad y cyfarfod:

		Pwy	Cyfeirnod y papur
1.	Croeso, Cyflwyniadau ac Ymddiheuriadau	Cadeirydd	Ar lafar
2.	Amlinellu Diben y Cyfarfod a'r Datganiad Cyfrinachedd – gweler tudalennau 12-13 y protocol	Cadeirydd	Ar lafar
3.	Adroddiad gan yr Uwch Swyddog Ymchwilio	Cadeirydd	Ar lafar
4.	Rhannu'r wybodaeth sy'n hysbys a) Ystyried cysylltiadau â digwyddiadau eraill yn ddiweddar i adnabod datblygiad clwstwr posibl b) Ystyried cysylltiadau â phrosesau eraill (e.e. Diogelu Plant, Oedolyn mewn Perygl)	Cadeirydd	Ar lafar
5.	Pennu'r lefel o risg ar gyfer pob plentyn/person ifanc	Cadeirydd	Ar lafar
6.	Penderfynu ar yr angen am friffio, cwnsela a chymorth arall	Cadeirydd /Pawb	Ar lafar
7.	Pennu a chytuno ar yr person/pobl â chyfrifoldeb dros y tasgau unigol a'r amserlenni ar eu cyfer	Cadeirydd	Ar lafar
8.	Gwarchod gwasanaethau rheng-flaen	Cadeirydd / PAWB	Ar lafar
9.	Ystyried Cofebau/Dathlu bywyd	Cadeirydd / PAWB	Ar lafar
10.	Ystyried cyfeirio Adolygiad Diogelu Unedig Sengl i'r Bwrdd Diogelu (Gellir gohirio'r penderfyniad i gyfarfod adolygu'r Grŵp Ymateb Uniongyrchol os bydd angen)	Cadeirydd	Ar lafar
11.	Ymateb y cyfryngau	Cadeirydd	Ar lafar
12.	Unrhyw Fusnes Arall	Cadeirydd	Ar lafar
13.	Amser a lleoliad y cyfarfod nesaf lle bo angen	Cadeirydd	Ar lafar
	DYDDIAD Y CYFARFOD NESAF:		

	I'w nodi		

Diben y cyfarfod

Diben y cyfarfod yw ystyried [*digwyddiad tyngedfennol*] a rheoli unrhyw fygythiad, risg neu niwed i unigolion a/neu'r gymuned ehangach.

Mae cynnwys y cyfarfod hwn yn gyfrinachol ac ni ddylid ei drafod tu allan i'r cyfarfod hwn heb ganiatâd y Cadeirydd. Mae hyn yn cynnwys unrhyw gofnodion.

Nod y cyfarfod yw adlewyrchu y caiff yr holl unigolion a drafodir eu trin yn deg, gyda pharch a heb wahaniaethu'n amhriodol yn eu herbyn. Rhaid i bawb sy'n bresennol rannu'r holl fanylion sydd ganddynt mewn perthynas â'r unigolion a drafodir er mwyn sicrhau y gallwn adnabod y lefelau risg a chytuno ar y cymorth priodol i ddiwallu eu hanghenion.

Dylai pawb sy'n bresennol gofio y gellid defnyddio unrhyw beth a ddatgelir yn ystod y cyfarfod fel rhan o ymchwiliad troseddol.

Yn ystod y cyfarfod, efallai y byddwch yn clywed gwybodaeth a allai fod yn anodd i rai ei chlywed, neu a fydd yn eu hypsetio. Fel rhan o'r gwaith hwn, rydym yn cydnabod na allwn gael pethau'n iawn bob amser, ond byddwn yn ceisio bod mor gywir ag y gallwn.

Bydd y cyfarfod yn gwneud argymhellion i asiantaethau eu cyflawni.

Cofnod Presenoldeb y Grŵp Ymateb Uniongyrchol

Achos

Dyddiad

Amser

Datganiad Cyfrinachedd

- Cafodd y cyfarfod hwn ei gynnull i reoli canlyniadau digwyddiad tyngedfennol yn ymwneud â phlentyn/person ifanc hyd at 25 oed.
- Mae cynnwys a chofnodion y cyfarfod hwn yn gyfrinachol. Ni ddylid eu rhannu heb ganiatâd y Cadeirydd.
- Gall y cofnodion fod yn destun ceisiadau i'w datgelu dan Ddeddf Diogelu Data 1998. Caiff pob cais ei ystyried ar ei rinweddau ei hun.
- Nod y cyfarfod yw adlewyrchu y caiff yr holl unigolion a drafodir eu trin yn deg, gyda pharch a heb wahaniaethu'n amhriodol yn eu herbyn.
- Gall y cyfarfod wneud argymhellion i asiantaethau.

Pan fyddwch yn llofnodi'r daflen bresenoldeb, rydych yn ymrwymo i'r datganiad cyfrinachedd hwn. Dylai'r holl asiantaethau sicrhau y caiff y

cofnodion eu cadw'n gyfrinachol ac mewn ffordd gyfyngedig briodol.

Rwyf yn cadarnhau fy ymrwymiad i'r datganiad drosodd.

Enw	Rôl / Teitl Swydd a manylion cyswllt ar gyfer derbyn y cofnodion (Nodwch eich dewis –neges e-bost ddiogel neu gopi caled)	Llofnod

Atodiad 4 – Enghreifftiau o Ddigwyddiadau Tyngedfennol a'u Prosesau Rheoli

	Protocol
▪ Marwolaeth annisgwyl sydyn	Ymateb Gweithdrefnol i Farwolaethau Annisgwyl yn ystod Plentyndod (PRUDIC)
▪ Marwolaeth drwy ei law ei hun	Protocol Grŵp Ymateb Uniongyrchol
▪ Marwolaeth drwy gamdriniaeth / esgeulustod	Gweithdrefnau Diogelu Cymru / Adolygiad Ymarfer Plentyn neu Oedolyn
▪ Lladdiad Domestig	Adolygiad Lladdiad Domestig
▪ Plentyn neu berson ifanc ar goll	Protocol Bwrdd Diogelu Plant
▪ Hunan-niwed ailadroddus sy'n achosi risg sylweddol i'r unigolyn ac effaith sylweddol ar asiantaethau	Protocol Ymddygiad Cymryd Risg (dan 18 oed yn unig)
▪ Digwyddiad ag effaith uniongyrchol ar fwy nag un unigolyn (e.e. cytundeb hunanladdiad fu bron â digwydd, nifer fawr o ddigwyddiadau camddefnyddio sylweddau, damwain ar drip ysgol ac ati)	Protocol Grŵp Ymateb Uniongyrchol Protocol Achosion Cymhleth o Gam-drin Plentyn
▪ Nifer o farwolaethau (damweiniol)	Protocol Grŵp Ymateb Uniongyrchol
▪ Nifer o ddigwyddiadau (e.e. Ymateb Gweithdrefnol i Farwolaethau Annisgwyl yn ystod Plentyndod a hunanladdiad)	Protocol Grŵp Ymateb Uniongyrchol
▪ Trychinebau naturiol neu o waith dyn	Cynllunio at Argyfyngau
▪ Terfysgaeth	Cynllunio at Argyfyngau / Strategaeth Atal
▪ Salwch difrifol ymysg grŵp o blant / pobl ifanc (e.e. achosion o feningitis)	Protocol Grŵp Ymateb Uniongyrchol
▪ Herwgipio plentyn neu berson ifanc	Ymateb yr Heddlu
▪ Gor-ddos bron yn angheuol gydag effaith uniongyrchol ar fwy nag un unigolyn	Protocol Grŵp Ymateb Uniongyrchol

	Enw'r person a hysbyswyd	Gan bwy a phryd	Manylion cyswllt (Ffôn/ E-bost)
Pennaeth Diogelu (BILl)			
Iechyd Meddwl Oedolion			
CAMHS			
Seicoleg Gymunedol			
Tîm Nyrsio Cymunedol Plant			
Meddyg Teulu			
Ymwelydd Iechyd			
Bydwraig			
Nyrs Ysgol			
Tîm Diogelu Plant (ALl)			
Tîm Dyletswydd Argyfwng			
Pennaeth Gwasanaethau i Oedolion (ALl perthnasol)			
Pennaeth Gwasanaethau Plant (ALl perthnasol)			
Swyddog Datblygu'r Bwrdd Diogelu Plant			
Pennaeth y Gwasanaeth Ieuenctid			
Gwasanaeth Iechyd Meddwl			
	Enw'r person a hysbyswyd	**Gan bwy a phryd**	**Manylion cyswllt (Ffôn/ E-bost)**
Gwasanaeth Oedolion sy'n Agored i Niwed			
Gwasanaeth Cwnsela Ieuenctid			
Tîm Troseddau Ieuenctid			
Heddlu			
Uwcharolygydd			
Uned Diogelu'r Cyhoedd			
Swyddog Ymchwilio			
Addysg			
Seicoleg Addysgol			
Pennaeth (ysgol/darpariaeth amgen neu goleg)			
Gwasanaeth Prawf			
Prawf – Y Gwasanaeth Prawf Cenedlaethol			
Prawf – Cwmni Adsefydlu Cymunedol			

Arall			

Atodiad 5

Rhestr Wirio Cyfathrebu

(Yr Uned Fusnes i sicrhau y'i cwblheir)

Digwyddiad tyngedfennol yn ymwneud â:	Enw:	
	Dyddiad geni:	
	Cyfeiriad:	

Dyddiad y Grŵp Ymateb Uniongyrchol cyntaf:	
Lleoliad y Grŵp Ymateb Uniongyrchol cyntaf:	

Dylech nodi isod y gwasanaethau y cysylltwyd â nhw i gadarnhau'r wybodaeth am y person ifanc oedd yn rhan o'r digwyddiad tyngedfennol ac a wahoddwyd i gyfarfod cyntaf y Grŵp Ymateb Uniongyrchol.

Atodiad 6

CEFNOGI PLANT YN DILYN DIGWYDDIAD TYNGEDFENNOL

Deall eich plentyn
Mae'n ddealladwy bod digwyddiadau tyngedfennol sy'n digwydd yn eu cymuned leol yn effeithio ar bob plentyn. Bydd pob plentyn yn ymateb mewn ffordd wahanol.

Mae'n annhebygol bod eich plentyn yn ymwybodol o ddigwyddiad tebyg cyn hynny, felly efallai y bydd ei ymatebion yn anghyfarwydd ac yn destun pryder ichi.

Dyma rai o'r ymatebion cyffredin i ddigwyddiadau trychinebus efallai y byddwch chi wedi sylwi arnynt yn eich plentyn:

Teimladau	Meddwl	Corfforol ac Ymddygiad
Tristwch	Anodd canolbwyntio	Trafferth cysgu
Gorbryder	Breuddwydion gwael	Wedi blino
Dicter	Meddwl llawer am yr hyn a ddigwyddodd	Ar bigau
Euogrwydd		Teimlo'n sâl
Hwyliau isel	Meddwl nad yw'n gallu ymdopi	Dim chwant bwyd
Wedi gorlethu		Yn fwy tawel/ wedi mynd i'w gragen
Wedi drysu	Llai o ddiddordeb mewn gwneud pethau	Mwy rhwystredig
Gofid		Dagreuol

Nid yw ymateb fel hyn yn golygu bod rhywbeth yn bod arno

Gall yr ymatebion bara ychydig o ddyddiau, cwpl o wythnosau neu efallai'n hirach – mae pob plentyn yn wahanol.
Efallai bydd dyddiau pan fydd yn ymdopi'n dda, a dyddiau pan fydd yn stryglan mwy. Gall hyn fod yn anodd iawn i chi ei weld, a gall eich ypsetio.

Cefnogi eich plentyn
Mae ar blant angen cysur a chyngor gan yr oedolion maen nhw'n ymddiried ynddynt er mwyn iddynt deimlo'n ddiogel, ac i'w helpu i wybod bod rhywun sy'n eu deall ar gael iddynt siarad ag ef.

Dyma bethau y gallwch chi eu gwneud i gefnogi'ch plant yn ystod yr wythnosau nesaf:

- Cymryd amser i wrando arnynt
- Rhoi gwybod iddynt bod eu teimladau a'u hymatebion yn normal ac yn ddealladwy
- Rhoi cysur a bod yn serchus tuag atynt, gan roi gwybod iddynt eich bod chi yno iddynt
- Bod yn onest gan ddangos y tristwch neu'r galar rydych chi'n ei deimlo
- Cadw at batrymau a threfnau cymaint ag sy'n bosibl
- Cofio y gallai ymddygiad ymlynol neu ymosodol fod yn arwydd o'u galar
- Ceisio eu cadw nhw rhag gweld gormod o bethau sy'n eu hatgoffa o'r digwyddiad (e.e. storïau ar y newyddion)

- Eu hannog nhw i ddefnyddio eu ffyrdd arferol o ymdopi â sefyllfaoedd anodd ac awgrymu ffyrdd newydd iddynt

Ceisiwch gymorth os ydych chi'n pryderu o hyd

Os nad yw pethau fel petaen nhw'n gwella i'ch plentyn dros amser, neu os ydych yn fwyfwy pryderus am ei lesiant emosiynol, rydym yn eich annog i geisio cymorth drwy gysylltu â'i feddyg teulu.

Atodiad 7

Cysylltiadau defnyddiol

Identifying and responding to suicide clusters, A practice resource gan Public Health England: Identifying and responding to suicide clusters (publishing.service.gov.uk)

Supporting Your Child, Self Harm and Suicide: Supporting Your Child: A Parent's Guide (papyrus-uk.org)

Cymorth ymarferol i helpu ysgolion i baratoi ar gyfer hunanladdiad ameuedig neu ymgais at hunanladdiad, ac ymadfer ar ei ôl

Mae Bwrdd Diogelu Gwent wedi cyhoeddi adnodd am weithio gyda materion hunanladdiad a hunan-niwedd sydd ar gael yma: www.gwentsafeguarding.org.uk/assets/document-library/Protocols-and-Procedures/Multi-Agency-Supervision-Principles-WELSH.pdf

Gwybodaeth i ysgolion ar sut i baratoi ar gyfer hunanladdiad ameuedig, ac ymateb iddo, mewn ysgolion, colegau a lleoliadau ieuenctid eraill yng Nghymru :

- Cymorth pan oedd arnon ei angen mwyaf – fersiwn Cymraeg_Feb_2021.pdf (samaritans.org)
- https://www.samaritans.org/how-we-can-help/schools/step-step/

Building Suicide-Safer Schools and Colleges: A Guide for Teachers and Staff: Schools guide | Papyrus UK | Suicide Prevention Charity (papyrus-uk.org)

Atodiad 8

Cyngor ar gyfer ysgolion/darpariaethau amgen/colegau

- Gall rhoi gwybod i blant a phobl ifanc fod yn anodd tu hwnt. Mae'n ddoeth dweud wrth staff yn gyntaf a rhoi iddynt amser i lyncu'r newyddion cyn siarad â'r myfyrwyr. Sicrhewch fod y staff yn gwybod ble ac at bwy i droi i gael cymorth emosiynol.

- Dylid rhoi gwybod i staff y gallai ymddygiad heriol/trallod barhau hyd at 8-12 o wythnosau ar ôl digwyddiad. Mae'n bwysig nodi y bydd gan bob plentyn/person ifanc anghenion gwahanol, ac nid yw'r amserlen hon yn bendant a dylid ei monitro.
- Mae arfer gorau'n awgrymu y dylid siarad â myfyrwyr mewn grwpiau neu ddosbarthiadau bach, lle bo'n bosibl.
- Mae'n bwysig bod yn ffeithiol ond osgoi rhoi gormod o fanylion am y digwyddiad tyngedfennol ei hun. Efallai bydd sïon yn mynd ar led a gallai pobl ofyn cwestiynau uniongyrchol ond ceisiwch beidio â datgelu manylion am y digwyddiad.
- Ystyriwch baratoi datganiad i'r staff ei ddefnyddio er mwyn sicrhau cysondeb ledled yr ysgol.
- I gael mwy o wybodaeth am sut i baratoi ar gyfer hunanladdiad ameuedig, ac ymateb iddo, mewn ysgolion, colegau a lleoliadau ieuenctid eraill yng Nghymru gweler *Cymorth pan oedd ei angen arnom mwyaf* a thudalen *cam wrth gam* y Samariaid (y dolenni yn Atodiad 7).

Atodiad 9

Rheoli'r cyfryngau cymdeithasol ar ôl hunanladdiad

- Mae pobl ifanc yn debyg o droi at y cyfryngau cymdeithasol ar ôl hunanladdiad at ddibenion amrywiol. Mae'r rhain yn cynnwys anfon newyddion am farwolaeth (yn gywir ac fel si), postio negeseuon ar-lein (yn addas ac yn anaddas), galw am gynulliadau ar hap a chreu cofebau rhithiol.
- Mae'n ddoeth bod oedolyn priodol, er enghraifft athro neu athrawes â rôl diogelu yn yr ysgol, yn cyfarfod â'r bobl ifanc yr effeithiwyd arnynt efallai gan y digwyddiad tyngedfennol i siarad â nhw am yr hyn sy'n cael ei rannu ar y cyfryngau cymdeithasol. Yn y sgyrsiau hyn, gall yr oedolyn dibynadwy sicrhau bod y plant a'r bobl ifanc hynny'n gwybod pwy i gysylltu â nhw os ydynt yn ymwybodol o, neu'n pryderu am negeseuon sydd i'w gweld ar wefannau'r cyfryngau cymdeithasol.
- Mae'n bwysig atgoffa pobl ifanc am risgiau posibl gweithgareddau ar-lein. Efallai y bydd sgyrsiau'n canolbwyntio ar sut y gall sylwadau gael eu gweld yn gyhoeddus heb eu caniatâd, y ffaith y gall cofebau ar-lein ddenu sylwadau negyddol a chreulon, a/neu fod unrhyw beth sy'n trafod hunanladdiad mewn ffordd gadarnhaol yn gallu bod yn niweidiol i blant neu bobl ifanc eraill.
- Gall sefydliadau ystyried creu tudalen gofeb ddiogel lle gellir dileu sylwadau sarhaus neu negyddol.
- Os yw'r oedolyn cyfrifol yn cael gwybod am bostiadau sy'n achosi pryder, dylai:
  - Siarad yn uniongyrchol â'r rhai a bostiodd sylwadau amhriodol.
  - Chwalu sïon.
  - Rhoi gwybod i rieni a/neu awdurdodau lleol am yr angen am ddiogeledd yn ystod cynulliad hwyr y nos.
  - Cysylltu â'r gwasanaethau brys a/neu rieni pan fydd gwybodaeth a bostiwyd ar-lein yn awgrymu bod risg i ddiogelwch unigolyn.
  - Adrodd deunydd tramgwyddol (neu helpu pobl ifanc i wneud, pe dymunent); bydd y rhan fwyaf o wefannau yn caniatáu i chi adrodd deunydd tramgwyddol a gofyn am gael dileu'r cynnwys (cofiwch y gallai hyn gymryd amser).

Ymateb enghreifftiol i bostiadau ar y cyfryngau cymdeithasol sy'n achosi pryder

(Dyfyniad o Identifying and responding to suicide clusters, A practice resource gan Public Health England – mae'r ddolen yn Atodiad 7)

> If you or someone you know is feeling desperate help is always available. The best way to honour [*person's name*] is to seek help if you or someone you know is struggling. If you're feeling lost, desperate or alone please get in touch.
>
> Samaritans 116 123 jo@samaritans.org
>
> Papyrus Call: www.papyrus-uk.org Tel: 0800 068 41 41 Email: pat@papyrus-uk.org Text: 07786 209697
>
> Childline www.childline.org.uk 08001111
>
> Young Minds https://youngminds.org.uk/ Parents helpline: 0808 802 5544
>
> Campaign Against Living Miserable (CALM) www.thecalmzone.net 0800 58 58 58