

Cymorth Iechyd Meddwl mewn Addysg Uwch

Mawrth 2023



Senedd Cymru yw'r corff sy'n cael ei ethol yn ddemocrataidd i gynrychioli buddiannau Cymru a'i phobl. Mae'r Senedd, fel y'i gelwir, yn deddfu ar gyfer Cymru, yn cytuno ar drethi yng Nghymru, ac yn dwyn Llywodraeth Cymru i gyfrif.

Gallwch weld copi electronig o'r ddogfen hon ar wefan y Senedd:
www.senedd.cymru/SeneddPlant

Gellir cael rhagor o gopïau o'r ddogfen hon mewn ffurfiau hygrych, yn cynnwys Braille, print bras, fersiwn sain a chopïau caled gan:

**Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg
Senedd Cymru
Bae Caerdydd
CF99 1SN**

Ffôn: **0300 200 6565**
E-bost: **SeneddPlant@senedd.cymru**
Twitter: **@SeneddPlant**

© **Hawlfraint Comisiwn y Senedd 2023**

Ceir atgynhyrchu testun y ddogfen hon am ddim mewn unrhyw fformat neu gyfrwng cyn belled ag y caiff ei atgynhyrchu'n gywir ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol na difriol. Rhaid cydnabod mai Comisiwn y Senedd sy'n berchen ar hawlfraint y deunydd a rhaid nodi teitl y ddogfen.

Cymorth Iechyd Meddwl mewn Addysg Uwch

Mawrth 2023



Am y Pwyllgor

Sefydlwyd y Pwyllgor ar 23 Mehefin 2021. Ceir ei gylch gwaith yn:
www.senedd.cymru/SeneddPlant

Aelodau cyfredol y Pwyllgor:



Cadeirydd y Pwyllgor:
Jayne Bryant AS
Llafur Cymru



James Evans AS
Ceidwadwyr Cymreig



Laura Anne Jones AS
Ceidwadwyr Cymreig



Ken Skates AS
Llafur Cymru



Buffy Williams AS
Llafur Cymru



Sioned Williams AS
Plaid Cymru

Cynnwys

Rhagair y Cadeirydd	7
Argymhellion	9
Cymorth iechyd meddwl ac emosiynol	16
1. Cyflwyniad.....	17
Cefndir	17
Ein hymchwiliad.....	18
Gwaith arall	20
2. Hyd a lled pryderon iechyd meddwl ymysg myfyrwyr	22
Beth yw hyd a lled problemau iechyd meddwl ymysg myfyrwyr?.....	23
Bylchau data	26
A yw rhai grwpiau yn wynebu heriau neu rwystrau ychwanegol wrth gael mynediad at gymorth?	30
Myfyrwyr â phrofiad o ofal.....	31
Myfyrwyr anabl a myfyrwyr â chyflyrau iechyd hirdymor	31
Myfyrwyr gofal iechyd a gofal cymdeithasol / myfyrwyr ar leoliadau	33
Myfyrwyr rhyngwladol	35
Myfyrwyr LHDTC+	36
Profiadau dynion a menywod o iechyd meddwl	37
Myfyrwyr ôl-raddedig	38
Myfyrwyr o gefndir ethnig lleiafrifol.....	39
Myfyrwyr o gefndir economaidd-gymdeithasol is	40
Myfyrwyr â chyfrifoldebau gofalu / sy'n dychwelyd ar ôl seibiant mewn addysg	41
Ein barn ni	42
3. Pa ffactorau sy'n arwain at heriau iechyd meddwl yn y brifysgol?	50

Ai problemau penodol i brifysgolion yw'r rhain neu broblemau ehangach?.....	50
Beth fu effaith COVID-19?	53
A allai costau byw gael effaith debyg i'r pandemig?.....	61
Ein barn ni	69
4. Pontio i addysg uwch.....	74
Dull ysgol / system gyfan o ymdrin ag iechyd meddwl	74
Pa waith sy'n mynd rhagddo ar hyn o bryd i gefnogi pontio?	76
A fyddai dull system gyfan o ymdrin ag iechyd meddwl mewn addysg ôl-16 yn helpu i gefnogi pontio?	79
Datganiadau o gyflyrau sy'n bodoli eisoes	82
Ein barn ni	86
5. Darpariaeth iechyd meddwl ymhlith darparwyr addysg uwch	90
Cysondeb ar draws darparwyr	91
Pa rôl y gall y Comisiwn ar gyfer Addysg Drydyddol ac Ymchwil ei chwarae?	94
Cyllid a chefnogaeth ar gyfer darpariaeth.....	99
"Tywallt o gwpan wag"	104
Capasiti staff ac adnoddau.....	104
Hyfforddiant	106
Darpariaeth cyfrwng Cymraeg	108
Lle mae angen gwella?	108
Ein barn ni	113
6. Sut y gall y sector AU weithio gyda'r GIG a darparwyr iechyd meddwl?	118
Pwysigrwydd egluro rolau.....	119

Gwybodaeth a rhannu data	123
Cynllun Peilot Gwasanaeth Cyswllt y Prifysgolion ar gyfer Materion Iechyd Meddwl (MHULS)	128
Cynllun Iechyd Meddwl newydd Llywodraeth Cymru	133
Ein barn ni	135
7. Gwasanaethau'r GIG a gwasanaethau statudol	138
Rôl y meddyg teulu.....	139
Amseroedd aros a chael mynediad at asesiadau.....	145
Pontio o CAMHS i wasanaethau oedolion	149
Ein barn ni	152
Atodiad A: Rhestr o sesiynau tystiolaeth lafar.....	157
Atodiad B: Rhestr o dystiolaeth ysgrifenedig.....	160
Additional Information	161

Rhagair y Cadeirydd

Mae mynd i'r brifysgol ac astudio yn y brifysgol yn gyffrous ac mae'n gallu newid bywydau. I lawer o fyfyrwyr mae eu profiadau'n rhai da. Ond bydd eraill efallai'n profi adegau anodd gyda'u lles emosiynol a meddyliol. Yn ogystal â wynebu unrhyw broblemau sy'n gallu dod i ran unrhyw un ohonom ni mewn bywyd, gall bywyd prifysgol gyflwyno ambell her unigryw a phenodol. Gall hyn waethygu trafferthion iechyd meddwl sy'n bodoli'n barod, neu gall esgor ar broblemau newydd.

Weithiau gall y byd fod yn llethol. Mae hyn yn arbennig o wir yn ddiweddar gyda'r pandemig, yr argyfwng costau byw presennol, a newid hinsawdd. Gall hyn i gyd gael effaith ar ein lles emosiynol a meddyliol. Daeth yn glir drwy gydol yr ymchwiliad hwn bod yr heriau hyn wedi taro'r boblogaeth myfyrwyr yn galed.

Yn ein hadroddiad rydym yn nodi:

- hyd a lled y broblem o fewn y boblogaeth myfyrwyr,
- y ffactorau sy'n gallu arwain at broblemau iechyd meddwl,
- y gwahanol lwybrau a'r cymorth sydd eu hangen i helpu wrth bontio i addysg uwch,
- y cymorth sydd ar gael o fewn sefydliadau,
- sut y gall darparwyr weithio gyda gwasanaethau eraill i ddarparu cymorth di-dor, ac yn olaf,
- sut y gall y GIG a gwasanaethau statudol eraill chwarae rôl.

Yn ystod y blynyddoedd diwethaf, mae'r boblogaeth myfyrwyr wedi dod yn fwy amrywiol a chynrychioliadol o'r boblogaeth ehangach. Roedd y dystiolaeth a glywsom yn drawiadol iawn ynglŷn â'r angen i gymorth fod yn fwy ymatebol i ddiwallu anghenion amrywiol y boblogaeth myfyrwyr. Roedd pwysigrwydd sicrhau bod cymorth wedi'i deilwra i anghenion gwirioneddol myfyrwyr yn thema gref iawn yn y dystiolaeth drwyddi draw.

Roedd pawb y gwnaethom ni siarad â nhw yn glir ynglŷn â maint y broblem, a phwysigrwydd cael y cymorth yn y lle cywir ar yr adeg gywir. Rydym ni'n arbennig o ddiolchgar i'r myfyrwyr a gwblhaodd ein harolwg, ac i'r myfyrwyr a'r aelodau staff a gyfarfu â ni'n bersonol i drafod eu profiadau. Rhoesant dystiolaeth bwerus i ni o'r hyn a all ddigwydd pan fydd darparwr yn rhoi'r

cymorth cywir, a hefyd, yn anffodus, pan fo cymorth yn ddiffygiol, ac roedd hyn yn elfen amhrisiadwy o'n hymchwiliad.

Rydym ni'n gwneud dros 30 o argymhellion a allai, yn ein barn ni, helpu i wneud gwahaniaeth mawr o ran gwella ansawdd a chysondeb cymorth ar draws darpariaeth addysg uwch yng Nghymru. Maent yn ymdrin ag ystod eang o faterion megis effaith y pandemig, lliniaru effaith yr argyfwng costau byw, casglu data'n well; rhannu gwybodaeth yn well; hyfforddiant a chodi ymwybyddiaeth i staff a myfyrwyr a chyllid mwy cynaliadwy sy'n cyfateb i lefel yr angen.

Ein gobaith yw y bydd ein hadroddiad a'n hargymhellion yn helpu i sicrhau nad oes unrhyw un yn colli'r cyfle i wireddu ei botensial yn y brifysgol oherwydd ei iechyd meddwl.

Jayne Bryant AS

Cadeirydd

Argymhellion

Argymhelliad 1. Dylai Llywodraeth Cymru ar y cyd â CCAUC a'r Comisiwn newydd ddwyn ynghyd set ddata y maent am ei chasglu gan ddarparwyr addysg uwch sy'n darparu data cywir ac amserol ar hyd a lled y problemau iechyd meddwl yn eu corff myfyrwyr; demograffeg y rhai sy'n datgan trallod iechyd meddwl; yr ymyriadau y maent yn eu rhoi ar waith; a gwerthusiad o'r ymyriadau. Wrth lunio'r set ddata hon, rhaid rhoi sicrwydd cadarn, a rhoi mesurau diogelu ar waith, i sicrhau os yw'r data'n awgrymu bod problemau mewn sefydliad arbennig, na fydd hynny'n cael effaith negyddol, cyn belled ag y gall y sefydliad ddangos pa gamau y mae'n eu cymryd i fynd i'r afael ag unrhyw broblemau. Rhaid bod modd dadgyfuno'r data i ddeall y patrymau a'r tueddiadau gwahanol ar gyfer grwpiau gwahanol, ac a oes unrhyw grwpiau penodol yn wynebu heriau ychwanegol wrth geisio cymorth, a'r rhwystrau. Bydd hyn yn helpu i lywio'r gwaith o gynllunio gwasanaethau a dyraniadau cyllid, yn y sector addysg a'r sector gofal iechyd. Dylai Llywodraeth Cymru a CCAUC weithio gyda'i gilydd i gefnogi dealltwriaeth well o angen myfyrwyr am gymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch. Tudalen 44

Argymhelliad 2. Mae angen i Lywodraeth Cymru, CCAUC, y Comisiwn newydd, darparwyr addysg uwch a chynrychiolwyr myfyrwyr weithio gyda'i gilydd i osod lefel sylfaenol o ddarpariaeth ar gyfer myfyrwyr rhyngwladol, gan ystyried anghenion penodol y gwahanol grwpiau sy'n ffurfio'r gymuned myfyrwyr rhyngwladol. Gall hyn olygu datblygu rhwydweithiau cymheiriaid penodol ar gyfer grwpiau myfyrwyr rhyngwladol. Ni ddylai'r lefel sylfaenol hon o ddarpariaeth fod yn rhy ragnodol, gan y bydd angen i bob darparwr addasu ei ddarpariaeth i ddiwallu anghenion penodol ei fyfyrwyr, ac ystyried amgylchiadau ei sefydliad ei hun, ond dylai sicrhau bod lefel ofynnol glir o gymorth y gall pob myfyrwr rhyngwladol ledled Cymru wybod y gall gael gfael arni. Dylid hyrwyddo'r fframwaith hwn mewn ffyrdd a fydd yn cyrraedd gwahanol rannau o'r gymuned myfyrwyr rhyngwladol, o'r cam cyn ymgeisio i'r cyfnod ar ôl graddio. Tudalen 48

Argymhelliad 3. Ar gyfer myfyrwyr ar gyrsiau gofal iechyd a gofal cymdeithasol, mae angen i Lywodraeth Cymru, CCAUC, y Comisiwn newydd, darparwyr addysg uwch a chynrychiolwyr myfyrwyr nodi'r heriau a'r rhwystrau penodol sy'n eu hwynebu a datblygu lefel sylfaenol o ddarpariaeth ar gyfer y grwpiau hyn o fyfyrwyr, gan ystyried anghenion penodol y gwahanol grwpiau sy'n ffurfio'r carfanau hyn o fyfyrwyr. Ni ddylai'r lefel sylfaenol hon o ddarpariaeth fod yn rhy ragnodol, gan y bydd angen i bob darparwr addasu ei ddarpariaeth i ddiwallu anghenion penodol ei garfan, y cyrsiau a gyflwynir ganddo, y mathau o leoliadau y mae'r cyrsiau hyn yn eu cynnal ac ystyried amgylchiadau ei

sefydliad ei hun, ond dylai sicrhau bod lefel ofynnol glir o gymorth y gall pob myfyriwr ar y cyrsiau hyn ledled Cymru wybod y gall gael gafael arni. Dylid hyrwyddo'r fframwaith hwn mewn ffyrdd a fydd yn cyrraedd gwahanol grwpiau o'r myfyrwyr hyn, o'r cam cyn ymgeisio hyd y byddant yn graddio. Tudalen 48

Argymhelliad 4. Mae Llywodraeth Cymru yn ymrwymo i gomisiynu gwerthusiad annibynnol o effeithiau'r pandemig ar barodrwydd ar gyfer addysg uwch a phontio i addysg uwch. Dylai hyn wedyn helpu i nodi unrhyw effeithiau hirdymor a pha arferion da o'r pandemig y dylid eu prif ffrydio mewn busnes fel arfer; a darparu sylfaen dystiolaeth glir ar gyfer ymyriadau'r dyfodol. Dylid cyhoeddi canfyddiadau'r gwerthusiad hwn, a dylai Llywodraeth Cymru a'r Comisiwn eu defnyddio i lywio penderfyniadau ariannu, canllawiau a chyngor. Tudalen 70

Argymhelliad 5. Yn y byrdymor, dylai Llywodraeth Cymru a CCAUC weithio i barhau i ddatblygu'r sylfaen dystiolaeth ynghylch effeithiolrwydd dysgu cyfunol a chymorth lles myfyrwyr a hwyluso rhannu arferion da ar draws y sector. Rhaid i'r gwaith hwn gynnwys llais a phrofiadau staff a myfyrwyr i nodi'r hyn sy'n gweithio'n effeithiol ac nad yw'n gweithio'n effeithiol. Dylai CCAUC ac yna'r Comisiwn barhau i gyhoeddi diweddariadau rheolaidd i lywio arferion da sy'n esblygu yn y maes hwn. Tudalen 70

Argymhelliad 6. Dylai Llywodraeth Cymru ar y cyd â CCAUC barhau i fonitro'r pwysau ar ddarparwyr i ddarparu cymorth ariannol ychwanegol i fyfyrwyr sy'n wynebu caledi ariannol. Yn benodol, dylid talu sylw agos at y cysylltiad rhwng cyfraddau rhoi'r gorau i astudio a chyfraddau cyrhaeddiad a'r angen i gael cymorth caledi ariannol. Os yw darparwyr yn ei chael hi'n anodd ateb y galw, dylai Llywodraeth Cymru ddarparu cyllid ychwanegol yn ystod y flwyddyn i ddarparwyr. Tudalen 72

Argymhelliad 7. Wrth lunio unrhyw fesurau ar gyfer cymorth gyda chostau byw, rhaid i Lywodraeth Cymru ystyried yr anghenion a'r heriau penodol sy'n wynebu pob myfyriwr, yn cynnwys myfyrwyr ôl-raddedig. Wrth gyhoeddi unrhyw gymorth, rhaid iddynt amlinellu'n glir sut maent wedi mynd i'r afael â'r heriau hyn sy'n wynebu myfyrwyr. Yn arbennig, rhaid i Lywodraeth Cymru ystyried na fydd rhai myfyrwyr yn gallu manteisio ar fudd-daliadau fel y Credyd Cynhwysol, neu efallai na fyddant yn gallu cael unrhyw un o fudd-daliadau'r DU (megis myfyrwyr rhyngwladol) neu'n wynebu rhwystrau wrth geisio sicrhau neu gynyddu nifer yr oriau y maent yn gweithio (megis myfyrwyr ôl-raddedig). Tudalen 72

Argymhelliad 8. Bod Llywodraeth Cymru yn rhoi i ni wybodaeth reolaidd ac unrhyw ddata sydd ar gael am gyflwyno'r dull system gyfan yn maes addysg ôl-16. Dylid darparu'r

wybodaeth hon ddwywaith y flwyddyn a dylai roi i ni'r wybodaeth i ddeall yr effaith y mae cyflwyno'r system yn ei chael ar les emosiynol a meddyliol plant a phobl ifanc, yn ogystal â'r graddau y mae'n magu gwydnwch..... Tudalen 87

Argymhelliad 9. Dylai Llywodraeth Cymru, ar y cyd ag CCAUC a'r Comisiwn newydd, gomisiynu gwaith yn edrych ar bontio addysgol o addysg orfodol i addysg ôl-orfodol ar draws y byd. Dylai'r gwaith hwn nodi arferion da y gellid eu trosglwyddo i sector Cymru, dylid ei gyhoeddi a'i ddefnyddio i lywio polisiau'r dyfodol yn y maes pwysig hwn.Tudalen 87

Argymhelliad 10. Mae Llywodraeth Cymru yn amlinellu i'r Pwyllgor sut y bydd yn gweithredu'r argymhelliad o'r sector addysg ôl-16 i ystyried ffyrdd y gall prifysgolion weithio gyda cholegau / ysgolion ôl-16 lleol i gefnogi iechyd meddwl dysgwyr cyn iddynt bontio i addysg uwch. Tudalen 87

Argymhelliad 11. Llywodraeth Cymru i roi i'r Pwyllgor fanylion y grŵp cynghori ar bolisi traws-sector newydd ar iechyd meddwl mewn addysg drydyddol, yn cynnwys y cylch gorchwyl a'r aelodaeth, a sut y bydd yn helpu i lywio gwaith y Comisiwn wrth iddo gael ei sefydlu. Dylid rhoi diweddariad blynyddol ar waith y Grŵp hwn i'r Pwyllgor. Tudalen 88

Argymhelliad 12. Bod Llywodraeth Cymru a CCAUC yn rhoi diweddariadau i'r Pwyllgor gyda manylion ynghylch lle mae cyllid y Prosiect Ôl-16 a Phontio wedi'i ddyrannu. Dylai'r gwerthusiad o effeithiolrwydd y gwariant ac unrhyw wersi a ddysgwyd neu arferion da a fydd yn cael eu rhannu ar draws y sector gael eu rhannu â'r Pwyllgor cyn gynted â phosibl. Tudalen 88

Argymhelliad 13. Bod Llywodraeth Cymru yn sicrhau bod y Comisiwn yn blaenoriaethu sefydlu dull system gyfan o ymdrin ag iechyd a lles meddyliol ar draws y sector addysg ôl-16. Wrth wneud hyn, bod Llywodraeth Cymru a'r Comisiwn yn rhoi diweddariadau rheolaidd i'r Pwyllgor (yn flynyddol o leiaf) ar gynnydd o ran gweithredu'r dull hwn ar draws y sector. Tudalen 89

Argymhelliad 14. Wrth ddatblygu'r amod cofrestru cefnogi lles myfyrwyr, dylai Llywodraeth Cymru, y Comisiwn a'r sector Addysg Uwch gydweithio i archwilio sut y gall sefydliadau gynorthwyo myfyrwyr i ddatgelu unrhyw gyflyrau iechyd meddwl. Gall hyn adlewyrchu enghreifftiau o arferion sy'n bodoli'n barod o ran cynnig sawl cyfle gydol y broses ymgeisio, sefydlu a chroesawu i fyfyrwyr ddatgan cyflwr iechyd meddwl sydd

ganddynt eisoes.

..... Tudalen 89

Argymhelliad 15. Bod Llywodraeth Cymru yn sicrhau bod y Comisiwn yn blaenoriaethu'r gwaith o ddatblygu fframwaith cyffredin ar gyfer cymorth iechyd meddwl ar draws y sector addysg uwch. Rhaid i'r Comisiwn sicrhau ei fod yn ymgysylltu â'r holl bartneriaid allweddol, ond yn enwedig myfyrwyr, wrth ddatblygu'r fframwaith hwn. Dylai'r fframwaith hwn nodi llinell sylfaen ond bod yn ddigon hyblyg i alluogi sefydliadau i ddylunio gwasanaethau sy'n ystyried eu cyd-destunau penodol eu hunain ac anghenion penodol eu myfyrwyr. Dylai adlewyrchu ac ategu hefyd unrhyw waith ehangach ar gymorth iechyd meddwl yn y sector ôl-16 yn ehangach.

.....Tudalen 113

Argymhelliad 16. Bod Llywodraeth Cymru, wrth sefydlu rôl a chylch gwaith y Comisiwn, yn egluro'n glir y rôl y mae'n rhaid i'r Comisiwn ei chwarae wrth rannu a lledaenu'n rhagweithiol arferion gorau ym maes cymorth iechyd meddwl ar draws y sector addysg uwch. Wrth gyflawni hyn, rhaid i'r Comisiwn sicrhau bod arferion da yn cael eu diweddarau ac yn adlewyrchu'r datblygiadau diweddaraf yn y maes hwn.Tudalen 114

Argymhelliad 17. Dylai Llywodraeth Cymru gynnal asesiad realistig o'r lefelau cyllid sydd eu hangen i ddarparu gwasanaethau cymorth effeithiol ac amserol sy'n seiliedig ar anghenion myfyrwyr. Ar ôl gwneud hyn, dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod cyllid digonol yn cael ei roi i CCAUC a thrwy gyllidebau'r GIG i gynorthwyo darparwyr addysg a gofal iechyd i gyflwyno cymorth lles meddyliol effeithiol i fyfyrwyr. Dylai cyllid digonol sicrhau bod cymorth effeithiol ar gael i bob myfyriwr pan fo'i angen a'i fod yn diwallu anghenion pob rhan o'r gymuned myfyrwyr.....Tudalen 115

Argymhelliad 18. Dylai Llywodraeth Cymru symud tuag at gyllid tymor hwy ar gyfer cymorth iechyd meddwl, a dylai annog y Comisiwn i barhau â'r dull a fabwysiadwyd gan CCAUC i ddarparu ymrwymadau ariannu tymor hwy. Dylai Llywodraeth Cymru ac yna'r Comisiwn ddatgan yn glir eu bwriad i gynnal y dyraniad cyllid blynyddol ar gyfer cymorth iechyd meddwl, ac ymrwymo i'r lefelau cyfredol o gyllid blynyddol o leiaf ar gyfer cylchoedd cyllido'r dyfodol fel y gall darparwyr addysg uwch gynllunio'u gwasanaethau'n fwy hyderus mewn modd hirdymor a chynaliadwy.Tudalen 115

Argymhelliad 19. Bod Llywodraeth Cymru a'r Comisiwn newydd yn gweithio gyda sefydliadau addysg uwch mewn model partneriaeth gymdeithasol i sicrhau nad yw amodau gwaith, yn cynnwys amodau a thelerau cyflogaeth, yn tanseilio gallu staff i ddarparu cymorth effeithiol i fyfyrwyr.Tudalen 116

Argymhelliad 20. Bod Llywodraeth Cymru yn gweithio gyda CCAUC, y Comisiwn newydd a'r sector ehangach i annog darparwyr i ddarparu hyfforddiant iechyd meddwl ystyrlon i bob aelod staff, sy'n ystyried cyd-destun a chorff myfyrwyr pob sefydliad unigol. Dylai hyfforddiant o'r fath rymuso staff i ddarparu cymorth priodol, yn cynnwys manylion y cymorth y gellir ei ddarparu gan y sefydliad a phartneriaid lleol eraill i alluogi cyfeirio effeithiol lle bo'n briodol. Dylai Llywodraeth Cymru annog pob darparwr i sicrhau bod hyfforddiant o'r fath ar gael i bob aelod staff, yn staff cymorth ac academiaidd, ac i'r rhai sy'n darparu gwasanaethau ar gontractau allanol i'r sefydliad. Trwy gynnig hyfforddiant o'r fath, dylai darparwyr sicrhau amser wedi'i neilltuo i staff fynychu hyfforddiant.....**Tudalen 116**

Argymhelliad 21. Bod Llywodraeth Cymru yn darparu cyllid pellach i CCAUC ac yna'r Comisiwn i gynorthwyo i ehangu cymorth iechyd meddwl i fyfyrwyr drwy gyfrwng y Gymraeg. Dylai'r cyllid hwn fod yn ymrwymiad parhaus i sicrhau hirhoedledd cymorth drwy gyfrwng y Gymraeg.....**Tudalen 117**

Argymhelliad 22. Bod Llywodraeth Cymru yn gweithio gyda CCAUC, y Comisiwn newydd a'r sector ehangach i annog pob darparwr addysg uwch i ddarparu hyfforddiant iechyd meddwl ystyrlon i fyfyrwyr yn eu blwyddyn gyntaf o astudio. Dylid cyflwyno'r hyfforddiant hwn mewn amrywiaeth o ddulliau sy'n sicrhau ei fod yn hygyrch i bob myfyriwr, a dylid ei gynnig sawl gwaith gydol y flwyddyn gyntaf. Dylai Llywodraeth Cymru annog darparwyr i sicrhau bod pob myfyriwr yn cael y cyfle i fynychu'r hyfforddiant hwn.**Tudalen 117**

Argymhelliad 23. Bod Llywodraeth Cymru yn dechrau gwaith cwrpasu gyda'r GIG a'r sector addysg uwch i ddatblygu dealltwriaeth gyffredin o'r rolau a'r cyfrifoldebau ar draws gofal iechyd ac addysg ar gyfer lles meddyliol myfyrwyr. Rhaid i hyn gynnwys cytundebau ar drothwyon, iaith a diffiniadau. Unwaith y bydd y Comisiwn wedi'i sefydlu, dylent gymryd y prif gyfrifoldeb dros barhau â'r gwaith a sicrhau ei fod yn parhau i gael ei ddiweddarau ac yn adlewyrchu'r arfer cyfredol.....**Tudalen 135**

Argymhelliad 24. Bod Llywodraeth Cymru, yn ei llythyr cylch gwaith cyntaf i'r Comisiwn, yn gofyn i'r Comisiwn arwain y gwaith o sefydlu protocolau rhannu data effeithiol rhwng darparwyr addysg uwch a'r GIG mewn perthynas â lles meddyliol.....**Tudalen 136**

Argymhelliad 25. Dylai Llywodraeth Cymru, CCAUC a'r Comisiwn newydd adeiladu ar y dysgu a'r gwerthusiad o'r Gwasanaeth Cyswllt Prifysgolion ar gyfer Materion Iechyd Meddwl yng Nghaerdydd a dechrau cynllunio ar gyfer cyflwyno'r model hwn yn llawn ledled Cymru. Fel rhan o'r gwaith cynllunio hwn, dylai cyllid hirdymor gael ei ymrwymo i gefnogi'r gwaith o gyflwyno, datblygu a chynnal a chadw'r model hwn ledled Cymru.**Tudalen 137**

Argymhelliad 26. Bod Llywodraeth Cymru yn sicrhau bod y fersiwn nesaf o'r Strategaeth Iechyd Meddwl ac unrhyw gynlluniau gweithredu cysylltiedig yn gorfod sicrhau bod sefyllfa benodol myfyrwyr yn cael ei hystyried, a bod cyfleoedd yn cael eu nodi i fynd i'r afael â'r bwlch strategol a pholisi wrth ddod â'r darparwyr gofal iechyd ac addysg ynghyd.

.....Tudalen 137

Argymhelliad 27. Bod Llywodraeth Cymru yn darparu diweddariadau blynyddol neu lle mae datblygiadau arwyddocaol i'r Pwyllgor am berfformiad Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr fel y mae'n ymwneud â chymorth iechyd meddwl i blant, pobl ifanc ac unrhyw fyfyrwyr addysg uwch yn ardal y Bwrdd Iechyd.....Tudalen 153

Argymhelliad 28. Bod Llywodraeth Cymru yn archwilio dichonoldeb dull cyffredin o gofrestru gyda meddyg teulu ar draws Cymru gyda'r nod o safoni sut y gwneir hyn ledled Cymru. Fel rhan o'r astudiaeth hon, rhaid ystyried dichonoldeb cyflwyno cofrestru gyda meddyg teulu ar-lein. Dylid adrodd canfyddiadau astudiaeth ddichonoldeb o'r fath i'r Pwyllgor ar ôl ei chwblhau, a'u gwneud yn gyhoeddus.....Tudalen 154

Argymhelliad 29. Bod Llywodraeth Cymru yn darparu diweddariadau rheolaidd i'r Pwyllgor am weithredu'r prosiect meddyg teulu i feddyg teulu. Dylid darparu'r diweddariadau hyn yn flynyddol o leiaf.Tudalen 154

Argymhelliad 30. Bod Llywodraeth Cymru yn archwilio dichonoldeb sefydlu pasbort myfyrwyr a fyddai'n galluogi myfyrwyr i rannu eu gwybodaeth am ofal iechyd yn haws, ac a fyddai'n helpu i liniaru rhai o'r heriau penodol sy'n wynebu poblogaeth hynod symudol. Fel rhan o'r gwaith dichonoldeb hwn, dylid cefnogi cynllun peilot, gyda'r nod o'i gyflwyno ledled Cymru os yw'r cynllun peilot yn llwyddiannus.Tudalen 155

Argymhelliad 31. Bod Llywodraeth Cymru yn amlinellu yn yr ymateb i'r adroddiad hwn a yw Byrddau Iechyd erbyn mis Ebrill 2023 wedi gwneud y gwelliant sylweddol a ddisgwylir ganddynt mewn perthynas ag amseroedd aros CAMHS. Os nad yw Byrddau Iechyd wedi gwneud y gwelliannau, dylai Llywodraeth Cymru amlinellu pa gamau a fydd yn cael eu cymryd i sicrhau y gwneir y gwelliannau angenrheidiol.....Tudalen 155

Argymhelliad 32. Bod Llywodraeth Cymru yn rhoi diweddariad mewn ymateb i'r adroddiad hwn ar y gwaith sy'n cael ei wneud i wella'r set ddata graidd iechyd meddwl yn cynnwys: pryd fydd y gwaith yn cael ei gwblhau, pryd fydd y data newydd yn dechrau cael ei gasglu, a sut y bydd yn cael ei gyhoeddi. Fel rhan o hyn, dylai Llywodraeth Cymru nodi a fydd y newidiadau'n sicrhau bod data'n cael ei gasglu ar apwyntiadau dilynol. Os na fydd, dylai Llywodraeth Cymru

nodi sut y caiff perfformiad ar apwyntiadau dilynol ei reoli a'i fonitro gan Fyrddau Iechyd a Llywodraeth Cymru, a sut maent yn rhagweld y bydd y Senedd yn gallu craffu ar y mater hwn.

.....Tudalen 156

Argymhelliad 33. Bod Llywodraeth Cymru yn ymrwmo i weithredu'r holl argymhellion yn adroddiad Sortiwch y Switsh Mind Cymru, ac adrodd yn rheolaidd ar gynnydd o ran gweithredu'r argymhelliad hwn.....Tudalen 156

Cymorth iechyd meddwl ac emosiynol

Mae'r adroddiad hwn yn ymdrin â materion yn ymwneud â salwch ac anawsterau iechyd meddwl. Hoffem dynnu sylw darllenwyr at hyn cyn iddynt ddarllen yr adroddiad.

Os oes angen cymorth a chefnogaeth arnoch, mae llinell gymorth iechyd meddwl C.A.L.L yn darparu cymorth iechyd meddwl ac emosiynol, ac yn gallu cyfeirio at wasanaethau lleol.

Rhadffôn 24 awr y dydd ar 0800 137 137 neu tecstiwch HELP i 81066.

Gwefan: <http://www.callhelpline.org.uk/>

Os ydych chi'n cael trafferth ymdopi, os ydych chi angen siarad â rhywun neu os ydych chi'n teimlo yn hunanddinistriol, gallwch gysylltu â'r Samariaid:

Rhadffôn 24 awr y dydd o unrhyw ffôn ar 116 123.

Llinell Gymraeg: 0808 164 0123 (7pm-11pm, 7 diwrnod yr wythnos)

E-bost: jo@samaritans.org

Gwefan: www.samaritans.org/samaritans-cymru

Mae Papyrus yn darparu cymorth i blant a phobl ifanc o dan 35 oed sy'n profi meddyliau am hunanladdiad ac i unrhyw un sy'n pryderu y gallai person ifanc fod yn meddwl am hunanladdiad.

HOPELINEUK (Ar agor 9am – canol nos, bob diwrnod o'r flwyddyn)

Rhif ffôn: 0800 068 4141

Neges destun: 07860039667

E-bost: pat@papyrus-uk.org

Gwefan: <https://www.papyrus-uk.org/>

1. Cyflwyniad

Mae'r gwaith hwn yn deillio o'n gwaith craffu deddfwriaethol ac ymgynghoriad ar flaenoriaethau. Wrth wneud y gwaith hwn ceisiwyd sicrhau ein bod yn clywed gan fyfyrwyr, yn ogystal â staff a sefydliadau. Rydym hefyd wedi myfyrio ar nifer o adroddiadau gan sefydliadau eraill.

Cefndir

1. Yn ystod ein hymgyngghoriad ar flaenoriaethau'r Pwyllgor yn Haf 2021, codwyd cymorth iechyd meddwl mewn addysg ôl-16 gan nifer sylweddol o randdeiliaid.¹ Yn ein cynllun strategol, rydym wedi blaenoriaethu materion yn ymwneud â lles emosiynol a meddyliol plant. A phobl ifanc. Rydym hefyd wedi ymrwymo i adeiladu ar waith pwyllgorau eraill y Senedd; gan gynnwys pwyllgorau'r Senedd o'r Seneddau blaenorol. Gwnaeth ein Pwyllgor rhagflaenol lawer o waith ar les emosiynol a meddyliol plant a phobl ifanc, gan arwain at y semenol **Cadernid Meddwl** a **Cadernid Meddwl: dwy flynedd yn ddiweddarach**.

2. Mae lles emosiynol a meddyliol yn fusnes pawb. Mae Llywodraeth Cymru yn dweud hyn yng Nghynllun Cyflawni Law yn Llaw at Iechyd Meddwl 2019-2022.² Nid cyfrifoldeb y GIG yn unig ydyw. Rydym wedi ymrwymo i chwarae ein rhan yn yr agenda hwn. Er bod yr ymchwiliad hwn yn canolbwyntio'n benodol ar iechyd meddwl, yn ein holl waith, boed yn uniongyrchol gysylltiedig ag iechyd meddwl ai peidio, rydym yn ystyried yr effeithiau ar les emosiynol a meddyliol plant, pobl ifanc a, lle bo hynny'n briodol, oedolion.

3. Ddechrau tymor yr hydref 2021, cyfeiriwyd **Bil Addysg Drydyddol ac Ymchwil (Cymru)**, fel y'i galwyd ar pryd, atom i ni gael craffu arno. Pasiwyd y Bil hwn a daeth yn **Ddeddf Addysg Drydyddol ac Ymchwil (Cymru) 2022** ("Deddf 2022") ym mis Medi 2022. Mae'r Ddeddf yn sefydlu'r Comisiwn Addysg Drydyddol ac Ymchwil ("y Comisiwn") i fod yn gorff rheoleiddio sy'n gyfrifol am ariannu, goruchwylio a rheoleiddio addysg drydyddol ac ymchwil

¹ Tudalen we'r Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Blaenoriaethau'r Chwched Senedd, ymatebion i'r ymgynghoriad

² Llywodraeth Cymru, Cynllun Cyflawni Law yn Llaw at Iechyd Meddwl 2019-2022

yng Nghymru. Mae'n gyfrifol am addysg bellach ac addysg uwch, prentisiaethau, addysg oedolion, dysgu cymunedol i oedolion; a'r chweched dosbarth.

4. Fel rhan o'n gwaith craffu Cyfnod 1, buom yn trafod materion yn ymwneud â llesiant a lles myfyrwyr, gan ddweud ein bod "yn debygol o ailedrych ar y materion hyn yn fanylach yn ystod tymor y Senedd." ³

Ein hymchwiliad

5. Yn ein cyfarfod ar 29 Mawrth 2022, gwnaethom gytuno i edrych ar effeithiolrwydd y cymorth ar gyfer iechyd meddwl a lles myfyrwyr. Gwnaethom gytuno ar ein cylch gorchwyl yn ein cyfarfod ar 29 Mehefin 2022.

Maint yr angen

- Y sefyllfa bresennol o ran iechyd meddwl myfyrwyr mewn addysg uwch, ac unrhyw heriau penodol maent yn eu hwynebu o ran eu hiechyd meddwl a'u gallu i gael cymorth.
- A oes heriau gwahanol o ran iechyd meddwl ar gyfer gwahanol grwpiau o fyfyrwyr, ac a oes unrhyw grwpiau o fyfyrwyr mewn addysg uwch y mae iechyd meddwl gwael yn effeithio'n anghymesur arnynt.
- Yr effaith, os o gwbl, a gafodd COVID-19 yn gyffredinol ar iechyd meddwl a lles myfyrwyr ac effaith y pandemig ar y lefelau a'r math o gymorth a ddarperir gan y sector addysg uwch.

Adnabod a darpariaeth

- Pa mor effeithiol y mae darparwyr addysg uwch yn hyrwyddo ethos o iechyd meddwl, a llesiant da cyffredinol i bob myfyriwr, ac a yw hyn yn rhan annatod o'r profiad dysgu ac o ryngweithio â staff.
- Pa mor effeithiol yw'r sector o ran sicrhau bod myfyrwyr yn cael eu hadnabod yn gynnar os oes arnynt angen cymorth unigol wedi'i dargedu.

³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Bil Addysg Drydyddol ac Ymchwil (Cymru): Adroddiad Cyfnod 1, Mawrth 2022, paragraff 444

- Pa mor effeithiol y mae'r sector addysg uwch a'r GIG yn gweithio gyda'i gilydd i roi'r cymorth iechyd meddwl cywir i fyfyrwyr unigol ar yr adeg ac yn y lleoliad y mae ei angen arnynt.
- A oes problemau penodol o ran mynediad at gymorth iechyd meddwl y GIG, er enghraifft effaith newid meddygon teulu yn amlach; bod llawer o fyfyrwyr ar oedran lle maent yn trosglwyddo o wasanaethau iechyd meddwl plant a phobl ifanc i wasanaethau iechyd meddwl oedolion; unrhyw broblemau o ran rhannu data.
- Pa mor effeithiol yw gwaith y sector addysg ôl-16 ehangach i hybu iechyd meddwl da, yn enwedig o ran pontio.

Polisiâu, deddfwriaeth a chyllid Llywodraeth Cymru

- Pa mor effeithiol y mae trefniadau polisi, ariannu a rheoleiddio Llywodraeth Cymru ar gyfer y sector yn cefnogi iechyd meddwl myfyrwyr mewn addysg uwch, ac a oes mwy y gallai Llywodraeth Cymru ei wneud.
- Yng nghyd-destun y Bil Addysg Drydyddol ac Ymchwil (Cymru), sut olwg fyddai ar ddull system gyfan o ymdrin ag iechyd meddwl a lles mewn addysg ôl-16, a beth fyddai rôl darparwyr addysg uwch a gofal iechyd.
- Sut y dylai'r Comisiwn Addysg Drydyddol ac Ymchwil newydd ymdrin ag iechyd meddwl a lles myfyrwyr mewn addysg uwch, ac yn y sector addysg drydyddol ehangach

Argymhellion ar gyfer newid

- A oes unrhyw argymhellion y dylai'r Pwyllgor eu gwneud?

6. Nodwn fod rhai rhanddeiliaid wedi codi pryderon oherwydd bod yr ymchwiliad yn canolbwyntio ar ddarpariaeth addysg uwch yn unig. Ein penderfyniad oedd canolbwyntio ar hyn oherwydd rhai o'r heriau penodol sy'n wynebu myfyrwyr mewn addysg uwch, a'r adborth a gawsom fel rhan o'n hymgyngoriad ar flaenoriaethau. Yn sgil natur ein canfyddiadau, a'r awydd i greu dull system gyfan o ymdrin ag addysg drydyddol, ein gobaith yw y bydd y dystiolaeth rydym wedi'i hamlinellu a'r argymhellion a wnawn o ddefnydd ehangach i Lywodraeth Cymru a'r Comisiwn wrth iddo ddechrau ar ei waith.

- 7.** Lanswyd ein hymgyngghoriad ysgrifenedig gennym ym mis Gorffennaf 2022, a pharodd tan fis Tachwedd 2022. Daeth 34 o ymatebion i law gan ystod o sefydliadau. Mae manylion llawn pawb a ymatebodd i'r ymgynghoriad ar gael yn Atodiad B.
- 8.** Rydym yn glir iawn y dylai clywed profiadau bywyd fod yn rhan hanfodol o'n gwaith. Mae hwn yn ymrwymiad clir yn ein Cynllun Strategol. Er mwyn ceisio cynyddu llais myfyrwyr yn y gwaith hwn, buom yn ymweld â sefydliadau addysg uwch a chynhaliwyd arolwg ar-lein.
- 9.** Roedd yr arolwg ar agor rhwng 5 Medi a 14 Hydref 2022 i fyfyrwyr presennol a graddedigion diweddar sefydliadau addysg uwch Cymru. Roedd yr arolwg yn cynnwys 27 o gwestiynau ar amrywiaeth o faterion. Cawsom 254 o ymatebion.⁴
- 10.** Gwnaethom ddau ymweliad yn y cnawd â Phrifysgol Metropolitan Caerdydd a Phrifysgol Cymru y Drindod Dewi Sant; gyda dau ymweliad rhithwir â Phrifysgol Bangor a Phrifysgol Glyndŵr Wrecsam. Yn yr holl ymweliadau hyn, buom yn siarad â myfyrwyr a staff sy'n ymwneud yn uniongyrchol â darparu cymorth i fyfyrwyr.⁵
- 11.** Hoffem ddiolch i bawb a gymerodd ran mewn unrhyw elfen o'n gweithgarwch ymgysylltu, yn enwedig gan ein bod yn gwybod y gall rhannu'r straeon hyn fod yn anodd weithiau. Mae wedi cyfoethogi a dyfnhau ein dealltwriaeth o'r heriau sy'n wynebu myfyrwyr a sefydliadau wrth gefnogi myfyrwyr.
- 12.** Cafwyd tystiolaeth lafar gan gynrychiolwyr o 16 o sefydliadau, ac un academydd, gan orffen gyda sesiwn gyda Gweinidog y Gymraeg ac Addysg ("y Gweinidog"), a'r Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant ("y Dirprwy Weinidog") ddiwedd mis Tachwedd 2022. Mae Atodiad A yn darparu mwy o fanylion.

Gwaith arall

- 13.** Mae'r adroddiad hwn hefyd yn ystyried nifer o adroddiadau eraill sydd wedi eu cyhoeddi'n ddiweddar ar faterion yn ymwneud ag iechyd meddwl. Mae'r Pwyllgor wedi cymeradwyo argymhellion o bob un o'r adroddiadau hyn, ac mae mwy o fanylion ar gael yn yr adroddiad.

- **Mind Cymru, Sortiwch y Switsh, Mai 2022;**

⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth Iechyd Meddwl mewn Addysg Uwch, Canfyddiadau'r Arolwg, Tachwedd 2022

⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth Iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

- Gweithgor y Sector Addysg Ôl-16, Argymhellion Polisi Iechyd Meddwl Ôl-16, Mai 2022;
- Senedd Ieuenctid Cymru, Pwyllgor Iechyd Meddwl a Llesiant, Meddyliau Iau o Bwys, Tachwedd 2022;
- Y Pwyllgor Iechyd a Gofal Cymdeithasol, Cysylltu'r dotiau: mynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd meddwl yng Nghymru, Rhagfyr 2022

2. Hyd a lled pryderon iechyd meddwl ymysg myfyrwyr

Mae myfyrwyr, yn union fel y boblogaeth ehangach, yn datgan mwy o broblemau iechyd meddwl, ac mae'r problemau hynny'n gynyddol gymhleth. Gall fod yn anodd deall union hyd a lled y broblem ledled Cymru, ond mae'n amlwg bod rhai grwpiau penodol yn fwy tebygol o wynebu problemau a / neu rwysrau wrth geisio cael gafael ar y math cywir o gymorth ar yr adeg gywir.

14. Er mai'r darlun cyffredin o'r boblogaeth myfyrwyr yw pobl ifanc 18-21 oed yn gadael cartref ac yn byw i ffwrdd am y tro cyntaf, nid yw hyn yn adlewyrchu amrywiaeth eang y boblogaeth myfyrwyr yng Nghymru yn 2023. Nid yw myfyrwyr yn grŵp homogenaidd o bobl, rhywbeth a glywsom droeon wrth glywed tystiolaeth. Felly mae'r tueddiadau rydym yn eu gweld o ran cyffredinrwydd iechyd meddwl yn y boblogaeth ehangach i'w gweld yn y boblogaeth myfyrwyr hefyd. Yn union fel y bu cynnydd sylweddol yn nifer y bobl sy'n datgan problemau iechyd meddwl ledled Cymru, bu cynnydd sylweddol yn y boblogaeth myfyrwyr hefyd. Er bod pandemig COVID-19 wedi gwaethgu'r tueddiadau hyn, roedd y cynnydd eisoes i'w weld cyn y pandemig.⁶

15. Dywedodd AMOSSHE – Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru, sy'n cynrychioli gwasanaethau cymorth i fyfyrwyr, ei bod hi'n bwysig peidio â thrin y boblogaeth myfyrwyr ar wahân, fel na phe baent yn rhan o boblogaeth ehangach Cymru, y DU a'r byd.⁷

16. Gydol yr ymchwiliad, gwnaethom ein gorau glas i gadw mewn cof amrywiaeth y boblogaeth myfyrwyr. Bydd hynny'n golygu y gallai'r problemau sy'n eu hwynebu fod yn wahanol, a bydd y cymorth sydd ei angen arnynt a fformat y cymorth hwnnw'n wahanol yn

⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 25 Prifysgolion Cymru](#)

⁷ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 20/01/22, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 17](#)

dibynnu ar anghenion a gofynion y myfyriwr unigol. Byddwn yn edrych ar rai o'r materion penodol sy'n wynebu grwpiau arbennig o fyfyrwyr maes o law yn y bennod hon.

Beth yw hyd a lled problemau iechyd meddwl ymysg myfyrwyr?

17. Roedd pawb y clywsom ganddynt yn sôn am y cynnydd mewn achosion o broblemau iechyd meddwl. Dywedodd Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru ("CCAUC") fod nifer a chyfran y myfyrwyr addysg uwch yng Nghymru "sy'n dod i sylw â chyflyrau iechyd meddwl wedi bod yn cynyddu dros y blynyddoedd diwethaf".⁸ O ran y niferoedd cyffredinol, dywedodd Student Minds bod tua 1 o bob 4 myfyriwr yn dweud eu bod wedi cael diagnosis o broblem iechyd meddwl ac 1 arall mewn 4 yn dweud bod ganddynt broblem iechyd meddwl nad ydynt wedi cael diagnosis ar ei chyfer.⁹

18. Dywedodd UCM Cymru ein bod, yn ddi-os, yng nghanol argyfwng iechyd meddwl myfyrwyr yma yng Nghymru ac ar draws gweddill y DU. Tynnodd sylw at y ffaith bod llawer mwy o bobl ifanc yn dechrau addysg uwch ar ôl profi problemau iechyd meddwl yn y gorffennol. Dywedodd fod angen paratoi'r system gyfan i ddelio â'r niferoedd eithriadol o fyfyrwyr a fydd angen cymorth tra'u bod yn y brifysgol.¹⁰

19. Dywedodd CCAUC:

"Mae nifer a chyfran y myfyrwyr yn cofrestru yn y naw prifysgol a'r tri choleg Addysg bellach a reoleiddir gan CCAUC1 yng Nghymru a ddatganodd gyflwr iechyd meddwl megis iselder, sgitsoffrenia neu anhwylder gorbryder wedi cynyddu o 2,065 o fyfyrwyr yn 2014/15 (1.6% o'r myfyrwyr) i 6,245 o fyfyrwyr (4.3% o'r myfyrwyr) yn 2020/21".¹¹

20. Cyfeiriodd nifer fawr o randdeiliaid, gan gynnwys:

- Cymdeithas Feddygol Prydain ("BMA") Cymru Wales;¹²
- Cyngor Deoniaid Iechyd Cymru;¹³

⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 14. Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru \(CCAUC\)](#)

⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 8 Student Minds](#)

¹⁰ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 9-10](#)

¹¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 14. Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru \(CCAUC\)](#)

¹² Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 24.BMA Cymru Wales](#)

¹³ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 26.Y Cyngor Deoniaid Iechyd](#)

- CCAUC;¹⁴
- Mind Cymru;¹⁵
- Undeb Cenedlaethol Myfyrwyr Cymru;¹⁶
- Coleg Brenhinol y Seiciatryddion yng Nghymru;¹⁷
- Student Minds;¹⁸
- Prifysgolion Cymru;¹⁹
- a Llywodraeth Cymru²⁰

at yr ystadegau gan UCAS, sy'n dangos cynnydd o 450% yn nifer yr ymgeiswyr sy'n datgan cyflwr iechyd meddwl fel rhan o'r broses ymgeisio. Er bod hyn yn gynnydd enfawr, nid yw hyn mewn gwirionedd ond yn arwain at tua 3.7% o fyfyrwyr yn datgan cyflwr yn y cam ymgeisio.²¹

21. Buom yn archwilio pam y gallai ymgeiswyr ddewis peidio â datgan cyflwr sydd ganddynt eisoes yn y cam ymgeisio, a beth yw effaith bosibl peidio â datgan. Tynnodd Prifysgolion Cymru sylw hefyd at y ffaith na fydd pob myfyriwr yn ymgeisio drwy UCAS, ac nad yw'r llwybr hwn i ddatgan ar gael i bob myfyriwr.²² Rydym yn ymdrin â hyn ym Mhennod 4.

22. Rhoddodd nifer o sefydliadau ddata i ni am achosion o fewn eu poblogaethau myfyrwyr eu hunain. Dywedodd Prifysgolion Cymru fod prifysgolion yn dweud yn anecdotaid bod cynnydd yn nifer y myfyrwyr sy'n cael mynediad at wasanaethau cymorth mewn argyfwng.²³ Yn ôl Colegau Cymru, mae rhai colegau wedi nodi cynnydd mor uchel â 96% yn nifer y myfyrwyr addysg uwch ("AU") sy'n defnyddio gwasanaethau iechyd meddwl mewnol colegau.²⁴

¹⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 259

¹⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 47 Mind Cymru

¹⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru

¹⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 9 Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru

¹⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 8 Student Minds

¹⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 25 Prifysgolion Cymru

²⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34 Llywodraeth Cymru

²¹ UCAS, Starting the Conversation, UCAS Report on Mental Health Declarations Data, June 2021

²² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 118

²³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 25 Prifysgolion Cymru

²⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 19 Colegau Cymru (Ymateb i'r ymgynghoriad)

23. Dywedodd y Brifysgol Agored yng Nghymru fod bron un o bob chwech o'i myfyrwyr wedi datgan cyflwr iechyd meddwl. Dywedodd fod nifer cyffredinol y myfyrwyr sy'n datgan, yn ogystal â chyfran y myfyrwyr, wedi bod yn tyfu'n gyson ers o leiaf 2017/18. Serch hynny, dywedodd hefyd efallai na fydd y data hwn yn adlewyrchu'r lefelau gwirioneddol oherwydd y stigma sy'n gysylltiedig â datgan a chael mynediad at gymorth iechyd meddwl. Byddwn yn edrych ar y mater hwn yn fanylach ym Mhennod 4.

*"In that year [2017/18], there were 672 such students representing 9.8% of our overall population; by 2021/22, that had grown to 2,130 students representing 14.4% of our overall population."*²⁵

24. Dywedodd Prifysgol Caerdydd eu bod wedi gweld cynnydd o 89% ers 2016/17 yn nifer y myfyrwyr sy'n datgan cyflwr meddyliol yn ystod y broses ymgeisio. Fel y Brifysgol Agored yng Nghymru, aeth ati i dynnu sylw at y ffaith na fydd rhai myfyrwyr yn datgan oherwydd pryderon ynghylch stigma, neu oherwydd efallai na fyddant yn wynebu problemau tan yn ddiweddarach yn eu bywyd fel myfyriwr.²⁶ Dywedodd fod ei gwasanaethau iechyd meddwl ar y cyd wedi cael cysylltiad â thua 5,800 o fyfyrwyr allan o'u poblogaeth myfyrwyr o tua 33,000. Pwysleisiodd na fyddai pob un o'r rhain yn fyfyrwyr mewn argyfwng.²⁷

25. Dywedodd Prifysgol Metropolitan Caerdydd fod ei thîm anabledd a lles cyfunol wedi gweld tua 2,800 o fyfyrwyr, o blith poblogaeth myfyrwyr o 12,500, gan nodi bod hyn yn cwmpasu ystod o anghenion cymorth, o ddyslecsia ac anableddau dysgu penodol i sefyllfaoedd argyfwng a phob pwynt rhwng y ddau begwn.²⁸ Dywedodd ei bod wedi gweld yr angen am gymorth yn dyblu ers 2018, gydag ychydig dros 15% o'r holl fyfyrwyr newydd yn 2022-23 yn datgan problemau iechyd meddwl neu anabledd cyn cofrestru. Maent yn disgwyl i'r ffigur hwn ddyblu yn ystod y flwyddyn.²⁹

26. Yn ystod ein gwaith ymgysylltu â staff a myfyrwyr, clywsom gan un brifysgol fod llwyth gwaith ei thîm cymorth i fyfyrwyr (sy'n cynnwys myfyrwyr ag anghenion ehangach nag iechyd meddwl yn unig) eisoes wedi mynd y tu hwnt i'w llwyth gwaith blynyddol arferol, a hynny yn nhymor cyntaf y flwyddyn academiaidd. Dywedodd yr holl staff y bu i ni siarad â nhw fod cynnydd sylweddol wedi bod yn nifer y myfyrwyr sydd angen cymorth. Clywsom hefyd, er bod

²⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5.Y.Brifysgol Agored yng Nghymru

²⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 30.Prifysgol Caerdydd

²⁷ Y.Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022 Cofnod y Trafodion, paragraff 44

²⁸ Y.Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 46

²⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 15.Prifysgol Metropolitan Caerdydd

capasiti rhai sefydliadau wedi'i gynyddu, bod y galw wedi llyncu'r capasiti ychwanegol hwn, gan olygu bod problem o hyd o ran y galw'n fwy na'r cyflenwad.³⁰

27. Dywedodd rhanddeiliaid wrthym nad oedd y cynnydd hwn mewn datganiadau ynddo'i hun yn beth drwg. Dywedodd Prifysgol Caerdydd nad oedd argyfwng o reidrwydd, fel sy'n cael ei adrodd yn aml yn y cyfryngau. Teimlai ei fod yn beth da bod myfyrwyr yn mynd ati i chwilio am gymorth a bod y gwasanaethau'n effeithiol ac yn hygyrch.³¹ Dywedodd AMOSSHE hefyd nad oedd yn beth negyddol a'i fod yn dangos bod y boblogaeth yn fwy ymwybodol o iechyd meddwl, yn fwy parod i ofyn am gymorth ac yn aml yn gwneud hynny'n gynharach.³²

28. Dywedodd y Gweinidog fod data penodol i Gymru yn dangos, ar gyfer y cyfnodau rhwng 2018-19 a 2020-21, bod tua 4% o fyfyrwyr yng Nghymru'n datgan cyflwr iechyd meddwl. Er bod y data'n hanfodol, dywedodd ei bod yn bwysig i ni edrych y tu hwnt i'r data a'n bod yn deall y profiad dynol.³³

Bylchau data

29. Cododd rhanddeiliaid bryderon am fylchau data, ac yn arbennig y diffyg data penodol i Gymru ynghylch nifer yr achosion. Dywedodd UCM Cymru ei fod yn aml yn gorfod defnyddio data'r DU i nodi pa broblemau mae myfyrwyr yn eu hwynebu. Mae hyn yn broblem oherwydd bod corff myfyrwyr pob prifysgol yn unigryw ac yn wynebu ei set ei hun o heriau y mae angen i wasanaethau cymorth i fyfyrwyr fynd i'r afael â nhw. Dywedodd ei bod yn hanfodol siarad yn uniongyrchol â myfyrwyr, ac nid dibynnu ar ddata a ddarperir gan sefydliadau yn unig. Tynnodd sylw hefyd at y ffaith y gall undebau myfyrwyr fod yn ffynhonnell ddefnyddiol o wybodaeth, gan eu bod yn delio â myfyrwyr sydd â phroblemau iechyd meddwl cymhleth yn ddyddiol.³⁴

30. Arolwg ledled y Deyrnas Unedig yw'r Arolwg Cenedlaethol o Fyfyrwyr, sy'n cael ei gwblhau gan fyfyrwyr blwyddyn olaf. Yng Nghymru, mae myfyrwyr o sefydliadau addysg uwch neu sefydliadau addysg bellach sydd â myfyrwyr addysg uwch wedi'u hariannu'n uniongyrchol yn gymwys i gwblhau'r arolwg. Fe'i comisiynir gan y Swyddfa Myfyrwyr ar ran cyrff cyllido a rheoleiddio'r DU (CCAUC yng Nghymru).³⁵ Mae arolwg 2023 yn cynnwys cwestiwn ar wasanaethau lles meddyliol, a hynny am y tro cyntaf. Mae'n gofyn i fyfyrwyr pa mor dda y

³⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

³¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 30 Prifysgol Caerdydd

³² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 11 AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru

³³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 16

³⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2023, Cofnod y Trafodion, paragraff 14

³⁵ Arolwg Cenedlaethol o Fyfyrwyr, Cwestiynau Cyffredin [fel ar 16 Ionawr 2022]

cafodd gwybodaeth am wasanaethau cymorth lles meddyiol eu prifysgol/ coleg ei chyfleu.³⁶ Buom yn archwilio gyda rhanddeiliaid a fydd y cwestiwn hwn yn helpu i gynorthwyo dealltwriaeth ddyfnach o broblemau iechyd meddwl mewn prifysgolion.

31. Dywedodd UCM Cymru y gallai'r newid hwn arwain at welliant wrth gasglu data, ond tynnodd sylw at y cyfyngiadau oherwydd bydd wedi'i anelu at y rhai sydd wedi defnyddio gwasanaethau cymorth. Felly dylid ei ystyried fel un rhan o ystod o ddata sydd angen ei gasglu.³⁷ Galwodd Dr Kim Dienes am ddata arolwg penodol i Gymru. Dywedodd fod diffyg cronfa ddata ansoddol o brofiad gwirioneddol myfyrwyr yng Nghymru hefyd.³⁸

32. Roedd CCAUC o'r farn bod y cwestiwn hwn yn ychwanegiad defnyddiol ond bod angen ei ddeall yng nghyd-destun beth yw'r Arolwg Cenedlaethol. Dywedodd y bydd angen rhywfaint o gyd-destunoli i'w ddeall oherwydd efallai na fydd ymateb negyddol yn golygu nad yw darparwr yn darparu'r gwasanaethau hynny, gallai olygu nad oedd gan yr ymatebwr unrhyw angen amdanynt. Dywedodd y byddai'n ffynhonnell ddata ddefnyddiol i ddarparwyr ddeall yn well lefel yr ymwybyddiaeth o fewn eu poblogaeth myfyrwyr eu hunain, ond bod ffyrdd eraill o ddeall materion yn ymwneud â chymorth iechyd meddwl yn well.³⁹

33. Dywedodd AMOSSHE fod y cwestiwn yn gofyn am ymwybyddiaeth o'r cymorth sydd ar gael yn hytrach na bodlonrwydd gyda'r gwasanaethau sydd ar gael. Dywedodd hefyd y gallai geiriad y cwestiwn arwain at rai heriau ynghylch yr iaith sy'n cael ei defnyddio oherwydd ni fydd pob prifysgol yn disgrifio gwasanaethau yn yr un ffordd, ond nododd ei fod yn croesawu'r sgwrs.⁴⁰

34. Barn y Gweinidog oedd bod y cwestiwn newydd yn awgrym cadarnhaol, ac y gellid wedyn ymchwilio i'r data ar lefel sefydliad ac ar lefel Cymru gyfan, felly bydd yn ein helpu i ddeall gryn dipyn yn well safbwynt y myfyrwyr eu hunain ar y gwasanaethau y maent yn eu cael.⁴¹

35. Mae CCAUC hefyd yn casglu a choladu data ynghylch iechyd meddwl, gan gynnwys nifer yr achosion. Dywedodd fod hyn yn helpu i annog sefydliadau i gofnodi gwybodaeth am nifer a chyfran y myfyrwyr anabl sy'n dweud bod ganddynt gyflwr iechyd meddwl mewn ffordd gyson yn flynyddol.⁴²

³⁶ Arolwg Cenedlaethol o Fyfyrwyr, Atodiad A Holiaduron NSS 2023 a 2022 (Saesneg yn unig)

³⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2023, Cofnod y Trafodion, paragraff 14

³⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 253

³⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 256-257

⁴⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 8

⁴¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 24

⁴² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 254

36. Dywedodd yr academydd Dr Kim Dienes wrthym am yr arolwg COVID-19 Insight yn Lloegr. Mae'r arolwg hwn yn cael ei gynnal gan y Swyddfa Ystadegau Gwladol. Mae'n arolwg ar-lein sy'n agored i 100,000 o fyfyrwyr yn amrywio o fyfyrwyr gradd sylfaen i ôl-raddedigion mewn prifysgolion yn Lloegr. Mae'r arolwg yn ceisio dadansoddi ymddygiad myfyrwyr yn ystod y pandemig. Dywedodd fod gan yr arolwg dystiolaeth wych ynghylch sut mae'r pandemig wedi effeithio ar fyfyrwyr, ond nad oedd hi'n gallu dod o hyd i rywbeth tebyg yng Nghymru. Roedd hi'n teimlo y gallai hyn fod yn sylfaen dystiolaeth arolwg wych yn y dyfodol.⁴³ Roedd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion yn cytuno bod bwlch yn y sylfaen dystiolaeth ar effeithiau tymor hwy COVID-19 a sut y gellir cefnogi myfyrwyr yn well yn y cyd-destun hwn.⁴⁴

37. Galwodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion am well cydweithio i sicrhau bod data mwy cadarn. Roedd yn pwysleisio pwysigrwydd cael gwell mesurau canlyniadau ar fentrau cymorth. Mae angen i hyn ategu adborth gan fyfyrwyr ar ymyrraeth benodol, a dylai edrych ar yr hirdymor, fel bod mesurau canlyniadau cadarn ynghylch a yw rhywbeth yn effeithiol ai peidio, fel bod gennym sylfaen dystiolaeth a'n bod ni wir yn gwybod sut i ddarparu ymyriadau effeithiol mewn lleoliadau prifysgol a chlinigol.⁴⁵ Roedd Dr Kim Dienes yn cytuno gan ddweud nad oedd sylfaen dystiolaeth ar gyfer ymyriadau ar hyn o bryd.⁴⁶

38. Galwodd Student Minds am olrhain mwy hirdymor er mwyn gwella ein dealltwriaeth o'r heriau. Roedd eisiau gweld astudiaethau hydredol sy'n olrhain pobl o'r cyfnod cyn dechrau yn y brifysgol i'r cyfnod ar ôl iddynt raddio. Nododd hefyd rai bylchau data penodol, yn enwedig y rhai nad ydynt yn datgelu neu nad ydynt yn defnyddio cymorth.⁴⁷ Rydym yn trafod y mater hwn yn fanylach ym Mhennod 4.

39. Mae Mind Cymru yn awgrymu nodi pa ddata sy'n cael ei gasglu gan ddarparwyr, yn cynnwys mynediad at wasanaethau cymorth a'r math o gymorth sy'n cael ei ddefnyddio. Roedd yn teimlo y gallai hyn wella dealltwriaeth o hyd a lle ynghyd â helpu i nodi cyfnodau o alw uchel penodol ar draws blwyddyn.⁴⁸ Dywedodd hefyd fod bylchau data clir o hyd sydd angen eu datrys ar frys. Dywedodd fod llawer o'r data'n cael ei gadw ar lefel sefydliad, a bod angen dull cydgyssylltiedig o rannu data ar draws y sector. Awgrymodd y byddai model UCAS ar ddata derbyniadau yn darparu model defnyddiol, ac y byddai dull o'r brig i lawr o gymorth mawr i ddatblygu strategaeth. Ar wahân i'r cyfnodau o alw mawr ar draws y flwyddyn, nododd hefyd

⁴³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 232

⁴⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 247

⁴⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 248

⁴⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 253

⁴⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 296

⁴⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 298

fylchau ar fynediad a thrwybwn eu gwasanaethau lles, yn ogystal â manylion y math o gymorth y mae myfyrwyr yn gofyn amdano.⁴⁹

40. Argymhellodd Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain y dylai'r gwaith o greu set ddata genedlaethol ar gyfer cyfuno data gynnwys asesiad o dueddiadau ym maes iechyd meddwl myfyrwyr dros amser. Argymhellodd hefyd y dylai pob gwasanaeth cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch gofrestru ar gyfer y Smarten Network i rannu data, mesur effaith a helpu i greu sylfaen dystiolaeth ar gyfer gweithwyr proffesiynol.⁵⁰

41. Awgrymodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan y gellid ymestyn gwaith casglu data presennol Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion y tu hwnt i 16 oed.⁵¹ Lleolir y Rhwydwaith yn y DECIPHer ym Mhrifysgol Caerdydd. Mae'n bartneriaeth rhwng nifer o gyrff iechyd ac addysg, ac yn cael ei chefnogi gan Lywodraeth Cymru. Mae'n cynnal arolwg iechyd a Lles Myfyrwyr bob dwy flynedd, sy'n cael ei gwblhau gan fyfyrwyr mewn ysgolion sy'n rhan o'r rhwydwaith. Mae pob ysgol uwchradd a gynhelir a phrif ffrwd yn rhan o'r rhwydwaith. Awgrymodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan y gallai'r broses casglu data gael ei ymestyn hyd at flwyddyn gyntaf y brifysgol, gan ymestyn y garfan i fyfyrwyr hyd at 20 oed. Dywedodd fod y data sy'n cael ei gasglu mewn ysgolion wedi galluogi ysgolion i ddeall yn well anghenion poblogaeth eu hysgol eu hunain, gyda gwasanaethau wedyn yn cael eu datblygu yn ôl yr angen.⁵²

42. Dywedodd y Gweinidog nad oedd angen ailddyfeisio'r olwyn gan fod digon o fecanweithiau sy'n bodoli'n barod y gellir adeiladu arnynt i wella'r data sydd ar gael.⁵³ Tynnodd sylw hefyd at y ffaith y bu buddsoddiad sylweddol ym maes casglu data a defnyddio dadansoddeg data yn y meysydd hyn. Dywedodd fod y buddsoddiad hwn wedi bod yn eithaf llwyddiannus, a'i fod yn galluogi ymyrraeth gynnar a sut mae hynny wedyn yn arwain at ganlyniadau i fyfyrwyr unigol".⁵⁴

⁴⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHEE 27 Mind Cymru

⁵⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHEE 29 Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain

⁵¹ Papur Pwyllgor y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, CYPE(6)-25-22 – Papur i'w Nodi 1, Gwybodaeth ychwanegol gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan yn dilyn y cyfarfod ar 19 Hydref

⁵² Papur Pwyllgor y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, CYPE(6)-25-22 – Papur i'w Nodi 1, Gwybodaeth ychwanegol gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan yn dilyn y cyfarfod ar 19 Hydref

⁵³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 24

⁵⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 30

A yw rhai grwpiau yn wynebu heriau neu rwystrau ychwanegol wrth gael mynediad at gymorth?

43. Fel y nodwn ar ddechrau'r bennod hon, nid grŵp homogenaidd mo'r boblogaeth myfyrwyr. Mae ehangu mynediad addysg uwch wedi gweld y boblogaeth myfyrwyr yn adlewyrchu'n well y boblogaeth ehangach. Tynnodd CCAUC sylw at adroddiad Universities UK, *Minding our Future*, sy'n dweud nad yw myfyrwyr yn lleiafrif elitaidd bellach, gyda hanner yr holl oedolion ifanc yn cael mynediad at addysg uwch cyn eu bod yn 30 oed.⁵⁵

44. Roedd y dystiolaeth a gasglwyd gennym yn nodi nifer o grwpiau a allai wynebu mwy o heriau iechyd meddwl a / neu rwystrau i gael mynediad at gymorth priodol ac amserol. Dywedodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion fod dystiolaeth gadarn am y grwpiau hynny sydd mewn mwy o berygl ac y dylid targedu'r grwpiau hynny yn well.⁵⁶ Amlinellwn rai o'r grwpiau hyn isod, er y byddem yn nodi nad yw'r rhestr hon yn gynhwysfawr, ac rydym yn cydnabod bod nifer o grwpiau eraill a allai wynebu heriau neu rwystrau tebyg hefyd. Nodwn hefyd y gallai myfyrwyr fod yn aelodau o fwy nag un grŵp, ac rydym yn cydnabod y dylid defnyddio dull croestoriadol.

45. Dywedodd UCM Cymru fod angen dull wedi'i dargedu o gefnogi oherwydd:

"... there are so many groups of students for whom the default approach just doesn't work."⁵⁷

Dywedodd fod angen i ddarparwyr yn ogystal â'r GIG ystyried yr ystod o grwpiau gwahanol sy'n ffurfio'r boblogaeth myfyrwyr. Galwodd ar i bob sefydliad yng Nghymru addasu ei ddarpariaeth i gyd-fynd â'i ddemograffeg.⁵⁸ Yn ogystal â'r angen am gymorth wedi'i dargedu, clywsom hefyd alwadau am wasanaethau sy'n gymwys yn ddiwylliannol fel y gallant ddarparu'n llawn ar gyfer myfyrwyr o grwpiau heb gynrychiolaeth ddigonol.⁵⁹ Clywsom hyn gan y myfyrwyr y buom yn siarad â nhw hefyd.⁶⁰ Byddwn yn edrych ar y materion sy'n ymwneud â'r math o gymorth ym Mhennod 0.

⁵⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

⁵⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 154

⁵⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 18

⁵⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 23

⁵⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru

⁶⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

46. Galwodd y Brifysgol Agored yng Nghymru am fwy o ymchwil fel bod gwell dealltwriaeth o'r croestoriad rhwng iechyd meddwl a ffactorau eraill. Yna dylai'r canlyniadau o'r gwaith hwn lywio penderfyniadau ar lefel prifysgol yn ogystal â phenderfyniadau strategol a dosbarthiad adnoddau ar lefel genedlaethol.⁶¹

Myfyrwyr â phrofiad o ofal

47. Dywedodd y Ganolfan Iechyd Meddwl fod rhai materion penodol iawn, iawn i fyfyrwyr sydd â phrofiad o ofal sy'n mynd i'r brifysgol. Dywedodd ei fod yn gyfnod bregus iawn i unrhyw un sydd â phrofiad o'r system ofal, yn enwedig gan ei fod yn ymwneud â'r profiadau y mae pobl ifanc yn dod gyda nhw a'r pryderon sydd ganddynt am eu dyfodol.⁶²

48. Dywedodd Student Minds fod angen cymorth ychwanegol ar bobl sy'n gadael gofal, a bod yr angen hwnnw'n amlwg drwy'r ymchwil a'r data.⁶³ Rydym hefyd yn nodi'r adroddiad diweddar a gyhoeddwyd gan UCAS, a ganfu nad yw myfyrwyr â phrofiad o ofal o reidrwydd yn cael unrhyw gyfarwyddyd penodol yn yr ysgol neu'r coleg ynghylch gwneud cais am AU o gefndir gofal. Mae hyn er gwaethaf y ffaith bod nifer o fecanweithiau cymorth ariannol ac ymarferol a allai wneud gwahaniaeth wrth iddynt benderfynu a ydynt am wneud cais ai peidio.⁶⁴ Mae canfyddiadau'r adroddiad hwn yn cyd-fynd â'r dystiolaeth a glywsom gan bobl ifanc sydd â phrofiad o'r system ofal.

49. Ar adeg cyhoeddi'r adroddiad hwn, rydym yn craffu ar gynnydd Llywodraeth Cymru o ran cyflawni ymrwymiad ei Rhaglen Lywodraethu i "ystyried cyfleoedd radical i ddiwygio'r gwasanaethau presennol ar gyfer plant sy'n derbyn gofal ac yn gadael gofal."⁶⁵ Mae un elfen o'r ymchwiliad yn edrych ar y cymorth y mae pobl ifanc yn ei gael wedi iddynt adael gofal, a byddwn yn pwysu a mesur y dystiolaeth berthnasol o'r ymchwiliad hwn yn y gwaith hwnnw.

Myfyrwyr anabl a myfyrwyr â chyflyrau iechyd hirdymor

50. Mae ystod eang ac amrywiol iawn o anabledau a chyflyrau iechyd hirdymor, ac nid yw o fewn cwrpas ein hymchwiliad i ystyried yn fanwl sut mae anabledau gwahanol yn effeithio ar brofiad myfyrwyr o iechyd meddwl mewn addysg uwch ond amlygodd ein tystiolaeth rai heriau penodol i rai anabledau penodol.

⁶¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5.Y.Brifysgol Agored yng Nghymru

⁶² Y.Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 41

⁶³ Y.Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 308

⁶⁴ UCAS, Next Steps: What is the experience of students from a care background in education, Tachwedd 2022

⁶⁵ Llywodraeth Cymru, Y Rhaglen Lywodraethu – Diweddariad, Rhagfyr 2021

51. Cawsom wybod am rai o'r rhwystrau ychwanegol y gall myfyrwyr niwrowahanol eu hwynebu. Er enghraifft, dywedodd UCM Cymru nad yw gwybodaeth yn cael ei chyfleu mewn fformat hylaw fel y gallant ei dehongli a'i phrosesu ac na fydd y cymorth a gynigir yn ystyried rhai o'r heriau ychwanegol y mae pobl niwrowahanol yn eu hwynebu ac y gallent deimlo'n fwy ynysig oherwydd anawsterau cymdeithasol sy'n gwaethygu problemau ymhellach.⁶⁶ Cytunodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda y gall pobl sydd ag awtistiaeth neu gyflyrau niwrowahanol wynebu pwysau ychwanegol ac y gallent ei chael hi'n anodd addasu i'r profiadau gwahanol sy'n dod i'w rhan yn y Brifysgol.⁶⁷

52. Dywedodd y Gymdeithas Genedlaethol i Blant Byddar Cymru bod ymchwil yn awgrymu bod pobl ifanc byddar yn fwy tebygol o brofi heriau iechyd meddwl. Dywedodd y bydd tua 40% o bobl fyddar yn profi problem iechyd meddwl, sef dwbl y gyfradd achosion yn y boblogaeth ehangach. Yn ogystal, dywedodd fod y pandemig wedi cael effaith benodol ar les meddyliol pobl fyddar. Dywedodd fod myfyrwyr byddar yn arbennig o agored i effeithiau negyddol ar eu hiechyd meddwl.⁶⁸

53. Pwysleisiodd Diabetes Cymru mai'r grŵp oedran mwyaf agored i niwed o bobl sy'n byw gyda diabetes yw myfyrwyr rhwng 18 a 25 oed â diabetes math 1 sydd wedi symud i Gymru yn ddiweddar ac wedi trosglwyddo o ofal pediatrig i ofal oedolion. Roedd yn galw ar sefydliadau addysg uwch i fod yn fwy ystyriol o fyfyrwyr â chyflyrau hirdymor fel diabetes, ac yn fwy gofalgwr amdanynt, wrth ddarparu cymorth gyda'r argyfwng costau byw presennol, gan dynnu sylw at bwysigrwydd bwyta'n dda a chostau cudd diabetes math 1 fel storio inswlin a chostau teithio ar gyfer apwyntiadau meddygol.⁶⁹

54. Yn ystod ein grwpiau ffocws gyda myfyrwyr, clywsom yn uniongyrchol am rai o'r rhwystrau ychwanegol sy'n wynebu myfyrwyr anabl. Clywsom y gallai myfyrwyr fod yn cael trafferth rheoli mwy nag un cyflwr niwrowahanol, ac y gallai'r cyfan fynd yn drech na nhw a'u hatal rhag cael cymorth neu ofyn am help. Clywsom hefyd am sut y gallai'r grŵp hwn ei chael hi'n anos ymdopi â'r newid o gyfyngiadau cysylltiedig â'r pandemig. Dywedodd un myfyriwr wrthym:

"Disabled students, who are really struggling with the transition out of COVID, could have some sort of mitigation in place to support them in returning from blended learning to only in person. It is having quite a big, disproportionate impact on some students and that does include students

⁶⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 22.

⁶⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 16 Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda

⁶⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 6 Y Gymdeithas Genedlaethol i Blant Byddar Cymru

⁶⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 31 Diabetes Cymru

*who are struggling with their mental health, to the point where some are considering dropping out of university because they can't attend via live stream anymore."*⁷⁰

55. Esboniodd AMOSSHE fod cyd-forbidrwydd yn eithaf aml gyda'r datganiad iechyd meddwl a math arall o anabledd.⁷¹ Dywedodd y gall hyn greu cymhlethdod o ran anghenion cymorth.⁷² Roedd Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion yn cytuno bod yr achosion sy'n cael eu gweld yn gynyddol gymhleth:

*"... co-occurring, dual and comorbid diagnoses common, especially Autism and other neurodevelopmental conditions. Additionally, students are presenting with complex ACEs as well as current issues such as financial problems and caring responsibilities. Many of our members find themselves working in a case management capacity, similarly to a social worker..."*⁷³

56. Dywedodd y Brifysgol Agored yng Nghymru fod 26.7% o'u myfyrwyr yn datgan anabledd (ffigur sydd wedi cynyddu ers 2017/18) ond mai dim ond 10% sy'n cael y Lwfans i Fyfyrwyr Anabl. Mae'n credu bod hyn o ganlyniad i nifer o ffactorau megis stigma, ond hefyd oherwydd y baich gweinyddol cyffredinol o gwblhau'r broses. (Gweler paragraff 333 hefyd). Dywedodd wrthym hefyd fod:

*"... an overall lack of clarity on how such welfare support can impact on students' broader welfare entitlements, which can exacerbate existing mental health conditions or precipitate the development of mental health conditions in students."*⁷⁴

Myfyrwyr gofal iechyd a gofal cymdeithasol / myfyrwyr ar leoliadau

57. Cododd rhanddeiliaid rai o'r materion penodol sy'n wynebu'r rhai ar gyrsiau proffesiynol, yn arbennig y rhai ar gyrsiau iechyd a gofal cymdeithasol, neu gyrsiau eraill sy'n cynnwys treulio amser mewn diwydiant neu dramor. Amlygodd UCM Cymru fod llawer o fyfyrwyr ar gyrsiau perthynol i ofal iechyd a fydd yn cynnal y GIG yn aml yn gadael eu cyrsiau cyn eu cwblhau oherwydd diffyg cefnogaeth. Dywedodd y gallai hyn fod oherwydd y bydd llawer o'r myfyrwyr

⁷⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022.

⁷¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 24.

⁷² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 11 AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru

⁷³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 20 Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion

⁷⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5 Y Brifysgol Agored yng Nghymru

hyn yn rhai sy'n dychwelyd i addysg yn ddiweddarach mewn bywyd, ac y gallent wynebu rhwystrau a heriau ychwanegol.⁷⁵ (Rydym yn ymdrin â'r grŵp penodol hwn yn fanylach isod.) Dywedodd y Cyngor Deoniaid Iechyd fod myfyrwyr ar gyrsiau gofal iechyd yn cael eu heffeithio'n anghymesur gan iechyd meddwl gwael.⁷⁶

58. Clywsom am y stigma penodol y gallai myfyrwyr ar gyrsiau penodol ei deimlo am ddatgelu problemau. Dywedodd BMA Cymru fod stigma yn dal i fodoli yn y gymdeithas ehangach ac yn y proffesiwn meddygol a all wneud myfyrwyr yn amharod i ofyn am help. Tynnodd sylw at y ffaith mai cyrsiau meddygaeth a deintyddiaeth sydd â'r lefelau isaf o ddatganiadau yn y cyfnod ymgeisio. Dywedodd fod adroddiad diweddar UCAS ar iechyd meddwl myfyrwyr yn awgrymu y gallai'r gyfradd isel hon fod yn rhannol oherwydd ofnau y bydd goblygiadau ynghylch gofynion ffitrwydd i ymarfer, yn sgil rhannu'r wybodaeth hon. O ganlyniad, mae BMA Cymru yn cymeradwyo'r argymhelliad yn adroddiad UCAS am gamau gweithredu wedi'u targedu mewn meysydd pwnc sydd â chyfraddau datgan isel, a chyda phwyslais arbennig ar gyrsiau meddygaeth a deintyddiaeth fel bod myfyrwyr yn teimlo'n fwy hyderus yn datgan. Rhannodd hefyd fanylion arolwg diweddar gan Bwyllgor Myfyrwyr Meddygol Cymru a ganfu bod gan 70% o'r ymatebwyr broblemau iechyd meddwl pan oeddent yn y brifysgol. Galwodd am waith i fynd ati i leihau'r stigma ar gyfer myfyrwyr meddygol.⁷⁷ Galwodd UCM Cymru am rywfaint o sicrwydd i'r myfyrwyr hyn na fydd canlyniadau maes o law yn sgil y estyn allan am gymorth.⁷⁸

59. Cytunodd y Cyngor Deoniaid Iechyd fod angen mwy o waith i gael gwared ar y rhwystrau i fyfyrwyr ar gyrsiau gofal iechyd allu datgan cyflwr iechyd meddwl. Galwodd ar brifysgolion i weithio'n agos gyda rheoleiddwyr proffesiynol i wella tryloywder a dealltwriaeth o weithdrefnau ffitrwydd i ymarfer er mwyn goresgyn ofn a chamsyniadau.⁷⁹

60. Dywedodd Mind Cymru fod myfyrwyr ar gyrsiau gofal iechyd yn aml yn cael eu hanwybyddu er gwaethaf y pwysau penodol y gallent wynebu tra'u bod ar leoliadau. Dywedodd hefyd fod problemau capasiti'r GIG yn cael effaith ar fyfyrwyr gofal iechyd. Cyfeiriodd at y pwysau sy'n wynebu myfyrwyr nyrsio gyda lleoliadau, diffyg seibiannau ac amserlen waith heriol. Mae rhai sy'n datblygu problemau iechyd meddwl yn canfod na allant gwblhau eu hyfforddiant.⁸⁰

⁷⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 20

⁷⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 26.Y.Cyngor Deoniaid Iechyd

⁷⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 24.BMA Cymru Wales

⁷⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 94

⁷⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 26.Y.Cyngor Deoniaid Iechyd

⁸⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27.Mind Cymru

61. Dywedodd Prifysgol Caerdydd ei bod wedi gweld fod angen cymorth penodol ar fyfyrwyr ar gyrsiau gofal iechyd proffesiynol o bosibl, a bod hyn yn rhywbeth y mae'n mynd i'r afael ag ef.⁸¹

62. Gall myfyrwyr ar draws ystod o bynciau gwahanol gwblhau lleoliadau neu astudio dramor. Tynnodd Prifysgolion Cymru sylw at y canllawiau diweddar a gyhoeddwyd gan Universities UK ar y cymorth penodol y gallai fod ei angen ar gyfer myfyrwyr ar leoliadau, gan gynnwys sicrhau eu bod yn ymwybodol y gallant barhau i ddefnyddio gwasanaethau cymorth canolog eu prifysgol, creu rhwydweithiau cymorth cymheiriaid a chynnwys lles mewn sesiynau briffio cyn lleoliadau, hyfforddiant ac adnoddau.⁸²

Myfyrwyr rhyngwladol

63. Dywedodd UCM Cymru wrthym fod myfyrwyr rhyngwladol yn llai tebygol o ddatgelu eu bod yn cael problemau iechyd meddwl. Gall hyn fod oherwydd stigma diwylliannol neu oherwydd eu bod yn poeni am yr effaith bosibl ar eu statws mewnffudo, yn enwedig lle gallai hyn effeithio ar berthynas noddi.⁸³ Roedd eraill a nododd fwy o achosion o broblemau iechyd meddwl yn y gymuned myfyrwyr rhyngwladol yn cynnwys y Ganolfan Iechyd Meddwl;⁸⁴ Coleg Brenhinol y Seiciatryddion;⁸⁵ a Student Minds.⁸⁶

64. Codwyd mater stigma gan rai o'r myfyrwyr rhyngwladol i ni siarad â nhw. Dywedodd y myfyrwyr hyn wrthym eu bod yn gwybod am fyfyrwyr rhyngwladol eraill nad oeddent wedi gofyn am gymorth oherwydd y stigma. Dywedod nhw hefyd y gallai myfyrwyr rhyngwladol ddiffinio problemau iechyd meddwl yn wahanol ac awgrymwyd y gallai cael dealltwriaeth neu ddiffiniad cyffredin helpu i chwalo rhai rhwystrau i fyfyrwyr rhyngwladol. Amlygwyd hefyd yr heriau ychwanegol a wynebwyd gan fyfyrwyr rhyngwladol wrth integreiddio i'r gymuned myfyrwyr ehangach fel ffactor.⁸⁷ Dywedodd UCM Cymru fod myfyrwyr rhyngwladol yn wynebu lefelau uwch o unigrwydd ac yn fwy tebygol o gael trafferth gyda bywyd myfyrwyr a normau diwylliannol.⁸⁸

⁸¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 30 Prifysgol Caerdydd

⁸² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 25 Prifysgolion Cymru

⁸³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 20

⁸⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 14

⁸⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 154

⁸⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 8 Student Minds

⁸⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

⁸⁸ MHHE 4 UMC Cymru

65. Yn achos prifysgolion sydd â phoblogaeth amrywiol o fyfyrwyr, dywedodd Mind Cymru y bydd iaith yn hollbwysig i helpu llawer i deimlo y gallant estyn allan am gymorth a bod hyn yn arbennig o bwysig i fyfyrwyr rhyngwladol.⁸⁹

Myfyrwyr LHDTC+

66. Clywsom gan nifer o sefydliadau fod myfyrwyr LHDTC+ yn wynebu cyfraddau uwch o broblemau iechyd meddwl, gan gynnwys:

- AMOSSHE,⁹⁰
- Prifysgol Metropolitan Caerdydd ⁹¹
- Prifysgol Caerdydd⁹² ;
- Y Ganolfan Iechyd Meddwl ⁹³
- CCAUC;⁹⁴
- Coleg Brenhinol y Seiciatryddion ⁹⁵
- Stonewall Cymru ⁹⁶
- Student Minds;⁹⁷
- Prifysgolion Cymru,⁹⁸

Amlygodd UCM Cymru y gall cyfraddau fod hyd yn oed yn uwch i fyfyrwyr traws ac anneuaid, sydd bedair gwaith yn fwy tebygol o ddatgan problemau fel iselder a meddyliau hunanddinistriol.⁹⁹ Dywedodd fod y systemau cymorth sydd ar waith yn aml yn gallu rhoi straen ychwanegol ar fyfyrwyr traws ac anneuaid, oherwydd byddant o bosibl yn gweld bod yn rhaid

⁸⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 27.Mind Cymru](#)

⁹⁰ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 18](#)

⁹¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 15.Prifysgol Metropolitan Caerdydd](#)

⁹² Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 30.Prifysgol Caerdydd](#)

⁹³ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 14](#)

⁹⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 14.Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru \(CCAUC\)](#)

⁹⁵ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 154](#)

⁹⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 33.Stonewall Cymru](#)

⁹⁷ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 308](#)

⁹⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 25.Prifysgolion Cymru](#)

⁹⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 4.UCM Cymru](#)

iddynt nodi'r rhywedd anghywir ar ffurflenni, a defnyddio eu hen enwau marw, sy'n gallu dwysáu trallod. Roedd yn pwysleisio'r angen am gymorth wedi ei deilwra i atal hyn.¹⁰⁰

67. Tynnodd CCAUC sylw at waith gan AdvanceHE yn 2019 a ddywedodd y gallai myfyrwyr LHDTTC+ brofi cyfraddau uwch o roi'r gorau i'w hastudiaethau, bod ganddynt anghenion penodol ynghylch cymorth iechyd meddwl, ac y gallant wynebu cyfraddau uwch o aflonyddu.¹⁰¹

68. Tynnodd Stonewall Cymru sylw at bwysigrwydd dull croestoriadol trwy nodi bod myfyrwyr LHDTTC+, yn ogystal â bod yn fwy tebygol o ddatgan cyflwr iechyd meddwl, hefyd yn fwy tebygol o ddod o ardal ddifreintiedig. Dywedodd hefyd y gallai rhwystrau ychwanegol i fyfyrwyr LHDTTC+ godi yn sgil gwrthdaro neu ymddieithrio teuluol, sy'n golygu y gallant gael trafferth dod o hyd i gartref diogel a fforddiadwy y tu allan i'r tymor.¹⁰²

Profiadau dynion a menywod o iechyd meddwl

69. Yn ôl Student Minds, ynghyd ag eraill fel CCAUC,¹⁰³ mae myfyrwyr benywaidd yn fwy tebygol o ddatgelu problem iechyd meddwl. Nododd Student Minds y gallai hyn olygu bod mwy o angen ymhlith menywod, neu fod dynion yn fwy cyndyn o ddatgelu neu ofyn am gymorth. Dywedodd fod ymchwil sy'n dweud y gallai'r ddau fod yn wir.¹⁰⁴ Dywedodd y Brifysgol Agored yng Nghymru bod 16.6% o'u myfyrwyr benywaidd wedi datgan o gymharu â 10.3% o ddynion a 14.4% o'r boblogaeth myfyrwyr gyffredinol.¹⁰⁵ Nododd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion hefyd fod menywod ifanc yn grŵp sy'n cael ei effeithio'n anghymesur gan broblemau iechyd meddwl.¹⁰⁶ Dywedodd Prifysgolion Cymru mai'r dystiolaeth yw bod dynion ifanc yn llai tebygol o ofyn am gymorth.¹⁰⁷

70. Yn ôl CCAUC, er bod menywod yn fwy tebygol o sôn bod ganddynt problem, mae cyfradd hunanladdiadau yn uwch ymysg dynion na menywod. Credai fod hyn yn dangos bod problemau amlwg o ran pa mor gyfforddus yw pobl i rannu eu problemau a bod angen diwylliant sy'n annog rhannu. Mae angen i hyn gael ei gefnogi gan amgylchedd lle mae myfyrwyr yn teimlo'n hyderus am y canlynol:

¹⁰⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 18

¹⁰¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

¹⁰² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 33 Stonewall Cymru

¹⁰³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

¹⁰⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 310

¹⁰⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5 Y Brifysgol Agored yng Nghymru

¹⁰⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 9 Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru

¹⁰⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 126

"... it's going to be handled sensitively and appropriately, but also that something will happen as a result of sharing; you don't want to share twice if nothing happened the first time. So, we just need to make sure that there is positive consequence for people in sharing."¹⁰⁸

71. Yng ngoleuni'r gwahaniaeth hwn rhwng cyfraddau datgelu a chyfraddau hunanladdiad rhwng dynion a menywod, galwodd CCAUC am i wasanaethau gael eu dylunio i ymgysylltu a thrin nid yn unig y myfyrwyr hynny sy'n mynd ati'n fwriadol i ofyn am gymorth ganddynt.¹⁰⁹ Clywsom yn uniongyrchol gan fyfyrwyr y gall dynion wynebu rhwystrau ychwanegol, weithiau rhai cymdeithasol a seiliedig ar stigma, i estyn allan a gofyn am gymorth, neu wrth gydnabod eu bod yn cael trafferthion.¹¹⁰

Myfyrwyr ôl-raddedig

72. Cododd UCM Cymru a'r Undeb Prifysgolion a Cholegau ("UCU") bryderon am rai o'r heriau penodol sy'n wynebu myfyrwyr ôl-raddedig. Dywedodd UCM Cymru fod myfyrwyr ymchwil ôl-raddedig yn enwedig yn teimlo bod y cymorth presennol wedi'i dargedu'n helaeth tuag at israddedigion. Roedd yn awgrymu bod rhywbeth mor syml â newid y negeseuon a'r hysbysebu yn gallu agor y gwasanaethau hyn i grŵp ehangach o fyfyrwyr.¹¹¹

73. Dywedodd yr UCU, gan fod ymchwil ôl-raddedig yn gweithredu fel porth i academia, mae disgwyliadau gwael a phrofiadau negyddol o iechyd meddwl yn gallu bwrw gwreiddiau yn gynnar mewn gyrfa. Tynnodd sylw at bryderon ynghylch cyflogau isel a diffyg cymorth i ddatblygu gyrfa fel materion allweddol i fyfyrwyr ôl-raddedig.¹¹² Rydym yn edrych ar faterion yn ymwneud ag iechyd meddwl a lles staff yn fwy cyffredinol ym Mhennod 5.

74. O ran cyflogau isel, nodwn yr adroddiad crynodeb gan UCU, **"Getting a better deal for postgraduate researchers"**, sy'n amlinellu rhai o'r heriau ariannol sy'n wynebu myfyrwyr ymchwil ôl-raddedig. Gall fod cysylltiad agos rhwng pwysau ariannol a heriau iechyd meddwl; ac rydym yn ymwybodol y gall y garfan hon o fyfyrwyr fod yn wynebu heriau sylweddol yn sgil yr argyfwng costau byw presennol. Mae'n bosibl eu bod yn ei chael hi'n anodd gweithio rhagor o

¹⁰⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 260

¹⁰⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

¹¹⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

¹¹¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 21

¹¹² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 13 Undeb Prifysgolion a Cholegau

oriau; neu mewn rhai achosion, efallai y byddant wedi'u cyfyngu o ran nifer yr oriau y gallant weithio.¹¹³

Myfyrwyr o gefndir ethnig lleiafrifol

75. Dywedodd UCM Cymru fod myfyrwyr o leiafrif ethnig yn wynebu mwy o heriau iechyd meddwl na'u cymheiriaid gwyn oherwydd y canlynol:

*"... oppression and cultural stigmas within their backgrounds, and, as a result of these stigmas are often less willing to reach out for support, either because they do not recognise mental health illness as it's not talked about in their cultures, they don't feel listened to, or because the only help available comes from white professionals who do not understand their experiences of racism and discrimination."*¹¹⁴

76. Cadarnhawyd y farn hon wrth i ni siarad â myfyrwyr fel rhan o'n gwaith ymgysylltu lle bu myfyrwyr yn rhannu eu profiadau personol o sut yr oedd cael cymorth gan weithiwr proffesiynol â chefnidir diwylliannol tebyg yn gwneud gwahaniaeth enfawr.

77. Roedd eraill a amlygodd yr heriau ychwanegol sy'n wynebu'r grŵp hwn o fyfyrwyr yn cynnwys:

- Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain¹¹⁵
- Prifysgol Metropolitan Caerdydd¹¹⁶
- Mind Cymru;¹¹⁷
- Stonewall Cymru;¹¹⁸
- Prifysgolion Cymru.¹¹⁹

¹¹³ UCU, *Getting a better deal for postgraduate researchers*, Mai 2022

¹¹⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 19

¹¹⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 29 Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain

¹¹⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 15 Prifysgol Metropolitan Caerdydd

¹¹⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

¹¹⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 33 Stonewall Cymru

¹¹⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 25 Prifysgolion Cymru

Gwnaeth Student Minds hefyd y cysylltiad rhwng wynebu hiliaeth, gwahaniaethu a rhagfarn a phroblemau iechyd meddwl.¹²⁰ Nododd AMOSSHE fod y grŵp hwn yn fwy tebygol o wynebu heriau ond yn llai tebygol o geisio cymorth ffurfiol trwy'r brifysgol.¹²¹

78. Dywedodd y Ganolfan Iechyd Meddwl nad yw rhai pobl o gymunedau du Affricanaidd a Charibiaidd yn enwedig, am reswm da iawn, yn ymddiried mewn gwasanaethau iechyd meddwl. Gall hyn wedyn arwain at fwy o risg o broblemau iechyd meddwl ac o brofiad gwaeth mewn perthynas â gwasanaethau cymorth. Dywedodd ei bod yn bwysig i wasanaethau cymorth iechyd meddwl weithio ochr yn ochr â chymunedau a sefydliadau cymunedol ac mewn partneriaeth â nhw. Dywedodd fod angen i wasanaethau ddeall sut mae hiliaeth strwythurol a systematig yn gweithio ac yna datblygu gwasanaethau i ymateb i'r rhain.¹²²

79. Dywedodd y Brifysgol Agored yng Nghymru nad oedd eu data yn dangos gwahaniaeth sylweddol ond bod y cynnydd mewn datganiadau yn tyfu'n gynt ymhlith myfyrwyr Duon ac Asiaidd, a myfyrwyr o hunaniaethau ethnig lleiafrifol eraill.¹²³ Dywedodd Prifysgolion Cymru fod tystiolaeth bod myfyrwyr duon a lleiafrifoedd ethnig yn aml yn llai tebygol o geisio'r cymorth hwnnw.¹²⁴

Myfyrwyr o gefndir economaidd-gymdeithasol is

80. Clywsom gan nifer fawr o randdeiliaid fod myfyrwyr o gefndiroedd mwy difreintiedig yn fwy tebygol o wynebu problemau iechyd meddwl:

- AMOSSHE,¹²⁵
- Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain¹²⁶
- Prifysgol Metropolitan Caerdydd ¹²⁷
- Y Ganolfan Iechyd Meddwl ¹²⁸

¹²⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 309

¹²¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 18

¹²² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 33-34

¹²³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5.Y.Brifysgol Agored yng Nghymru

¹²⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 126

¹²⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 18

¹²⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 29.Cymdeithas Brydeinig ar gyfer Cwnsela a Seicotherapi

¹²⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 15.Prifysgol Metropolitan Caerdydd

¹²⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 14

- CCAUC;¹²⁹
- Mind Cymru;¹³⁰
- Y Brifysgol Agored yng Nghymru¹³¹
- Student Minds.¹³²

Dywedodd Student Minds y byddai myfyrwyr llai cefnog yn grŵp allweddol sydd angen cymorth wrth i'r argyfwng costau byw ddechrau brathu yn ystod gaeaf 2022.¹³³ Dywedodd y Brifysgol Agored yng Nghymru fod tua 50% o'u myfyrwyr sy'n datgan problem iechyd meddwl yn byw mewn ardal sydd yn nau gwintel isaf Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru.¹³⁴

81. Gosododd CCAUC yr anghydraddoldeb hwn yng nghyd-destun y ddyletswydd economaidd-gymdeithasol y mae Llywodraeth Cymru wedi ei deddfu.¹³⁵

Myfyrwyr â chyfrifoldebau gofalu / sy'n dychwelyd ar ôl seibiant mewn addysg

82. Mae'r ehangu yn y maes addysg uwch wedi gweld mwy o bobl yn mynd i'r brifysgol yn ddiweddarach mewn bywyd, yn hytrach na mynd yn syth o'r coleg / ysgol. Gall anghenion y garfan hon o fyfyrwyr fod yn dra gwahanol i anghenion myfyriwr sy'n cyrraedd yn syth o addysg yn 18 oed. Maent yn fwy tebygol o fyw yn lleol, yn hytrach nag mewn llety myfyrwyr; ac efallai y bydd ganddynt gyfrifoldebau gofalu neu broffesiynol sylweddol. Gallant hefyd fod yn ddysgwyr o bell, yn hytrach na'u bod yn byw'n agos i'w sefydliad AU.

83. Fel rhan o'n gwaith ymgysylltu, buom yn siarad â myfyrwyr a oedd yn dychwelyd i fydd addysg a / neu a oedd â chyfrifoldebau gofalu. Clywsom alwadau am raglenni sefydlu penodol i helpu i leihau pryderon a all fod yn gysylltiedig â dychwelyd i addysg. Cyfeiriodd myfyrwyr Prifysgol Cymru y Drindod Dewi Sant at y "cynlluniau hyfforddi" sydd ar gael yn yr haf cyn i'r tymor ddechrau ac sy'n rhoi cyflwyniad i astudio a sgiliau ym maes addysg uwch, gan ddweud eu bod yn ddefnyddiol iawn.¹³⁶

¹²⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

¹³⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

¹³¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5 Y Brifysgol Agored yng Nghymru

¹³² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 8 Student Minds

¹³³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 311

¹³⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5 Y Brifysgol Agored yng Nghymru

¹³⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

¹³⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

84. Yn ôl y Brifysgol Agored yng Nghymru mae croestoriad amlwg gyda'r rheini sy'n datgan cyflwr iechyd meddwl a'r rheini sydd â chyfrifoldebau gofalu (mae hyn hefyd yn wir i'r rhai sy'n byw yn y cymunedau mwyaf difreintiedig yng Nghymru). Dywedodd fod 16% o fyfyrwyr sydd â chyfrifoldebau gofalu yn gwneud datganiad o'r fath, sydd 4.9% yn uwch na'r rhai sydd heb ddatgan cyflwr iechyd meddwl.¹³⁷

85. Clywsom y gallai myfyrwyr hŷn a / neu fyfyrwyr sydd â chyfrifoldebau gofalu ei chael hi'n anodd cael mynediad at wasanaethau sydd wedi'u hanelu at fyfyrwyr ar y campws a / neu fyfyrwyr iau. Gall hyn fod oherwydd anawsterau cael mynediad at wasanaethau ar amser cyfleus wrth iddynt gydbwyso blaenoriaethau eraill neu oherwydd bod y gwasanaethau cymorth yn cael eu marchnata tuag at fyfyrwyr iau yn ôl UCM Cymru.¹³⁸ Tynnodd Prifysgolion Cymru sylw hefyd at yr heriau gwahanol sy'n wynebu myfyrwyr rhan-amser a allai fod yn fwy tebygol o fod yn cydbwyso cyfrifoldebau gofalu.¹³⁹ Roedd Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol yn cytuno, gan ddweud bod hwn yn grŵp o fyfyrwyr sydd angen llawer mwy o gymorth nag yr ydym mewn sefyllfa i'w gynnig ar hyn o bryd.¹⁴⁰

86. Tynnodd Mind Cymru sylw at y ffaith bod mwy o achosion o bobl sydd â chyfrifoldebau gofalu am deulu neu ffrindiau yng Nghymru nag yn unrhyw un o genhedloedd eraill y DU. Dywedodd fod cydbwyso eu cyfrifoldebau gofalu a'u hastudiaethau yn debygol o wneud iddynt deimlo eu bod yn cael eu tynnu rhwng ceisio cadw at derfynau amser a gofalu am eu hanwyliaid a bod angen gofal addasadol. Gallai hyn gynnwys amserlenni hyblyg neu addasiadau eraill. Nododd hefyd y croestoriad rhwng pobl â chyfrifoldebau gofalu a phobl sy'n byw mewn tlodi. Galwodd Mind Cymru ar Lywodraeth Cymru i weithio gyda sefydliadau i ddarparu cymorth wedi ei dargedu fel na fydd gofalcwyr yn cael eu gadael ar ôl.¹⁴¹

87. Yng nghyd-destun dysgwyr o bell, dywedodd UCM Cymru ei bod yn bwysig i sefydliadau ddarparu cymorth iechyd meddwl o bell.¹⁴²

Ein barn ni

88. Mae myfyrwyr, yn debyg iawn i'r boblogaeth ehangach, yn datgan nifer uwch o achosion o broblemau iechyd meddwl. Mae'r rhesymau dros hyn yn amlffactor a chymhleth. Gan fod stigma wedi lleihau i ryw raddau, mae rhan o hyn i'w briodoli i fwy o barodrwydd i ofyn am

¹³⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 5.Y.Brifysgol Agored yng Nghymru](#)

¹³⁸ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 20](#)

¹³⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 25.Prifysgolion Cymru](#)

¹⁴⁰ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 223](#)

¹⁴¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 27.Mind Cymru](#)

¹⁴² Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 4.UCM Cymru](#)

gymorth pan fo pobl yn ei chael hi'n anodd ymdopi. Mae hyn i'w groesawu. Os yw pobl yn ei chael hi'n anodd ymdopi, mae'n bwysig eu bod nhw'n chwilio am help. Ond, mae stigma yn chwarae rhan o hyd, ac mae rhai pobl, a rhai grwpiau yn arbennig, yn llai tebygol o geisio cymorth. Mae angen mwy o waith ar fyrder i barhau i leihau'r stigma ymhellach, rhaid i ni beidio â llaesu dwylo ar y mater hwn. Rydym yn edrych ar stigma yn fanylach ym Mhennod 4 ar Bontio i Addysg Uwch.

89. Mae'r nifer enfawr o bobl sy'n ei chael hi'n anodd ymdopi, waeth a ydynt yn teimlo y gallant ddod ymlaen neu beidio, yn syfrdanol. Mae pob un o'r rhain yn unigolyn sy'n wynebu anawsterau mewn rhyw ffordd; a rhaid i ni beidio â cholli golwg ar y profiad personol y tu ôl i'r niferoedd mawr hyn. Yn ystod ein gwaith clywsom nifer o straeon personol a wnaeth argraff aruthrol arnom. Gwnaethom werthfawrogi pobl yn rhannu eu straeon mewn ffordd mor agored er mwyn ceisio gwella pethau i'w cydfyfrwyr.

90. Rydym yn archwilio'r ffactorau sy'n achosi trallod iechyd meddwl yn y bennod nesaf, ond byddem yn nodi yma bod myfyrwyr yn y brifysgol am gyfnod byr, ond gall fod yn amser diffiniol yn eu bywyd, waeth a ydynt yn mynd i'r brifysgol yn 18 oed, neu'n ddiweddarach yn eu bywydau. Gall yr effeithiau bara oes, felly bydd cael y cymorth cywir ar yr adeg gywir nid yn unig yn talu ar ei ganfed o ran eu gallu i gyflawni yn eu hastudiaethau ond hefyd weddill eu hoes.

91. Mae data'n hanfodol er mwyn deall maint a hyd a lled y broblem. Er bod rhai ffynonellau data defnyddiol ar gael i'r cyhoedd, fel data derbyniadau UCAS, rydym yn cytuno â rhanddeiliaid bod angen clir am well data ar hyd a lled yr angen ym mhrifysgolion Cymru. Nid yw'r bwlch data yn ymwneud â maint yr angen yn unig; mae hefyd yn ymwneud â data a thystiolaeth ar effeithiolrwydd ymyriadau penodol. Mae CCAUC yn gwneud gwaith pwysig yn lledaenu arferion da, ond mae angen gwell data a gwybodaeth sydd ar gael i'r cyhoedd sy'n galluogi unrhyw un â diddordeb neu angen i ddeall pa ymyriadau a allai weithio. Rhaid i'r data a gesglir fod yn ystyrlon i wella darpariaeth cymorth i fyfyrwyr, ac i sicrhau bod ymyriadau'n cael eu targedu'n briodol.

92. Mae angen cynorthwyo darparwyr addysg uwch i sicrhau bod unrhyw ddata yn adlewyrchu'n gywir maint y broblem yn eu sefydliad a'r graddau y mae cymorth yn diwallu angen. Ni ddylent ofni y bydd datgan data o'r fath yn arwain at unrhyw ganlyniadau negyddol i'r sefydliad. Dylid rhoi sicrwydd iddynt, os yw'r data'n dangos bod problemau penodol, na fydd hynny'n cael effaith negyddol arnynt, cyn belled â'u bod yn gallu dangos y camau y maent yn eu cymryd i fynd i'r afael ag unrhyw bryderon. Mae'n debygol y bydd rhai sefydliadau yn fwy tebygol o gael nifer uwch o fyfyrwyr â phroblemau iechyd meddwl, neu hwyrach y bydd rhesymau pam nad yw'r cymorth yn diwallu'r angen ar hyn o bryd (er enghraifft, os yw'r

darparwr yn gweithio i adolygu ac ad-drefnu gwasanaethau, neu oherwydd amgylchiadau y tu hwnt i'w rheolaeth, fel problemau gyda mynediad at wasanaethau'r GIG yn eu hardal). Mae data cywir yn hanfodol i ni allu deall graddfa a maint y problemau a'r atebion a allai weithio.

93. Rydym yn cytuno â'r Gweinidog bod nifer o ffynonellau data eisoes y gellid adeiladu arnynt, yn hytrach na gorfod adeiladu rhywbeth newydd sbon. Mae'n bwysig bod unrhyw ffynonellau data a gwybodaeth a thystiolaeth ehangach sy'n cael eu datblygu yn hygyrch i'r cyhoedd. Mae'r cwestiwn yn yr Arolwg Cenedlaethol o Fyfyrwyr yn ddechrau da, ond rydym yn nodi'r cyfyngiadau ar beth mae'r cwestiwn hwn yn ei ofyn a'i fod yn rhoi gwybodaeth ddefnyddiol am ymwybyddiaeth o wasanaethau cymorth ond nid yw'n mynd ymhellach. Credwn fod y syniad gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan ar sut y gallai'r SHRN fod yn fodel neu y gellid ei ymestyn i addysg ôl-16 yn un sy'n haeddu rhywfaint o ystyriaeth bellach, felly hefyd y syniadau a gafwyd gan Dr Kim Dienes am arolwg COVID-19 yn Lloegr.

Argymhelliad 1. Dylai Llywodraeth Cymru ar y cyd â CCAUC a'r Comisiwn newydd ddwyn ynghyd set ddata y maent am ei chasglu gan ddarparwyr addysg uwch sy'n darparu data cywir ac amserol ar hyd a lled y problemau iechyd meddwl yn eu corff myfyrwyr; demograffeg y rhai sy'n datgan trallod iechyd meddwl; yr ymyriadau y maent yn eu rhoi ar waith; a gwerthusiad o'r ymyriadau. Wrth lunio'r set ddata hon, rhaid rhoi sicrwydd cadarn, a rhoi mesurau diogelu ar waith, i sicrhau os yw'r data'n awgrymu bod problemau mewn sefydliad arbennig, na fydd hynny'n cael effaith negyddol, cyn belled ag y gall y sefydliad ddangos pa gamau y mae'n eu cymryd i fynd i'r afael ag unrhyw broblemau. Rhaid bod modd dadgyfuno'r data i ddeall y patrymau a'r tueddiadau gwahanol ar gyfer grwpiau gwahanol, ac a oes unrhyw grwpiau penodol yn wynebu heriau ychwanegol wrth geisio cymorth, a'r rhwystrau. Bydd hyn yn helpu i lywio'r gwaith o gynllunio gwasanaethau a dyraniadau cyllid, yn y sector addysg a'r sector gofal iechyd. Dylai Llywodraeth Cymru a CCAUC weithio gyda'i gilydd i gefnogi dealltwriaeth well o angen myfyrwyr am gymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch.

94. Mae'r dystiolaeth rydym wedi'i chasglu a'r gwaith helaeth a wnaed gan y Pwyllgor Iechyd a Gofal Cymdeithasol ar fynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd meddwl yng Nghymru yn dangos bod rhai grwpiau penodol yn wynebu cyfraddau uwch o broblemau iechyd meddwl; rhwystrau o ran problemau iechyd meddwl yn cael eu hadnabod; ac yna rhwystrau i gael cymorth priodol ac amserol. Rydym yn cefnogi gwaith y Pwyllgor Iechyd a Gofal Cymdeithasol, a oedd yn ddarn cynhwysfawr a myfyriol, ond yn sgil y dystiolaeth a glywsom fel rhan o'n hymchwiliad hoffem bwysleisio a chymeradwyo'n benodol yr argymhellion canlynol hyn sy'n ymwneud â'r materion a godwyd yn y Bennod hon. Noddwn ymateb Llywodraeth Cymru i'r

argymhellion hyn¹⁴³ ac edrychwn ymlaen at allu archwilio'r ymatebion hyn ymhellach yn ystod dadl y Cyfarfod Llawn ar yr adroddiad ac ymateb Llywodraeth Cymru:

Argymhelliad 5. Yn unol ag argymhelliad ein grŵp cynghori, dylai Llywodraeth Cymru gyhoeddi map ffordd sy'n nodi camau clir ar lefel genedlaethol a lleol i wella iechyd meddwl ymhlith pobl niwrowahanol. Dylid ei gyhoeddi erbyn Gorffennaf 2023 a dylai gynnwys camau i symleiddio'r broses i oedolion a phlant gael asesiad/diagnosis ar gyfer cyflyrau niwrowahanol a gwneud y broses honno'n fwy hygyrch.

Ymateb Llywodraeth Cymru: Derbyn.

Argymhelliad 7. Yn ei hymateb i'n hadroddiad, dylai Llywodraeth Cymru amlinellu amserlen glir ar gyfer adolygiad brys o'r ddarpariaeth iechyd meddwl ar gyfer pobl fyddar ac ymrwymo i roi diweddariad i ni ar yr adolygiad, ac unrhyw gasgliadau neu ganfyddiadau sy'n dod i'r fei erbyn Gorffennaf 2023. Dylai hefyd roi sicrwydd y bydd yr adolygiad yn ystyried y materion a godwyd gan yr All Wales Deaf Mental Health and Well-Being Group yn ei adroddiad, Deaf People Wales: Hidden Inequality, ac ystyried a oes angen sefydlu gwasanaeth iechyd meddwl arbenigol cenedlaethol ar gyfer pobl fyddar yng Nghymru.

Ymateb Llywodraeth Cymru: Derbyn.

Argymhelliad 13. Dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda phartneriaid, gan gynnwys awdurdodau lleol, Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol a sefydliadau cymunedol i ddefnyddio canlyniadau ei hymarfer mapio gwasanaethau iechyd meddwl cymunedol diweddar i gydgyhyrchu cyfeirlyfr ar-lein o wasanaethau cymunedol a digidol sydd ar gael yn lleol, yn rhanbarthol ac yn genedlaethol ledled Cymru. Dylai'r cyfeiriadur fod yn hygyrch i'r cyhoedd, a dylai gynnwys gwybodaeth am ba gymorth sydd ar gael a sut i'w gael, yn cynnwys a oes angen atgyfeiriad.

Ymateb Llywodraeth Cymru: Derbyn mewn egwyddor.

¹⁴³ Llywodraeth Cymru. Ymateb ysgrifenedig gan Lywodraeth Cymru i adroddiad y Pwyllgor Iechyd a Gofal Cymdeithasol. Cysylltu'r dotiau: mynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd meddwl yng Nghymru. Chwefror 2023.

Argymhelliad 19. Dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda phobl niwrowahanol i gydgyhyrchu ymgyrchoedd hyfforddi a chodi ymwybyddiaeth er mwyn cynyddu dealltwriaeth o niwroamrywiaeth mewn ysgolion ac ar draws gwasanaethau cyhoeddus. Dylai ffocws yr hyfforddiant fod ar ddeall bywydau pobl niwrowahanol, sut i'w cefnogi a'u helpu, a datblygu agweddau a diwylliant cadarnhaol, adeiladol a chymwynasgar, ac nid ar gyflyrau penodol yn unig. Yn unol ag argymhelliad 22, dylai Llywodraeth Cymru roi diweddariad i ni ar y gwaith hwn ym mis Rhagfyr 2023.

Ymateb Llywodraeth Cymru: Derbyn.

Argymhelliad 24. Yn ei hymateb i'n hadroddiad, dylai Llywodraeth Cymru gadarnhau y bydd y data i'w gasglu a'i gyhoeddi fel rhan o set ddata graidd iechyd meddwl yn ein galluogi ni a rhanddeiliaid i weld ac olrhain cynnydd dros amser mewn anghydraddoldebau iechyd meddwl yn ymwneud â mynediad at wasanaethau iechyd meddwl a chanlyniadau i wahanol grwpiau a chymunedau. Dylai hyn gynnwys gwybodaeth am ba ddata fydd yn cael ei gynnwys, pa mor aml y bydd data'n cael ei gyhoeddi, pa ddadansoddiad fydd yn cael ei wneud, a chadarnhad y bydd y data'n cael ei ddadgyfuno ar sail nodweddion amrywiaeth.

Ymateb Llywodraeth Cymru: Derbyn.

Argymhelliad 25. Ar ôl cwblhau'r ymchwil y comisiynwyd Prifysgol De Cymru i'w chynnal ar fesur canlyniadau clinigol a chymdeithasol, dylai Llywodraeth Cymru osod amserlen ar gyfer datblygu a gweithredu mesurau llesiant i lywio'r gwaith o fonitro a gwerthuso effaith y strategaeth iechyd meddwl newydd ar fynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd meddwl. Yn unol ag argymhelliad 22, dylai Llywodraeth Cymru ddarparu diweddariad i ni ar y gwaith hwn ym mis Rhagfyr 2023.

Ymateb Llywodraeth Cymru: Derbyn.

95. Nid ydym wedi gallu trafod yr holl wahanol grwpiau sy'n wynebu rhwystrau ychwanegol wrth ymdrin â phroblemau iechyd meddwl, ond roeddem am dynnu sylw at y grwpiau hynny a grybwyllwyd wrthym. Mae'n amlwg bod angen i Lywodraeth Cymru; sefydliadau addysg uwch, y GIG a sefydliadau eraill sy'n gweithio yn y gofod hwn ystyried y problemau penodol sy'n wynebu rhai grwpiau o fyfyrwyr. Byddwn yn ymdrin â'r cymorth a ddarperir gan brifysgolion a'r GIG mewn penodau dilynol, ond credwn ar hyn o bryd ei bod yn bwysig pwysleisio

pwysigrwydd bod yr holl gyrff hyn yn deall y rhwystrau a wynebir gan rai grwpiau, ac edrych ar sut y gellir dylunio gwasanaethau a chymorth i oresgyn y rhwystrau hyn

96. Mae angen ystyried yn ofalus sut y gall myfyriwr fod yn aelod o nifer o wahanol grwpiau dan anfantais, i sicrhau dull croestoriadol. Dylai cymorth fod yn gymwys yn ddiwylliannol a dylai myfyrwyr gael eu gwneud yn ymwybodol o'r cymorth sydd ar gael iddynt yn y dull, y modd a'r iaith a fydd yn sicrhau eu bod yn gallu gwneud dewisiadau gwybodus ynghylch estyn allan a cheisio cymorth.

97. Er bod llawer o waith yn digwydd yn y maes hwn, roedd yn amlwg i ni fod peth datgysylltiad mewn rhai mannau rhwng y cymorth sydd ar gael a bod myfyrwyr yn gwybod amdano, neu o ran bod gwasanaethau'n diwallu anghenion y myfyrwyr yn llawn. Mae'r datgysylltiad hwn yn awgrymu bod angen i fwy o fyfyrwyr fod yn rhan o'r gwaith o ddylunio a chyflenwi gwasanaethau, gan sicrhau bod gwasanaethau a sut maent yn cael eu cyfathrebu yn diwallu anghenion pawb. Trwy gynnwys myfyrwyr yn y gwaith o ddylunio, cyflenwi a gwerthuso gwasanaethau, mae'r gwasanaethau hyn yn fwy tebygol o ddiwallu anghenion yr ystod ehangaf o fyfyrwyr. Gallai'r Comisiwn chwarae rhan bwysig o ran sicrhau y defnyddir dull croestoriadol o gyflenwi gwasanaethau a bod myfyrwyr yn cael eu cynnwys yn y gwaith o ddylunio a datblygu gwasanaethau ar draws y sector cyfan.

98. Yn ystod yr ymchwiliad hwn ac yn ein gwaith yn edrych ar sut y dylid diwygio'r system ofal yn llwyr, rydym wedi clywed straeon dirdynol yn uniongyrchol gan blant a phobl ifanc sydd â phrofiad o'r system ofal. Mae'r rhai sydd wedi mynd ymlaen i addysg uwch wedi dweud wrthym eu bod yn aml yn gorfod gofyn am gymorth y dylent fod wedi cael ei gynnig fel mater o drefn. Mae'n hanfodol fod y cymorth sydd ar gael i'r myfyrwyr hyn yn hawdd cael gafael arno, ni ddylent orfod mynd i chwilio amdano eu hunain. Rhaid i sefydliadau fynd ati'n rhagweithiol i gynnig y cymorth hwn.

99. Credwn fod problem benodol ynghylch sicrhau bod myfyrwyr rhyngwladol yn derbyn lefelau priodol o gymorth. Clywsom yn uniongyrchol gan fyfyrwyr nad oedd eu profiadau o iechyd meddwl yn cael eu trafod yn agored yn eu gwledydd cartref, a sut y gall hyn ei gwneud yn anoddach iddynt gydnabod eu bod yn ei chael hi'n anodd ymdopi ac yna iddynt estyn allan am gymorth. Caiff hyn ei ddwysáu gan y ffaith y gallai eu teuluoedd a'u ffrindiau fod filoedd o filltiroedd i ffwrdd a'u bod hefyd yn dygymod â byw mewn gwlad wahanol, gyda'r holl heriau ychwanegol sy'n gallu dod yn sgil hynny. Gallent hefyd fod yn wynebu heriau ariannol ychwanegol oherwydd y cyfyngiadau ar eu gallu i chwilio gwaith am dâl, sy'n gallu achosi straeon ychwanegol sylweddol. (Byddwn yn edrych ar effaith trafferthion ariannol yn y Bennod nesaf).

100. Trwy ein gwaith gyda'n hetholaethau a'n rhanbarthau, rydym wedi clywed am brofiadau gofidus iawn gan fyfyrwyr rhyngwladol sydd wedi wynebu heriau ariannol sylweddol, sydd wedi effeithio ar eu hiechyd a'u lles meddyliol. Er mai profiadau anecdotaidd yw'r rhain, credwn nad yw'r digwyddiadau hyn yn canolbwyntio ar sefydliad penodol, a bod myfyrwyr rhyngwladol ledled Cymru yn wynebu ystod o heriau sylweddol.

101. Yn aml mae myfyrwyr rhyngwladol yn cael eu gweld fel un grŵp homogenaidd, er gwaethaf y ffaith fod myfyrwyr rhyngwladol yn grŵp mor amrywiol o fyfyrwyr â'r boblogaeth myfyrwyr a chyffredinol ehangach. Efallai na fydd yr hyn sy'n gweithio i un myfyriwr sy'n dod o un rhan o'r byd yn gweithio i fyfyriwr sy'n dod o rywle arall. Yn seiliedig ar y dystiolaeth a glywsom fel rhan o'r ymchwiliad hwn, ond hefyd ein cysylltiad â myfyrwyr rhyngwladol fel rhan o'n rolau ehangach fel Aelodau o'r Senedd, mae'n ymddangos yn amlwg nad ydym wedi sicrhau'r cymorth cywir i fyfyrwyr rhyngwladol, yn enwedig yn achos caledi ariannol a phroblemau iechyd meddwl cysylltiedig.

Argymhelliad 2. Mae angen i Lywodraeth Cymru, CCAUC, y Comisiwn newydd, darparwyr addysg uwch a chynrychiolwyr myfyrwyr weithio gyda'i gilydd i osod lefel sylfaenol o ddarpariaeth ar gyfer myfyrwyr rhyngwladol, gan ystyried anghenion penodol y gwahanol grwpiau sy'n ffurfio'r gymuned myfyrwyr rhyngwladol. Gall hyn olygu datblygu rhwydweithiau cymheiriaid penodol ar gyfer grwpiau myfyrwyr rhyngwladol. Ni ddylai'r lefel sylfaenol hon o ddarpariaeth fod yn rhy ragnodol, gan y bydd angen i bob darparwr addasu ei ddarpariaeth i ddiwallu anghenion penodol ei fyfyrwyr, ac ystyried amgylchiadau ei sefydliad ei hun, ond dylai sicrhau bod lefel ofynnol glir o gymorth y gall pob myfyriwr rhyngwladol ledled Cymru wybod y gall gael gafael arni. Dylid hyrwyddo'r fframwaith hwn mewn ffyrdd a fydd yn cyrraedd gwahanol rannau o'r gymuned myfyrwyr rhyngwladol, o'r cam cyn ymgeisio i'r cyfnod ar ôl graddio.

102. Nodwn hefyd rai o'r heriau ychwanegol y mae myfyrwyr ar gyrsiau gofal iechyd a gofal cymdeithasol yn eu hwynebu, sy'n cydbwysu pwysau astudio â lleoliadau. Mae hyn wedi bod yn arbennig o heriol yn ystod y pandemig, yn ystod cyfnod pan allent fod wedi wynebu pwysau a sefyllfaoedd digynsail yn ystod eu lleoliadau. Clywsom y bydd nifer sylweddol o fyfyrwyr ar rai cyrsiau hefyd yn cydbwysu eu hastudiaethau ag ymrwymadau eraill, sy'n gallu achosi straen ychwanegol. Cawsom nifer o awgrymiadau penodol am newidiadau a allai helpu i wella'r cymorth a roddir i'r carfanau hyn o fyfyrwyr, ac rydym yn bwrw golwg arnynt ym Mhennod 5.

Argymhelliad 3. Ar gyfer myfyrwyr ar gyrsiau gofal iechyd a gofal cymdeithasol, mae angen i Lywodraeth Cymru, CCAUC, y Comisiwn newydd, darparwyr addysg uwch a chynrychiolwyr myfyrwyr nodi'r heriau a'r rhwystrau penodol sy'n eu hwynebu a datblygu lefel sylfaenol o

ddarpariaeth ar gyfer y grwpiau hyn o fyfyrwyr, gan ystyried anghenion penodol y gwahanol grwpiau sy'n ffurfio'r carfanau hyn o fyfyrwyr. Ni ddylai'r lefel sylfaenol hon o ddarpariaeth fod yn rhy ragnodol, gan y bydd angen i bob darparwr addasu ei ddarpariaeth i ddiwallu anghenion penodol ei garfan, y cyrsiau a gyflwynir ganddo, y mathau o leoliadau y mae'r cyrsiau hyn yn eu cynnal ac ystyried amgylchiadau ei sefydliad ei hun, ond dylai sicrhau bod lefel ofynnol glir o gymorth y gall pob myfyriwr ar y cyrsiau hyn ledled Cymru wybod y gall gael gafael arni. Dylid hyrwyddo'r fframwaith hwn mewn ffyrdd a fydd yn cyrraedd gwahanol grwpiau o'r myfyrwyr hyn, o'r cam cyn ymgeisio hyd y byddant yn graddio.

3. Pa ffactorau sy'n arwain at heriau iechyd meddwl yn y brifysgol?

Yn aml, mae amryw o ffactorau a all arwain at broblemau iechyd meddwl. Mae myfyrwyr yn wynebu rhai heriau penodol sy'n gallu bod yn unigryw i brofiad myfyrwyr. Mae effaith y pandemig a'r argyfwng costau byw yn creu heriau ychwanegol.

Ai problemau penodol i brifysgolion yw'r rhain neu broblemau ehangach?

103. Fel i ni nodi ym mharagraff 14, mae'r corff myfyrwyr yn amrywiol, ac mae'r problemau sy'n wynebu'r boblogaeth ehangach hefyd yn wynebu'r boblogaeth myfyrwyr. Fodd bynnag, mae rhai problemau sy'n benodol i'r boblogaeth myfyrwyr. Dywedodd Partneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru:¹⁴

*"Previously it has been noted that vulnerabilities manifest in the form of unique problems; happiness and life satisfaction are consistently twice as bad amongst HE students as the wider UK population, and anxiety is 2.5 times that of the general population. 23% of students feel lonely most/all of the time compared to 5% of the general population. HE students have also been listed as a group disproportionately affected by the COVID-19 pandemic (ONS, 2020), although evidence points towards many of these issues being independent of it (Neves & Brown, 2022)."*¹⁴⁴

104. Wrth feddwl am y ffactorau sy'n achosi problemau iechyd meddwl, rhaid i ni hefyd ystyried y mater drwy brism yr anghydraddoldebau iechyd meddwl sy'n wynebu rhai grwpiau. Rydym wedi ymdrin â hyn yn y bennod flaenorol ac mae ein harsylwadau'n cael eu llywio gan hyn.

105. Mae rhai o'r heriau y mae myfyrwyr yn eu hwynebu yn adlewyrchu'r heriau hynny sy'n wynebu'r gymuned ehangach. Dywedodd Mind Cymru mai'r myfyrwyr sy'n profi iechyd meddwl gwael yn aml fydd yr un bobl yn y boblogaeth ehangach a fydd yn dioddef iechyd meddwl

¹⁴⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 17. Partneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru \(Prifysgol Caerdydd, Prifysgol Metropolitan Caerdydd, Prifysgol De Cymru, CBCDC, UHB Caerdydd a'r Fro\)](#)

gwael, ond eu bod mewn lleoliad gwahanol sy'n gofyn am gymorth penodol sy'n berthnasol i'r lleoliad hwnnw.¹⁴⁵ Yn benodol, mae dimensiwn myfyrwyr penodol i effaith y pandemig, a'r argyfwng costau byw presennol, ac rydym yn trafod y ddau beth hyn yn ddiweddarach yn y bennod hon. Fodd bynnag, mae'n amlwg bod rhai ffactorau penodol i'r brifysgol a all sbarduno salwch iechyd meddwl newydd neu waethygu problemau sy'n bodoli'n barod.

106. Gall pwysau academiaidd fod yn benodol i'r profiad prifysgol, yn enwedig gan fod y dull o ddysgu ac addysgu yn gallu bod yn wahanol i'r hyn a geir ym mhrofiad blaenorol myfyriwr o addysg, naill ai fel myfyriwr sy'n dod yn syth o'r ysgol / coleg neu fel myfyriwr hŷn yn dychwelyd ar ôl seibiant o addysg. Ymhlith y rhanddeiliaid a amlygodd effaith pwysau academiaidd ar les meddyliol yr oedd CCAUC;¹⁴⁶ UCM Cymru;¹⁴⁷ Student Minds;¹⁴⁸ Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion;¹⁴⁹ a Choleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol Cymru.¹⁵⁰

107. Dywedodd Dr Kim Dienes fod y flwyddyn gyntaf yn y brifysgol yn un o'r newidiadau mwyaf mewn bywyd a hefyd yn un o'r ffactorau straen mwyaf mewn bywyd. Dywedodd ei fod yn arwain at gyfraddau aruthrol o uchel o iechyd meddwl sydd heb gyrraedd lefelau lle mae angen gofal seiciatrïg neu ofal datblygedig iawn o bosibl, ond bod gwir angen cymorth arnynt.¹⁵¹ Dywedodd Mind Cymru y gall y pontio hwn greu sefyllfa lle gall pobl ifanc deimlo'n unig iawn, yn ddigyswllt a gallant golli golwg ar bwy ydynt i raddau.¹⁵²

108. Wedi'i gysylltu'n agos â phwysau academiaidd dyddiol eu hastudiaethau, dywedodd rhanddeiliaid fel UCM Cymru fod myfyrwyr yn bryderus am eu dyfodol ar ôl y brifysgol ac am eu rhagolygon gyrfa. Cyfeiriodd at waith gan y Sefydliad Iechyd Meddwl sy'n adrodd bod tri o bob pum person ifanc yn cael trafferth ymdopi gyda'r pwysau i lwyddo.¹⁵³ Codwyd hefyd werth gradd gan ddweud bod rhagor o bwysau i gael anrhydedd dosbarth cyntaf, ac yna bod mwy o bwysau i astudio gradd Meistr, ac mae gan hynny oblygiadau ariannol hefyd.¹⁵⁴ Dywedodd y Ganolfan Iechyd Meddwl fod y cyfuniad o swm y ddyled y mae myfyrwyr yn mynd iddi ynghyd â

¹⁴⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 390

¹⁴⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

¹⁴⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 64

¹⁴⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 8 Student Minds

¹⁴⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 20 Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion

¹⁵⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 218

¹⁵¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 200

¹⁵² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 302

¹⁵³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru

¹⁵⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 64

marchnad lafur anos yn y dyfodol yn ychwanegu pwysau.¹⁵⁵ Galwodd Mind Cymru hefyd am ystyriaeth o sut mae myfyrwyr yn cael eu cefnogi ar ôl iddynt adael y brifysgol.¹⁵⁶

109. Dywedodd BMA Cymru mai thema gyson ymhlith myfyrwyr meddygol oedd eu gallu neu eu haddasrwydd i fod yn feddyg. Mae hyn wedi'i ddwysáu gan y pandemig gan ei fod wedi tarfu ar hyfforddiant myfyrwyr meddygol. Yn ôl arolwg diweddar ym mis Ebrill 2021, roedd 27% o'r ymatebwyr yn teimlo nad oeddent wedi gallu cael digon o brofiad mewn gofal brys a gofal heb ei drefnu i gyflawni'r cymwyseddau craidd sydd eu hangen ar gyfer yr hyfforddiant.¹⁵⁷ Tynnodd y Cyngor Deoniaid Iechyd sylw hefyd at effaith benodol tarfu sy'n gysylltiedig â COVID-19 ar fyfyrwyr gofal iechyd a sut mae llai o gyfleoedd i gael profiad gwaith yn golygu bod y myfyrwyr hyn yn fwy nerfus ynghylch ymuno â'r gweithlu clinigol.¹⁵⁸

110. Nododd y Cyngor Deoniaid Iechyd rai ffactorau risg ychwanegol cyffredinol ar gyfer myfyrwyr gofal iechyd gan gynnwys dwyster a hyd rhaglenni, y gwrthgyferbyniad rhwng amgylcheddau academaidd a lleoliadau ymarfer, pontio lleoliadau ymarfer, diwylliant yn y gweithle, ac oriau anghymdeithasol.¹⁵⁹

111. Gall y brifysgol hefyd ddod â phwysau cymdeithasol, a all effeithio ar iechyd meddwl a lles. I'r myfyrwyr hynny sy'n symud oddi cartref am y tro cyntaf, byddant yn gweld bod yn rhaid iddynt sefydlu grwpiau cymdeithasol a rhwydweithiau cymorth newydd sy'n gallu bod yn heriol iawn. Cyfeiriodd Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol Cymru at y gwaith gan Mind sy'n nodi rhai o'r ffactorau sy'n gallu effeithio ar les myfyriwr. Mae'r rhai sy'n gysylltiedig â gadael cartref am y tro cyntaf yn cynnwys cyfarfod a gweithio gyda phobl newydd; rheoli eu harian am y tro cyntaf; hiraeth; cynnal perthynas gyda theulu a hen ffrindiau; a dod o hyd i gartref newydd a byw gyda phobl newydd.¹⁶⁰ Roedd eraill a nododd rai o'r materion hyn yn cynnwys Dr Kim Dienes;¹⁶¹ CCAUC;¹⁶² a Rhwydwaith Cynghorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion.¹⁶³

112. Amlygwyd nifer o faterion eraill yn ymwneud â phrofiad y brifysgol. Dywedodd Rhwydwaith Cynghorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion fod prosesau prifysgol anhyblyg a biwrocrataidd, gan gynnwys prosesau asesu, yn gallu effeithio'n negyddol ar iechyd meddwl a

¹⁵⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 40

¹⁵⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 325

¹⁵⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 24 BMA Cymru Wales

¹⁵⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 26 Y Cyngor Deoniaid Iechyd

¹⁵⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 26 Y Cyngor Deoniaid Iechyd

¹⁶⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 10 Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol Cymru

¹⁶¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 221-222

¹⁶² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

¹⁶³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 20 Rhwydwaith Cynghorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion

lles.¹⁶⁴ Dywedodd Beat wrthym fod y cyfnod sylweddol o newid a phwysau a all godi o fynd i addysg uwch yn gallu sbarduno neu waethygu anhwylderau bwyta. Dywedodd hefyd fod amgylchedd y brifysgol yn gallu celu symptomau a'i gwneud hi'n anoddach i fyfyrwyr gadw mewn cysylltiad â gwasanaethau triniaeth a'u rhwydwaith cymorth.¹⁶⁵

113. Pwysleisiodd rhanddeiliaid yn cynnwys Mind Cymru;¹⁶⁶ a Student Minds¹⁶⁷ bwysigrwydd peidio â meddygoli problemau iechyd meddwl a lles yn ormodol. Dywedodd Mind Cymru y bydd yna fyfyrwyr sydd naill ai â phroblem iechyd meddwl neu'n datblygu problem iechyd meddwl, sydd angen cymorth, ond i eraill gallai fod yn:

*"temporary situation when they are readjusting, they're finding themselves, they're developing their resilience and their ability to cope with all these emotions, and I think it's really important that we don't rush to stick a 'mental health' label on some of that. That is about well-being, it is about support, it is about making sure that there's an open, welcoming approach for young people to talk about their mental health at that point."*¹⁶⁸

Beth fu effaith COVID-19?

114. Cafodd pawb yng Nghymru eu heffeithio mewn rhyw ffordd o ganlyniad i'r pandemig, ond roedd yn amlwg bod rhai grwpiau yn wynebu llawer mwy o heriau wrth ddygymod â'r effeithiau gwaethaf a'u lliniaru. Cafwyd digon o dystiolaeth yn dangos yr effaith anghyfartal a gafodd y pandemig, yn enwedig ar y rhannau hynny o gymdeithas sydd eisoes yn wynebu rhwystrau; er enghraifft y rhai o grwpiau economaidd-gymdeithasol is; pobl o gymunedau ethnig lleiafrifol a phobl anabl.

115. Tynnodd CCAUC sylw at ymchwil a ddangosodd fod cyfran y boblogaeth sydd â phroblem iechyd meddwl ddifrifol wedi cynyddu o 11.7% ym mis Chwefror 2020 i 28.1% ym mis Ebrill 2020. Cynyddodd problemau iechyd meddwl cyffredinol 17% rhwng mis Chwefror a mis Tachwedd 2020. Ond aeth CCAUC ymlaen i ddweud nad oedd yn glir beth fyddai effaith tymor hwy y pandemig ar ymgeiswyr a myfyrwyr. Er wrth gyfeirio at waith Academi Prydain ar effeithiau hirdymor y pandemig, nodwyd y casgliad hwn ganddo:

¹⁶⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 20 Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion

¹⁶⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 23 Beat

¹⁶⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 303

¹⁶⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 308

¹⁶⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 303

*"The consequences of lost access to education at all levels, coupled with changes to assessments, will be felt for years to come, and wholly recovering lost education is unfeasible. This has exacerbated existing socioeconomic inequalities in attainment and highlighted digital inequality. Because a high-skill economy will be essential for future prosperity and for society to thrive, it will be vital to consider whether lifelong educational opportunities are sufficiently comprehensive, diverse and flexible."*¹⁶⁹

116. Canfu ein harolwg ein hunain fod 57% o'r ymatebwyr yn dweud bod y pandemig wedi cael effaith ar eu hiechyd meddwl wrth astudio, dywedodd 16% nad oedd wedi cael effaith arnynt, gyda 10% yn dweud nad oeddent yn siŵr, a dywedodd 17% nad oedd y cwestiwn hwn yn berthnasol.¹⁷⁰ Buom hefyd yn trafod hyn gyda myfyrwyr fel rhan o'n hymweliadau ac roedd yn amlwg bod y pandemig, ond hefyd y pontio o'r cyfyngiadau symud, wedi cael effaith ar les meddyliol.¹⁷¹

117. Dywedodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion fod y pandemig wedi esgor ar lu o broblemau newydd yr oedd angen eu hystyried mewn perthynas ag iechyd meddwl myfyrwyr, a fyddai'n berthnasol i bob myfyriwr ond a fydd yn pwysu'n drymach ar y rhai sydd â hanes o salwch meddwl. Roedd y problemau hyn yn cynnwys:

- Mwy o orbryder cyffredinol ac iselder ymhlith myfyrwyr, yn deillio o effaith COVID-19, pryderon am eu sefyllfa ariannol, a phryderon am fyw mewn llety a rennir;
- Roedd ynysigrwydd cymdeithasol, wrth i fwy o ddysgu gael ei ddarparu ar-lein, a chadw pellter cymdeithasol yn effeithio ar fynediad myfyrwyr at glybiau a chymdeithasau;
- Problemau'n ymwneud â chael mynediad at ofal iechyd, oherwydd bod mwy o wasanaethau'r GIG a gwasanaethau'r brifysgol yn cael eu darparu ar-lein;
- Myfyrwyr yn cael trafferth gyda disgwyliadau academiaidd, yn enwedig y rhai yr oedd COVID-19 wedi amharu'n sylweddol ar eu haddysg a'u hasesiadau.¹⁷²

¹⁶⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, **MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)**

¹⁷⁰ **Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth Iechyd Meddwl mewn Addysg Uwch, Canfyddiadau'r Arolwg, Tachwedd 2022**

¹⁷¹ **Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth Iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022**

¹⁷² Tystiolaeth ysgrifenedig, **MHHE 9 Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru**

118. Wynebodd myfyrwyr gynnwrf sylweddol wrth i sefydliadau gau a symud i rith-ddysgu. Disgrifiodd UCM Cymru y genhedlaeth Covid, a oedd wedi gweld y pandemig yn amharu ar eu profiadau academaidd a chymdeithasol. Disgrifiodd hefyd yr ymchwil gan Rwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion a ganfu fod y pandemig wedi gwaethygu problemau iechyd meddwl a oedd yn bodoli eisoes ymhlith plant oedran ysgol. Roedd yn credu y bydd yr angen hwn yn rhoi mwy fyth o bwysau ar wasanaethau cymorth o fewn sefydliadau addysg uwch ac ar y GIG.¹⁷³

119. Adleisiodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda sylw UCM Cymru gan dynnu sylw at sut y mae'r tarfu ar weithgareddau datblygiadol arferol megis gadael cartref / mynd i'r brifysgol wedi arwain at bobl ifanc yn colli allan ar ddigwyddiadau allweddol bywyd a allai gael effaith ar eu gwydnwch a'u cyfleoedd yn y dyfodol. Dywedodd fod yn rhaid cydnabod y lefel hon o darfu a'i atal rhag digwydd yn y dyfodol. Dywedodd ei fod yn gweld lefelau uwch o broblemau iechyd meddwl, angen a chymhlethdod yn deillio o'r pandemig.¹⁷⁴

120. Nododd Prifysgolion Cymru y materion hyn hefyd, gan ddweud eu bod yn gweld nad yw datblygiad cymdeithasol yr hyn y byddent wedi'i ddisgwyl mewn blynyddoedd blaenorol ar gyfer y corff myfyrwyr traddiadol.¹⁷⁵ Tynnodd Coleg Brenhinol y Therapyddion Galwedigaethol sylw hefyd at bryderon ynghylch trosglwyddo i addysg uwch i rai myfyrwyr, oherwydd eu bod wedi colli cerrig milltir allweddol pwysig yn eu datblygiad a'u cefnogaeth fugeiliol.¹⁷⁶

121. Rydym yn edrych ar bontio yn fanylach ym Mhennod 4, ond mae'n bwysig nodi'r heriau ychwanegol sy'n wynebu carfanau myfyrwyr a fydd yn ymuno ag addysg uwch ar ôl i'r pandemig darfu ar eu haddysg flaenorol, neu i'r myfyrwyr hynny sy'n ail-ymuno ag addysg ar ôl seibiant.

122. Dywedodd UCM Cymru fod prifysgolion ac undebau myfyrwyr yn cyflwyno pethau fel addysg ar gydsynio i wrthwneud ychydig ar yr effaith honno.¹⁷⁷ Dywedodd Colegau Cymru eu bod hefyd yn ceisio gwneud rhagor o waith ynghylch gwydnwch ac aeddfedrwydd y myfyrwyr hynny sy'n dod yn syth o'r ysgol.¹⁷⁸ Ategwyd y materion hyn yn y trafodaethau a gawsom gyda staff o brifysgolion ledled Cymru hefyd.¹⁷⁹

¹⁷³ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 4 UCM Cymru](#)

¹⁷⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 16 Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda](#)

¹⁷⁵ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 137](#)

¹⁷⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 18 Coleg Brenhinol y Therapyddion Galwedigaethol](#)

¹⁷⁷ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 28](#)

¹⁷⁸ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 143](#)

¹⁷⁹ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022](#)

123. Tynnodd UCM Cymru sylw at sut y gallai'r pandemig fod wedi effeithio'n uniongyrchol ar allu rhai myfyrwyr, yn enwedig myfyrwyr anabl a niwrowahanol, i gymryd rhan yn eu hastudiaethau. Gallai hyn fod am amryw o resymau, o orfod gweithio gartref, gan gynnwys diffyg lle i weithio; methu fforddio na chael gafael ar lyfrau neu adnoddau ac offer angenrheidiol eraill; i, yn syml, ei chael hi'n anodd canolbwyntio ar ddysgu yn yr un lle drwy'r amser.¹⁸⁰

124. Dywedodd Prifysgolion Cymru fod angen mwy o gymorth academiaidd cyffredinol yn dilyn y pandemig, gan gyfeirio'n benodol at ddulliau astudio ynghyd ag arholiadau a mathau eraill o asesu.¹⁸¹ Dywedodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion eu bod wedi gweld cyfraddau uwch o orbryder ac iselder oherwydd bod dysgu myfyrwyr yn ystod y pandemig mor wahanol, gyda myfyrwyr wir yn gorfod addasu i ffyrdd gwahanol o ddysgu.¹⁸²

125. Tynnodd UCM Cymru ein sylw at yr heriau penodol sy'n wynebu myfyrwyr rhyngwladol, naill ai am na allent ddychwelyd adref neu am na allent ddychwelyd i Gymru i barhau â'u hastudiaethau. Dywedodd fod y pandemig wedi gorfodi rhai i stopio'u hastudiaethau dros dro a bod hyn wedi achosi nifer sylweddol o anawsterau, gan gynnwys ymestyn ceisiadau fisa a gorfod gwneud cais am fisâu munud olaf i gadw at y dyddiad cau ar gyfer dychwelyd i'r campws. Dywedodd hefyd y gallai hyn effeithio ar allu i wneud cais am fisâu llwybr graddedigion ar ddiwedd eu cyrsiau os oedd unrhyw oedi wrth gwblhau eu cwrs.¹⁸³

126. Disgrifiodd sefydliadau effaith y pandemig, a sut mae hyn wedi arwain at gynnydd mewn ceisiadau am gymorth. Dywedodd Grŵp Llandrillo Menai fod cynnydd mewn gorbryder a straen wedi'i achosi gan yr her o gadw at ddyddiadau cau asesiadau wrth ymdopi ag effaith COVID-19 ar eu bywyd personol/gwaith. Dywedodd fod hyn yn her benodol i ddysgwyr rhan-amser, a'r rhai ar gyrsiau gofal iechyd, a oedd yn gorfod ymdopi â mwy o bwysau o ganlyniad i newidiadau i batrymau shifftiau, ac effaith heintiau/ynysu COVID-19.¹⁸⁴ Soniodd Coleg Penybont am yr effaith ar eu myfyrwyr Addysg Uwch a oedd yn aml yn gorfod cydbwyso astudiaethau gydag addysgu plant gartref; rheoli aelwydydd; gweithio, gan wneud hyn i gyd law yn llaw ag ymdopi â chymorth cyfyngedig oherwydd y cyfyngiadau symud. Soniodd hefyd am effaith

¹⁸⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 27.

¹⁸¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 136.

¹⁸² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 216.

¹⁸³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 29.

¹⁸⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE.1.Grŵp Llandrillo Menai

profedigaeth ar fyfyrwyr trwy gydol y pandemig.¹⁸⁵ Aeth Colegau Cymru hefyd ati i dynnu sylw at broblemau tebyg ar draws y ddarpariaeth addysg uwch o fewn addysg bellach.¹⁸⁶

127. Dywedodd AMOSSHE fod nifer a chymhlethdod cyflwyniadau iechyd meddwl wedi cyflymu ers llacio'r cyfyngiadau. Dywedodd fod y garfan a ymunodd â'r brifysgol yn ystod y pandemig (yn debyg i'r sylwadau a wnaed gan UCM Cymru ym mharagraff 119) wedi cael llai o gyfleoedd i ddatblygu perthnasoedd ac archwilio byw'n annibynnol cyn y brifysgol; a bod hynny'n gwneud pontio'n anoddach. Dywedodd hefyd fod "rhieni a theuluoedd yn ymwneud llawer mwy â'u bywydau nag o'r blaen, ac yn profi ffiniau'r diffiniad cyfreithiol o oedolyn mewn perthynas â'u hymwneud â darparwyr AU.¹⁸⁷ Codwyd y materion hyn gan Brifysgol Caerdydd hefyd.¹⁸⁸

128. Dywedodd Prifysgolion Cymru fod y pandemig wedi effeithio ar staff yn ogystal â myfyrwyr, a'i bod yn bwysig cofio staff yn y ddynmeg hon.¹⁸⁹ Rydym yn edrych ar y materion yn ymwneud ag iechyd meddwl a lles staff ym Mhennod 5.

129. Dywedodd y Brifysgol Agored yng Nghymru fod y pandemig wedi cael effaith ar lwyddiant myfyrwyr yn ogystal ag ar eu hiechyd meddwl a'u lles.¹⁹⁰ Dywedodd Prifysgol Metropolitan Caerdydd mai un effaith gynnar y maent wedi sylwi arni yw bod myfyrwyr yn ei chael hi'n anoddach rheoli perthnasoedd a gwrthdaro, sy'n cyfrannu at les ac iechyd meddwl gwael.¹⁹¹

130. Disgrifiodd UCM Cymru sut yr oedd y cyfyngiadau a'r cyfnodau clo yn arbennig o anodd i fyfyrwyr. Dywedodd y gallai rhai myfyrwyr, yn enwedig myfyrwyr yn eu blwyddyn gyntaf a'r myfyrwyr hynny sy'n byw oddi cartref am y tro cyntaf, ei chael hi'n anodd gwneud ffrindiau newydd neu gymryd rhan mewn gweithgareddau cymdeithasol. Cyfeiriwyd at waith gan y Swyddfa Ystadegau Gwladol a ganfu fod chwarter y myfyrwyr wedi teimlo'n unig yn ystod y pandemig.¹⁹² Tynnodd sylw hefyd at y ffaith y gall cyfeillgarwch a rhwydweithiau yn aml liniaru effeithiau ffactorau straen eraill fel pwysau ariannol ac academiaidd, gan ddweud y bydd unrhyw beth sy'n rhwystro myfyrwyr rhag gwneud ffrindiau yn gwaethygu problemau iechyd meddwl.¹⁹³ Yn ôl Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol, yn ogystal â heriau wrth wneud ffrindiau

¹⁸⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 2 Coleg Penybont](#)

¹⁸⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 19 Colegau Cymru \(Ymateb i'r ymgynghoriad\)](#)

¹⁸⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 11 AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru](#)

¹⁸⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 30 Prifysgol Caerdydd](#)

¹⁸⁹ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 135](#)

¹⁹⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 5 Y Brifysgol Agored yng Nghymru](#)

¹⁹¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 15 Prifysgol Metropolitan Caerdydd](#)

¹⁹² Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 4 UCM Cymru](#)

¹⁹³ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 64](#)

newydd, mae'r pandemig wedi effeithio hefyd ar allu myfyrwyr i gynnal y perthnasoedd a oedd ganddynt eisoes oherwydd gofynion cadw pellter cymdeithasol a chyfyngiadau teithio.¹⁹⁴

131. Cafodd gallu myfyrwyr i ennill arian ei effeithio gan y pandemig hefyd, gydag UCM Cymru yn tynnu sylw at y ffaith fod llawer o fyfyrwyr yn dibynnu ar waith yn y sector lletygarwch a gafodd ei effeithio'n sylweddol gan y cyfyngiadau. Hefyd, efallai bod rhai myfyrwyr wedi canfod bod y rhai a oedd wedi gallu helpu i'w cynnal yn y gorffennol, fel teulu, hefyd wedi gweld y pandemig yn cael effaith negyddol ar eu sefyllfa ariannol.¹⁹⁵

132. Un o ganlyniadau clir y pandemig, ar draws pob agwedd ar fywyd, oedd y defnydd o dechnolegau digidol i helpu i gysylltu pobl, ac i ddarparu gwasanaethau. Roedd hyn yn nodwedd arbennig o addysg, a gwasanaethau cymorth yn ystod y pandemig. Dywedodd sefydliadau wrthym am sut y gwnaethant newid i addysgu a gwasanaethau cymorth ar-lein, rhywbeth sydd wedi parhau i fod yn nodwedd o fywyd addysg uwch wrth i'r cyfyngiadau gael eu llacio ac yna eu dileu. Dywedodd Dr Kim Dienes fod gwahaniaeth mawr rhwng dysgu o bell a chymorth iechyd meddwl o bell. Dywedodd fod dysgu cyfunol ac ar-lein yn tueddu i gynyddu hygyrchedd yn wych ond bod yn well gan y rhan fwyaf o bobl gymorth wyneb yn wyneb ar gyfer cymorth iechyd meddwl.¹⁹⁶

133. Dywedodd Prifysgol Metropolitan Caerdydd fod eu penderfyniad i symud i apwyntiadau fideo ar gyfer yr holl wasanaethau wedi ei groesawu gan fyfyrwyr, a'u bod wedi gweld lefelau uwch o ymgysylltu, fel y mesurwyd gan leihad yn y nifer a oedd yn methu apwyntiadau. Bydd yn parhau i ddarparu hyn fel opsiwn er mwyn sicrhau bod pob myfyriwr yn gallu cael cymorth pan fydd ei angen arno.¹⁹⁷ Roedd Rhwydwaith Cynghorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion yn cytuno, gan ddweud ei fod wedi cael adborth gan ei aelodau bod symud at fathau mwy hyblyg o gymorth oherwydd y pandemig wedi bod o fudd i lawer, gyda lefelau canslo'n gostwng yn sylweddol. Er hynny, nododd y pwysau a gafwyd o du'r HEPS a'r Cwmni Benthyciadau Myfyrwyr i ddychwelyd i gymorth ar y campws.¹⁹⁸

134. Clywsom fod darparu cymorth ar-lein wedi helpu i ehangu mynediad a chefnogi mwy o grwpiau o fyfyrwyr. Dywedodd Rhwydwaith Cynghorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion fod hyn wedi gwella mynediad a chyfraddau defnydd i rai grwpiau sy'n anodd eu cyrraedd, fel dynion, myfyrwyr ar leoliadau, grwpiau ethnig amrywiol a myfyrwyr awtistig. Tynnodd sylw hefyd at y

¹⁹⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 218

¹⁹⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru

¹⁹⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 232

¹⁹⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 15 Prifysgol Metropolitan Caerdydd

¹⁹⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 20 Rhwydwaith Cynghorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion

ffaith fod yr ystod o gymorth digidol wedi ei hehangu i gynnwys cyfleusterau tecstio a sgwrsio.¹⁹⁹ Dywedodd Mind Cymru fod y cynnig ar-lein wedi galluogi rhai pobl i gael cymorth a gwasanaethau na fyddent wedi teimlo'n gyfforddus yn eu defnyddio wyneb yn wyneb.²⁰⁰ Tynnodd AMOSSHE sylw at y manteision i fyfyrwyr ar leoliadau, sydd bellach yn gallu cael cymorth lle bynnag y maent ar leoliad.²⁰¹

135. Cyfeiriodd Prifysgolion Cymru at y Prosiect Connect, a oedd yn bartneriaeth rhwng Prifysgol Abertawe, Prifysgol Cymru y Drindod Dewi Sant, CCAUC a cholegau addysg bellach lleol a'u hundebau myfyrwyr. Symudodd y prosiect gymorth gan gymheiriaid i Zoom ac ar-lein, a defnyddiodd fannau awyr agored diogel i annog cymdeithasu o fewn paramedrau cadw pellter cymdeithasol.²⁰²

136. Clywsom am Student Space, prosiect sy'n cael ei weithredu gan Student Minds, a'i ariannu yng Nghymru gan CCAUC. Mae'n cynnig mynediad at gymorth ar-lein, megis gwybodaeth ond hefyd at gymorth drwy sgwrsio dros y we, tecstio ac e-bostio. Dywedodd UCM Cymru ei fod yn adnodd gwerthfawr ond nad oedd nifer o fyfyrwyr wedi clywed amdano. Cafwyd galwad ganddynt i'w hyrwyddo ymhellach.²⁰³

137. Mae'r Ganolfan Iechyd Meddwl wedi gwerthuso Student Space a'i ddyfarnu'n ardderchog. Dywedodd ei fod yn llwybr gwahanol a diddorol iawn i gael cymorth.²⁰⁴ Dywedodd ei fod yn cynnig math ychwanegol buddiol a gwerthfawr o gymorth, yn enwedig yn ystod cyfnod anodd, gan ychwanegu eu bod yn credu y dylai fod yn rhywbeth hirhoedlog. Yn benodol, roedd y ffaith bod yr adnoddau'n gysylltiedig â sefydliadau, gan olygu ei fod yn gydlynol, wedi creu argraff ar ar y Ganolfan. Dywedwyd hefyd fod ganddo synnwyr cryf iawn o weithio gyda grwpiau o fyfyrwyr a oedd wedi'u hymyleiddio neu'n ddifreintiedig i raddau mwy helaeth, ac o ddarparu adnoddau yn benodol i ddiwallu eu hanghenion. Dywedodd ei bod hi'n bwysig bod hwn yn cael ei weld fel adnodd ychwanegol, yn hytrach na rhywbeth i ddisodli mathau eraill o gymorth.²⁰⁵

138. Fodd bynnag, nid yw cymorth rhithwir yn briodol i bawb. Dywedodd Mind Cymru fod problemau'n cynnwys diffyg preifatrwydd (sy'n arbennig o wir i fyfyrwyr sy'n byw mewn tai a rennir) a mynediad digidol, gyda 13% o aelwydydd Cymru heb fynediad i'r we.²⁰⁶ Tynnodd

¹⁹⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 20 Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion

²⁰⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

²⁰¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 14

²⁰² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 25 Prifysgolion Cymru

²⁰³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 81

²⁰⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 27

²⁰⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 90

²⁰⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

Cymdeithas Genedlaethol i Blant Byddar Cymru sylw at bwysigrwydd ystyried anghenion mynediad unigol wrth symud i ddarpariaeth o bell ar gyfer gwaith academiaidd a chymorth gyda lles. Cyfeiriwyd at arolwg a ganfu bod dros 40% o'n hymatebwyr mewn prifysgol yn dweud nad oedd darlithoedd ar-lein yn hygyrch iddynt oherwydd diffyg sgrindeitlau a chymorth cyfathrebu. Ar gyfer cymorth lles, dywedodd y dylai gwasanaethau gadarnhau gyda'r myfyriwr pa ddull cyfathrebu a ffefrir ganddo, gan nodi y bydd gan bob unigolyn byddar ei ddull a ffefrir ei hun.²⁰⁷

139. Tynnodd rhai o'r ymatebion i'n harolwg sylw at gyfyngiadau cymorth ar-lein, gydag un ymatebwr yn dweud nad yw cwnsela ar-lein mor effeithiol. Dywedodd ymatebwr arall fod angen cymorth wyneb yn wyneb ar gyfer diogelwch a chyfrinachedd myfyriwr. Dywedodd un arall o'r ymatebwyr fod gallu cael cymorth ar-lein yn unig yn achosi mwy o deimladau o unigrwydd. Dywedodd rhai o'r ymatebwyr hefyd eu bod yn teimlo bod y pandemig wedi arwain at gynydd mewn amseroedd aros am gymorth.²⁰⁸

140. Dywedodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion fod angen ymchwil bellach i edrych ar fanteision rhith-ddysgu, a chael triniaeth yn rhithwir.²⁰⁹ Yn ôl Mind Cymru, model hybrid sydd fwyaf addas oherwydd bod y pandemig wedi dangos nad yw modelau cwbl ritwir na modelau cwbl wyneb yn wyneb yn gweithio i bawb.²¹⁰ Galwodd UCM Cymru hefyd am hyblygrwydd yn y ffyrdd y mae cymorth yn cael ei gynnig, gan ddweud y gall hyn fod yn fuddiol iawn i fyfyrwyr.²¹¹ Nododd AMOSSHE fod gwasanaethau yn ceisio parhau i gynnig dewis i fyfyrwyr, gan ddweud bod mantais i sicrhau dewis i fyfyrwyr.²¹²

141. Teimlai Student Minds y gallai cymorth digidol chwarae rôl benodol wrth bontio'r bwlch o'r adeg y mae myfyrwyr wedi estyn allan am gymorth, ond eu bod yn aros i ddechrau cwnsela neu ofal clinigol. Dywedodd y gall sicrhau bod ganddynt rywun i siarad â nhw, boed yn gymorth gan gymheiriaid neu'n gymorth gan sefydliadau'r trydydd sector, yn ystod y cyfnod pontio hwn. Dywedodd ei bod hi'n bwysig iawn nad yw myfyrwyr yn cael eu gadael heb gymorth yn ystod y cyfnod aros hwnnw.²¹³

²⁰⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 6 Y Gymdeithas Genedlaethol i Blant Byddar Cymru

²⁰⁸ Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth Iechyd Meddwl mewn Addysg Uwch, Canfyddiadau'r Arolwg, Tachwedd 2022

²⁰⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 229

²¹⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

²¹¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 36

²¹² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 15

²¹³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 358

142. Dywedodd UCM Cymru ei bod yn rhy hwyr i liniaru effeithiau'r pandemig ar les meddyliol myfyrwyr, ond mai'r hyn sydd ei angen yn awr yw cyfathrebu clir er mwyn lleihau effeithiau pellach. Dywedodd y byddai hyn yn eu helpu i ddehongli unrhyw newidiadau i'w trefniadau arferol ac unrhyw newidiadau eraill a allai achosi ansicrwydd a / neu drallod iddynt.²¹⁴

143. Dywedodd CCAUC wrthym, mewn ymateb i'r pandemig, eu bod wedi dyrannu £50 miliwn yn ychwanegol o gyllid gan Lywodraeth Cymru i gefnogi myfyrwyr, a oedd yn cynnwys cymorth ar gyfer lles ac iechyd meddwl.²¹⁵ Soniodd Llywodraeth Cymru am yr arian hwn hefyd, gan ddweud bod £10 miliwn ohono yn benodol ar gyfer gwasanaethau iechyd meddwl a lles myfyrwyr a £40 miliwn ar gyfer hybu cymorth i fyfyrwyr sy'n wynebu caledi ariannol. Cyfeiriodd hefyd at £27 miliwn o gyllid ychwanegol i CCAUC i sefydlu Cronfa Buddsoddi ac Adfer Addysg Uwch sydd wedi'i chynllunio i gefnogi'r sector i liniaru effeithiau'r pandemig, gan gynnwys cynnal capasiti addysgu i gefnogi dysgu parhaus.²¹⁶

144. Soniodd Llywodraeth Cymru hefyd am gyllid a neilltuwyd ar gyfer myfyrwyr yn yr angen mwyaf oherwydd y pandemig a'r cyfyngiadau symud. Yn ogystal â darparu cymorth iechyd meddwl, roedd yn cynnwys pecynnau bwyd, cymorth i gael gafael ar adnoddau a dysgu digidol, cymorth gyda chostau llety, yn ogystal â chwnsela a chymorth gyda phroffedigaeth. Yn ogystal, cafwyd cyllid fel rhan o'r fenter Gaeaf Llawn Lles i gefnogi llesiant myfyrwyr 25 oed ac iau i'w helpu i ymwneud yn well â'u dysgu a chymdeithas yn ehangach.²¹⁷

145. Dywedodd y Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant fod cynnydd da iawn yn cael ei wneud cyn y pandemig, ond ei fod wedi cael effaith gyda lefelau sy'n cynyddu'n sylweddol o bobl yn dod ymlaen am gymorth iechyd meddwl a lefelau cynyddol o orbryder.²¹⁸

A allai costau byw gael effaith debyg i'r pandemig?

146. Clywsom dystiolaeth gref iawn am effaith yr argyfwng costau byw ac iechyd meddwl myfyrwyr. Mae cysylltiad wedi'i hen sefydlu rhwng pryderon ariannol ac iechyd meddwl. Dywedodd y Ganolfan Iechyd Meddwl:

"What we're now seeing is more and more people being pushed into poverty and those who are in poverty going deeper into poverty. We know that that creates a risk to mental health; we know that that has a major causative

²¹⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 34

²¹⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

²¹⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34 Llywodraeth Cymru

²¹⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34 Llywodraeth Cymru

²¹⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 46

effect on experiencing mental health difficulties—it's not an association, it's not a coincidence."²¹⁹

147. Gall myfyrwyr wynebu storm berffaith arbennig gan mai prin yw eu gallu i leihau eu costau; neu gynyddu eu hincwm. Dywedodd y Brifysgol Agored yng Nghymru, ar ôl cydnabod y cysylltiad rhwng anawsterau ariannol ac iechyd meddwl, ei bod wedi penodi Cynghorydd Addysgol Iechyd Meddwl arbenigol sy'n gweithio gyda myfyrwyr a wnaeth gais am eu Cronfa Cymorth i Fyfyrwyr COVID.²²⁰

148. Dyma rai rhanddeiliaid eraill a gododd effaith caledi ariannol ac iechyd meddwl:

- AMOSSHE;²²¹
- BMA Cymru Wales;²²²
- Y Ganolfan Iechyd Meddwl;²²³
- ColegauCymru;²²⁴
- Y Cyngor Deoniaid Iechyd;²²⁵
- CCAUC;²²⁶
- Student Minds;²²⁷
- Unsain.²²⁸

149. Dywedodd Dr Kim Dienes, mewn grwpiau ffocws gyda myfyrwyr, eu bod wedi trafod y canlynol:

"... loss—lots of different kinds of losses, loss of financial support. A lot of them are reporting loss of hope, which is very unfortunate, especially in the cost-of-living crisis. They're about to go out and get jobs. There are no jobs,

²¹⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 46

²²⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5 The Open University in Wales

²²¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 11 AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru

²²² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 24 BMA Cymru Wales

²²³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 40

²²⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 7 ColegauCymru (Papur Pwyllgor)

²²⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 26 Y Cyngor Deoniaid Iechyd

²²⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

²²⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 8 Student Minds

²²⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 161

*and they're very scared about that. This age group also has had a lack of trust in their Government, a bit, and also in the universities. They're feeling very alienated, and I think that's something that has to be addressed through communication, perhaps—a kind of comms initiative....*²²⁹

150. Tynnodd CCAUC sylw at natur groestoriadol pwysau ariannol gan nodi adroddiad 2022 gan UCM a Sefydliad Polisi Addysg Uwch, "Student Cost of Living Support". Yn ôl yr adroddiad hwn, mae'r defnydd o fanciau bwyd yn uwch ymhlith myfyrwyr hŷn, y rhai mewn addysg bellach, myfyrwyr anabl, a myfyrwyr o gefndiroedd economaidd-gymdeithasol is. Dywedodd hefyd fod myfyrwyr traws ac anneauidd, yn ogystal â myfyrwyr o liw, yn fwy tebygol o fod ag incwm sy'n llai na £500 y mis. Mae rhieni a gofalwyr yn fwy tebygol o sôn am bryder eithafol am reoli eu cyllid ac yn fwy tebygol o ddefnyddio cynlluniau a chardiau credyd.²³⁰

151. Dywedodd Stonewall Cymru y bydd rhai myfyrwyr yn wynebu caledi anghymesur yn sgil yr argyfwng costau byw presennol ac effeithiau'r pandemig, a'i bod yn hanfodol wrth bennu maint yr angen ein bod yn cyfrif myfyrwyr a allai wynebu heriau unigryw oherwydd agweddau ar eu hunaniaeth a'u profiad, a'r ffyrdd y mae'r hunaniaethau hyn yn croestorri.²³¹ Dywedodd y Brifysgol Agored hefyd fod y croestoriad o angen iechyd meddwl gyda chategorïau eraill o fyfyrwyr ac amddifadedd yn sicr yn amlwg.²³²

152. Dywedodd UCM Cymru fod yr argyfwng yn cael effaith sylweddol ar les myfyrwyr, gan ei alw'n fygythiad sylweddol. Canfu arolwg gan UCM ym mis Mehefin 2022 fod 91% o fyfyrwyr yng Nghymru yn dweud ei fod yn cael effaith ar eu hiechyd meddwl; gyda 29% yn dweud ei fod wedi cael effaith fawr. Tynnodd UCM Cymru sylw at y ffaith bod tua thraean y myfyrwyr yn byw ar lai na £50 y mis ar ôl talu rhent a biliau. Er ei fod yn cydnabod bod gan Gymru becyn cymorth cymharol hael i fyfyrwyr, dywedodd fod tua hanner y myfyrwyr AU yng Nghymru'n dod o rywle arall, sy'n golygu eu bod yn cael llai o gymorth neu, yn achos myfyrwyr rhyngwladol, dim cymorth o gwbl.²³³

²²⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 222

²³⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

²³¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 33 Stonewall Cymru

²³² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 147

²³³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru

153. Clywsom hefyd yn uniongyrchol gan fyfyrwyr yn ystod ein gweithgarwch ymgysylltu fod pryderon ariannol yn achosi gorbryder, a sut mae prinder arian yn gorfodi myfyrwyr i wneud penderfyniadau anodd.²³⁴

154. Clywsom am effaith cost llety, a all fod yn arbennig o heriol i fyfyrwyr. Cyfeiriodd rhanddeiliaid megis Mind Cymru;²³⁵ ac UCM Cymru at yr her ddwbl o dai drud ond o ansawdd gwael, gyda'r ddau yn gallu effeithio ar les meddyliol. Dywedodd UCM Cymru fod 65% o fyfyrwyr Cymru wedi dweud bod tai gwael wedi effeithio ar eu hiechyd meddwl.²³⁶

155. Tynnodd Coleg Cambria sylw yn arbennig at effaith cost gofal plant. Galwodd am gronfa galedi wedi'i neilltuo sydd wedi'i seilio ar anghenion a fyddai'n galluogi colegau AB i ddarparu cymorth ariannol ymatebol, amserol a hygyrch i'w myfyrwyr AU. Dadl y Coleg oedd y byddai hyn yn helpu i leihau gorbryder ac yn gwella gwydnwch.²³⁷ Roedd hyn hefyd yn taro deuddeg gyda'r hyn a glywsom yn uniongyrchol gan fyfyrwyr am yr heriau o sicrhau gofal plant fforddiadwy a phriodol, ac yna sut y gall hynny effeithio ar allu myfyriwr i ymrwymo'n llawn i'w astudiaethau.²³⁸

156. Dywedodd UCU, ynghyd â phwysau costau byw ehangach, y gallai fod cynnydd mewn unigrwydd ac unigedd wrth i fyfyrwyr ganfod eu hunain wedi'u prisio allan o weithgareddau cymdeithasol.²³⁹

157. Awgrymodd nifer o randdeiliaid fod angen trin yr argyfwng costau byw gyda'r un brys â'r pandemig. Dywedodd y Brifysgol Agored yng Nghymru ei bod yn debygol y bydd y sefyllfa bresennol yn gwaethygu pwysau ariannol presennol, yn ogystal â chreu amodau niweidiol newydd a allai fod wedi bod yn absennol cynt.²⁴⁰ Hefyd, dywedodd Is-Ganghellor Prifysgol De Cymru, a oedd yn rhoi tystiolaeth ar ran Prifysgolion Cymru, y bydd yr argyfwng costau byw presennol yn anoddach i rai o'i fyfyrwyr na'r pandemig.²⁴¹

158. Clywsom am y gwaith sydd eisoes ar y gweill mewn rhai sefydliadau i roi cymorth ychwanegol i fyfyrwyr. Amlinellodd y Cyngor Deoniaid Iechyd rywfaint o'r gwaith ar draws

²³⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

²³⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

²³⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru

²³⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 3 Coleg Cambria

²³⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

²³⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 13 Undeb Prifysgolion a Cholegau

²⁴⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5 Y Brifysgol Agored yng Nghymru

²⁴¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 150

prifysgolion Cymru, gan gynnwys darparu mannau cynnes; pecynnau bwyd; cynnydd mewn cronfeydd caledi; cymorth gyda chyllidebu a chael mynediad at gyllid allanol; a rhewi dirwyon llyfrgell.²⁴² Dywedodd Is-Ganghellor Prifysgol De Cymru, a oedd yn cynrychioli Prifysgolion Cymru, fod cant a mil o bethau y gallent eu gwneud petai ganddynt yr arian.²⁴³

159. Gwnaeth nifer o randdeiliaid awgrymiadau ynghylch sut y gellid lliniaru effaith yr argyfwng costau byw. Argymhellodd UCM Cymru y dylai llywodraethau Cymru a'r DU roi cymorth ariannol ychwanegol ar waith yn y byrdymor a sicrhau bod cymorth cynhaliaeth myfyrwyr yn cyfateb i chwyddiant yn yr hirdymor.²⁴⁴ Roedd hefyd yn galw am weithredu ar y cynnydd aruthrol yn rhenti myfyrwyr, gan roi'r enghraifft o'r cap dros dro ar renti, yn cynnwys llety myfyrwyr, sydd wedi'i gyflwyno gan Lywodraeth yr Alban. Roedd eisiau gweld cap o'r fath yn cael ei gyflwyno yng Nghymru. Roedd hefyd eisiau mwy o fuddsoddiad i gefnogi iechyd meddwl a lles, fel y gall darparwyr ac undebau myfyrwyr gyrraedd mwy o fyfyrwyr.²⁴⁵

160. Roedd Student Minds am weld cyllid yn cael ei neilltuo i gynorthwyo, yn adweithiol, fyfyrwyr ag anghenion brys. Awgrymodd y gallai arian o'r fath helpu gyda'r heriau parhaus sy'n wynebu myfyrwyr yn sgil y pandemig, a'r argyfwng costau byw presennol a heriau tai hirdymor.²⁴⁶ Amlygodd hefyd yr angen am lawer o gyfathrebu da ynghylch cymhwysra a mynediad mewn perthynas â chronfeydd caledi oherwydd bod llawer o hunan-stigmatiddio gyda myfyrwyr ddim yn sylweddoli eu bod yn gymwys neu'n credu y byddai eraill a oedd mewn mwy o angen.²⁴⁷

161. Mewn ymateb i'r cynnydd yn uchafswm y cymorth cynhaliaeth sydd ar gael o 2021/22 i 2022/23, dywedodd y Cyngor Deoniaid Iechyd fod y cynnydd o 3.5% yn annigonol i fynd i'r afael â phwysau costau byw, pan fo chwyddiant dros 10%. Roedd yn galw am i'r cymorth gynyddu yn unol â chwyddiant. Roedd am weld mwy o gyllid i sefydliadau addysg uwch fel y gallent gynnal y mesurau sy'n cael eu rhoi ar waith ganddynt i gefnogi myfyrwyr.²⁴⁸ Dywedodd UCM Cymru fod y cynnydd o 3.5% yn druenus o annigonol hefyd.²⁴⁹ Ar ôl i ni orffen cymryd tystiolaeth, cyhoeddodd y Gweinidog y lefelau newydd o gymorth i fyfyrwyr ar gyfer 2023/24. Rydym yn edrych ar hyn ym mharagraff 172.

²⁴² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 26 Y Cyngor Deoniaid Iechyd

²⁴³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 216

²⁴⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru

²⁴⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 79

²⁴⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 8 Student Minds

²⁴⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 321

²⁴⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 26 Y Cyngor Deoniaid Iechyd

²⁴⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 77

162. Yn ôl Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru, un ffordd y gallai Llywodraeth Cymru helpu i wella iechyd meddwl myfyrwyr yw trwy gyflwyno rheolaethau llymach ar brisiau ynni a chostau byw. Roedd hefyd yn galw ar Lywodraeth Cymru i weithio gyda sefydliadau i wneud yn siŵr bod llefydd cynnes ar y campws i fyfyrwyr.²⁵⁰ Roedd Mind Cymru hefyd am weld materion yn ymwneud â thlodi tanwydd yn cael sylw manwl ac yn dweud y dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda phrifysgolion i wella cymorth yn y maes hwn.²⁵¹

163. Awgrymodd Colegau Cymru fod angen mwy o help gyda “chost cyrsiau neu ddarpariaeth dysgu arall”. Dywedodd fod hwn yn fater penodol i fyfyrwyr addysg uwch mewn lleoliad addysg bellach, sy’n aml yn hŷn ac a allai fod ag ymrwymïadau eraill fel teulu neu waith; ac yn fwy tebygol o ddod o gefndir economaidd-gymdeithasol is.²⁵² Ar gyfer myfyrwyr addysg bellach 16-18 oed mae ganddynt fynediad at gronfa ariannol wrth gefn ond nodwyd nad oedd hon ar gael i ddysgwyr addysg uwch.²⁵³

164. Gall myfyrwyr fanteisio ar gronfeydd caledi er y gall hyn fod yn anodd weithiau. Dywedodd Prifysgolion Cymru fod angen iddynt nodi pa broblemau ariannol y mae myfyrwyr yn eu hwynebu ac yna defnyddio cronfeydd caledi i lenwi’r tyllau hynny. Fodd bynnag, nodwyd bod y sefyllfa’n symud yn gyflym iawn ac y byddai unrhyw arian ychwanegol ar gyfer caledi bob amser, yn ddieithriad, yn cael ei werthfawrogi, oherwydd eu bod yn gwybod y gallent ei ddosbarthu i’r rheini sydd fwyaf anghenus.²⁵⁴ Galwodd UCU am fwy o bwyslais ar gronfeydd caledi,²⁵⁵ gan ddweud bod angen i’r cymorth fod ar raddfa’r ymateb i COVID-19 o ran cynllunio a lliniaru, gan dderbyn nad yw’r un lefel o adnoddau yn debygol o fod ar gael.²⁵⁶

165. Galwodd BMA Cymru ar Lywodraeth Cymru i adolygu’r trefniadau cyllido ar gyfer myfyrwyr meddygol, gan ddweud bod angen i fwrsari’r GIG ystyried sefyllfa unigryw myfyrwyr meddygol a deintyddol, yn enwedig y rhai sydd ar gynlluniau mynediad i raddedigion.²⁵⁷ Roedd y Cyngor Deoniaid Iechyd hefyd yn galw am fwy o gymorth i fyfyrwyr gofal iechyd, gan ddweud y dylent allu cael mynediad at becyn cynhaliaeth safonol a bwrsari’r GIG i dalu ffioedd dysgu llawn a chostau ychwanegol sy’n gysylltiedig â threuliau lleoliad clinigol.²⁵⁸ Yn ôl un o gynrychiolwyr Prifysgolion Cymru, sydd hefyd yn Is-Ganghellor Prifysgol De Cymru, byddai’r

²⁵⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 9 Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru

²⁵¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

²⁵² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 19 Colegau Cymru (Ymateb i’r ymgynghoriad)

²⁵³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 246

²⁵⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 244

²⁵⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 195

²⁵⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 236

²⁵⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 24 BMA Cymru Wales

²⁵⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 26 Y Cyngor Deoniaid Iechyd

argyfwng yn arbennig o heriol i'w carfan nyrsio, y mae ei chyfartaledd oedran dros 25 oed, ac sy'n aml ag ymrwymadau teuluol a bywyd eraill.²⁵⁹

166. Roedd UCM Cymru yn poeni bod myfyrwyr wedi eu heithrio o'r cymorth gyda chostau byw sydd wedi ei gyhoeddi. Dywedodd fod loteri cod post wrth gael ad-daliadau treth ariannol, tra nad oes sicrwydd y bydd landlordiaid yn trosglwyddo gostyngiadau mewn costau ynni, ac nad yw myfyrwyr llawn amser yn gallu hawlio Credyd Cynhwysol, hyd yn oed os ydynt mewn angen.²⁶⁰ Dywedodd Prifysgolion Cymru y bu dysgu yn sgil y pandemig er mwyn sicrhau bod cymorth yn cael ei drosglwyddo i fyfyrwyr. Dywedodd, er enghraifft, fod angen iddynt sicrhau nad yw myfyrwyr sy'n byw mewn neuaddau preswyl yn gorfod talu am y cynnydd mewn costau ynni.²⁶¹

167. Roedd Prifysgolion Cymru o'r farn bod momentwm o'r cydweithio rhwng sefydliadau, undebau llafur, undebau myfyrwyr a Llywodraeth Cymru a sefydlwyd yn ystod y pandemig ac sydd angen ei gynnal er mwyn mynd i'r afael â'r argyfwng costau byw. Mae angen cynnal y cydweithio hwn unwaith y byddwn yn dychwelyd i gyfnod mwy normal.²⁶²

168. Dywedodd Llywodraeth Cymru fod y pecyn cyllid i fyfyrwyr o Gymru yn darparu'r lefel uchaf o gymorth cynhaliath o blith holl weinyddiaethau'r DU ar gyfer myfyrwyr israddedig. Mae hyn yn cynnwys lefel warantedig o gymorth cynhaliath, yn seiliedig ar y Cyflog Byw Cenedlaethol, waeth beth fo incwm eu haelwyd. Tynnodd sylw at y ffaith y bydd grantiau eraill a chymorth ychwanegol ar gael i rai myfyrwyr.²⁶³ Nododd y Gweinidog y bydd angen i fyfyrwyr o'r tu allan i Gymru ddibynnu mwy ar y cronfeydd caledi yn aml. Credai mai dyma'r patrwm sy'n cael ei weld ar draws Cymru ar hyn o bryd.²⁶⁴ Yn dilyn hynny, nododd y Gweinidog yn ei bapur ar gyllideb ddrafft Llywodraeth Cymru ar gyfer 2022/23 fod prifysgolion yn diwallu anghenion ychwanegol o'u cyllidebau eu hunain a bod Llywodraeth Cymru ynghyd â CCAUC a darparwyr yn monitro'r sefyllfa.²⁶⁵

169. Dywedodd y Gweinidog fod y cymorth ychwanegol a oedd ar gael yn ystod y pandemig yn adlewyrchu'r cyllid ychwanegol a oedd ar gael yn yr ymateb i COVID..."ond, am resymau

²⁵⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 150.

²⁶⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 77.

²⁶¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 243.

²⁶² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 153.

²⁶³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34 Llywodraeth Cymru.

²⁶⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 59.

²⁶⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Gweinidog y Gymraeg ac Addysg - CYPE(6)-01-23 - Papur 1.

amlwg, nid dyna'r sefyllfa ar hyn o bryd...". Dywedodd eu bod yn gweithio'n agos gyda CCAUC ac wedi bod yn trafod y canlynol gyda Phrifysgolion Cymru:

*"... extended campus opening hours, whether it's around food, you know, discounted food or free breakfasts in some institutions; there are discounted travel programmes being looked at, additional hardship funding, obviously. So, all of those things are areas that we're working with universities on."*²⁶⁶

170. O ran y materion penodol y gall myfyrwyr rhyngwladol fod yn eu hwynebu, dywedodd fod sefydliadau yn ymwybodol o'r rhwystrau y gallant eu hwynebu wrth gael mynediad at gymorth ariannol fel pryderon am dorri cyfyngiadau eu fisa. Dywedodd fod sefydliadau'n edrych ar ffyrdd o sicrhau bod y negeseuon hynny'n cyrraedd myfyrwyr rhyngwladol yn enwedig.²⁶⁷

171. Rydym yn cydnabod bod Cynnig Gofal Plant Llywodraeth Cymru yn rhoi rhywfaint o help ar gyfer costau gofal plant i rieni plant cymwys 3 a 4 oed. Pan gyflwynwyd y Cynnig yn wreiddiol, nid oedd yn cynnwys rhieni mewn addysg a hyfforddiant, ond mae bellach wedi'i ehangu i gynnwys rhieni sydd wedi cofrestru ar gwrs addysg israddedig, ôl-raddedig neu addysg bellach sydd o leiaf 10 wythnos o hyd.²⁶⁸ Gall rhieni cymwys hawlio hyd at 30 awr o addysg gynnar a gofal plant yr wythnos am hyd at 48 wythnos y flwyddyn.²⁶⁹ Fel rhan o'r Cytundeb Cydweithio rhwng Llywodraeth Cymru a Phlaid Cymru, gwnaed ymrwymiad i ehangu gofal plant am ddim i bob plentyn 2 oed yng Nghymru.²⁷⁰

172. Ers i ni orffen casglu ein tystiolaeth, mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi'r pecyn cymorth i fyfyrwyr ar gyfer myfyrwyr addysg uwch ar gyfer 2023/2024. Bydd cyfradd y cymorth cynhaliaeth i fyfyrwyr israddedig llawn amser a rhan-amser yn cynyddu 9.4%. Mae'r rheoliadau bellach wedi'u gwneud a daethant i rym ar 22 Chwefror 2023.²⁷¹ Bydd pob myfyriwr llawn amser a rhan-amser a ddechreuodd gwrs ar neu ar ôl 1 Awst 2018 yn derbyn y cynnydd.²⁷²

²⁶⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 56.

²⁶⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 60.

²⁶⁸ Llywodraeth Cymru, Datganiad i'r Wasg, Ehangu'r Cynnig Gofal Plant gan roi rhagor o gyllid i ddarparwyr, 2 Mawrth 2022.

²⁶⁹ Llywodraeth Cymru, Cynnig Gofal Plant Cymru [fel ar 20 Ionawr 2022].

²⁷⁰ Llywodraeth Cymru, Y Cytundeb Cydweithio, Rhagfyr 2021.

²⁷¹ Rheoliadau Addysg (Cyllid Myfyrwyr) (Diwygiadau Amrywiol) (Cymru) 2023.

²⁷² Llywodraeth Cymru, Datganiad Ysgrifenedig, Cymorth i fyfyrwyr Addysg Uwch ym mlwyddyn academiaidd 2023/24, 19 Ionawr 2023.

Ein barn ni

173. Mae mynd i addysg uwch wastad wedi cyflwyno heriau a chyfleoedd newydd sy'n gallu bod yn anodd dygymod â nhw. Mae hyn yn wir os ydych yn 18 oed ac yn mynd yn syth o addysg, neu'n fyfyrwr hŷn yn dychwelyd ar ôl seibiant o addysg, er gall yr heriau penodol a wynebier a'r rhwydweithiau cymorth sydd eu hangen fod yn wahanol o un myfyrwr i'r llall. Mae'n rhaid i berson ifanc 18 oed sy'n gadael cartref am y tro cyntaf ymdopi ag ymuno â'r byd oedolion gyda llai o gefnogaeth gan ei deulu o bosibl, tra gall myfyrwr hŷn fod yn cydbwysu ymrwymadau gwaith a theuluol ond nad yw'n gorfod byw i ffwrdd o'i rhwydweithiau cymorth. Gall llawer o fyfyrwyr ymgyswddo â'r sefyllfaoedd newydd hyn yn rhwydd neu gyda rhywfaint o gymorth lefel isel gan deulu, ffrindiau ac, o bosibl, eu sefydliad. Fodd bynnag, i eraill, gall waethygu problemau iechyd meddwl sydd ganddynt yn barod neu sbarduno rhai newydd. Efallai y bydd angen mwy o gymorth arnynt wrth reoli hyn ynghyd â'r newidiadau eraill sy'n dod gyda dechrau addysg uwch.

174. Roedd y rhain yn bethau yr oedd pob myfyrwr yn eu hwynebu tan yn ddiweddar. Fodd bynnag, mae graddedigion diweddar, myfyrwyr presennol a darpar fyfyrwyr yn wynebu'r heriau traddodiadol hyn yng nghyd-destun byw trwy ac astudio trwy bandemig byd-eang digynsail ac, erbyn hyn, argyfwng costau byw, yn ogystal â ffactorau ansicr parhaus eraill fel newid hinsawdd, a gwrthdaro ar draws y byd. Yn union fel y mae'r byd ehangach yn lle heriol i bawb, felly y mae ar gyfer y rhai sy'n astudio. Eto i gyd, maent dan bwysau unigryw hefyd, nid yn unig y pwysau academiaidd ond hefyd, pwysau'r cyfyngiadau y gallant eu hwynebu o ran gallu cynyddu eu hincwm wrth i wariant craidd barhau i godi.

175. Yn ogystal â phwysau academiaidd, gall myfyrwyr wynebu pwysau cymdeithasol cryf, yn enwedig unrhyw fyfyrwr sy'n teimlo nad yw'n perthyn. Os ydych yn teimlo nad ydych chi'n perthyn, gall hynny eich rhoi o dan bwysau. Fel yr ydym wedi nodi yn y penodau blaenorol, mae rhai grwpiau o fyfyrwyr a allai wynebu risg uwch o ddatblygu problemau iechyd meddwl; a / neu a fydd yn wynebu rhwystrau rhag cael mynediad at gymorth priodol.

176. Mae'n hanfodol bod sefydliadau addysg uwch yn ystyried yr agweddau hyn wrth ddatblygu gwasanaethau cymorth ac ystyried sut y gallant gyfathrebu â'u myfyrwyr am y cymorth sydd ar gael a sut i gael gafael arno.

177. Mae'r pandemig wedi cael effaith ar bawb, ond gwelwyd myfyrwyr yn wynebu rhai heriau penodol o ran yr amharu ar eu dysgu. I'r myfyrwyr hynny a ddechreuodd yn y brifysgol yn ystod y pandemig ac a aeth yno'n syth o'r coleg neu'r chweched dosbarth, mae'n amlwg bod y diffyg rhyddid yn ystod y pandemig wedi golygu nad ydynt wedi datblygu rhai o'r sgiliau a'r profiadau

personol ehangach sy'n helpu i liniaru'r broses o bontio i addysg uwch. Efallai hefyd y bydd y myfyrwyr hynny sy'n byw oddi cartref am y tro cyntaf yn gweld bod angen iddynt gefnogi'r myfyrwyr sy'n byw gyda nhw a / neu ffrindiau sy'n ei chael hi'n anodd ymdopi ac na fyddant o reidrwydd yn gwybod beth yw'r ffordd orau o fynd o'i chwmpas hi.

178. Nodwn fod y pandemig wedi cyflymu'r defnydd o offer digidol a rhithwir ar gyfer dysgu ac ar gyfer cymorth bugeiliol ehangach. Roedd y dystiolaeth yn rhanedig: i rai, mae wedi agor mynediad at wasanaethau na fyddent wedi eu defnyddio wyneb yn wyneb cyn hynny o bosibl, ond i eraill, mae wedi creu rhwystr. Mae pwysigrwydd sicrhau bod cymorth ar gael mewn fformat sy'n hygyrch i bob myfyriwr yn hanfodol. Mae angen i sefydliadau addysg uwch sicrhau eu bod yn parhau i ddarparu cymorth mewn dulliau gwahanol, ond gan wneud hynny mewn ffordd sy'n diwallu angen y myfyriwr, yn hytrach na rhagdybio beth sy'n gweithio iddo.

179. Rydym yn ymwybodol hefyd o'r straen ychwanegol y gall addysgu ar-lein ac wyneb yn wyneb ei achosi i staff. Rhaid i unrhyw waith i ddatblygu opsiynau dysgu cyfunol ymhellach gynnwys llais y staff. Nodwn fod Coleg Brenhinol y Seiciatryddion yn gweld bod angen tystiolaeth bellach ar ddefnyddio offer digidol er mwyn deall yn well pryd sydd orau i'w ddefnyddio.

180. Mae'n ddyddiau cynnar iawn i ni o hyd o safbwynt deall yn llawn effaith y pandemig ar draws cymdeithas gyfan, heb sôn am ei effaith benodol ar fyfyrwyr ac addysg uwch yn fwy cyffredinol. Mae wedi amharu ar y sector addysg cyfan ac ar astudiaethau myfyrwyr yn sylweddol, ac mae hynny wedi cael effaith academiaidd a chymdeithasol. Credwn felly fod angen clir am ymchwil ac astudiaethau pellach yn y blynyddoedd nesaf, sydd wedyn yn gallu llywio sut mae'r sector addysg uwch yn mynd i'r afael â'r effeithiau hyn.

Argymhelliad 4. Mae Llywodraeth Cymru yn ymrwmo i gomisiynu gwerthusiad annibynnol o effeithiau'r pandemig ar barodrwydd ar gyfer addysg uwch a phontio i addysg uwch. Dylai hyn wedyn helpu i nodi unrhyw effeithiau hirdymor a pha arferion da o'r pandemig y dylid eu prif ffrydio mewn busnes fel arfer; a darparu sylfaen dystiolaeth glir ar gyfer ymyriadau'r dyfodol. Dylid cyhoeddi canfyddiadau'r gwerthusiad hwn, a dylai Llywodraeth Cymru a'r Comisiwn eu defnyddio i lywio penderfyniadau ariannu, canllawiau a chyngor.

Argymhelliad 5. Yn y byrdymor, dylai Llywodraeth Cymru a CCAUC weithio i barhau i ddatblygu'r sylfaen dystiolaeth ynghylch effeithiolrwydd dysgu cyfunol a chymorth lles myfyrwyr a hwyluso rhannu arferion da ar draws y sector. Rhaid i'r gwaith hwn gynnwys llais a phrofiadau staff a myfyrwyr i nodi'r hyn sy'n gweithio'n effeithiol ac nad yw'n gweithio'n effeithiol. Dylai

CCAUC ac yna'r Comisiwn barhau i gyhoeddi diweddariadau rheolaidd i lywio arferion da sy'n esblygu yn y maes hwn.

181. Mae'r argyfwng costau byw yn amlwg yn peri pryder llawn mor sylweddol i iechyd meddwl a lles myfyrwyr â'r pandemig. Clywsom sawl enghraifft o'r ffordd y mae'r sector yn ceisio helpu i gynorthwyo myfyrwyr, yn cynnwys sicrhau bod llefydd cynnes ar gampysau, rhoi cymhorthdal ar gyfer bwyd neu ddarparu cronfeydd caledi. Mae hyn i gyd i'w groesawu. Ond mae'n amlwg bod myfyrwyr yn wynebu heriau penodol wrth ddelio â'r argyfwng costau byw. Bydd gan rai myfyrwyr lai o gyfle i gynyddu faint o arian sy'n dod i mewn ganddynt neu i leihau eu gwariant, oherwydd y cyfyngiadau ar eu gallu i gael gwaith cyflogedig neu am eu bod yn wynebu costau sefydlog fel rhent neu filiau ynni.

182. Rydym yn croesawu'r cyhoeddiad diweddar ar y pecyn cymorth i fyfyrwyr ar gyfer 2023/24. Credwn y bydd hyn yn helpu i liniaru rhai o effeithiau'r argyfwng costau byw, er ein bod yn poeni bod y costau'n cynyddu mor sylweddol fel na fydd hyd yn oed y cynnydd hwn yn mynd i'r afael â'r straen ariannol sy'n wynebu rhai myfyrwyr eisoes. At hynny, dim ond i fyfyrwyr sy'n byw yng Nghymru y bydd y cynnydd hwn yn berthnasol, ac nid yw tu hanner y boblogaeth myfyrwyr yng Nghymru yn byw yng Nghymru. Nodwn hefyd fod y cynnig gofal plant y gall rhai myfyrwyr fanteisio arno yn gallu cael effaith enfawr ar grwpiau arbennig o fyfyrwyr, yn enwedig menywod. Edrychwn ymlaen at weld y cynnig hwn yn cael ei ymestyn i'r rheini sydd â phlant hyd yn oed yn iau a disgwyliwn y bydd unrhyw estyniad o'r cynnig ar gael i'r rhai sydd mewn addysg a hyfforddiant.

183. Rydym yn croesawu'r dyfarniad cyllid o £2.3 miliwn i CCAUC gan Lywodraeth Cymru yn ddiweddar. Mae'r Gweinidog wedi gofyn am i'r cyllid hwn ganolbwyntio ar y mesurau a fydd yn helpu i fynd i'r afael ag effaith yr argyfwng costau byw ar ddysgwyr a myfyrwyr, yn cynnwys yr effeithiau lles ac iechyd. Rhaid ymrwymo'r cyllid erbyn mis Mawrth 2023 a'i wario erbyn mis Gorffennaf 2023 felly dylai geisio mynd i'r afael â rhai o'r effeithiau mwyaf dybryd.²⁷³ Bydd gennym ddiddordeb mewn gweld yr adroddiad y gwnaed cais amdano gan y Gweinidog ar sut mae'r cyllid wedi'i ddyrannu. Disgwylir yr adroddiad ym mis Hydref 2023.

184. Nodwn o'n gwaith craffu ar y gyllideb na fu unrhyw gynnydd yn y cyllid ar gyfer addysg uwch yng nghyllideb 2023-24, a bod darparwyr yn talu unrhyw gostau sy'n deillio o'r pwysau costau byw o'u hadnoddau presennol. Cydnabyddwn fod y rownd gyllideb hon wedi bod yn heriol, a hyn a hyn o arian sydd ar gael. Fodd bynnag, credwn y dylai Llywodraeth Cymru a

²⁷³ Cylchlythyr CCAUC, W23/01HE: Llesiant ac iechyd a chymorth ariannol ychwanegol i fyfyrwyr addysg uwch, 24 Ionawr 2023

CCAUC barhau i fonitro'r pwysau ar ddarparwyr mewn perthynas â chronfeydd caledi ac os yw darparwyr yn ei chael hi'n anodd darparu'r cymorth angenrheidiol hwn i fyfyrwyr, dylent geisio gwneud newidiadau yn ystod y flwyddyn i'r gyllideb, i ddarparu cyllid caledi ychwanegol.

Argymhelliad 6. Dylai Llywodraeth Cymru ar y cyd â CCAUC barhau i fonitro'r pwysau ar ddarparwyr i ddarparu cymorth ariannol ychwanegol i fyfyrwyr sy'n wynebu caledi ariannol. Yn benodol, dylid talu sylw agos at y cysylltiad rhwng cyfraddau rhoi'r gorau i astudio a chyfraddau cyrhaeddiad a'r angen i gael cymorth caledi ariannol. Os yw darparwyr yn ei chael hi'n anodd ateb y galw, dylai Llywodraeth Cymru ddarparu cyllid ychwanegol yn ystod y flwyddyn i ddarparwyr.

185. Rydym yn pryderu hefyd efallai na fydd myfyrwyr yn gallu manteisio ar yr holl gymorth costau byw sydd ar gael. Rydym yn ymwybodol nad yw pob un o'r penderfyniadau polisi hyn yn cael eu gwneud ar lefel Llywodraeth Cymru ac mae ein sylwadau wedi'u fframio yn y cyd-destun hwnnw. Yn gyntaf, efallai na fydd myfyrwyr yn ymwybodol o'r hyn y maent yn gymwys i'w gael; ac, yn ail, mewn rhai achosion (megis cymorth gyda biliau ynni) gallant fod yn ddibynnol ar eraill, megis landlordiaid yn trosglwyddo'r cymorth hwnnw. Mae angen ystyried ymhellach anghenion penodol myfyrwyr wrth lunio cymorth costau byw, a lle mae sefydliadau hefyd yn gweithredu mewn capasiti arall, megis landlord ar gyfer neuaddau myfyrwyr, rhaid iddynt sicrhau eu bod yn trosglwyddo cymorth ynni neu sicrhau nad ydynt yn cynyddu costau ynni i'r fath raddau a fydd yn achosi caledi ariannol i'w myfyrwyr.

186. Mae angen i ddarparwyr a Llywodraeth Cymru weithio gyda'i gilydd i nodi ffyrdd arloesol o helpu i gynorthwyo myfyrwyr a lleihau eu costau byw hanfodol. Er ein bod ni eisoes yn gweld darparwyr yn gwneud hyn drwy werthu prydau am bris cost ar y campws, neu drwy gyflwyno mannau cynnes ar y campws, dylid mynd ar drywydd pob opsiwn arall. Nodwn yn arbennig yr effaith y gall costau cludiant ei chael ar fyfyrwyr, yn enwedig gan y bydd myfyrwyr yn fwy tueddol efallai o fyw gryn bellter o'u prif gampws.

Argymhelliad 7. Wrth lunio unrhyw fesurau ar gyfer cymorth gyda chostau byw, rhaid i Lywodraeth Cymru ystyried yr anghenion a'r heriau penodol sy'n wynebu pob myfyriwr, yn cynnwys myfyrwyr ôl-raddedig. Wrth gyhoeddi unrhyw gymorth, rhaid iddynt amlinellu'n glir sut maent wedi mynd i'r afael â'r heriau hyn sy'n wynebu myfyrwyr. Yn arbennig, rhaid i Lywodraeth Cymru ystyried na fydd rhai myfyrwyr yn gallu manteisio ar fudd-daliadau fel y Credyd Cynhwysol, neu efallai na fyddant yn gallu cael unrhyw un o fudd-daliadau'r DU (megis myfyrwyr rhyngwladol) neu'n wynebu rhwystrau wrth geisio sicrhau neu gynyddu nifer yr oriau y maent yn gweithio (megis myfyrwyr ôl-raddedig).

187. Hoffem gymeradwyo'r argymhelliad perthnasol a ganlyn yn adroddiad y Pwyllgor Iechyd a Gofal Cymdeithasol ar anghydraddoldebau iechyd meddwl:

Argymhelliad 1. Ni fydd iechyd meddwl a llesiant y boblogaeth yn gwella, ac mewn gwirionedd gall barhau i ddirywio, oni bai bod camau effeithiol yn cael eu cymryd i gydnabod a mynd i'r afael ag effaith trawma, a mynd i'r afael ag anghydraddoldebau mewn cymdeithas ac achosion ehangach iechyd meddwl gwael. Rhaid i'r neges hon, ynghyd ag uchelgais glir i leihau anghydraddoldebau iechyd meddwl, fod yn ganolog i strategaeth iechyd meddwl newydd Llywodraeth Cymru

Ymateb Llywodraeth Cymru: Derbyn.

4. Pontio i addysg uwch

Gall y newid i astudiaethau addysg uwch fod yn anodd a gall sbarduno neu waethygu problemau iechyd meddwl. Mae pontio i addysg uwch yn amrywiol, yn amrywio o bobl sy'n gadael yr ysgol i oedolion sy'n dychwelyd i fyd addysg ar ôl bwlch hir. Bydd dull system gyfan o ymdrin ag iechyd meddwl ar draws pob darparwr addysg ôl-16 yn helpu i hwyluso pontio i addysg uwch.

188. Y darlun traddodiadol o fyfyrwr addysg uwch yw person ifanc 18 oed yn symud oddi cartref i fynd i'r brifysgol. Ond mae addysg uwch wedi newid, ac nid yw hyn bob amser yn wir mwyach. Rydym wedi ymdrin â hyn drwy'r adroddiad, ac wedi dwyn i gof gydol yr ymchwiliad bod myfyrwyr yn grŵp llawn mor eang ac amrywiol o bobl â'r boblogaeth ehangach y maent yn dod ohoni.

189. Ond eto, fel i ni nodi yn y bennod flaenorol, mae'r newid i bobl ifanc sy'n mynd yn syth o'r ysgol neu'r coleg i addysg uwch yn amser allweddol, a gallwn gyflwyno ffactorau straen penodol mewn perthynas ag iechyd meddwl. Felly, buom yn archwilio materion yn ymwneud â phontio i addysg uwch a sut y gellir gwella'r broses i sicrhau bod myfyrwyr yn dechrau addysg uwch yn y sefyllfa gryfaf bosibl.

Dull ysgol / system gyfan o ymdrin ag iechyd meddwl

190. Ymchwiliodd ein Pwyllgor rhagflaenol yn y Senedd ddiwethaf i les emosiynol a meddyliol plant yn eu hadroddiad **Cadernid Meddwl**, a gyhoeddwyd ym mis Ebrill 2018. Yn ôl yr adroddiad, erbyn 14 oed, bydd hanner yr holl broblemau iechyd meddwl wedi dechrau, ac mae'n galw am newid sylweddol yn y modd yr ymdrinnir â'r problemau hyn. Yn benodol, roedd y Pwyllgor yn galw am newid y ffocws i ymyrraeth gynnar. Dilynodd y Pwyllgor hwn wedyn gyda **Cadernid Meddwl: ddwy flynedd yn ddiweddarach**, gan ddweud bod newid yn dechrau digwydd ond nad oedd yn digwydd yn ddigon cyflym. Roedd y Pwyllgor o'r farn bod angen canolbwyntio ar sicrhau newid system gyfan.

191. Ers cyhoeddi'r adroddiadau hyn mae ffocws wedi bod ar sefydlu dull ysgol gyfan o ymdrin â lles emosiynol a meddyliol, gan gynnwys datblygu canllawiau statudol i gefnogi ysgolion wrth iddynt ddatblygu dull gweithredu ysgol gyfan a chyflwyno'r cwricwlwm newydd. Mae hwn bellach wedi'i ddatblygu'n ddull system gyfan.

192. Yn fwy diweddar, cyhoeddodd Pwyllgor Iechyd Meddwl a Llesiant Senedd Ieuentid Cymru ei **adroddiad, Meddyliau Iau o Bwys**, yn edrych ar iechyd meddwl a lles i bobl ifanc. Holwyd 3,679 o bobl ifanc, a chyfrannodd aelodau'r senedd eu profiadau hwythau hefyd. Roedd yr adroddiad hwn yn adeiladu ar adroddiad y Senedd a'i rhagflaenodd **Gadewch i Ni Siarad am Iechyd Meddwl**, a gyhoeddwyd yn 2020. Canfu'r Senedd Ieuentid bresennol nad oedd llawer o wahaniaeth, os o gwbl, o ran pa mor aml roedd pobl ifanc yn wynebu anawsterau gyda'u hiechyd meddwl o'i gymharu â'r arolwg a gynhaliwyd ar gyfer adroddiad 2020. Yn benodol, gwnaethant ganfod nad oedd lefel y cymorth iechyd meddwl mewn mannau dysgu yn ateb y galw. Gwnaethant nifer o argymhellion, a oedd yn berthnasol i'r materion hyn gan gynnwys:

"Lleoliadau addysg i fabwysiadu'r dull o ymgorffori iechyd meddwl a llesiant ym mhob agwedd ar y profiad addysg, ac iddynt ddysgu ei gilydd ynglŷn â beth sy'n gweithio orau yn ymarferol, i sicrhau bod y profiad mor gyson â phosibl i bobl ifanc ym mhob rhan o Gymru.

Lleoliadau addysg i gael yr adnoddau sydd eu hangen arnynt i ddarparu cymorth mwy amserol, cyson a pharhaus, ac o ansawdd da i'r bobl ifanc hynny sydd angen cymorth gyda'u hemosiynau a'u hiechyd meddwl, a cheisio prif ffrydio cymorth megis gwasanaethau cwnsela mewn ysgolion i bob person ifanc, gan gynnwys y bobl ifanc hynny sydd heb geisio cael cymorth.

*Lleoliadau addysg i greu mwy o fannau diogel i bobl ifanc siarad â phobl ifanc eraill a gweithwyr proffesiynol a gwneud mwy i roi sicrwydd i bobl ifanc eu bod yn gallu ceisio cymorth yn breifat ac yn gyfrinachol."*²⁷⁴

193. Wrth ymateb i argymhellion Senedd Ieuentid Cymru, ni wnaeth y Dirprwy Weinidog roi adborth penodol ar bob argymhelliad, ond rhoddodd sylwadau cyffredinol ar waith a oedd yn cael ei wneud a oedd yn ymwneud â'r argymhellion.

²⁷⁴ Senedd Ieuentid Cymru. Pwyllgor Iechyd Meddwl a Llesiant. Meddyliau Iau o Bwys. Tachwedd 2022.

194. Yn amlwg, mae'r ffordd y mae ysgolion yn ymdrin ag iechyd meddwl a lles emosiynol yn cael cryn effaith ar sut mae myfyrwyr sy'n dod yn syth o'r ysgol / addysg bellach yn rheoli problemau iechyd meddwl sydd ganddynt eisoes, neu i ba raddau y maent wedi datblygu'r gwydnwch i ymdopi â heriau. Dywedodd Mind Cymru y gallai'r dull ysgol gyfan a'r cwricwlwm newydd arwain at newid sylweddol yn y ffordd y mae pobl ifanc yn meddwl am eu hiechyd meddwl. Roedd yn gobeithio y byddai hyn yn cynyddu hyder pobl i drafod problemau a datblygu mecanweithiau ymdopi a rheoli. Bydd hyn wedyn yn gwneud pontio i addysg uwch yn haws i fyfyrwyr y dyfodol.²⁷⁵ Dywedodd ei bod yn hanfodol i'r newid sylweddol hwn a welir mewn addysg orfodol barhau i addysg uwch.²⁷⁶

195. Tynnodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda sylw at y Gwasanaeth Mewngymorth i Ysgolion y maent wedi ei ddatblygu. Pwrpas y rhaglen yw cynorthwyo athrawon i adnabod ac ymyrryd yn gynnar pan fo dysgwr yn ei chael hi'n anodd ymdopi. Elwodd y gwasanaeth ar fuddsoddiad Llywodraeth Cymru, ac mae wedi golygu bod gan bob ysgol weithiwr cyswllt penodol sy'n gallu delio â cheisiadau am ymgynghoriad, darparu hyfforddiant a sicrhau bod dull ysgol gyfan yn cael ei fabwysiadu. Roedd o'r farn y gallai dull tebyg wella cymorth mewn lleoliadau coleg a phrifysgol o bosibl.²⁷⁷

196. Cyfeiriodd Llywodraeth Cymru at y cwricwlwm newydd a'i bwylais ar iechyd a lles. Bydd hefyd yn pwysleisio "pwysigrwydd pontio i addysg ôl-16 a byddai angen i unrhyw bontio effeithiol ystyried iechyd a llesiant dysgwyr a'r cymorth a gawsant yn yr ysgol."²⁷⁸ Dywedodd y Dirprwy Weinidog y bu cynnydd da o ran cyflwyno'r dull ysgol gyfan a bellach y dull system gyfan.²⁷⁹ Nododd hefyd fod Llywodraeth Cymru wedi mabwysiadu dull dim drws anghywir o ymdrin ag iechyd meddwl.²⁸⁰

Pa waith sy'n mynd rhagddo ar hyn o bryd i gefnogi pontio?

197. Dywedodd UCM Cymru fod angen ystyried iechyd meddwl a lles wrth gynllunio a rheoli pontio rhwng addysg orfodol ac addysg ôl-16.²⁸¹ Dywedodd Colegau Cymru y dylai'r pontio fod mor llyfn â phosibl ar gyfer y rhai sydd â chyflwr presennol.²⁸²

²⁷⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

²⁷⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 304

²⁷⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 16 Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda

²⁷⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34 Llywodraeth Cymru

²⁷⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 45

²⁸⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 102

²⁸¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru

²⁸² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 19 Colegau Cymru (Ymateb i'r ymgynghoriad)

198. Fel rhan o'n gwaith ymgysylltu â staff a myfyrwyr, clywsom y dylid gwneud mwy yn gynharach yn y broses ymgeisio a derbyn i gefnogi'r prosesau pontio hyn. Dywedodd staff po gynharaf y bydd darparwyr yn gwybod am anghenion, po hawsaf yw hi i roi cymorth priodol ar waith. Cafwyd enghreifftiau ganddynt o fyfyrwyr yn rhoi gwybod am broblemau mor gynnar â diwrnodau agored, a'i bod yn gadarnhaol dros ben pan fydd hyn yn digwydd.²⁸³

199. Clywsom gan ddarparwyr am y cymorth y maent yn ei ddarparu ar gyfer pontio i addysg uwch. Disgrifiodd Coleg Penybont eu rhaglen camau nesaf, sy'n cynnwys mentrau cadw'n gynnes i ennyn diddordeb myfyrwyr yn eu taith dysgwr cyn iddynt ddechrau yn y coleg a mecanweithiau eraill fel llawlyfr myfyrwyr a nwyddau rhad ac am ddim sy'n helpu i hyrwyddo lles. Yn ogystal, maent wedi "cynyddu amlygrwydd y tîm lles".²⁸⁴

200. Dywedodd Prifysgol Metropolitan Caerdydd eu bod yn gweithio gyda phartneriaid allweddol ond nad oes unrhyw drefniadau rhannu gwybodaeth ffurfiol, a allai, yn eu tyb nhw, greu prosesau pontio mwy llyfn i fyfyrwyr â chyflyrau sy'n bodoli eisoes.²⁸⁵ Dywedodd Prifysgolion Cymru fod gan lawer o sefydliadau gysylltiadau da iawn, hirsefydledig, gyda cholegau a dosbarthiadau chwech mewn cyd-destun rhanbarthol, ac mae rhai o'r rhain yn ffurfiol iawn. Dywedodd fod yr enghreifftiau hyn yn gwneud bywyd ychydig yn haws oherwydd eu bod yn dod i'w hadnabod mewn ffordd arall. Fodd bynnag, roedd o'r farn na all cysylltiadau ffurfiol gefnogi pob achos o bontio, oherwydd bod llawer o fyfyrwyr yn dod o'r tu allan i Gymru, ac nad yw'r cysylltiadau ffurfiol hyn ar waith ym mhobman.²⁸⁶

201. Dywedodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion fod nifer o raglenni ar draws Cymru sy'n ceisio cefnogi'r broses pontio ar gyfer grwpiau penodol, megis ehangu cyfranogiad myfyrwyr, myfyrwyr ar y sbectrwm awtistig neu sydd â chyflyrau iechyd meddwl. Dywedodd fod angen gwerthuso rhaglenni o'r fath.²⁸⁷

202. Dywedodd AMOSSHE fod pontio yn agenda a oedd yn tyfu mewn amlygrwydd ar draws y sector gyda thimau ymroddedig yn cael eu sefydlu, a bod mwy o waith yn cael ei wneud yn gynharach wrth i fyfyrwr baratoi i fynd i'r brifysgol.²⁸⁸ Dywedodd ei bod yn "hollbwysig paratoi myfyrwyr ymlaen llaw...".²⁸⁹

²⁸³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

²⁸⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 2 Coleg Penybont

²⁸⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 15 Prifysgol Metropolitan Caerdydd

²⁸⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 169-170

²⁸⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 9 Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru

²⁸⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 32

²⁸⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 34

203. Tynnodd CCAUC sylw at y ffaith eu bod nhw, fel rhan o'u cyllid lles ac iechyd, wedi gofyn i bob darparwr gynnal hunanasesiad yn erbyn **fframwaith Stepchange Universities UK**. Datblygwyd y fframwaith prifysgol gyfan hwn ar y cyd â Siarter Iechyd Meddwl Prifysgolion Student Minds ac mae'n cynnig fframwaith cyffredin ar gyfer newid i ddatblygu prifysgolion sy'n iach yn feddyliol.²⁹⁰ Mae cefnogi pontio yn elfen allweddol o'r fframwaith hwn sy'n pwysleisio dull integredig sy'n ymdrin ag ymgeisio, recriwtio, sefydlu, ac yn parhau y tu hwnt i sefydlu.²⁹¹

204. Mae plattform OpenLearn y Brifysgol Agored yn dwyn ynghyd adnoddau o brifysgolion Cymru i helpu i bontio i addysg uwch ar gyfer dysgwyr sydd wedi cael eu heffeithio gan y pandemig. Mae Llywodraeth Cymru wedi darparu cyllid i'r prosiect hwn.²⁹²

205. Clywsom alwadau am ddull pontio cyson a safonol gan randdeiliaid fel Coleg Cambria.²⁹³ Roedd CCAUC eisiau gweld "llwybrau pontio cydweithredol a fynegir yn glir ar draws y system...".²⁹⁴

206. Galwodd UCM Cymru am ehangu prosiectau Barod am y Brifysgol, gan dynnu sylw at y ffaith fod y prosiectau hyn wedi'u hanelu'n bennaf at bobl ifanc 16-18 oed, ac felly nad ydynt yn addas ar gyfer myfyrwyr hŷn. Dywedodd fod y cymhlethdodau ychwanegol o fynd i'r brifysgol fel myfyriwr hŷn yn golygu y byddai ehangu o'r fath yn "fuddiol iawn". Roedd hefyd yn tynnu sylw at y ffaith nad yw myfyrwyr o'r tu allan i Gymru, naill ai o rannau eraill o'r DU neu fyfyrwyr rhyngwladol, yn gallu cael mynediad atynt chwaith.²⁹⁵

207. Roedd y staff y bu i ni siarad â nhw yn dweud eu bod yn teimlo bod y broses bontio yn fwy heriol i'r carfanau o fyfyrwyr a oedd wedi cael eu heffeithio gan y pandemig a'r cyfnodau clo. Eu hawgrym oedd bod angen i bontio fod yn llai dramatig, ac awgrymwyd bod y cyflymder y mae angen cymhathu llawer iawn o wybodaeth a datblygu sgiliau yn gallu bod yn heriol iawn. Mae hwn yn fater penodol i'r carfanau presennol o fyfyrwyr sy'n mynd i addysg uwch yn 18 oed, sydd efallai heb gael cymaint o gyfleoedd i ddechrau archwilio bod yn oedolion oherwydd y pandemig a'r cyfnodau clo cysylltiedig.²⁹⁶

208. Soniodd Llywodraeth Cymru am £600,000 o gyllid a roddodd i CCAUC yn 2022/23 o'r Prosiect Ôl-16 a Phontio a fydd yn darparu cymorth mentora i fyfyrwyr mewn addysg 16-19.

²⁹⁰ Universities UK, Stepchange: Mentally Healthy Universities, 20 Rhagfyr 2022

²⁹¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 273

²⁹² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34 Llywodraeth Cymru

²⁹³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 3 Coleg Cambria

²⁹⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

²⁹⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 59

²⁹⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

Dywedodd hefyd fod dros £33 miliwn o gyllid ychwanegol wedi ei ddyrannu i golegau addysg bellach a dosbarthiadau chwech ysgolion "i gefnogi cynnydd dysgwyr" yn ystod blwyddyn academaidd 2021/22. Roedd dyraniad pellach o £13 miliwn hefyd ar gyfer colegau addysg bellach ac awdurdodau lleol er mwyn cefnogi'r broses o bontio i leoliadau ôl-16 a rhyngddynt.²⁹⁷

A fyddai dull system gyfan o ymdrin ag iechyd meddwl mewn addysg ôl-16 yn helpu i gefnogi pontio?

209. Fel y nodwyd ar ddechrau'r adroddiad, mae sefydlu'r Comisiwn yn newid mawr ac yn gyfle mawr i'r sector addysg ôl-16. Trwy ymgymryd â rôl oruchwyllo ar draws y sector cyfan, gan gynnwys addysg uwch ac addysg bellach, mae cyfle i ddatblygu dull system gyfan ar draws yr ystod lawn o addysg ôl-16.

210. Nododd CCAUC fod dull sefydliad cyfan yn rhan allweddol o fframwaith Stepchange Universities UK, a'i bod yn bwysig sicrhau bod "staff yn cael eu cefnogi a'u hyfforddi i wneud hyn...".²⁹⁸ Dywedodd ei fod yn annog dull sefydliad cyfan fel rhan o ddatblygiad cynlluniau iechyd a lles. Un agwedd bwysig yw ei fod yn cwmparu staff yn ogystal â myfyrwyr, a'i fod yn herio darparwyr i feddwl am yr hyn y maent yn ei wneud ar gyfer eu staff yn ogystal â'u myfyrwyr.²⁹⁹ Pwysleisiodd yr angen i'r gwaith o weithredu dull system gyfan fod yn seiliedig ar dystiolaeth, a chael ei lywio gan werthusiad o ddulliau ac arferion cyfredol, a fyddai hefyd yn darparu meincnodau i asesu effeithiolrwydd a llwyddiant.³⁰⁰ (Byddwn yn edrych ar y materion sy'n ymwneud â staff yn y bennod nesaf.) Credai Prifysgolion Cymru fod y fframwaith hwn yn cynnig model ar gyfer ehangu i ddull ôl-16 cyfan o ymdrin ag iechyd meddwl a lles y gallai'r Comisiwn ei oruchwyllo.³⁰¹

211. Dywedodd CCAUC fod y systemau iechyd ac addysg yn gymhleth. Roedd yn galw am strategaeth genedlaethol glir a chadarn gyda chanllawiau a fyddai'n sicrhau bod yr holl bartneriaid perthnasol yn gweithio ar y cyd i ddiwallu holl anghenion iechyd meddwl a lles myfyrwyr. Credai fod sefydlu'r Comisiwn yn gyfle i wneud hyn gan y bydd yn darparu'r bensaerniaeth. Dywedodd y dylai strategaethau'r dyfodol ystyried y rhyngweithio rhwng

²⁹⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34 Llywodraeth Cymru

²⁹⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 298

²⁹⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 301

³⁰⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

³⁰¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 251

ysgolion, y sector dysgu ôl-16, y GIG, lechyd Cyhoeddus Cymru a'r trydydd sector i gefnogi dysgwyr, hyd at ac ar hyd addysg cyn-16 ac ôl-16, hyfforddiant a dysgu gydol oes.³⁰²

212. Roedd nifer o randdeiliaid yn cytuno â CCAUC fod y Comisiwn yn rhoi cyfle i ddwyn ynghyd dull mwy integredig o ymdrin ag iechyd meddwl a lles ar draws y sector ôl-16. Yn eu plith Cyngor Deoniaid Iechyd³⁰³ a Colegau Cymru a alwodd ar y Comisiwn i fabwysiadu dull cydgyssylltiedig, ac am gydraddoldeb o ran profiad waeth ym mha leoliad y mae'r myfyriwr yn astudio.³⁰⁴ Roedd eraill a oedd am weld dull cydgyssylltiedig ar draws y sectorau yn cynnwys Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain³⁰⁵; a Choleg Brenhinol y Seiciatryddion.³⁰⁶

213. Galwodd UCM Cymru am i wersi gael eu dysgu wrth gyflwyno dull system gyfan mewn ysgolion a'u cymhwyso yn y sector ôl-16. Credai fod angen mwy o waith i ddechrau sefydlu darpariaeth iechyd meddwl safonol i fyfyrwyr mewn lleoliadau addysg bellach.³⁰⁷ Dywedodd Colegau Cymru fod colegau'n gweld cynnydd mewn problemau iechyd meddwl, sy'n gallu parhau i addysg uwch wedyn wrth i'r myfyrwyr hyn bontio o'r coleg.³⁰⁸ Roedd Beat Cymru am weld dull system gyfan yn cael ei gyflwyno ar draws y sector ôl-16 i adlewyrchu'r datblygiadau mewn ysgolion.³⁰⁹

214. Galwodd AMOSSHE am y canlynol:

"A long term strategy which considers mental health support, management and competency across the educational journey; through school, FE, HE and into employment.

*Continuity of care and provision, effective partnership and transitions support is imperative in ensuring that students are aware of support in advance of moving from one setting to another."*³¹⁰

215. Credai Grŵp Llandrillo Menai fod sefydlu'r Comisiwn yn rhoi cyfle i sicrhau bod pob dysgwr ôl-16 yn cael cymorth priodol wrth symud trwy'r system. Credai fod cyfleoedd i ddatblygu hyb iechyd meddwl rhanbarthol i ddysgwyr AU sy'n astudio mewn amgylchedd AB,

³⁰² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

³⁰³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 26 Y Cyngor Deoniaid Iechyd

³⁰⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 19 Colegau Cymru (Ymateb i'r ymgynghoriad)

³⁰⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 29 Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain

³⁰⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 153

³⁰⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru

³⁰⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 7 Colegau Cymru (Papur Pwyllgor)

³⁰⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 23 Beat

³¹⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 11 AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru

ac i gryfhau mynediad at gymorth tra'u bod yn pontio rhwng AB ac AU a rhwng sefydliadau.³¹¹ Dywedodd Coleg Penybont ei fod yn cael cyfarfodydd rheolaidd â cholegau eraill a Llywodraeth Cymru sydd wedi galluogi dull cyson yn ogystal â galluogi colegau i "godi themâu a thueddiadau sy'n dod i'r amlwg...".³¹² Nododd Mind Cymru hefyd pa mor bwysig oedd hi fod y Comisiwn yn ystyried y gwahanol anghenion a gofynion ar draws yr ystod o ddarpariaeth yng Nghymru.³¹³

216. Dywedodd Prifysgol De Cymru mai un her allweddol o ran sicrhau pontio llyfn yw rhagdybiaethau myfyrwyr y "bydd y cymorth a ddefnyddiwyd ganddynt yn flaenorol mewn lleoliadau addysg eraill yn parhau yn awtomatig i AU, ond y realiti yw bod proses hollol newydd...". Galwodd am gydweithio pellach ar draws y sector i helpu i reoli disgwyliadau a phontio llyfn.³¹⁴

217. Soniodd CCAUC am bwysigrwydd sicrhau terminoleg gyson a defnydd cyson o'r derminoleg honno ar draws yr holl wahanol bartneriaid sy'n ymwneud â'r system, gan gynnwys y sector gofal iechyd. Fel arall, gall ddiffyg cysondeb o'r fath achosi cymorth tameidiog.³¹⁵

218. Dywedodd Llywodraeth Cymru fod y "prosiect ôl-16 a phontio" wedi bod yn gweithio gyda phartneriaid ar draws y sectorau iechyd ac addysg i "ystyried yr heriau, y rhwystrau a'r problemau" sy'n wynebu myfyrwyr mewn lleoliadau ôl-16. Dywedodd y bydd y gwaith hwn yn cael ei "ddefnyddio i lywio rhaglen gydweithio yn y dyfodol."³¹⁶

219. Yn ôl Llywodraeth Cymru, bydd dull system gyfan "yn flaenoriaeth" i'r Comisiwn newydd. Dywedodd ei bod am ei weld yn adeiladu ar waith sydd eisoes yn cael ei wneud yn y gofod hwn, ac i ddysgu gwersi o'r pandemig. Roedd hefyd o'r farn y bydd y Comisiwn yn darparu "cyfleoedd hefyd i rannu gwybodaeth, data ac arferion gorau rhwng darparwyr addysg bellach ac addysg uwch, gan gynorthwyo cymorth i fyfyrwyr sy'n pontio rhwng y ddau sector."³¹⁷

220. Dywedodd y Gweinidog y bydd gan y Comisiwn newydd "y gallu gwell i rannu data a rhannu arferion gorau...", gan y bydd yn rheoleiddio a chyllido pob agwedd ar addysg a

³¹¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 1 Grŵp Llandrillo Menai](#)

³¹² Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 2 Coleg Penybont](#)

³¹³ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 350](#)

³¹⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 32 Prifysgol De Cymru](#)

³¹⁵ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 274](#)

³¹⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 34 Llywodraeth Cymru](#)

³¹⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 34 Llywodraeth Cymru](#)

hyfforddiant ôl-16. Ymrwymodd hefyd i weithio gyda darparwyr addysg a darparwyr iechyd i sicrhau bod pob cyfle i gydweithio yn cael ei nodi.³¹⁸

221. Mae'r Dirprwy Weinidog wedi sefydlu grŵp cynghori polisi traws-sector newydd a fydd yn edrych ar iechyd meddwl ar draws y sector trydyddol. Dywedodd y byddai hwn yn canolbwyntio'n benodol ar gryfhau cymorth iechyd meddwl a lles yn y sector addysg ôl-16. Bydd hyn yn cysylltu â sefydlu'r Comisiwn a bydd yn llywio gwaith datblygu'r olynydd i'r Strategaeth Law yn Llaw at Iechyd Meddwl.³¹⁹

Datganiadau o gyflyrau sy'n bodoli eisoes

222. Bydd rhai myfyrwyr yn datblygu problemau iechyd meddwl wrth astudio yn eu sefydliad, ond gan fod cynnydd yn y problemau iechyd meddwl a gofnodir yn y boblogaeth ehangach, mae'n amlwg bod hyn yn golygu y bydd nifer cynyddol o fyfyrwyr yn cyrraedd addysg uwch gyda chyflwr sy'n bodoli eisoes. Mae hyn yn llawn mor berthnasol i fyfyrwyr sy'n dechrau'r brifysgol yn 18 / 19 ag y mae i fyfyrwr sy'n ymuno yn ddiweddarach mewn bywyd. Nododd Mind Cymru fod 50% o gyflyrau iechyd meddwl oedolion yn dod i'r amlwg cyn troi'n 14 oed a 75% cyn troi'n 24 oed.³²⁰

223. Darn allweddol o wybodaeth i'r sefydliadau wrth iddynt groesawu myfyrwyr yw'r manylion o gais myfyriwr. I'r rhai sy'n gwneud cais trwy UCAS (nid pob myfyriwr) mae cyfle i ddatgan cyflwr iechyd meddwl sy'n bodoli eisoes. Yn ôl Prifysgol Caerdydd, dyma oedd y ffordd symlaf o allu adnabod y rhai sydd â chyflyrau sy'n bodoli eisoes.³²¹

224. Wrth dynnu sylw at ffigurau UCAS, yr ydym yn ymdrin â nhw ym mharagraffau 20-21, dywedodd Llywodraeth Cymru nad yw 49% o fyfyrwyr blwyddyn gyntaf sydd â chyflwr iechyd meddwl yn ei ddatgan ar eu ffurflen UCAS. Mae hefyd yn cyfeirio at ymchwil UCAS sy'n dangos bod mwy a mwy o fyfyrwyr yn datgan cyflwr unwaith y maent yn y brifysgol, sy'n dangos o bosibl bod "myfyrwyr yn dal i fod yn amharod i ddatgan....yn y cam ymgeisio."³²² Dywedodd Prifysgolion Cymru na fydd rhai myfyrwyr yn datgan ymlaen llaw am amryw o resymau ac mai'r myfyriwr piau'r penderfyniad a yw am weud datganiad ai peidio.³²³

³¹⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 87-89

³¹⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 12

³²⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

³²¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 30 Prifysgol Caerdydd

³²² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34 Llywodraeth Cymru

³²³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 118-119

225. Eto i gyd, clywsom y gall fod yn bwysig i sefydliadau fod yn ymwybodol o gyflwr er mwyn sicrhau eu bod yn gallu rhoi'r cymorth cywir o'r cychwyn cyntaf. Heb y wybodaeth hon, dywedodd Prifysgolion Cymru y gallai olygu na all sefydliadau ddiwallu anghenion myfyriwr am gymorth ar y cychwyn.³²⁴ Yn ôl Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan, os caiff y pontio ei reoli'n dda gyda chyfleoedd rheolaidd i'r person ifanc drafod ei les, yna gellir ymgorffori ymyriadau rhagweithiol a all gynnwys strategaethau hunangyfeiriedig cyn iddo ddechrau ei gyfnod astudio.³²⁵

226. Dywedwyd wrthym fod amryw o resymau pam y gallai ymgeiswyr fod yn amharod i ddatgan fel rhan o'r broses dderbyn, gan gynnwys pryderon y gallai effeithio ar lwyddiant eu cais. Dywedodd y Ganolfan Iechyd Meddwl, er bod mwy o ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o broblemau iechyd meddwl, mae bwlch o hyd pan ddaw hi at lythrennedd iechyd meddwl, a bod stigma yn dal i fod yn broblem.³²⁶ Dywedodd Mind Cymru fod stigma ynglŷn â phroblemau iechyd meddwl yn dal i fodoli, yn enwedig i rai grwpiau penodol.³²⁷ Gallai staff hefyd wynebu stigma, a dywedodd ei bod yn bwysig i ddarparwyr sicrhau eu bod yn hyrwyddo gwell ethos o ran iechyd meddwl. Galwodd ar brifysgolion i ysgwyddo cyfrifoldeb am y frwydr yn erbyn stigma iechyd meddwl.³²⁸

227. Clywsom fod rhai grwpiau sy'n llai tebygol o wneud datganiad. Nododd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion fod gan fyfyrwyr peirianeg, meddygol a deintyddol i gyd gyfraddau datgan is.³²⁹ Rydym ni'n tynnu sylw at y mater hwn ym mharagraff 58 hefyd.

228. Dywedodd Prifysgolion Cymru fod gwaith pwysig i'w wneud er mwyn nodi'n glir na fydd datganiad fel rhan o'r broses ymgeisio yn cael effaith ar y penderfyniad i gynnig lle i'r ymgeisydd ai peidio. Dywedodd na all prifysgol, yn gyfreithlon, benderfynu peidio â gwneud cynnig ar sail y sefyllfa benodol honno. Dywedodd hefyd y gallai ymgyrch wybodaeth o bosibl fod yn ffordd werth chweil o nodi'r pwynt hwn yn glir.³³⁰

229. Dywedodd Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion fod y sector yn dibynnu ar y broses datgelu anabledd ar gyfer adnabod yn gynnar. Er hynny, dywedodd fod hyn yn dibynnu ar fyfyrwyr yn ymwybodol bod cyflyrau iechyd meddwl yn cael eu cyfrif fel anabledd ac yn gwybod pa gymorth a fydd ar gael o ganlyniad. Dywedodd nad yw llawer o bobl â

³²⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 109

³²⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 22 Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan

³²⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 8

³²⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 313

³²⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

³²⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 154

³³⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 187

phroblemau iechyd meddwl yn uniaethu â'r label anabledd. Dywedodd hefyd fod rhai yn aml yn gweld dechrau yn y brifysgol fel cyfle i ddechrau o'r newydd ac na fyddant yn datgelu ar yr adeg honno.³³¹

230. Roedd hyn yn atseinio rhywfaint o'r dystiolaeth a glywsom yn uniongyrchol gan fyfyrwyr. Yn ehangach clywsom am sut y gallai myfyrwyr deimlo nad ydynt yn ddigon gwael i ofyn am gymorth ar gyfer problemau iechyd meddwl.³³²

231. Yn ôl Grŵp Llandrillo Menai, pe bai darparwyr AU yn cael gwybodaeth, yn awtomatig, am gymorth sy'n cael ei ddarparu i ddysgwyr yn yr ysgol a chymorth a ddarperir gan y GIG, y byddai hynny o gymorth i bontio. Roedd o'r farn y gellid gwneud hyn trwy broses ymgeisio/cyfeirio fanylach trwy UCAS.³³³ Galwodd Coleg Cambria hefyd am i wybodaeth am iechyd meddwl gael ei rhannu'n amserol,³³⁴ felly hefyd Gymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain³³⁵ (nododd pob un ohonynt y dylid gwneud hyn gyda chaniatâd). Dywedodd Prifysgolion Cymru hefyd fod rhai amgylchiadau lle mae rhannu data rhwng gwasanaethau yn fwch ac mai dyma'r her.³³⁶ Roedd y Cyngor Deoniaid Iechyd yn gweld y Comisiwn fel mecanwaith i helpu i gyflwyno cytundebau rhannu gwybodaeth a data er mwyn helpu i sicrhau parhad gofal wrth i fyfyrwr symud drwy'r system addysg.³³⁷ Felly hefyd Prifysgolion Cymru, a oedd yn teimlo bod y Comisiwn yn gyfle i edrych ar "lif data o ysgolion a cholegau i brifysgolion fel ei fod yn dod yn fwy di-dor...".³³⁸

232. O ran rhannu data, dywedodd CCAUC ei fod hefyd yn ymwneud â chreu'r diwylliant hwnnw sy'n annog hynny. Dywedodd y bydd gallu dangos effaith rhannu gwybodaeth yn effeithiol yn helpu i greu'r diwylliant hwn.³³⁹

233. Dywedodd y Brifysgol Agored yng Nghymru y gallai cyfraddau datganiadau fod yn wahanol i sefydliad fel yntau i ddarparwr mwy traddodiadol sydd â champws. Dywedodd fod myfyrwyr sydd â gwreiddiau cadarnach yn eu cymuned leol, ac sy'n dychwelyd i addysg, yn fwy tebygol o ofyn am gymorth y tu allan i'r sector addysg uwch, er enghraifft trwy eu meddyg teulu. Dywedodd efallai na fydd hyd yn oed yn croesi meddyliau'r myfyrwyr hyn i ddatgan cyflwr

³³¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 20 Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion

³³² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth Iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

³³³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 1 Grŵp Llandrillo Menai

³³⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 3 Coleg Cambria

³³⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 29 Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain

³³⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 119

³³⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 26 Y Cyngor Deoniaid Iechyd

³³⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 171

³³⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 280

i'w darparwr, ac y gellir cael mynediad at gymorth fel hyn.³⁴⁰ Disgrifiodd CCAUC hefyd bontio fel proses amrywiol iawn a chymhleth iawn gan fod myfyrwyr yn ymuno ag addysg uwch o bob math o lefydd.³⁴¹

234. Dywedodd CCAUC fod darparwyr yn dod yn fwy rhagweithiol ynghylch adnabod yn gynnar drwy geisiadau a'r broses dderbyn. Cyfeiriodd at y gwaith yng Ngholeg Brenhinol Cerdd a Drama Cymru sy'n holi myfyrwyr droeon am gyflyrau iechyd meddwl cyn mynediad, adeg eu derbyn, yn ystod y cyfnod sefydlu ac wrth ddewis llety ar ôl iddynt gael eu derbyn. Maent wedi gwneud hyn oherwydd y gydnabyddiaeth y gallai myfyrwyr fod yn amharod i ddatgan fel rhan o'r broses ymgeisio oherwydd pryderon y gallai effeithio'n negyddol ar eu cais.³⁴² Dywedodd CCAUC fod angen i bob sefydliad sicrhau bod gan fyfyrwyr sawl cyfle i ddatgelu, a bod hyn yn fater o godi ymwybyddiaeth i fyfyrwyr unwaith y maent mewn sefydliad.³⁴³ Pwysleisiodd Prifysgolion Cymru hefyd nad yw'n dod i ben wrth gofrestru ac y gall myfyrwyr ddatgan problemau ar unrhyw adeg.³⁴⁴ Dywedodd AMOSSHE y byddai'n ddefnyddiol peidio â dibynnu'n llwyr ar ddatganiadau a wnaed cyn i fyfyrwr ddechrau yn y brifysgol. Cawsom ein hatgoffa hefyd gan AMOSSHE fod gan fyfyrwyr yr hawl i beidio â dweud unrhyw beth wrthym os nad ydynt am ddatgelu gwybodaeth.³⁴⁵

235. Dywedodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan fod y tîm Anhwylderau Bwyta yn gweithio'n agos i gefnogi pobl a fydd yn pontio yn 18 oed, ond mai un o'r heriau posibl yw na fydd person ifanc yn gwybod pwy fydd eu tiwtor personol. Awgrymodd y byddai cael ymarferwyr iechyd meddwl "In Reach" a allai fod yn gyswllt enwebedig yn helpu i gefnogi pontio. Awgrymodd y byddai hyn hefyd yn ddefnyddiol i rieni, sy'n parhau i chwarae rôl bwysig wrth gefnogi pobl ifanc.³⁴⁶

236. O ran materion yn ymwneud â stigma, dywedodd y Dirprwy Weinidog ei fod yn fater pwysig iawn, a bod Llywodraeth Cymru wedi parhau i ariannu Amser i Newid Cymru sy'n gwneud gwaith ynghylch lleihau stigma, ac sydd hefyd yn gweithio mewn cymunedau sydd mewn perygl.³⁴⁷

³⁴⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5 Y Brifysgol Agored yng Nghymru

³⁴¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 271

³⁴² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

³⁴³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 281

³⁴⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 118

³⁴⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 30

³⁴⁶ Ymatebion gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan i'r cwestiynau nas gofynnwyd yn y cyfarfod ar 19 Hydref

³⁴⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 47

Ein barn ni

237. Yn amlwg mae'r newid i addysg uwch, ble bynnag mae'r llwybr hwnnw wedi dechrau, yn gallu bod yn un anodd. Mae dechrau cwrs addysg uwch, gyda phobl newydd, mewn lle newydd o bosibl a dulliau dysgu gwahanol, gyda threfn newydd i fywyd yn gallu bod yn gyffrous ond hefyd yn frawychus. Gall sicrhau bod y pontio'n cael ei reoli'n effeithiol wneud gwahaniaeth enfawr o ran sicrhau bod myfyriwr yn cael dechrau da i weddill ei astudiaethau. Mae hyn yn arbennig o hollbwysig i'r myfyrwyr hynny a allai fod â phroblemau iechyd meddwl sy'n bodoli eisoes neu sydd wedi cael problemau o'r fath yn y gorffennol

238. Er bod pontio'n anodd i bawb, gall fod yn arbennig o heriol i bobl ifanc 18 oed sydd hefyd yn dygymod â dod yn oedolion ar yr un pryd. Ni fydd pob person ifanc yn teimlo'n barod am y cam mawr hwn, ac mae'n amlwg y bydd angen cymorth ychwanegol ar y bobl ifanc hyn.

239. Yn amlwg bu newid sylweddol yng Nghymru o ran sut mae iechyd meddwl a lles emosiynol yn cael ei drafod mewn addysg cyn-16. Ein gobaith yw y bydd hyn, ynghyd â'r cwricwlwm newydd, yn golygu y bydd myfyrwyr sy'n ymuno ag addysg uwch yn y dyfodol, boed yn syth o'r ysgol neu'n hwyrach yn eu bywydau, yn cael sylfaen dda o ran sut i reoli a chynnal eu lles meddyliol eu hunain, a lles meddyliol eu teulu a'u ffrindiau. Bydd cael pethau'n gywir yn yr ysgol yn talu ar ei ganfed trwy gydol oes person ifanc ond, yn arbennig, bydd yn paratōi'r ffordd ar gyfer pontio llyfn i addysg uwch. Fodd bynnag, mae llawer o waith eto i'w wneud er mwyn sicrhau bod y bwriadau da yn arwain at welliannau clir a phendant ar lawr gwlad i blant a phobl ifanc.

240. Nodwn adroddiad diweddar Senedd leuenctid Cymru ar les emosiynol a meddyliol. Mae'n destun pryder i ni ddarllen nad yw pobl ifanc yn teimlo bod newid yn digwydd, neu os ydyw, nad yw'n cael ei deimlo ar lawr gwlad. Rydym yn cefnogi eu galwadau am welliannau sy'n cael eu teimlo ar lawr gwlad er mwyn sicrhau bod pobl ifanc yn cael cymorth iechyd meddwl ac emosiynol priodol yn ystod eu cyfnod mewn addysg orfodol ac wrth symud i addysg ôl-16.

241. Nid ydym yn glir sut mae'r dull system gyfan o ymdrin ag iechyd meddwl a lles emosiynol yn cael ei weithredu a'i fonitro ledled Cymru. Er ein bod yn cydnabod y bydd ysgolion unigol yn cael eu hasesu fel rhan o'r fframwaith arolygu, mae'n anodd i ni fel Pwyllgor gael synnwyr o sut mae'r gweithredu hwn yn mynd rhagddo ledled Cymru, a pha heriau a rhwystrau y gallai ysgolion, awdurdodau lleol a Llywodraeth Cymru eu hwynebu o ran sicrhau bod bwriadau da yn cael eu gwireddu ar lawr gwlad. Gallai hyn helpu i fynd i'r afael â rhai o'r pryderon a godwyd gan Senedd leuenctid Cymru hefyd.

Argymhelliad 8. Bod Llywodraeth Cymru yn rhoi i ni wybodaeth reolaidd ac unrhyw ddata sydd ar gael am gyflwyno'r dull system gyfan yn maes addysg ôl-16. Dylid darparu'r wybodaeth hon ddwywaith y flwyddyn a dylai roi i ni'r wybodaeth i ddeall yr effaith y mae cyflwyno'r system yn ei chael ar les emosiynol a meddyliol plant a phobl ifanc, yn ogystal â'r graddau y mae'n magu gwydnwch.

242. Mae'n amlwg bod rhywfaint o waith partneriaeth pwysig yn parhau gyda'r sector i geisio cynorthwyo gyda rhai prosesau pontio, yn enwedig i'r myfyrwyr hynny sy'n symud o'r coleg / chweched dosbarth i addysg uwch. (Bydd hyn nid yn unig yn effeithio'n gadarnhaol ar fyfyrwyr 18 oed, ond ar unrhyw fyfyrwr sydd wedi dychwelyd i ailgychwyn addysg mewn lleoliad addysg bellach.) Fodd bynnag, ni fydd y gwaith partneriaeth hwn o fudd i'r myfyrwyr hynny sy'n ymuno o fannau eraill yn y DU na myfyrwyr rhyngwladol. Nodwn mai un o'r argymhellion o'n gweithgarwch ymgysylltu oedd y dylid datblygu'r broses pontio ymhellach, ac y dylid datblygu hyn ar y cyd â darparwyr addysg bellach a chyda'u cymorth.³⁴⁸

243. Mae sefydlu'r Comisiwn yn rhoi cyfle euraidd i helpu i wella pontio ar draws y sector addysg ôl-16. Er bod rhywfaint o waith da wedi'i sefydlu gan CCAUC eisoes, credwn ei bod hi'n adeg arbennig o amserol i edrych o ddifrif ar sut y gellir ymgorffori'r gwaith hwn ymhellach a'i brif ffrydio ar draws yr holl ddarparwyr ôl-16 i sicrhau bod pontio o amgylch y sector yn ddi-dor ac yn cefnogi'r myfyrwr yn ei daith ddysgu. Mae sefydlu'r Comisiwn yn gyfle hefyd i edrych y tu hwnt i Gymru i nodi arferion da o ran pontio ar draws y byd. Gallai gwaith o'r fath gysylltu hefyd â'r gwaith o sicrhau bod myfyrwyr rhyngwladol yn cael y lefel iawn o gymorth (fel i ni drafod yn y ddwy bennod flaenorol).

Argymhelliad 9. Dylai Llywodraeth Cymru, ar y cyd ag CCAUC a'r Comisiwn newydd, gomisiynu gwaith yn edrych ar bontio addysgol o addysg orfodol i addysg ôl-orfodol ar draws y byd. Dylai'r gwaith hwn nodi arferion da y gellid eu trosglwyddo i sector Cymru, dylid ei gyhoeddi a'i ddefnyddio i lywio polisiau'r dyfodol yn y maes pwysig hwn.

244. Byddem yn cymeradwyo argymhelliad y sector addysg ôl-16 y dylai Llywodraeth Cymru ystyried ffyrdd y gall prifysgolion weithio gyda cholegau/ysgolion ôl-16 lleol i gefnogi iechyd meddwl dysgwyr cyn iddynt bontio i addysg uwch.³⁴⁹

Argymhelliad 10. Mae Llywodraeth Cymru yn amlinellu i'r Pwyllgor sut y bydd yn gweithredu'r argymhelliad o'r sector addysg ôl-16 i ystyried ffyrdd y gall prifysgolion weithio

³⁴⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022.

³⁴⁹ Gweithgor y Sector Addysg Ôl-16, Argymhellion Polisi Iechyd Meddwl Ôl-16, Mai 2022.

gyda cholegau / ysgolion ôl-16 lleol i gefnogi iechyd meddwl dysgwyr cyn iddynt bontio i addysg uwch.

245. Rydym yn croesawu sefydlu'r grŵp cynghori ar bolisi traws-sector newydd gan y Dirprwy Weinidog, fel y disgrifir ym mharagraff 221. Credwn fod hwn yn ddatblygiad amserol, a gobeithio y bydd yn cynnig llwybr arall i helpu i lywio gwaith y Comisiwn yn y maes hwn.

Argymhelliad 11. Llywodraeth Cymru i roi i'r Pwyllgor fanylion y grŵp cynghori ar bolisi traws-sector newydd ar iechyd meddwl mewn addysg drydyddol, yn cynnwys y cylch gorchwyl a'r aelodaeth, a sut y bydd yn helpu i lywio gwaith y Comisiwn wrth iddo gael ei sefydlu. Dylid rhoi diweddariad blynyddol ar waith y Grŵp hwn i'r Pwyllgor.

246. Rydym hefyd yn cefnogi i'r carn alwadau am ddull system gyfan cynhwysfawr o ymdrin ag iechyd meddwl a lles ar draws y ddarpariaeth addysg ôl-16. Gall hyn adeiladu ar y dull system gyfan sy'n cael ei fabwysiadu ar draws ysgolion Cymru, a bydd yn helpu i sicrhau y bydd pontio o'r ysgol i'r sector ôl-16 a'i ddarpariaeth eang yn dod yn fwy di-dor. Fel rhan o hyn mae'n bwysig mabwysiadu terminoleg gyffredin a defnydd ohoni ar draws y sector a phartneriaid allweddol, a fydd yn helpu i wella dealltwriaeth ac yn helpu i wneud pob pontio'n fwy di-dor.

247. Nodwn dystiolaeth CCAUC (gweler paragraff 210) y dylai'r gweithredu fod yn seiliedig ar dystiolaeth a rhoi cyfle i werthuso'n barhaus. Cytunwn. Mae'n bwysig i ni fel Pwyllgor y Senedd fod gwybodaeth y gallwn ei defnyddio i ddeall a monitro gwaith sy'n mynd rhagddo yn y maes hwn. Rydym yn aml yn ymwybodol o gyllid yn cael ei ddyrannu, fel y cyllid gwerth £600k ar gyfer y prosiect Ôl-16 a Phontio, ond nid ydym yn cael diweddariadau ar y gwariant, a'r gwerthusiad dilynol o'r gwaith sydd wedi'i wneud gyda chyllid o'r fath. Gall hyn wneud craffu yn anoddach i ni.

Argymhelliad 12. Bod Llywodraeth Cymru a CCAUC yn rhoi diweddariadau i'r Pwyllgor gyda manylion ynghylch lle mae cyllid y Prosiect Ôl-16 a Phontio wedi'i ddyrannu. Dylai'r gwerthusiad o effeithiolrwydd y gwariant ac unrhyw wersi a ddysgwyd neu arferion da a fydd yn cael eu rhannu ar draws y sector gael eu rhannu â'r Pwyllgor cyn gynted â phosibl.

248. Gall y Comisiwn chwarae rhan hanfodol wrth sefydlu a sicrhau bod dull system gyfan yn cael ei gynnal ar draws y sector. Credwn y dylai fod yn flaenoriaeth i'r Comisiwn wrth iddo gael ei sefydlu a dechrau datblygu ei raglen waith a'i flaenoriaethau. Bydd hyn nid yn unig yn helpu i sicrhau prosesau pontio ar hyd unrhyw gam o daith dysgu myfyriwr, ond bydd hefyd yn helpu i wella cymorth iechyd meddwl ledled y sector.

Argymhelliad 13. Bod Llywodraeth Cymru yn sicrhau bod y Comisiwn yn blaenoriaethu sefydlu dull system gyfan o ymdrin ag iechyd a lles meddyliol ar draws y sector addysg ôl-16. Wrth wneud hyn, bod Llywodraeth Cymru a'r Comisiwn yn rhoi diweddariadau rheolaidd i'r Pwyllgor (yn flynyddol o leiaf) ar gynnydd o ran gweithredu'r dull hwn ar draws y sector.

249. Rydym yn llwyr ddeall amharodrwydd myfyrwyr i ddatgan unrhyw broblemau iechyd meddwl sydd ganddynt ar eu ffurflenni cais UCAS. Mae UCAS yn broses gystadleuol, yn enwedig ar gyfer rhai cyrsiau lle mae mwy o ymgeiswyr na lleoedd, ac efallai y bydd myfyrwyr yn poeni y gallai hyn effeithio ar eu cais. Nodwn y dystiolaeth y byddai gwahaniaethu o'r fath yn anghyfreithlon, ond nid fydd hyn yn atal ymgeiswyr rhag poeni. Gwyddom fod datganiadau o'r fath yn gallu gwneud cryn wahaniaeth o ran sicrhau bod y cymorth cywir ar gael o'r cychwyn cyntaf os yw sefydliadau'n ymwybodol o unrhyw broblemau cyn i fyfyrwr ddechrau. Nodwn yr arferion da gan Goleg Brenhinol Cerdd a Drama Cymru a nodwyd gan CCAUC, lle mae myfyrwyr yn cael eu holi ar sawl cam yn ystod y broses ymgeisio, sefydlu a chroesawu. Hoffem weld y dull hwn yn cael ei arfer yn ehangach ledled y sector, a chredwn y gallai'r amod cofrestru ar les meddyliol fod yn gyfrwng ar gyfer sicrhau hyn.

Argymhelliad 14. Wrth ddatblygu'r amod cofrestru cefnogi lles myfyrwyr, dylai Llywodraeth Cymru, y Comisiwn a'r sector Addysg Uwch gydweithio i archwilio sut y gall sefydliadau gynorthwyo myfyrwyr i ddatgelu unrhyw gyflyrau iechyd meddwl. Gall hyn adlewyrchu enghreifftiau o arferion sy'n bodoli'n barod o ran cynnig sawl cyfle gydol y broses ymgeisio, sefydlu a chroesawu i fyfyrwyr ddatgan cyflwr iechyd meddwl sydd ganddynt eisoes.

5. Darpariaeth iechyd meddwl ymhlith darparwyr addysg uwch

Mae'n amlwg bod llawer o waith yn cael ei wneud gan staff a sefydliadau i gefnogi iechyd meddwl a lles myfyrwyr. Ond mae maint a chymhlethdod cynyddol achosion yn rhoi straen ar y gallu i gynorthwyo myfyrwyr. Clywsom lawer o awgrymiadau am newid cadarnhaol a allai helpu i wella'r cynnig cymorth i fyfyrwyr.

250. Cawsom lawer o dystiolaeth am y gwaith sy'n digwydd ymhlith darparwyr ledled Cymru. Roedd yn galonogol gweld rhywfaint o'r gwaith rhagorol i helpu myfyrwyr i fanteisio i'r eithaf ar eu profiad addysg uwch ac i gael y budd pennaf o'u cyfleoedd dysgu.

251. Ers 2014/15 mae cynlluniau ffioedd wedi cynnwys cymorth ar gyfer iechyd meddwl a lles. Yn 2019, lansiodd CCAUC y Datganiad Polisi Llesiant ac Iechyd mewn Addysg Uwch. Aeth ati i ariannu pum prosiect lles ac iechyd cydweithredol arloesol i wella a chefnogi lles ac iechyd myfyrwyr. Mae'r prosiectau hyn yn parhau neu wedi'u hymgorffori. Nododd CCAUC fod gan bob prifysgol yng Nghymru, yn wahanol i Loegr, Strategaethau a Chynlluniau Gweithredu Iechyd a Llesiant sy'n cael eu hariannu trwyddynt. Daeth eu dadansoddiad eu hunain o hunan-asesiadau prifysgolion o wasanaethau myfyrwyr i'r casgliad bod elfennau o arfer da ac enghreifftiau o arfer da eang ynghyd â rhai meysydd her, gan gynnwys mewn perthynas ag adnoddau a/neu ddulliau prifysgol gyfan. Dywedodd CCAUC hefyd fod y meysydd her hyn i dair prifysgol yn ymwneud â gweithio gyda gwasanaethau'r GIG ar draws Cymru.³⁵⁰ Byddwn yn edrych ar y mater hwn yn fanylach yn y Bennod nesaf.

252. Clywsom am yr heriau y mae darparwyr yn eu hwynebu wrth i nifer a chymhlethdod anghenion cymorth gynyddu. Dywedodd Student Minds wrthym ei fod yn hyderus fod sefydliadau ar y cyfan wedi bod yn gwella sut maent yn ymdrin ag iechyd meddwl myfyrwyr, ond dywedodd fod gan y sector gryn ffordd i fynd wrth ddelio â maint a chymhlethdod problemau iechyd meddwl myfyrwyr.³⁵¹ Dywedodd UCM Cymru fod y cymorth sydd ar gael yn

³⁵⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru \(CCAUC\)](#)

³⁵¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 8 Student Minds](#)

annigonol i ymdrin â nifer enfawr y rhai sy'n ei chael hi'n anodd, a bod angen gwneud mwy i sicrhau bod y system gyfan yn barod i ddelio â'r rhai sydd angen cael mynediad at gymorth.³⁵²

253. Yn ôl ein harolwg, o'r ymatebwyr hynny a oedd wedi defnyddio cymorth iechyd meddwl yn y brifysgol, dywedodd 62% o'r ymatebwyr fod cael mynediad ato yn hawdd iawn neu'n eithaf hawdd, gyda 25% o'r ymatebwyr yn dweud ei fod yn anodd iawn neu'n eithaf anodd. Roedd 54% o'r ymatebwyr yn hapus gyda'r cymorth a gawsant, ond nid felly 24% ohonynt. Rhannodd yr ymatebwyr eu profiadau cadarnhaol a negyddol. Soniodd y rhai a gafodd profiadau cadarnhaol am gymorth amserol ac ymatebol; ond soniodd y rhai a gafodd brofiadau negyddol am lefel y cymorth a gynigwyd, gan ddweud nad oedd yn ddigonol yn eu barn nhw, yn enwedig nifer y sesiynau cwnsela.³⁵³

254. Rhannodd BMA Cymru â ni ganlyniadau eu harolwg o fyfyrwyr meddygol a ganfu bod 1 o bob 4 ymatebwr a gafodd gymorth iechyd meddwl yn teimlo nad oedd y gwasanaeth yn ymateb mewn modd amserol ac effeithiol.³⁵⁴ Nododd yr ymatebwyr hefyd bryderon am allu cael mynediad at gymorth tra'u bod ar leoliad, mater yr ydym yn edrych arno ym Mhennod 2 a hefyd yn yr adran isod ar welliannau.

Cysondeb ar draws darparwyr

255. Un o'r meysydd y buom yn eu harchwilio gyda rhanddeiliaid oedd i ba raddau y gall sector mor amrywiol weithio tuag at safon gyson o ddarpariaeth. Nodwn fod holl brifysgolion Cymru wedi ymuno â fframweithiau **Stepchange** a **Suicide-safer Universities** Universities UK. Mae'n rhaid i bob un o ddarparwyr addysg uwch Cymru fod â siarter myfyrwyr, ond y tu hwnt i hynny nid oes safon benodol ar gyfer gwasanaethau iechyd a lles meddyliol. Roedd y gwaith datblygu polisi cydweithredol a wnaed gan yr holl brif gyfranwyr yn y maes hwn yn argymhell safon gyson o ddisgwyliadau i bob myfyriwr.³⁵⁵

256. Roedd y rhai a gefnogodd alwadau am ryw elfen o ofal safonol ar draws yr holl sefydliadau yn cynnwys Dr Kim Dienes³⁵⁶ a Choleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol.³⁵⁷ Yn ôl Coleg Brenhinol y Seiciatryddion, er mwyn datblygu dull safonol, byddai angen cynnwys pob

³⁵² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 9-10

³⁵³ Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth Iechyd Meddwl mewn Addysg Uwch, Canfyddiadau'r Arolwg, Tachwedd 2022

³⁵⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 24 BMA Cymru Wales

³⁵⁵ Prifysgolion Cymru, Colegau Cymru, UCM Cymru, AMOSSHE, Argymhellion Polisi Iechyd Meddwl Ôl-16, Mai 2022

³⁵⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 159

³⁵⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 156

grŵp allweddol, yn cynnwys clinigwyr, academyddion, staff prifysgol a myfyrwyr, yn y gwaith o ddatblygu dull o'r fath.³⁵⁸

257. Clywsom y gallai dull sefydliad cyfan ar draws darparwyr addysg uwch Cymru chwarae rôl i wella darpariaeth. Byddai dull o'r fath yn cael ei deilwra ar gyfer anghenion pob sefydliad. Amlinellodd y Ganolfan Iechyd Meddwl sut y dylai dull sefydliad cyfan edrych:

*"... essentially that the culture and the processes of that institution, be it a school, university or college, consider, think about and support mental health from day one onwards, and for everyone in that community, including the staff members, who often get forgotten in this conversation. So, you create a nurturing environment, you create an environment where people feel safe, where there are positive relationships and where everyone is supported where possible to enjoy good mental health in schools."*³⁵⁹

258. Nododd CCAUC y dylai unrhyw ddull system gyfan gael ei lywio gan werthusiad o ddulliau presennol ac adolygiad o arferion cyfredol i adeiladu ar ymarfer seiliedig ar dystiolaeth a darparu meincnod i fesur llwyddiant yn ei erbyn.³⁶⁰ Dywedodd Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain fod dull sefydliad cyfan yn mynd y tu hwnt i ddarparu cymorth iechyd meddwl, ond ei fod yn ymwneud â chymryd agwedd aml-linyn gan gydnabod bod pob agwedd ar fywyd prifysgol yn gallu cefnogi a hyrwyddo iechyd a lles meddyliol.³⁶¹

259. Dywedodd CCAUC y bydd gwahanol sefydliadau yn delio â charfanau gwahanol o fyfyrwyr. Yn ogystal, byddant yn gweithredu ar draws ardaloedd gwahanol fyrddau iechyd a fydd yn effeithio ar adnoddau a gweithgarwch. Dywedodd nad oes un ateb addas i bawb ac er bod angen cysondeb, dylid ei osod ar lefel disgwyliaid cyffredin mewn termau ac egwyddorion eang sy'n caniatáu i sefydliadau weithio o fewn y fframwaith hwnnw i ymateb i'r cyd-destun y maent yn gweithredu ynddo. Galwodd am ganolbwyntio ar ganlyniadau yn hytrach na phroses i helpu i gyflawni hyn.³⁶²

260. Dywedodd AMOSSHE fod y fframwaith Stepchange, yn ogystal â thynnu sylw at bwysigrwydd dull sefydliad cyfan, yn darparu cyfrwng hyblyg i gynyddu amlygrwydd a rôl gwasanaethau cymorth i fyfyrwyr (a staff) yn ein sefydliadau.³⁶³ Cafodd y model ei dreialu ym

³⁵⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 164

³⁵⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 35

³⁶⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

³⁶¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 29 Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain

³⁶² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 292

³⁶³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 11 AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru

Mhrifysgol Caerdydd, a ddywedodd ei bod yn comisiynu archwiliad allanol o'i dull gweithredu, ac wrth fabwysiadu trefniadau newydd ar gyfer llywodraethu profiadau myfyrwyr, bydd yn ceisio gwella ei dull a dysgu o ymarfer mewn mannau eraill.³⁶⁴

261. Tynnodd Student Minds sylw at ei waith ei hun n y maes hwn. Mae wedi datblygu Siarter Iechyd Meddwl, sy'n annog dull prifysgol gyfan. Dywedodd fod tystiolaeth dda i'w gefnogi, ei fod yn strategol ac y bydd yn cael effaith yn yr hirdymor. Galwodd am i sefydliadau Cymru gael eu cefnogi a'u galluogi i ddatblygu polisiau a strategaethau yn unol â'r egwyddorion arfer da yn y Siarter.³⁶⁵

262. Dywedodd UCM Cymru, er bod sawl enghraifft o waith iechyd meddwl arloesol ac effeithiol ledled Cymru, mae angen gwneud mwy i hyrwyddo ethos o iechyd meddwl cyffredinol i bob myfyriwr. Dywedodd fod arolygon yn canfod yn gyson bod myfyrwyr yn credu y gallai eu darparwr addysg fod yn gwneud mwy i gefnogi eu hiechyd meddwl.³⁶⁶

263. Gwnaeth nifer o randdeiliaid a oedd yn gweithredu yn y sector addysg bellach neu ddysgu o bell dynnu sylw at bwysigrwydd ystyried amrywiol anghenion, gofynion a chyrff myfyrwyr ar draws yr holl ddarpariaeth addysg uwch. Roedd y rhain yn cynnwys ColegauCymru,³⁶⁷ Coleg Cambria,³⁶⁸ Grŵp Llandrillo Menai,³⁶⁹ a'r Brifysgol Agored yng Nghymru.³⁷⁰

264. Yn ôl ColegauCymru, dylai'r Comisiwn sicrhau bod disgwyl rhyw fath o gydraddoldeb o ran profiad ar draws yr holl sectorau sy'n darparu addysg uwch. Byddai hyn yn caniatáu gwahaniaethau rhwng lleoliadau ond byddai'n sicrhau y gallai myfyriwr gael lefelau tebyg o gymorth waeth ble y byddai'n astudio.³⁷¹ Siaradodd UCM Cymru hefyd am amrywiaeth y ddarpariaeth gan ddweud y bydd angen i bob sefydliad addasu ei wasanaethau er mwyn gweddu i'w ddemograffeg benodol o fyfyrwyr. Dywedodd na fydd dull cyffredinol o reidrwydd yn gweithio oherwydd y rhesymau hyn.³⁷² Rydym hefyd yn tynnu sylw at y safbwyntiau hyn mewn perthynas â chyllid yn ddiweddarach yn y Bennod hon.

265. Dywedodd Llywodraeth Cymru fod CCAUC yn ei gwneud yn ofynnol i bob prifysgol ddefnyddio pecyn cymorth hunanasesu Stepchange, ac mae wedi diweddarau ei ganllawiau ar

³⁶⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 30 Prifysgol Caerdydd](#)

³⁶⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 8 Student Minds](#)

³⁶⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 4 UCM Cymru](#)

³⁶⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 7 ColegauCymru \(Papur Pwyllgor\)](#)

³⁶⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 3 Coleg Cambria](#)

³⁶⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 1 Grŵp Llandrillo Menai](#)

³⁷⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 5 Y Brifysgol Agored yng Nghymru](#)

³⁷¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 7 ColegauCymru \(Papur Pwyllgor\)](#)

³⁷² [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 23](#)

Siarteri Myfyrwyr i gynnwys ymrwymadau ar les myfyrwyr. Nododd hefyd fod CCAUC bellach yn disgwyl i sefydliadau gynnwys... "ymrwymiad i hyrwyddo iechyd a lles myfyrwyr ac ymrwymiad i gefnogi dulliau diogelu rhag hunanladdiad."³⁷³ Dywedodd y Gweinidog fod y newid yn y canllawiau ar gyfer y Siarteri Myfyrwyr yn wirioneddol bwysig. Ychwanegodd y bydd gofynion pellach yn cael eu gosod ar ddarparwyr i gefnogi dulliau diogelu rhag hunanladdiad. Dywedodd y bydd y gwaith hwn ochr yn ochr â Fframwaith Stepchange yn helpu i ymgorffori iechyd meddwl a lles ym mholisiau ac ymarfer pob sefydliad.³⁷⁴

266. Dywedodd Llywodraeth Cymru fod CCAUC wedi bod yn gweithio gyda'r darparwyr a'r myfyrwyr i ddatblygu dull strategol Cymru gyfan o ymdrin â lles ac iechyd, gan gynnwys iechyd meddwl. Mae cyllid ychwanegol wedi helpu CCAUC a'r sector i adeiladu ar y dull strategol hwn ac ymestyn yr ymyriadau sydd ar gael.³⁷⁵ Dywedodd y Gweinidog fod gwaith CCAUC yn y maes hwn wedi bod yn bwysig³⁷⁶ a'i fod wedi ysgogi newid sylweddol iawn ar draws y system yn y blynyddoedd diwethaf.³⁷⁷

267. Teimlai'r Gweinidog ei bod hi'n werth edrych ar fframwaith o ddisgwyliadau cyffredin tra hefyd yn cydnabod annibyniaeth ac amrywiaeth darparwyr. Dywedodd y gallai ffurf y fframwaith amrywio mewn gwahanol sefydliadau os oedd angen y lefel honno o hyblygrwydd.³⁷⁸

Pa rôl y gall y Comisiwn ar gyfer Addysg Drydyddol ac Ymchwil ei chwarae?

268. Diwygiwyd Deddf 2022 yn ystod y cyfnod craffu deddfwriaethol er mwyn ychwanegu amod cofrestru ar effeithiolrwydd y trefniadau ar gyfer cefnogi lles myfyrwyr a staff. Mater i'r Comisiwn fydd datblygu sut y bydd yr amod cofrestru hwn, ynghyd â'r lleill, yn gweithio'n ymarferol.

269. Croesawyd yr amod ychwanegol hwn gan UCM Cymru a'i galwodd yn amddiffyniad pwysig.³⁷⁹ Dywedodd fod yn rhaid i'r amod fynd ymhellach na sicrhau bod sefydliadau'n darparu lefel benodol o gymorth, ac y dylai fesur bod y cymorth wedi'i deilwra ac yn addas ar gyfer holl ehangder corff myfyrwyr y sefydliad. Dylai hefyd sicrhau bod gwasanaethau'n gymwys

³⁷³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34 Llywodraeth Cymru.

³⁷⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 52.

³⁷⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34 Llywodraeth Cymru.

³⁷⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 10.

³⁷⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 18.

³⁷⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 66.

³⁷⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru.

yn ddiwylliannol.³⁸⁰ Dywedodd UCU Cymru ei bod yn hanfodol bod monitro'r amod hwn yn cynnwys staff yn ogystal â myfyrwyr.³⁸¹ Roedd Unsain yn cytuno.³⁸² Roedd Mind Cymru hefyd yn teimlo y dylai'r Comisiwn gael ffocws ar staff hefyd, oherwydd bod gweithlu iach yn hanfodol wrth greu diwylliant sefydliadol iach.³⁸³

270. Dywedodd Prifysgolion Cymru ei bod yn bwysig bod y fframwaith rheoleiddio yn ystyried gwahanol rolau a chyfrifoldebau darparwyr iechyd ac addysg. Dywedodd hefyd fod angen i'r Comisiwn ddarparu dealltwriaeth glir o ba ymyriadau, monitro a chymorth sy'n addas i ddarparwyr AU.³⁸⁴ Dywedodd AMOSSHE y gallai'r Comisiwn chwarae rhan wrth edrych ar gyllid a modelau cynaliadwy, yn benodol sut y gall sefydliadau gefnogi'r lefelau cynyddol o anghenion. Roedd o'r farn y gallai hyn olygu trafodaeth ynglŷn â'r canlynol:

*"... boundaries and responsibilities and the difference between the higher education setting and the statutory setting I think becomes evermore critical."*³⁸⁵

271. Dywedodd CCAUC y bydd angen ystyried yr amodau cofrestru yn ofalus ac na ddylent fod yn rhy benodol a chaniatáu llawer o hyblygrwydd i ystyried cymhlethdodau'r sector a'r ystod o ddarparwyr ac anghenion gwahanol grwpiau o fyfyrwyr.³⁸⁶

272. Roedd yn amlwg y bydd angen i'r Comisiwn sicrhau ei fod yn gwrandio ar leisiau myfyrwyr, staff a darparwyr. Dywedodd UCM Cymru y dylai hyn ddigwydd ar draws holl waith y Comisiwn, ond ei fod yn arbennig o bwysig ar gyfer iechyd meddwl a lles.³⁸⁷

273. Dywedodd y Brifysgol Agored yng Nghymru bod yn rhaid i'r Comisiwn ystyried amrywiaeth y boblogaeth a phrofiad myfyrwyr, a bod yn rhaid cydnabod a chefnogi natur groestoriadol iechyd meddwl gydag adnodd hirdymor priodol.³⁸⁸ Pwysleisiodd Student Minds hefyd yr angen i wrando ar yr ystod ehangaf o leisiau.³⁸⁹ Dywedodd y Gymdeithas Genedlaethol i Blant Byddar Cymru y dylai'r Comisiwn sicrhau bod y Cod Ymgysylltu â Dysgwyr yn gweld prifysgolion yn ymgysylltu â myfyrwyr byddar mewn fformat hygyrch.³⁹⁰ Adleisiodd CCAUC

³⁸⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 99.

³⁸¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 13 Undeb Prifysgolion a Cholegau

³⁸² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 245

³⁸³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 355

³⁸⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 251

³⁸⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 90

³⁸⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 319

³⁸⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru

³⁸⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5 Y Brifysgol Agored yng Nghymru

³⁸⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 352

³⁹⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 6 Y Gymdeithas Genedlaethol i Blant Byddar Cymru

alwadau am i leisiau myfyrwyr a staff gael eu clywed, ac y dylid bod ag ymagwedd groestoriadol.³⁹¹

274. Dywedodd CCAUC ei bod yn bwysig bod gan y Comisiwn bwerau rheoleiddio effeithiol i'w alluogi i herio a chefnogi'r sector i fodloni anghenion iechyd meddwl a lles staff a myfyrwyr. Roedd hefyd yn galw ar y Comisiwn i wneud y canlynol:

"... support Welsh medium well-being and mental health provision;

viii. use data and evidence, including identifying what works in other sectors, to inform its risk assessment and policy development and implementation;

ix. use regulatory processes to challenge higher education providers to continue to make ambitious progress to meet students' needs;

x. monitor and review progress against the higher education well-being and mental health statement and monitor higher education providers' implementation of strategies, plans and their progress against agreed measures;

xi. continue to work with other funding councils, UK-wide sector bodies and international higher education to share practice with, and learn from, the wider higher education community;

xii. publish guidance and briefings on well-being and mental health to influence and inform post-16 education providers' strategic and operational developments;

*xiii. promote the post-16 education sector's support for students' well-being and health, including mental health, to reduce any stigma and barriers to success in higher education."*³⁹²

275. Dywedodd y Brifysgol Agored yng Nghymru y dylai'r Comisiwn gefnogi prifysgolion yn y modd y maent yn adnabod angen a safon y gwasanaeth y dylent fod yn ei darparu. Gallai'r Comisiwn hefyd fod yn gyfrwng i rannu arfer da ledled Cymru.³⁹³ Dywedodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion y gallai gael rôl yn goruchwyllo lles myfyrwyr a gwasanaethau cymorth".³⁹⁴

³⁹¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

³⁹² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

³⁹³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5.Y Brifysgol Agored yng Nghymru

³⁹⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 9 Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru

Dywedodd Mind Cymru fod gwell boddhad o ran dysgu yn nod da ond bod rhaid i'r Comisiwn sicrhau ei fod yn cael ei fesur a'i adolygu'n gyson ac yn briodol.³⁹⁵ Roedd hefyd yn gweld y Comisiwn fel cyfle i ddod â data a gwybodaeth ynghyd gan edrych ar draws y sector cyfan i nodi beth sy'n gweithio'n dda.³⁹⁶

276. Dywedodd Prifysgol Caerdydd y gallai'r Comisiwn chwarae rôl ar arbenigedd gwaith partneriaeth ac ymgysylltu yn y sector. Dywedodd y gallai hyn fod ar ffurf cymorth ar gyfer partneriaethau/clymbleidiau rhanbarthol tebyg i Bartneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru³⁹⁷ (gweler y Bennod nesaf am fwy o wybodaeth). Cytunodd Prifysgolion Cymru y gallai'r Comisiwn helpu i ddatblygu'r cysylltiadau hyn rhwng iechyd ac addysg ar lefel genedlaethol a rhanbarthol³⁹⁸ a galwodd Partneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru am gyfuno strategaethau rhanbarthol ag amcanion cyson a gweithgorau law yn llaw â diffinio paramedrau a phwyntiau cyfarfod rhwng y sectorau addysg a gofal iechyd.³⁹⁹ Roedd Prifysgol Metropolitan Caerdydd yn cytuno, gan ddweud y gall fod yn ddwys o ran adnoddau i bob darparwr "ddatblygu cysylltiadau pwrpasol gydag ystod eang o randdeiliaid allanol " a bod llwyddiant hyn yn dibynnu ar "sicrhau adnoddau a pharodrwydd ar bob ochr...".⁴⁰⁰

277. Amlygodd AMOSSHE fod maint y sector yng Nghymru yn golygu bod mwy o gyfleoedd i weithio mewn partneriaeth.⁴⁰¹ Roedd UCU yn gweld y Comisiwn fel yr injan, y pifod, i sicrhau cydweithrediad⁴⁰² a galwodd UCM Cymru ar y Comisiwn i weithio gyda phartneriaid y tu allan i'r sector addysg, yn enwedig y GIG i sicrhau cymorth effeithiol i fyfyrwyr.⁴⁰³

278. Dywedodd Llywodraeth Cymru mai'r gofyniad cofrestru mewn perthynas â staff a lles myfyrwyr yw'r "ddyletswydd gyfreithiol gyntaf o'i bath yn y DU". Bydd yn galluogi'r Comisiwn i "nodi disgwyliadau clir" i ddarparwyr "ynghylch eu polisiau, gwasanaethau a'u prosesau ar gyfer cefnogi llesiant a diogelwch myfyrwyr a staff". Dywedodd y byddai'n disgwyl i'r Comisiwn ddatblygu "trefniadau ar gyfer monitro a gorchwyllo... yn yr hirdymor" a fyddai yna'n galluogi asesu effaith gwahanol fentrau.⁴⁰⁴

³⁹⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

³⁹⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 350

³⁹⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 30 Prifysgol Caerdydd

³⁹⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 251

³⁹⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 17 Partneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru (Prifysgol Caerdydd, Prifysgol Metropolitan Caerdydd, Prifysgol De Cymru, CBCDC, Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro)

⁴⁰⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 15 Prifysgol Metropolitan Caerdydd

⁴⁰¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 131

⁴⁰² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 171

⁴⁰³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru

⁴⁰⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34 Llywodraeth Cymru

279. Dywedodd Llywodraeth Cymru y byddai angen mwy o arloesi a chydweithio er mwyn cefnogi gwasanaethau sy'n diwallu anghenion myfyrwyr.⁴⁰⁵ Credai'r Gweinidog y bydd sefydlu'r Comisiwn yn gyfle am ddull mwy cyfannol a chydgyssylltiedig o ymdrin ag iechyd meddwl myfyrwyr.⁴⁰⁶ Dywedodd y Gweinidog mai un o'r blaenoriaethau yw'r canlynol:

*"to make sure that institutions are working together... what we can do across the system to ensure that best practice is identified, that interventions are evaluated, and that work is shared between institutions so that we can make sure that the best interventions are being used most widely, really."*⁴⁰⁷

280. Wrth ddatblygu'r amodau cofrestru, dywedodd y Gweinidog ei bod hi'n bwysig bod hyn "yn cael ei arwain gan y sector".⁴⁰⁸ Cadarnhaodd y bydd y trefniadau rheoleiddio newydd ar waith ar gyfer blwyddyn academiaidd 2026/27.⁴⁰⁹ Amlinellodd y Gweinidog sut y gall y trefniadau hyn helpu i wella darpariaeth iechyd meddwl:

*"... bydd gan y comisiwn, mewn amryw o gyd-destunau, gyfle i ariannu'n uniongyrchol, ac mae'n bosib hefyd sicrhau bod y termau sy'n berthnasol i'r grantiau penodol, fod y rheini hefyd yn adlewyrchu'r egwyddorion a phwysleisio darparu ar gyfer iechyd meddwl. Felly, mae amryw ffyrdd y bydd y comisiwn yn gallu gwneud hynny. A beth mae hynny'n creu, wrth gwrs, yw sail. Os oes angen ymyrraeth benodol os nad ydy sefydliad yn cyrraedd y nod o ran amcanion iechyd meddwl, gall y comisiwn weithio, os hoffwch chi, yn gefnogol gyda sefydliad—rhoi cyngor, rhoi cymorth, edrych ar adolygiadau o sefydliadau penodol, neu hefyd gorfodi telerau penodol o ran cofrestru, rhoi cyfeiriadau penodol i sefydliadau, ac, yn y sefyllfaoedd mwyaf problematig, tynnu sefydliad oddi ar y gofrestr. Felly, mae lot o ffyrdd rwy'n gweld bod y diwygiadau newydd yma'n mynd i allu symud pethau ymlaen yn sylweddol iawn o ran strwythur y system sydd gyda ni."*⁴¹⁰

⁴⁰⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34, Llywodraeth Cymru.

⁴⁰⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 19.

⁴⁰⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 54.

⁴⁰⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 67.

⁴⁰⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 69.

⁴¹⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 71.

Cyllid a chefnogaeth ar gyfer darpariaeth

281. Codwyd materion yn ymwneud â chyllid gan nifer o randdeiliaid. Clywsom am gyfanswm y cyllid a oedd ar gael, yn ogystal â materion yn ymwneud â hyd a chynaliadwyedd cyllid a galwadau i glustnodi rhywfaint o gyllid.

282. Amlinellodd CCAUC yr ystod o weithgarwch y mae wedi ei ariannu yn y maes hwn, gan gynnwys gwaith arloesol fel Myf.Cymru (am fwy o fanylion gweler yr adran ar ddarpariaeth cyfrwng Cymraeg); a Phartneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru (am ragor o fanylion, gweler yr adran ym Mhennod 6). Nododd ei fod wedi darparu cyllid o tua £6.7 miliwn rhwng 2020/21 a 2022/23 i gefnogi strategaethau a chynlluniau gweithredu, strategaethau diogelu rhag hunanladdiad ac adolygiadau hunanasesu gwasanaethau myfyrwyr gan ddefnyddio fframwaith asesu arbenigol yn y DU.⁴¹¹ Croesawodd Prifysgolion Cymru hwn a chyllid arall gan CCAUC dros y blynyddoedd diwethaf.⁴¹² Nododd Prifysgol De Cymru eu bod wedi gallu mabwysiadu dull sefydliad cyfan a'r fframwaith Stepchange oherwydd y cyllid cysylltiedig gan CCAUC.⁴¹³ Croesawodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion y cyllid ychwanegol hwn gan ddweud ei fod wedi galluogi darpariaeth gwasanaeth arloesol.⁴¹⁴

283. Galwodd ColegauCymru ar y Comisiwn i sicrhau bod gan y sefydliadau y mae'n eu hariannu lefel ddigonol o gymorth iechyd meddwl ar waith.⁴¹⁵ Dywedodd CCAUC ei bod yn bwysig bod cyllid yn ystyried maint y galw ymhlith myfyrwyr a chwyddiant costau.⁴¹⁶ Galwodd Mind Cymru ar y Comisiwn i sicrhau bod cyllid ar gyfer gwasanaethau cymorth, hyfforddiant ac adnoddau sy'n seiliedig ar arferion gorau ac yn diwallu anghenion myfyrwyr o gefndiroedd gwahanol.⁴¹⁷

284. Nododd Coleg Brenhinol Seiciatryddion Cymru y dylai gwasanaethau cymorth mewn addysg uwch ac o fewn y GIG gael digon o adnoddau i ateb y galw.⁴¹⁸

285. Galwodd Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain ar Lywodraeth Cymru i ddilyn esiampl Llywodraeth yr Alban sydd wedi ariannu cwnselwyr ychwanegol yng ngholegau a phrifysgolion yr Alban. Dywedodd y dylai Cymru efelychu'r uchelgais a'r dull gweithredu gyda

⁴¹¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru \(CCAUC\)](#)

⁴¹² Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 25 Prifysgolion Cymru](#)

⁴¹³ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 32 Prifysgol De Cymru](#)

⁴¹⁴ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 193](#)

⁴¹⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 7 ColegauCymru \(Papur Pwyllgor\)](#)

⁴¹⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru \(CCAUC\)](#)

⁴¹⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 27 Mind Cymru](#)

⁴¹⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 9 Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru](#)

buddsoddiad yng ngwasanaethau cwnsela prifysgolion, sy'n cael eu darparu gan gwnselwyr cymwysedig sy'n gweithio o fewn dull system gyfan o ymdrin ag iechyd meddwl.⁴¹⁹

286. Mynegodd y Cyngor Deoniaid Iechyd Bryder nad oedd y cynnydd mewn cyllid ar gyfer gwasanaethau iechyd meddwl yng nghyllideb 2021/22 wedi parhau yng nghyllideb 2022/23 Llywodraeth Cymru. Galwodd hefyd am gynyddu'r cyllid ar gyfer darparwyr addysg a darparwyr lleoliadau i sicrhau bod gan fyfyrwyr a staff fynediad cynaliadwy at gymorth lles addas sy'n ystyried yr anghenion penodol.⁴²⁰

287. Yn ôl CCAUC, er bod y cwantwm yn bwysig, y teimlad bod rhywbeth yn mynd i fod yno am gyfnod go lew yw'r hyn sy'n bwysig. Dywedodd ei fod wedi ymrwymo i sicrhau bod hynny'n rhan o'i gyllid rheolaidd parhaus gyda'i ffrydiau cyllid. Mae hyn yn golygu mai dyma un o'r blaenoriaethau o ran setliadau ariannu yn y dyfodol.⁴²¹

288. Clywsom gan amrywiaeth o randdeiliaid am bwysigrwydd sicrhau bod cyllid yn gynaliadwy ac nad yw'n fyrdymor. Argymhellodd Coleg Penybont y dylai'r holl gyllid ar gyfer mentrau a chynlluniau peilot newydd fod ar gael am o leiaf ddwy flynedd academaidd er mwyn galluogi'r fenter i ennill ei phlwyf a hwyluso monitro effaith effeithiol.⁴²² Roedd Colegau Cymru yn cefnogi'r alwad hon hefyd.⁴²³ Gwnaeth staff yn ystod ein gweithgarwch ymgysylltu alw hefyd am ffenestri cyllido hwy fel y gellir cynllunio a datblygu gwasanaethau cymorth i fyfyrwyr yn y tymor hwy.⁴²⁴

289. Roedd eraill a gefnogodd alwadau am gyllid hirdymor yn cynnwys:

- Prifysgol Caerdydd;⁴²⁵
- Cyngor Deoniaid Iechyd Cymru;⁴²⁶
- UCM Cymru;⁴²⁷
- Stonewall Cymru;⁴²⁸

⁴¹⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 29 Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain

⁴²⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 26 Y Cyngor Deoniaid Iechyd

⁴²¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 317

⁴²² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 2 Coleg Penybont

⁴²³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 7 Colegau Cymru (Papur Pwyllgor)

⁴²⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth Iechyd Meddwl mewn Addysg Uwch – Canfyddiadau'r Rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

⁴²⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 30 Prifysgol Caerdydd

⁴²⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 26 Y Cyngor Deoniaid Iechyd

⁴²⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 101

⁴²⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 33 Stonewall Cymru

- Prifysgol De Cymru.⁴²⁹

290. Dywedodd Prifysgolion Cymru nad oedd cyllid byrdymor yn ffordd gynaliadwy o wella cymorth.⁴³⁰ Dywedodd AMOSSHE nad yw'n cefnogi'r newid strategol angenrheidiol. Dywedodd fod angen dull hirdymor er mwyn gwneud newidiadau diwylliannol.⁴³¹ Dywedodd UCM Cymru fod cyllid tymor hwy yn golygu bod modd gwario arian yn hyderus ac mewn ffordd strategol a chynaliadwy.⁴³² Roedd y Brifysgol Agored yng Nghymru yn cytuno bod cyllid tymor hwy yn helpu darparwyr i ddatblygu dulliau mwy cynaliadwy a strategol.⁴³³

291. Disgrifiodd UCM Cymru eu profiad o gyllid byrdymor fel a ganlyn:

*"... for example, at my students' union, we had two months to spend our allocation of the winter of well-being funding, and we were so grateful to receive this money and achieved a lot with the funding, but it would be wrong for me not to say that the impacts could have been more considered and more widespread with more time to spend that money and more time to be strategic about how we were investing and how we were spending that. This sort of funding is really valuable, but if it was made more long term it would give student unions some certainty in being able to spend it on long-term projects that could help students over a number of years, and really help future generations of students, as well as the students currently engaged at their institutions."*⁴³⁴

292. Cytunodd CCAUC gan ddweud bod cyllid hirdymor o'r fath yn allweddol wrth symud i system sy'n canolbwyntio ar atal a diogelwch yn hytrach na chanolbwyntio ar argyfwng.⁴³⁵ Dywedodd Prifysgolion Cymru y byddai cyllid mwy hirdymor yn helpu i hwyluso partneriaeth â'r GIG lle bo hynny'n briodol.⁴³⁶ Awgrymodd Prifysgol Caerdydd fodel dyrannu tymor hwy a allai gynnwys ymrwymiad blynyddol dros gyfnod o flynyddoedd.⁴³⁷

293. Mae cyllid byrdymor hefyd yn gwneud agweddau megis recriwtio staff cymwys yn anodd. Dywedodd AMOSSHE fod y farchnad swyddi ar gyfer yr aelodau staff hyn yn gystadleuol iawn a

⁴²⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 32 Prifysgol De Cymru

⁴³⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 25 Prifysgolion Cymru

⁴³¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 11 AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru

⁴³² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru

⁴³³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5 Y Brifysgol Agored yng Nghymru

⁴³⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 101

⁴³⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

⁴³⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 25 Prifysgolion Cymru

⁴³⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 30 Prifysgol Caerdydd

bod cytundebau byrdymor yn llai deniadol. Bydd cyllid tymor hwy hefyd yn galluogi'r sector i ddatblygu cymorth priodol i fyfyrwyr yn fewnol.⁴³⁸ Tynnodd Prifysgol Caerdydd⁴³⁹ a Phrifysgol De Cymru⁴⁴⁰ sylw at y materion hyn hefyd.

294. Codwyd pryderon am y trefniadau monitro ar gyfer cyllid. Dywedodd y Brifysgol Agored yng Nghymru na ddylent fod yn rhy feichus.⁴⁴¹ Dywedodd Prifysgol Metropolitan Caerdydd fod y strwythur presennol yn blaenoriaethu gweithgarwch ar draul newid, sy'n gorfodi prifysgolion i gymryd camau y gwyddant a fydd yn llai effeithiol ond sy'n cyd-fynd â gofynion adrodd.⁴⁴² Roedd Prifysgol Caerdydd yn cytuno y gall y trefniadau hyn lesteirio effaith rhai elfennau o gyllid.⁴⁴³ Galwodd AMOSSHE am ddull monitro tymor hwy ynghyd â chyllid tymor hwy er mwyn helpu i ddarparu sefydlogrwydd a gwelliannau cynaliadwy i wasanaethau.⁴⁴⁴

295. Galwodd Grŵp Llandrillo Menai am gyllid wedi'i glustnodi ar gyfer cymorth iechyd meddwl a lles. Roedd o'r farn y gallai hyn leihau nifer y dysgwyr sydd angen ymyriadau sylweddol gan y GIG. Amlinellodd y cynnydd mewn cyllid y mae wedi'i gael ar gyfer iechyd meddwl a lles ym meysydd addysg bellach a dysgu seiliedig ar waith, a galwodd am i lefel debyg o gyllid gael ei darparu ar gyfer addysg uwch mewn lleoliad addysg bellach, fel y gall fodloni'r lefelau cynyddol o alw o fewn y maes darpariaeth hwn.⁴⁴⁵

296. I'r un perwyl, dywedodd Coleg Cambria y dylid gwahaniaethu rhwng myfyrwyr addysg uwch mewn lleoliad AU a'r rhai mewn lleoliad AB. Roedd o'r farn bod y lefelau uwch o fyfyrwyr o gefndir mwy difreintiedig a'r lefelau uwch wedyn o ansicrwydd ariannol yn y lleoliad AB yn golygu y byddai'n werth chweil gwahaniaethu rhwng y gwahanol fath o leoliadau ar gyfer trefniadau rheoleiddio'r dyfodol.⁴⁴⁶

297. Dywedodd y Brifysgol Agored yng Nghymru hefyd fod angen i benderfyniadau ynghylch polisi ac ariannu darpariaeth gwasanaethau ystyried yr ystod gyfan o fyfyrwyr gan gydnabod y gallai myfyrwyr rhan-amser wynebu problemau a heriau tra gwahanol a bod â chyfrifoldebau

⁴³⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 11 AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru](#)

⁴³⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 30 Prifysgol Caerdydd](#)

⁴⁴⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 32 Prifysgol De Cymru](#)

⁴⁴¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 5.Y.Brifysgol Agored yng Nghymru](#)

⁴⁴² Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 15 Prifysgol Metropolitan Caerdydd](#)

⁴⁴³ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 30 Prifysgol Caerdydd](#)

⁴⁴⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 11 AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru](#)

⁴⁴⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 1 Grŵp Llandrillo Menai](#)

⁴⁴⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 3 Coleg Cambria](#)

gwahanol iawn o gymharu â myfyrwyr llawn amser mewn prifysgol campws. Galwodd am ystyried croestoriadau â ffactorau economaidd-gymdeithasol ac iechyd.⁴⁴⁷

298. Galwodd AMOSSHE am bwyll o ran cael Llywodraeth Cymru neu CCAUC i ariannu'n uniongyrchol y nifer cynyddol o sefydliadau trydydd sector a sefydliadau masnachol sy'n ymuno â maes cymorth addysg uwch. Dywedodd y dylai penderfyniadau ar ymgysylltu â thrydydd partïon gael eu gwneud gan sefydliadau lleol yn seiliedig ar gyd-destun, arbenigedd ac angen lleol.⁴⁴⁸

299. Tynnodd Llywodraeth Cymru sylw at y cyllid ychwanegol wedi ei dargedu sydd wedi mynd i'r sector i gefnogi datblygiad mentrau a phrosiectau iechyd meddwl a lles. Dywedodd fod y cyllid hwn wedi galluogi darparwyr i "gynyddu capasiti yn eu gwasanaethau cymorth i fyfyrwyr ac mewn undebau myfyrwr...". Mae gwaith partneriaeth rhwng CCAUC, Prifysgolion Cymru ac UCM Cymru ac elusennau iechyd ac asiantaethau eraill wedi arwain at "welliannau sylweddol" o ran y cymorth i fyfyrwyr.⁴⁴⁹

300. Mewn perthynas â galwadau am fwy o glustnodi, dywedodd Llywodraeth Cymru fod tua £2miliwn o gyllideb flynyddol CCAUC wedi'i chlustnodi i gefnogi datblygiad a gwelliant cymorth ar gyfer lles ac iechyd.⁴⁵⁰

301. Wrth ymateb i alwadau am setliadau ariannu tymor hwy, dywedodd y Gweinidog ei fod yn deall y farn hon, ond na fu cyllid o'r fath yn bosibl oherwydd patrwm y setliadau blynyddol. Fodd bynnag, dywedodd fod y setliad presennol am dair blynedd, gyda'r gyllideb wedi'i gosod ar gyfer blwyddyn, a chyllideb ddangosol am y ddwy flynedd ganlynol. Dywedodd fod effaith chwyddiant wedi golygu nad yw symud i'r dull hwn o osod cyllideb o reidrwydd wedi gweld y buddion yr hoffai fod wedi'u gweld. Fodd bynnag, maent wedi clustnodi cyllid gyda chyllid CCAUC a'i bod hi "i fyny i sefydliadau i allu dyrannu hynny fel maen nhw'n dymuno o ran staffio ac ati".⁴⁵¹

302. O ganlyniad, yn ystod y gwaith craffu ar gyllideb ddrafft Llywodraeth Cymru ar gyfer 2023/24, gwnaethom ofyn i'r Gweinidog am gyllid blynyddol yn y maes arbennig hwn. Dywedodd nad yw'n cydnabod "mai dyraniad jest am un flwyddyn" yw'r cyllid hwn ar gyfer cymorth iechyd meddwl oherwydd bod lefelau tebyg o gyllid wedi bod ar gael bob blwyddyn

⁴⁴⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5.Y.Brifysgol Agored yng Nghymru

⁴⁴⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 11.AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru

⁴⁴⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34.Llywodraeth Cymru

⁴⁵⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34.Llywodraeth Cymru

⁴⁵¹ Y.Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23.Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 73.

ers 2018. Dywedodd hefyd fod y ffaith fod cyllid yn cael ei ddyrannu'n flynyddol "ddim yn golygu bod sefydliadau yn gorfod gwneud penderfyniadau ar sail flynyddol."⁴⁵²

"Tywallt o gwpan wag"

303. Mae **Fframwaith Stepchange Universities UK** yn tynnu sylw at y ffaith bod iechyd meddwl staff yn elfen allweddol mewn prifysgol sy'n iach yn feddyliol, ac o ran rhoi cymorth effeithiol i fyfyrwyr. Codwyd y rôl annatod y mae'r holl staff mewn sefydliad yn ei chwarae wrth gefnogi iechyd meddwl a lles myfyrwyr gan nifer fawr o randdeiliaid. Tynnodd CCAUC yn benodol sylw at y ffaith bod gweithlu iach yn feddyliol sydd wedi'i hyfforddi'n briodol ac sy'n ymwybodol o iechyd meddwl yn hanfodol i ddull system gyfan a gallu staff i ddarparu addysgu, dysgu a chymorth.⁴⁵³ Roedd y rhwystrau a all atal hyn i'w gweld yn codi o faterion yn ymwneud â chapasiti, adnoddau, hyfforddiant a gwybodaeth, ac rydym yn trafod y rhain isod.

304. Roedd eraill a grybwyllodd bwysigrwydd cefnogi iechyd meddwl a lles staff yn cynnwys AMOSSHE;⁴⁵⁴ Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol;⁴⁵⁵ Mind Cymru;⁴⁵⁶ ac Unsain Cymru.⁴⁵⁷

Capasiti staff ac adnoddau

305. Tynnodd rhanddeiliaid sylw at y pwysau ar staff mewn sefydliadau a allai ei gwneud hi'n anoddach iddynt gefnogi myfyrwyr yn effeithiol. Dywedodd UCM Cymru yn ddi-flewyn-ar-dafod:

"To put it in simple terms, we have a fairly mentally unhealthy sector in higher education. That's not just in Wales but across the rest of the UK...

*... if we want to promote a healthy mental health ethos across the board, because everyone seems to be struggling. As a lot of services often say, you can't pour from an empty cup, in terms of delivering mental health support. So, if you're struggling yourself, you're less able to impart that positivity onto other people."*⁴⁵⁸

⁴⁵² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 11 Ionawr 2023, Cofnod y Trafodion, paragraffau 97-98

⁴⁵³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

⁴⁵⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 74

⁴⁵⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 236

⁴⁵⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 355

⁴⁵⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 223

⁴⁵⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 70-71

306. Dywedodd Prifysgolion Cymru fod staff wedi blino wedi'r pandemig. Dywedodd eu bod wedi mynd yr ail filltir dro ar ôl tro dros y ddwy flynedd ddiwethaf.⁴⁵⁹ Dywedodd hefyd ei bod yn bwysig bod staff yn derbyn y cymorth fel y gallant helpu myfyrwyr. Pwysleisiai nad sefydliadau iechyd yw prifysgolion. Fodd bynnag, dylent fod yn sicrhau bod staff rheng flaen wedi eu paratoi yn dda â hyfforddiant megis hyfforddiant Cymorth Cyntaf Iechyd Meddwl a gwybodaeth ar atgyfeirio.⁴⁶⁰

307. Dywedodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru fod ffactorau sy'n cael effaith ar les staff yn cynnwys cymhareb staff:myfyrwyr uwch, gyda nifer y staff heb gynyddu yn unol â'r cynnydd yn nifer y myfyrwyr. Tynnodd sylw hefyd at y pwysau gwaith y gall rhai staff academiaidd ei wynebu, yn ceisio cynnal a gwella allbwn ymchwil tra'u bod ar yr un pryd yn datblygu eu haddysgu, gan arwain at lai o amser ar gyfer gofal bugeiliol.⁴⁶¹

308. Roedd UCU yn cytuno gan ddweud bod llawer o staff academiaidd yn wynebu argyfwng llwyth gwaith ar hyn o bryd.⁴⁶² Dywedodd fod y broblem hon yn bodoli cyn y pandemig ond mae wedi gwaethgu.⁴⁶³ Cefnogir y farn hon gan UCM Cymru a ddyfynnodd arolwg Gweithlu UCU a oedd yn awgrymu bod staff academiaidd yn gweithio 51.3 awr yr wythnos ar gyfartaledd a staff ar gontractau ffraciynol yn aml yn gweithio dwy i dair gwaith yr oriau y cânt eu talu amdanynt; a 33 y cant yn dweud bod eu llwyth gwaith yn llethol. Dywedodd nad oedd yn teimlo bod gan staff addysgu'r amser na'r gallu meddyliol i ymgorffori ethos positif o iechyd meddwl a lles da yn yr ystafell ddosbarth.⁴⁶⁴

309. Codwyd effaith llwyth gwaith ar allu staff i gefnogi lles myfyrwyr gan Dr Kim Dienes hefyd, a ddywedodd fod angen amser yn ogystal â mwy o staff.⁴⁶⁵ Dywedodd UCU mai gofal bugeiliol oedd asgwrn cefn lles a bod angen gwneud lle mewn llwythi gwaith er mwyn galluogi staff i ddarparu'r cymorth hwn.⁴⁶⁶ Dywedodd CCAUC hefyd nad yw staff academiaidd yn arbenigwyr yn y maes hwn, ac mai eu rôl yw cyfeirio myfyrwyr at gymorth.⁴⁶⁷

310. Clywsom hefyd am rai o'r heriau penodol sy'n wynebu staff cymorth, sy'n chwarae rhan hanfodol wrth ddarparu cymorth i fyfyrwyr. Dywedodd Unsain Cymru mai'r grŵp yma o weithwyr sydd wedi bod yn fwyaf agored i doriadau eang mewn swyddi, gyda ffactorau pwysau

⁴⁵⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 136

⁴⁶⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 210

⁴⁶¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 9 Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru

⁴⁶² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 13 Undeb Prifysgolion a Cholegau

⁴⁶³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 147

⁴⁶⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 70

⁴⁶⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 237

⁴⁶⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 154

⁴⁶⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 296

eraill yn cynnwys rhoi gwaith ar gontractau allanol, gostyngiad mewn pensiynau a thelerau ac amodau ehangach. Tynnodd sylw hefyd at y pwysau penodol y maent yn ei wynebu o ganlyniad i'r pandemig a'r argyfwng costau byw presennol, gan ddweud nad yw staff cymorth wedi cael codiadau cyflog teg dros y blynyddoedd diwethaf.⁴⁶⁸

311. Dywedodd AMOSSHE fod sefydliadau yn aml â swyddi gwag gan fod recriwtio'n fwy o her, ac mae hynny'n arwain at fwy o bwysau ar staff.⁴⁶⁹

Hyfforddiant

312. Gall delio â phroblemau iechyd meddwl fod yn frawychus, yn enwedig mewn cyd-destun proffesiynol. Roedd bron yr holl randdeiliaid y clywsom ganddynt yn sôn am bwysigrwydd bod hyfforddiant priodol ac amserol ar gael i'r holl staff o fewn darparwr.

313. Dywedodd Coleg Penybont fod ganddynt hyfforddwyr Cymorth Cyntaf Iechyd Meddwl sy'n cyflwyno hyfforddiant Cymorth Cyntaf Iechyd Meddwl i staff eraill i'w helpu i wella eu dealltwriaeth; eu helpu i adnabod iechyd meddwl gwael a rhoi'r gallu iddynt gyfeirio'n briodol.⁴⁷⁰

314. Galwodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda am hyfforddiant i ddarlithwyr er mwyn iddynt allu deall y dangosyddion iechyd meddwl. Gallai hyfforddiant o'r fath sicrhau hefyd fod staff yn gallu hyrwyddo ymyriadau cynnar yn ogystal â helpu'r staff eu hunain rhag chwythu eu plwc.⁴⁷¹ Galwodd Stonewall Cymru ar i holl staff prifysgol gael eu cynorthwyo i ddatblygu dealltwriaeth o iechyd meddwl myfyrwyr a'r effaith y gall profiadau bywyd a hunaniaethau croestoriadol ei chael.⁴⁷² Dywedodd AMOSSHE fod angen symleiddio iechyd a lles meddyliol ar draws sefydliadau.⁴⁷³

315. Galwodd Dr Kim Dienes am ganllawiau cyffredinol i academyddion. Awgrymodd y gallent fod ar ffurf modiwl a fyddai'n rhoi'r gallu iddynt gyfathrebu am yr adnoddau iechyd meddwl sydd ar gael, gallu nad yw'n bodoli ar hyn o bryd. Nododd fod modiwl o'r fath yn bodoli ar gyfer gwyngalchu arian ond nad oedd yr un ar gyfer iechyd meddwl.⁴⁷⁴ Dywedodd ei bod wedi gweithio mewn nifer o brifysgolion gwahanol yma ac yn yr Unol Daleithiau ac nad oedd gan yr

⁴⁶⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 12 UNSAIN

⁴⁶⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 71

⁴⁷⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 2 Coleg Penybont

⁴⁷¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 16 Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda

⁴⁷² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 33 Stonewall Cymru

⁴⁷³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 76

⁴⁷⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 148

un ohonynt unrhyw beth cyson mewn gwirionedd i helpu staff i ddeall sut i ofalu am y myfyrwyr.⁴⁷⁵

316. Pwysleisiodd nifer o sefydliadau yr angen am hyfforddiant gorfodol yn y maes hwn, gan gynnwys Coleg Brenhinol y Seiciatryddion,⁴⁷⁶ a Choleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol.⁴⁷⁷ Dywedodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion fod hyfforddiant yn y maes hwn yn aml yn hyfforddiant nad yw staff yn chwilio amdano nes eu bod mewn sefyllfa lle mae angen rhywfaint o gymorth arnynt.⁴⁷⁸

317. Clywsom y gall cael mynediad at hyfforddiant fod yn anodd. Mae'n ymddangos bod hon yn broblem arbennig i staff cymorth, gydag Unsain yn tynnu sylw at y ffaith mai nhw yw'r pwynt cyswllt cyntaf i fyfyrwyr y tu allan i'w darlithfeydd, ond eto maent yn teimlo nad oes ganddynt y gallu i helpu pobl sy'n cael trafferth yn y sefyllfaoedd difrifol iawn hynny, lle y gallant fod yn hunan-niweidio neu'n ystyried hunanladdiad oherwydd diffyg hyfforddiant neu adnoddau. Mae hon yn broblem benodol i staff ym meysydd diogelwch, rheoli preswylfeydd a chlirio.⁴⁷⁹ Dywedodd fod staff cymorth o'r farn bod cael mynediad at hyfforddiant yn anoddach iddynt.⁴⁸⁰ Gall y rhesymau dros hyn gynnwys peidio â chael eu rhyddhau ar gyfer hyfforddiant ac oherwydd mai nhw yw'r grwpiau o staff sy'n lleiaf tebygol o gael yr amser i ddarllen neu gael mynediad at e-byst. Yn ogystal â chreu rhwystrau i'r aelodau staff hyn helpu myfyrwyr, gall hefyd effeithio ar eu lles meddyliol eu hunain os ydynt yn ymwneud â delio â myfyriwr sy'n sâl iawn.⁴⁸¹

318. I'r staff academiaidd a'r staff cymorth, gall fod problem o ran staff yn cael eu rhyddhau i fynychu hyfforddiant. Galwodd Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol am amser wedi'i neilltuo ar gyfer hyfforddiant.⁴⁸²

319. Yn ôl AMOSSHE, yn ogystal â darparu hyfforddiant a chanllawiau i staff, mae'n bwysig hefyd sicrhau bod cymorth yn cael ei ddarparu i'w helpu i ddatblygu ac adeiladu eu ffiniau eu hunain fel nad ydynt yn cael eu llusgo i feysydd sy'n gwneud iddynt deimlo'n anghyfforddus neu sy'n rhoi pwysau ychwanegol arnynt.⁴⁸³

⁴⁷⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 237.

⁴⁷⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 242.

⁴⁷⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 239.

⁴⁷⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 238.

⁴⁷⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 12 UNSAIN.

⁴⁸⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 145.

⁴⁸¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 184.

⁴⁸² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 239.

⁴⁸³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 74.

Darpariaeth cyfrwng Cymraeg

320. Wrth ddelio â chymorth iechyd meddwl, mae'n hanfodol fod pobl yn gallu cael gafael ar gymorth yn yr iaith o'u dewis. Tynnodd Colegau Cymru sylw at hyn.⁴⁸⁴

321. Mae **Myf.cymru** yn adnodd a ddatblygwyd gan Brifysgol Bangor mewn partneriaeth â Grŵp Llandrillo Menai; Prifysgol Aberystwyth; a Phrifysgol Cymru y Drindod Dewi Sant. Fe'i hariannwyd gan CCAUC. Fe'i datblygwyd ar ôl nodi bwlch yn yr adnoddau iechyd a lles meddyliol sydd ar gael yn y Gymraeg. Croesawodd y Brifysgol Agored yng Nghymru yr ehangu hwn mewn adnoddau Cymraeg.⁴⁸⁵

322. Galwodd Grŵp Llandrillo Menai am ymestyn cyfleoedd ariannu i ddatblygu adnoddau iechyd meddwl dwyieithog tebyg i myf.cymru ymhellach.⁴⁸⁶ Dywedodd Mind Cymru y bydd cynnydd mewn darpariaeth cyfrwng Cymraeg yn helpu i sicrhau bod mwy o gymhwysedd diwylliannol yn bwrw gwreiddiau ymhlith darparwyr.⁴⁸⁷

Lle mae angen gwella?

323. Clywsom lawer o awgrymiadau gwahanol ar gyfer gwelliannau ac rydym yn tynnu sylw at rai o'r awgrymiadau allweddol yma. Dywedodd Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain nad oes yr un ymyrraeth unigol yn gweithio i bob myfyriwr, ac nad yw llawer o fyfyrwyr sy'n wynebu anawsterau yn ceisio cymorth, y strategaeth fwyaf effeithiol yw cymryd dull gweithredu prifysgol gyfan a fydd yn gwella canlyniadau i'r brifysgol gyfan.⁴⁸⁸ Rydym yn edrych ar ddull system gyfan yn y Bennod flaenorol.

324. Dywedodd UCM Cymru fod angen i fyfyrwyr deimlo bod eu sefydliad yn gwrando arnynt ac yn eu deall yn ogystal â theimlo'n rhan o gymuned y sefydliad. Dywedodd fod myfyrwyr yn aml yn gallu teimlo fel rhifau, a'u bod yn cael eu trin fel darnau o beiriant yn hytrach nag fel bodau dynol. Yn ôl UCM Cymru, pan fydd myfyrwyr yn estyn allan am gymorth, rhaid iddynt fod yn hyderus y byddant yn cael eu trin fel bod dynol sy'n dioddef, yn hytrach na rhif ar restr aros.⁴⁸⁹ Pwysleisiodd y Ganolfan Iechyd Meddwl bwysigrwydd cael dolen adborth ym mhob

⁴⁸⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 7 Colegau Cymru \(Papur Pwyllgor\)](#)

⁴⁸⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 5 Y Brifysgol Agored yng Nghymru](#)

⁴⁸⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 1 Grŵp Llandrillo Menai](#)

⁴⁸⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 27 Mind Cymru](#)

⁴⁸⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 29 Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain](#)

⁴⁸⁹ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 33](#)

achos, lle ceisir adborth gan bob grŵp o fyfyrwyr, ond yn arbennig y myfyrwyr hynny nad yw eu lleisiau bob amser yn cael eu clywed.⁴⁹⁰

325. Clywsom yn uniongyrchol gan fyfyrwyr⁴⁹¹ ac UCM Cymru am broblemau gyda rhannu gwybodaeth am opsiynau ar gyfer cymorth. Dywedodd Dr Kim Dienes fod y cyfathrebu yn ddiffygiol ar hyn o bryd a bod angen targedu cyfathrebu.⁴⁹² Dywedodd UCM Cymru fod myfyrwyr yn aml yn cael eu pledu gan wybodaeth yn eu hwythnosau cyntaf. Dywedodd ei bod yn hawdd i'r wybodaeth fynd ar goll ac efallai na fydd myfyrwyr yn ymwybodol o ble i droi am help. Galwodd am fwy o gyfeirio, negeseuon atgoffa wedi'u targedu ar adegau anodd yn ystod y flwyddyn ac am gyfathrebu rheolaidd trwy ystod o ddulliau.⁴⁹³ Adleisiwyd y farn hon gan Student Minds.⁴⁹⁴

326. Pwysleisiodd y Ganolfan Iechyd Meddwl hefyd fod angen defnyddio dulliau gwahanol i rannu gwybodaeth, gan ddweud bod pawb yn derbyn negeseuon yn wahanol. Dywedodd na ddylid gwneud rhagdybiaethau am ddewisiadau myfyrwyr ar gyfer eu dewisiadau cyfathrebu.⁴⁹⁵ Galwodd am ddefnyddio aml-ddull.⁴⁹⁶

327. Dywedodd Mind Cymru fod gwybodaeth yn gallu bod yn eithaf goddefol weithiau, megis taflen, pan mai'r hyn sydd ei angen yw'r canlynol:

*"... actually a more aggressive, forceful conversation about, 'If you are really worried about something, we're here. We want to hear from you. It is a stressful time.' Sometimes, even admitting it and owning the moment to go, 'Well, you are going to be under pressure. How can we best help you to get through that?', to help a young person build that resilience, build that toolkit to be able to handle some of these emotions that maybe they've struggled with before, or maybe they've actually successfully managed to overcome before, but are struggling with this time because there's a different support network around. So, I think something really proactive around what the support is that's available would be incredibly valuable."*⁴⁹⁷

⁴⁹⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 74

⁴⁹¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

⁴⁹² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 150

⁴⁹³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 74

⁴⁹⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 368

⁴⁹⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 9

⁴⁹⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 26

⁴⁹⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 331

328. Dywedodd Student Minds y gellir gwneud rhagdybiaethau ynglŷn â pha mor gydgysylltiedig yw gwaith ar draws sefydliad, a lefel yr wybodaeth sydd gan wahanol aelodau staff am fyfyrwyr unigol. Dywedodd fod rhwystrau i hyn yn gallu cynnwys staff yn cael digon o hyfforddiant (gweler yr adran ar hyfforddiant staff) neu'n gallu bod yn ganlyniad i fethiant gwahanol adrannau a staff i gyfathrebu'n ddigon rhagweithiol.⁴⁹⁸

329. Argymhellodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion y gallai sefydliadau ystyried cael rhywun y gellir ei enwebu fel pwynt cyswllt pe bai myfyriwr yn profi argyfwng iechyd meddwl. Roedd hefyd am weld yr holl sefydliadau'n sefydlu gweithgorau a fyddai'n goruchwyllo'r gwaith o weithredu arfer da ar gyfer iechyd meddwl myfyrwyr.⁴⁹⁹ Awgrymodd BMA Cymru y dylid penodi tiwtoriaid personol yn ogystal â thiworiaid academiaidd er mwyn rhoi cymorth gyda materion personol. Dylai tiwtoriaid o'r fath gael eu hyfforddi'n briodol a bod ar gael i gwrdd â'u myfyrwyr o leiaf unwaith y mis.⁵⁰⁰

330. Clywsom am bwysigrwydd gwasanaethau cymorth sy'n gymwys yn ddiwylliannol gan amrywiaeth o randdeiliaid a'r myfyrwyr i ni siarad â nhw yn ystod ein hymweliadau ymgysylltu.⁵⁰¹ Dywedodd Mind Cymru fod hyn yn arbennig o bwysig i fyfyrwyr rhyngwladol neu fyfyrwyr o gymunedau sy'n cael eu diffinio yn ôl eu hil. Dywedodd fod cydweithwyr mewn sefydliadau dan arweiniad pobl dduon a sefydliadau ag amrywiaeth ethnig wedi amlygu nad yw'r systemau yn cynorthwyo pobl o liw cystal ag y gallai.⁵⁰² Dywedodd AMOSSHE fod llawer o waith wedi'i wneud ym maes gwella cymorth i grwpiau penodol o fyfyrwyr. Aeth ati i grybwyll pobl ifanc sy'n gadael gofal a phobl ifanc sydd wedi ymddieithrio, gan nodi ei bod yn bwysig cyfuno cymorth heb stigmatiddio a phwyntio bys at y grwpiau hynny.⁵⁰³

331. Soniodd nifer o randdeiliaid, a myfyrwyr⁵⁰⁴ i ni siarad â nhw, am bwysigrwydd gwella hyfforddiant iechyd meddwl a chodi ymwybyddiaeth i fyfyrwyr fel rhan o'r broses sefydlu a'r broses cymorth parhaus. Dywedodd BMA Cymru y dylai addysgu myfyrwyr am fesurau ataliol ac y dylai, yn arbennig, bwysleisio'r ffaith nad oes yr un broblem yn rhy fach i ofyn am gymorth yn ei chylch.⁵⁰⁵ Dywedodd Mind Cymru fod myfyrwyr wedi dweud wrthynt am bwysigrwydd mwy o

⁴⁹⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 8 Student Minds

⁴⁹⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 9 Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru

⁵⁰⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 24 BMA Cymru Wales

⁵⁰¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

⁵⁰² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 315

⁵⁰³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 20

⁵⁰⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

⁵⁰⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 24 BMA Cymru Wales

lythrennedd iechyd meddwl a fyddai'n gwella iechyd a lles meddyliol.⁵⁰⁶ Galwodd Dr Kim Dienes am fodiwl iechyd meddwl gorfodol ar gyfer myfyrwyr blwyddyn gyntaf.⁵⁰⁷

332. Clywsom gan nifer o randdeiliaid a myfyrwyr am bŵer cymorth gan gymheiriaid, gan gynnwys Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol.⁵⁰⁸ Dywedodd Stonewall Cymru y dylid creu cyfleoedd ar gyfer cymorth o'r fath.⁵⁰⁹ Roedd Mind Cymru yn ei alw'n arf pwerus⁵¹⁰, tra bu'r myfyrwyr y buom yn siarad â nhw yn disgrifio rhai o'r prosiectau cymorth gan gymheiriaid y maent yn ymwneud â nhw. Dywedodd un myfyriwr fod cymorth gymheiriaid mor bwysig. Dywedodd eraill y gall cymorth gymheiriaid helpu i leihau'r unigrwydd sy'n aml yn mynd law yn llaw â heriau iechyd meddwl.⁵¹¹ Tynnodd UCM Cymru sylw at y llinellau nos i fyfyrwyr mewn prifysgolion sydd, meddai, yn fwy o wasanaeth gwranddo na dim, ond eu bod yn eithaf defnyddiol a'u bod yn waelodlin ddefnyddiol ar gyfer cymorth gan gymheiriaid.⁵¹² Yn ôl AMOSSHE, er bod cymorth gan gymheiriaid yn wych ar gyfer cynyddu ymwybyddiaeth a lleihau stigma, nid oedd o reidrwydd i'r rhai sydd fwyaf sâl a phobl sydd eisoes mewn argyfwng.⁵¹³

333. Yn ystod ein gwaith ymgysylltu â staff a myfyrwyr, soniwyd am ddiwygio'r Lwfans Myfyrwyr Anabl (DSA). Grant nad yw'n seiliedig ar brawf modd yw'r lwfans hwn a gellir ei ddyfarnu i fyfyrwyr cymwys i dalu'n llawn neu gyfrannu at unrhyw gostau ychwanegol cysylltiedig ag astudio y gallant eu hwynebu o ganlyniad i anabledd, cyflwr iechyd hirdymor, cyflwr iechyd meddwl neu anhawster dysgu penodol. Mynegodd rhai aelodau staff bryder o risg pe bai asesiadau DSA yn cael eu tynnu o'r asesiadau mewnol cyfredol a gynhelir gan ddarparwr. Dywedodd rhai myfyrwyr fod y cyllid DSA yn ddefnyddiol ac yn eu galluogi i ganolbwyntio ar eu hastudiaethau. Fodd bynnag, clywsom y gallai fod angen cymorth pellach i gwblhau ffurflenni'r DSA. Dywedodd un myfyriwr wrthym ei fod yn sefydlu grŵp cymorth ar gyfer myfyrwyr eraill sy'n cael y DSA.⁵¹⁴

334. Cododd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion ymhlith eraill yr angen am ymchwil bellach i effeithiolrwydd ymyriadau. (Rydym wedi cyffwrdd â'r angen am werthuso a mesurau canlyniadau effeithiol ym Mhennod 2.) Gan ddweud bod y sylfaen dystiolaeth ar gyfer rhai

⁵⁰⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

⁵⁰⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 149

⁵⁰⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 202

⁵⁰⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 33 Stonewall Cymru

⁵¹⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

⁵¹¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

⁵¹² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 67-68

⁵¹³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 37

⁵¹⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

ymyriadau yn tyfu, roedd o'r farn bod angen gwneud mwy. Dylai unrhyw ymchwil gael ei chyd-greu â myfyrwyr. Roedd yn teimlo y gallai Llywodraeth Cymru geisio darparu rhywfaint o arian ar gyfer ymchwil yn y gofod hwn.⁵¹⁵ Galwodd Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol hefyd am fwy o ymchwil i effeithiolrwydd gwasanaethau cwnsela ym mhrifysgolion Cymru.⁵¹⁶ Yn ogystal, dywedodd Dr Kim Dienes fod diffyg data ansoddol ar gyfer Cymru yn broblem, ac roedd yn cytuno â Choleg Brenhinol y Seiciatryddion bod diffyg sylfaen dystiolaeth ar gyfer ymyriadau. Credai fod cynllun peilot Gwasanaeth Cyswllt y Prifysgolion ar gyfer Materion Iechyd Meddwl (gweler y Bennod nesaf) yn dechrau darparu rhywfaint o dystiolaeth, ac y dylid ei gyflwyno ymhellach.⁵¹⁷

335. Roedd Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion hefyd eisiau cyllid ar gyfer ymchwil bellach i'r rhwystrau i ddysgu, rôl addasiadau rhesymol ac effeithiolrwydd y ddarpariaeth gyfredol.⁵¹⁸ Galwodd Prifysgol De Cymru am fframwaith cyffredin ar gyfer mesur lles myfyrwyr a staff fel y gellir asesu ymyriadau.⁵¹⁹

336. Galwodd AMOSSHE am benodi Cyngorwr Polisi Arbenigol ym maes iechyd meddwl a chymorth myfyrwyr. Dylai'r swydd hon weithio gyda Llywodraeth Cymru, y Comisiwn a'r sefydliadau. Byddai hyn yn eu barn nhw yn helpu i sefydlu'r dull tymor hwy sydd ei angen.⁵²⁰ Roedd Prifysgolion Cymru;⁵²¹ Prifysgol Caerdydd ⁵²² a Phartneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru⁵²³ yn adleisio'r alwad hon.

337. Roedd BMA Cymru am weld anghenion penodol meddygon dan hyfforddiant yn cael eu hystyried mewn cynlluniau ar gyfer cymorth iechyd meddwl. Roedd yn galw ar sefydliadau i ymrwmo i'r safonau perthnasol o Siarter Lles Meddyliol y BMA.⁵²⁴ Cefnogodd y Cyngor Deoniaid Iechyd y galwadau i gydnabod anghenion myfyrwyr gofal iechyd fel grŵp ar wahân. Tynnodd sylw at y problemau y gall myfyrwyr gofal iechyd eu hwynebu ar leoliad, gan gynnwys mynediad at wasanaethau cymorth oherwydd patrymau shifft ac apwyntiadau anhyblyg. Cododd hefyd problemau yn ymwneud â diffyg cyfathrebu rhwng darparwyr lleoliadau a phrifysgolion, sy'n golygu nad ydynt yn cael gwybod pryd y gallai myfyriwr fod angen cymorth

⁵¹⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 9. Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru](#)

⁵¹⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 10. Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol Cymru](#)

⁵¹⁷ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 253](#)

⁵¹⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 20 Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion](#)

⁵¹⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 32 Prifysgol De Cymru](#)

⁵²⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 11 AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru](#)

⁵²¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 25 Prifysgolion Cymru](#)

⁵²² Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 30 Prifysgol Caerdydd](#)

⁵²³ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 17 Partneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru \(Prifysgol Caerdydd, Prifysgol Metropolitan Caerdydd, Prifysgol De Cymru, CBCDC, Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro\)](#)

⁵²⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 24 BMA Cymru Wales](#)

ychwanegol yn dilyn profiadau trawmatig.⁵²⁵ Dywedodd Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol y gall myfyrwyr meddygol fod yn ceisio dal i fyny byth a hefyd wrth gael cymorth wrth iddynt symud o gwmpas ar leoliad.⁵²⁶

338. Nododd Rhwydwaith Ymgynghorwyr Iechyd Meddwl y Brifysgol fod rhywfaint o ddyblygu ar draws y sector, a bod angen gwelliannau o safbwynt "rhannu arferion gorau ac addasu adnoddau cyffredin."⁵²⁷

339. Dywedodd y Gweinidog wrthym y bydd darparwyr, wrth lunio eu Strategaethau Iechyd Meddwl a Lles a gyflwynir i CCAUC, yn nodi ac yn mynd i'r afael ag anghenion grwpiau bregus. Fel rhan o'r gwaith o ddatblygu'r cynlluniau hyn, bydd sefydliadau wedi cynnwys staff a myfyrwyr, a dylai'r grwpiau hyn fod wedi bod yn gynrychioliadol. Dywedodd y bydd anghenion penodol staff a myfyrwyr â nodweddion gwarchodedig yn rhan o'r dadansoddiad hwn.⁵²⁸

340. Dywedodd y Gweinidog fod yr awgrym bod myfyrwyr blwyddyn gyntaf yn cymryd modiwl ymwybyddiaeth o iechyd meddwl yn awgrym diddorol iawn, a dywedodd y gallai fod yn rhan o set ehangach o fodiwlau sgiliau bywyd. Dywedodd y gallai modiwl o'r fath fod yn foment bendant lle y gellid ffurfioli'r cyfeirio hwnnw, a'r codi ymwybyddiaeth hwnnw o wasanaethau cymorth, yn gyffredinol ac yn eu sefydliad penodol.⁵²⁹

Ei barn ni

341. Mae mabwysiadu'r Fframwaith Stepchange a'r fframweithiau Diogelu rhag Hunanladdiad yn gam tuag at wella cysondeb ar draws y sector, ond cysondeb sy'n ystyried anghenion corff myfyrwyr penodol sefydliad unigol. Nodwn fod y sector ei hun yn gweld y budd o gael rhywfaint o gysondeb, gyda'r argymhelliad yn y datganiad polisi ar y cyd ar safon gyson o ddisgwyliadau i bob myfyriwr. Wrth sefydlu'r Comisiwn, mae'n ymddangos ei bod yn amserol i'r gwaith hwn gael ei ddatblygu, gyda disgwyliadau cyffredin yn cael eu datblygu sy'n darparu llinell sylfaen hyblyg a hefyd yn nodi'n glir i fyfyrwr pa gymorth y gall ei ddisgwyl. Yn amlwg, rhaid i fframwaith o'r fath roi'r lle i ystyried yr ystod o ddarparwyr ac amrywiaeth y cyrff myfyrwyr.

Argymhelliad 15. Bod Llywodraeth Cymru yn sicrhau bod y Comisiwn yn blaenoriaethu'r gwaith o ddatblygu fframwaith cyffredin ar gyfer cymorth iechyd meddwl ar draws y sector addysg uwch. Rhaid i'r Comisiwn sicrhau ei fod yn ymgysylltu â'r holl bartneriaid allweddol, ond

⁵²⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 26 Y Cyngor Deoniaid Iechyd

⁵²⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 197

⁵²⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 20 Rhwydwaith Cynghorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion

⁵²⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 30

⁵²⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 140

yn enwedig myfyrwyr, wrth ddatblygu'r fframwaith hwn. Dylai'r fframwaith hwn nodi llinell sylfaen ond bod yn ddigon hyblyg i alluogi sefydliadau i ddylunio gwasanaethau sy'n ystyried eu cyd-destunau penodol eu hunain ac anghenion penodol eu myfyrwyr. Dylai adlewyrchu ac ategu hefyd unrhyw waith ehangach ar gymorth iechyd meddwl yn y sector ôl-16 yn ehangach.

342. Ynghyd â datblygu fframwaith cyffredin ar draws y sector, dylai'r Comisiwn chwarae rhan ganolog wrth rannu a dosbarthu arferion da ar draws y sector. Tynnodd rhanddeiliaid ein sylw at y potensial hwn (gweler paragraff 275). Nodwn fod y Gweinidog o'r farn mai blaenoriaeth i'r Comisiwn fydd sicrhau y gall y system rannu arferion da i wella ansawdd ymyriadau (gweler paragraff 279).

Argymhelliad 16. Bod Llywodraeth Cymru, wrth sefydlu rôl a chylch gwaith y Comisiwn, yn egluro'n glir y rôl y mae'n rhaid i'r Comisiwn ei chwarae wrth rannu a lledaenu'n rhagweithiol arferion gorau ym maes cymorth iechyd meddwl ar draws y sector addysg uwch. Wrth gyflawni hyn, rhaid i'r Comisiwn sicrhau bod arferion da yn cael eu diweddarau ac yn adlewyrchu'r datblygiadau diweddaraf yn y maes hwn.

343. Bydd y Comisiwn yn chwarae rhan hanfodol wrth ddatblygu ymateb y sector i'r cynnydd mewn achosion o broblemau iechyd meddwl ymhlith myfyrwyr. Roeddem yn falch o weld y Bil yn cael ei ddiwygio i gynnwys amod cofrestru ar les. Yn ystod ein craffu Cyfnod 1 gwnaethom bwysleisio pwysigrwydd sicrhau bod y Comisiwn yn rhoi llais y myfyrwyr a'r staff wrth wraidd ei waith. Rydym yn cefnogi'r galwadau gan randdeiliaid bod angen i fyfyrwyr a staff gyfrannu'n helaeth at ddatblygu'r fframwaith rheoleiddio. Fel yr ydym wedi tynnu sylw ato drwy'r adroddiad hwn, mae'n bwysig bod amrywiaeth llais y myfyrwyr a'r staff yn cael ei adlewyrchu mewn unrhyw drefniadau ymgysylltu a chyfranogi. Dylai'r gwaith hwn barhau ar ôl i'r fframwaith rheoleiddio gael ei sefydlu, a dylai barhau i fod yn nodwedd o waith y Comisiwn.

344. Mae cyllid yn amlwg yn hollbwysig i sicrhau bod gwasanaethau cymorth ar gael yn y man cywir, ar yr adeg gywir ac yn y ffurf gywir i gefnogi myfyrwyr yn effeithiol. Rydym yn ymwybodol bod cyllid cyhoeddus dan bwysau mawr ar hyn o bryd. Ond gwyddom fod galw cynyddol am y gwasanaethau hyn, felly mae cyllid yn gorfod ymestyn llawer pellach. Mae cyllid hirdymor a chynaliadwy yn hanfodol i symud tuag at system sy'n canolbwyntio ar atal a diogelwch a, gobeithio, lleihau nifer y myfyrwyr sy'n cyrraedd sefyllfa o argyfwng. Gall ymyrraeth gynnar atal tarfu sylweddol ar fywydau ac astudiaethau myfyrwyr ond gall arbed arian cyhoeddus yn yr hirdymor hefyd. Credwn ei bod hi'n bwysig bod sefydliadau addysg uwch, ynghyd â chyrff cyhoeddus eraill sy'n gweithio yn y maes hwn, fel y GIG, yn cael cyllid digonol i allu darparu cymorth iechyd meddwl effeithiol.

Argymhelliad 17. Dylai Llywodraeth Cymru gynnal asesiad realistig o'r lefelau cyllid sydd eu hangen i ddarparu gwasanaethau cymorth effeithiol ac amserol sy'n seiliedig ar anghenion myfyrwyr. Ar ôl gwneud hyn, dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod cyllid digonol yn cael ei roi i CCAUC a thrwy gyllidebau'r GIG i gynorthwyo darparwyr addysg a gofal iechyd i gyflwyno cymorth lles meddyliol effeithiol i fyfyrwyr. Dylai cyllid digonol sicrhau bod cymorth effeithiol ar gael i bob myfyriwr pan fo'i angen a'i fod yn diwallu anghenion pob rhan o'r gymuned myfyrwyr.

345. Roedd y dystiolaeth a glywsom ar bwysigrwydd nid yn unig yn sicrhau'r swm cywir, ond y strwythurau cywir ar gyfer cyllid yn anhygoel o glir ac yn cael ei godi gan bawb y bu i ni siarad â nhw. Gallwn weld bod rhywfaint o symud wedi bod gyda'r newidiadau yn y modd y mae CCAUC wedi trefnu ei gyllid ar gyfer prosiectau iechyd meddwl, ond mae union natur y setliadau ariannu blynyddol yn cael effaith uniongyrchol ar effeithiolrwydd prosiectau. Mae'n golygu nad ydym yn manteisio i'r eithaf ar werth yr arian sy'n cael ei wario yn y gofod hwn, bydd symud i gyllid tymor hwy yn rhoi mwy o sefydlogrwydd, bydd yn helpu i recriwtio a chadw staff, ac yn sicrhau bod y ffocws ar ddarparu gwasanaethau yn hytrach na cheisio sicrhau ffynonellau ariannu. Mae cyllidebau dangosol yn ddefnyddiol, ond nid ydynt yn rhoi sicrwydd, a gall hyn fod yn rhwystr penodol mewn marchnad swyddi gystadleuol, lle gall sicrhau'r staff cywir fod yn hynod o anodd.

Argymhelliad 18. Dylai Llywodraeth Cymru symud tuag at gyllid tymor hwy ar gyfer cymorth iechyd meddwl, a dylai annog y Comisiwn i barhau â'r dull a fabwysiadwyd gan CCAUC i ddarparu ymrwymadau ariannu tymor hwy. Dylai Llywodraeth Cymru ac yna'r Comisiwn ddatgan yn glir eu bwriad i gynnal y dyraniad cyllid blynyddol ar gyfer cymorth iechyd meddwl, ac ymrwymo i'r lefelau cyfredol o gyllid blynyddol o leiaf ar gyfer cylchoedd cyllido'r dyfodol fel y gall darparwyr addysg uwch gynllunio'u gwasanaethau'n fwy hyderus mewn modd hirdymor a chynaliadwy.

346. Roedd y dystiolaeth a glywsom ar les staff a'r effaith ar eu gallu i gefnogi myfyrwyr yn effeithiol yn bwerus. Mae barn UCM Cymru nad yw'r sector cyfan yn iach yn feddyliol yn destun pryder. Mae staff yn amlwg yn gweithio'n galed i gefnogi myfyrwyr, ond maent yn wynebu pwysau digynsail. Gwyddom y bydd staff sydd dan bwysau ac sy'n teimlo straen meddyliol eu hunain yn ei chael hi'n anodd cynorthwyo myfyrwyr. Ein gobaith yw y bydd mabwysiadu dull sefydliad cyfan o ymdrin ag iechyd meddwl a lles yn dechrau dwyn ffrwyth ac yn gwella lles staff. Fodd bynnag, bydd y newid diwylliannol hwnnw'n cymryd amser, ac mae'n amlwg bod mwy y gellir ei wneud ar unwaith.

347. Mae pob aelod staff addysg uwch yn wynebu heriau penodol, yn cynnwys llwyth gwaith, pwysau costau byw a newidiadau i gyflogau, telerau ac amodau staff. Mae'r fframwaith Stepchange yn dwyn ynghyd les meddyliol staff a myfyrwyr, gan ei gwneud yn glir bod dull prifysgol gyfan yn dibynnu ar les staff.

348. Yn ystod ein gwaith craffu Cyfnod 1 ar (Fil) Addysg Drydyddol ac Ymchwil Cymru, bu i ni argymhell y dylai gael ei ddiwygio i roi dyletswydd partneriaeth gymdeithasol ar y Comisiwn. Roeddem yn falch i'r Bil gael ei ddiwygio wedyn i roi dyletswydd strategol ar y Comisiwn i hyrwyddo cydweithio rhwng y sector addysg drydyddol ac undebau llafur perthnasol. Yn y cyd-destun hwn, credwn ei bod hi'n bwysig bod y Comisiwn a Llywodraeth Cymru yn gweithio gyda darparwyr addysg uwch yn rhinwedd eu swydd fel cyflogwyr i sicrhau nad yw amodau gwaith staff yn tanseilio eu gallu i sicrhau lles meddyliol ac emosiynol effeithiol i fyfyrwyr. Bydd staff â llwyth gwaith enfawr ac sydd o bosibl yn wynebu pwysau ariannol personol yn ei chael hi'n anoddach darparu cymorth lles meddyliol effeithiol i fyfyrwyr.

Argymhelliad 19. Bod Llywodraeth Cymru a'r Comisiwn newydd yn gweithio gyda sefydliadau addysg uwch mewn model partneriaeth gymdeithasol i sicrhau nad yw amodau gwaith, yn cynnwys amodau a telerau cyflogaeth, yn tanseilio gallu staff i ddarparu cymorth effeithiol i fyfyrwyr.

349. Un o'r buddugoliaethau cyflym mwy uniongyrchol fyddai sicrhau bod gan bob aelod o staff fynediad at hyfforddiant o ansawdd da ar iechyd meddwl a lles. Dylai'r hyfforddiant hwn gael ei fandadu ac felly dylid sicrhau amser wedi'i neilltuo. Mae'n bwysig bod hyn yn cwmpasu'r holl staff, gan gynnwys y rhai a allai fod mewn gwasanaethau cymorth ar gontract allanol, fel glanhawyr, staff diogelwch a staff sy'n gweithio mewn busnesau lluniaeth ar y campws ac mewn adeiladau preswyl. Dylai fformat hyfforddiant o'r fath ystyried y gwahanol rolau sydd gan staff, a sicrhau eu bod yn cael eu rhedeg mewn ffordd sy'n galluogi pob aelod o staff i gael mynediad at yr hyfforddiant.

Argymhelliad 20. Bod Llywodraeth Cymru yn gweithio gyda CCAUC, y Comisiwn newydd a'r sector ehangach i annog darparwyr i ddarparu hyfforddiant iechyd meddwl ystyrlon i bob aelod staff, sy'n ystyried cyd-destun a chorff myfyrwyr pob sefydliad unigol. Dylai hyfforddiant o'r fath rymuso staff i ddarparu cymorth priodol, yn cynnwys manylion y cymorth y gellir ei ddarparu gan y sefydliad a phartneriaid lleol eraill i alluogi cyfeirio effeithiol lle bo'n briodol. Dylai Llywodraeth Cymru annog pob darparwr i sicrhau bod hyfforddiant o'r fath ar gael i bob aelod staff, yn staff cymorth ac academiaidd, ac i'r rhai sy'n darparu gwasanaethau ar gontractau allanol i'r sefydliad. Trwy gynnig hyfforddiant o'r fath, dylai darparwyr sicrhau amser wedi'i neilltuo i staff fynychu hyfforddiant.

350. Mae datblygiad Myf.cymru yn un pwysig. Fel y nodwn ym mharagraffau 320-322, mae rhanddeiliaid wedi galw am gyllid parhaus i gefnogi datblygiad cymorth yn y Gymraeg. Cytunwn, a dylid ehangu ymhellach fynediad at gymorth ac adnoddau iechyd meddwl a lles Cymraeg. Mae angen darparu cymorth ac adnoddau cyfrwng Cymraeg i bob myfyriwr sydd am gael mynediad atynt ledled Cymru.

Argymhelliad 21. Bod Llywodraeth Cymru yn darparu cyllid pellach i CCAUC ac yna'r Comisiwn i gynorthwyo i ehangu cymorth iechyd meddwl i fyfyrwyr drwy gyfrwng y Gymraeg. Dylai'r cyllid hwn fod yn ymrwymiad parhaus i sicrhau hirhoedledd cymorth drwy gyfrwng y Gymraeg.

351. Clywsom lawer o syniadau ar gyfer meysydd posibl i'w gwella o ran cymorth. Yn arbennig, byddem yn awyddus i dynnu sylw at yr awgrym am fodiwl gorfodol ar iechyd meddwl i bob myfyriwr blwyddyn gyntaf. Credwn y byddai hyn yn gam mawr yn y cyfeiriad cywir a allai helpu i wella dealltwriaeth o broblemau iechyd meddwl a lles. Un o ganfyddiadau ein gwaith ymgysylltu oedd y dylai myfyrwyr newydd orfod cymryd modiwl ar wydnwch emosiynol a chyllidebu, a fyddai'n darparu cyfle i dynnu sylw at gymorth yn y sefydliad. Gallai helpu i fynd i'r afael â phryderon a godwyd gan rai tystion am y risg o or-feddygoli rhai problemau bob dydd, gan roi'r offer i fyfyrwyr eu rheoli'n effeithiol a lleihau'r risg y byddant yn gwaethygu i fod yn broblemau mwy sylweddol. Byddai hefyd yn helpu i leihau stigma, yn enwedig gan y byddai'n rhaid i bob myfyriwr blwyddyn gyntaf gwblhau'r modiwl a byddai hefyd yn gyfrwng i sicrhau bod pob myfyriwr yn cael gwybodaeth am y cymorth sydd ar gael. Yn olaf, gallai helpu i wella llythrennedd iechyd meddwl yn ehangach. Dylai sefydliadau unigol lunio modiwl sy'n gweithio i'w corff myfyrwyr penodol eu hunain, ac nid ydym yn teimlo y dylid rhagnodi sut y caiff ei ddarparu, dim ond bod anghenion y corff myfyrwyr penodol yn cael eu hystyried wrth ddylunio'r modiwl.

Argymhelliad 22. Bod Llywodraeth Cymru yn gweithio gyda CCAUC, y Comisiwn newydd a'r sector ehangach i annog pob darparwr addysg uwch i ddarparu hyfforddiant iechyd meddwl ystyrlon i fyfyrwyr yn eu blwyddyn gyntaf o astudio. Dylid cyflwyno'r hyfforddiant hwn mewn amrywiaeth o ddulliau sy'n sicrhau ei fod yn hygyrch i bob myfyriwr, a dylid ei gynig sawl gwaith gydol y flwyddyn gyntaf. Dylai Llywodraeth Cymru annog darparwyr i sicrhau bod pob myfyriwr yn cael y cyfle i fynyachu'r hyfforddiant hwn.

6. Sut y gall y sector AU weithio gyda'r GIG a darparwyr iechyd meddwl?

Mae sefydlu partneriaethau gweithio effeithiol rhwng y sectorau addysg a gofal iechyd yn hanfodol wrth ddarparu cymorth iechyd meddwl di-dor i fyfyrwyr. Mae cynllun peilot Gwasanaeth Cyswllt y Prifysgolion ar gyfer Materion Iechyd Meddwl ("MHULS") yn darparu templed addawol iawn i'w gyflwyno ledled Cymru.

352. Mae'r rhyngwyneb rhwng darparwyr addysg uwch, y GIG a darparwyr iechyd meddwl yn gwbl hanfodol i gefnogi iechyd myfyrwyr. Galwodd UCM Cymru am ddull mwy cydgysylltiedig sy'n dod â darparwyr addysg a gofal iechyd at ei gilydd i ddarparu llwybrau at gymorth sy'n glir ac wedi'u cyfeirio.⁵³⁰ Roedd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion yn cytuno, gan alw am wasanaethau integredig a dweud y bydd canlyniadau'n cael eu gwella os yw mewnbynnau'n cael eu hintegreiddio a'u cydlynu.⁵³¹ Dywedodd CCAUC y gallai'r Comisiwn chwarae rhan yn y gwaith o ddod â'r holl gyrff a sefydliadau sy'n gweithio yn y gofod hwn at ei gilydd.⁵³² Galwodd Prifysgol Metropolitan Caerdydd am weithgor Cymru gyfan yn cynnwys addysg uwch a'r GIG i edrych ar y materion a amlygir yn y Bennod hon.⁵³³

353. Atgoffodd Student Minds ni mai'r hyn sy'n unigryw ac yn wahanol ym mhoblogaethau'r myfyrwyr y mae angen i ni fod yn ymwybodol ohono yw eu bod yn boblogaeth symudol iawn.⁵³⁴ Mae'n hanfodol ein bod yn gwybod lle gall y bylchau yn y ddarpariaeth gwasanaethau ddigwydd a sut y gallai myfyrwyr ddisgyn rhwng y bylchau hyn.

354. Mae'n amlwg bod rhywfaint o gydweithio da yn digwydd ar draws Cymru, gyda CCAUC yn tynnu sylw at amrywiaeth o brosiectau mewn sefydliadau ar draws Cymru, gan gynnwys Wrecsam Glyndŵr; Bangor; Abertawe; Prifysgol Cymru y Drindod Dewi Sant; ac Aberystwyth.⁵³⁵

⁵³⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 4 UCM Cymru](#)

⁵³¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 9 Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru](#)

⁵³² Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru \(CCAUC\)](#)

⁵³³ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 15 Prifysgol Metropolitan Caerdydd](#)

⁵³⁴ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 388](#)

⁵³⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru \(CCAUC\)](#)

Ond gellir gwneud mwy. Galwodd Prifysgol De Cymru am greu partneriaeth a fframwaith llwybr atgyfeirio rhwng y GIG a darparwyr. Dylid adeiladu'r fframwaith hwn ar sylfaen o gyfrifoldebau clir a phendant.⁵³⁶

Pwysigrwydd egluro rolau

355. Fel i ni bwysleisio ym mharagraff 270, clywsom gan nifer o randdeiliaid am bwysigrwydd deall y ffiniau rhwng pa gymorth y gall darparwr addysg ei roi a pha gymorth sy'n perthyn yn fwy cadarn i wasanaethau eraill, yn enwedig y GIG. Clywsom fod llawer yn teimlo bod rôl i'r Comisiwn wrth wneud y gwahaniaeth hwn yn glir iawn. Dywedodd Prifysgolion Cymru y gallai'r Comisiwn helpu i ddiffinio a sicrhau dealltwriaeth eang o rolau a chyfrifoldebau darparwyr addysg a gofal iechyd.⁵³⁷ Dywedodd Prifysgol Caerdydd ei bod yn bwysig bod ffocws darparwr yn parhau ar ei bwrpas craidd sef cefnogi myfyrwyr i gyflawni'r gorau y gallant yn academiaidd.⁵³⁸

356. Dywedodd AMOSSHE fod dryswch am ffiniau a phwrpas gwasanaethau cymorth prifysgolion yn y drafodaeth gyhoeddus. Dywedodd fod rheoli disgwyliadau y tu hwnt i'w ddyletswydd gofal yn cynyddu llwyth gwaith i ddarparwyr addysg.⁵³⁹

357. Amlygwyd hyn hefyd mewn cysylltiad â'r berthynas rhwng y sector addysg a'r sector iechyd. Dywedodd nifer o randdeiliaid yn glir na all darparwyr addysg ddarparu gwasanaethau y dylid eu darparu drwy wasanaethau statudol. Dywedodd y Brifysgol Agored yng Nghymru nad rôl darparwr yw darparu gofal sylfaenol;⁵⁴⁰ felly hefyd AMOSSHE⁵⁴¹ a Phrifysgolion Cymru.⁵⁴² Dywedodd Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain na all gwasanaethau cymorth gynnig gofal a chymorth ar lefel glinigol.⁵⁴³ Tynnodd AMOSSHE sylw at y ffaith na fydd myfyrwyr yn parhau i fod yn fyfyrwyr am byth, ac y bydd unrhyw ddarpariaeth a ddarperir gan ddarparwr yn dod i ben yn y pen draw, ac felly nid oedd er budd myfyrwyr i ddibynnu ar eu darparwr addysg i ddarparu gofal iechyd.⁵⁴⁴ Gwnaeth Prifysgol Metropolitan Caerdydd y gymhariaeth â chyflyrau

⁵³⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 32 Prifysgol De Cymru

⁵³⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 25 Prifysgolion Cymru

⁵³⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE30 Prifysgol Caerdydd

⁵³⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 11 AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru

⁵⁴⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5 Y Brifysgol Agored yng Nghymru

⁵⁴¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 11 AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru

⁵⁴² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 230.

⁵⁴³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 29 Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain

⁵⁴⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 28.

iechyd corfforol, gan ddweud nad oes disgwyliad i ddarparwyr addysg uwch ddarparu gofal ar gyfer y cyflyrau hynny pan mae'n amlwg eu bod yn rhan o gylch gwaith y GIG.⁵⁴⁵

358. Dywedodd UCM Cymru fod myfyrwyr yn ei chael hi'n anodd deall y gwahanol rolau. Mae myfyrwyr yn aml yn cael eu gwthio tuag at gymorth prifysgolion, heb fawr o sôn yn aml am gymorth y GIG. Galwodd am system lle nad oes rhaid i'r myfyrwyr weithio allan pa wasanaeth y dylent droi ato, a bod unrhyw wasanaeth y byddant yn troi ato yn eu cyfeirio'n briodol. Dylai systemau hefyd ddileu'r risg y bydd myfyrwyr yn gorfod ailadrodd eu stori bob tro y cânt eu cyfeirio ymlaen.⁵⁴⁶ Dywedodd y byddai mwy o arweiniad yn cael ei werthfawrog, ac y byddai hynny'n cael gwared ar beth o'r straen a'r ansicrwydd cychwynnol am sut i gael mynediad at wasanaethau.⁵⁴⁷

359. Roedd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion yn cytuno na fyddai gan rai myfyrwyr yr hyder a'r wybodaeth i allu cael mynediad at wasanaethau mewn modd priodol. Dywedodd fod angen mwy o arweiniad yn y maes hwn.⁵⁴⁸ Galwodd Dr Kim Dienes am fwy o gysondeb gan ddweud fod y pwynt pan fo angen i'r sector gofal iechyd fod yn rhan o'r broses neu arwain wrth ddarparu cymorth yn amrywio'n fawr.⁵⁴⁹ Dywedodd AMOSSHE y byddai fframwaith canllawiau cenedlaethol yn ddefnyddiol ond rhybuddiodd na ddylai ddod yn ymarfer ticio bocsys. Gellid lliniaru'r risg o hyn drwy gydgyhyrchu a chydweithio.⁵⁵⁰

360. Dywedodd Mind Cymru mai mater i'r system yw penderfynu pwy sy'n darparu'r cymorth, ac nid y myfyriwr sy'n ceisio cymorth. Pwysleisiodd yr effaith ar rywun sy'n gorfod ailrannu profiadau trawmatig, sy'n gallu achosi ail-drawma ac sy'n gallu rhwystro adferiad. Galwodd am ddulliau creadigol o ddefnyddio dull 'dim drws anghywir'. Dywedodd mai dyma sy'n bwysig:

*"... how we ensure that young people or any student gets support quickly, based on their needs, and that that's worked out with them, but kind of for them, rather than them worrying about, 'I've got to enter another system now and tell my story again'."*⁵⁵¹

361. Dywedodd Student Minds fod rhai heriau penodol i'r myfyrwyr hynny, megis myfyrwyr rhyngwladol, nad ydynt efallai'n gyfarwydd â sut i gael mynediad at y system gofal iechyd yng

⁵⁴⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 15 Prifysgol Metropolitan Caerdydd

⁵⁴⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 85-86

⁵⁴⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 89

⁵⁴⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 263

⁵⁴⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 167

⁵⁵⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 97

⁵⁵¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 371

Nghymru neu ymgysylltu â'r system honno. Dywedodd fod angen mwy o waith ar sut mae'r grwpiau hyn yn cael eu hysbysu a'u haddysgu am sut y gallan nhw gael cymorth. Mae hon yn broblem ar ddechrau bywyd myfyriwr mewn sefydliad ac yn enwedig tua adeg wythnos y glas.⁵⁵²

362. Galwodd y Brifysgol Agored yng Nghymru ar Lywodraeth Cymru i gefnogi darparwyr i gydweithio fel bod modd i wasanaethau fynd i'r afael â bylchau yn y ddarpariaeth bresennol. Galwodd hefyd am waith pellach i helpu i ddiffinio rolau pob sefydliad yn glir yng nghyd-destun iechyd meddwl myfyrwyr.⁵⁵³ Galwodd Student Minds ar Lywodraeth Cymru i wneud y canlynol:

"... further encourage and support NHS partners... to work collaboratively with their universities and student representatives to map out emerging needs and trends... and share how they are commissioning effectively to support and promote the health of this population."⁵⁵⁴

363. Dywedodd Rhwydwaith Cynghorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion, er ei bod yn ymddangos bod partneriaethau ffurfiol yn cael effaith gadarnhaol, mae effaith y gwasanaethau hyn weithiau yn gyfyng oherwydd mai dim ond nifer fach iawn o fyfyrwyr sy'n gallu eu defnyddio. Gall y meini prawf atgyfeirio fod yn llym gydag effaith fach iawn ar y niferoedd llwyth achosion i staff cymorth prifysgolion.⁵⁵⁵

364. Galwodd Colegau Cymru am gyfathrebu mwy hygyrch rhwng addysg a darparwyr iechyd.⁵⁵⁶ Dywedodd AMOSSHE y dylid creu iaith gyffredin a chlir ynghylch pa gymorth y gellir ei ddisgwyl gan ddarparwr addysg, a chan y GIG.⁵⁵⁷ Roedd y Ganolfan Iechyd Meddwl yn cytuno, gan ddweud nad yw darparwyr addysg a'r sector gofal iechyd hyd yn oed yn siarad yr un iaith yn aml. Galwodd am fwy o gydweithio a chydgyhyrchu, gyda myfyrwyr i oresgyn rhai o'r rhwystrau hyn.⁵⁵⁸ Dywedodd Student Minds ei bod yn bwysig bod yr holl gynnig a phecyn cymorth ar draws gwasanaethau'r brifysgol, y GIG y trydydd sector, a'r hyn y gallwch ei gael gydag ymyriadau dan arweiniad cymheiriaid yn cael ei gyfathrebu'n glir i fyfyrwyr. Dywedodd mai dangosydd mawr o ran a fydd cymorth yn effeithiol yw bod y person yn credu bod cymorth

⁵⁵² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 368.

⁵⁵³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5.Y.Brifysgol Agored yng Nghymru

⁵⁵⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 8.Student Minds

⁵⁵⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 20.Rhwydwaith Cynghorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion

⁵⁵⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 7.Colegau Cymru (Papur Pwyllgor)

⁵⁵⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 11.AMOSSHE.Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru

⁵⁵⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 94

yn mynd i'w helpu. Dywedodd y bydd eglurder ynghylch pa gymorth sydd ar gael yn gwneud cymorth yn fwy effeithlon ac yn cael mwy o effaith yn y tymor hwy.⁵⁵⁹

365. Tynnodd CCAUC sylw at ganfyddiadau adroddiad Minding our Future Universities UK a ddywedodd er bod y GIG yn dechrau ystyried myfyrwyr fel poblogaeth annodweddiadol, bod anawsterau sylweddol o hyd o ran cydlynu gofal rhwng darparwyr a'r GIG. Gall y problemau hyn fod yn ganlyniad i'r canlynol:

- "fragmented primary care arrangements, especially when students live and study in different locations;
- problematic information sharing between NHS services and universities both within Wales and across borders; and
- the variability of access to secondary and specialist care which is indicative of a wider treatment gap in young adult care."

Ychwanegodd CCAUC fod diffyg meini prawf neu drothwyon iechyd meddwl cyffredinol yn rhwystr go iawn. Argymhellwyd ganddynt y dylid llunio trothwyon gofal a diffiniadau o angen cyffredin y cytunir arnynt ac a fynegir yn glir, a chyfrifoldebau darparwyr addysg, y GIG, gwasanaethau cymdeithasol ac eraill. Dywedodd CCAUC y dylai egwyddor o ddyletswydd gofal i blant ac oedolion bregus er mwyn atal sefyllfaoedd 'dim drws anghywir' fod yn sail i'r rhain.⁵⁶⁰

366. Galwodd Partneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru hefyd am ddealltwriaeth gyffredin rhwng darparwyr addysg a gofal iechyd ynghylch rheoli risg a difrifoldeb iechyd meddwl.⁵⁶¹ Nododd Prifysgol De Cymru fylchau rhwng trothwyon ar gyfer cymorth, a thynnodd sylw hefyd at ddatgysylltiad a hierarchaeth o weithwyr proffesiynol a wahanir gan normau sefydliadau. Nododd fod y materion hyn wedi'u datrys yn y cynllun peilot ar gyfer Gwasanaeth Cyswllt Prifysgolion ar gyfer Materion Iechyd Meddwl (MHULS) sy'n dwyn ynghyd gymorth y GIG a chymorth mewn prifysgolion. Mae mwy o wybodaeth am y cynllun peilot hwn yn yr adran nesaf.⁵⁶²

367. Nodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan pa mor bwysig oedd hi bod darparwyr addysg uwch yn sicrhau bod staff yn gallu cyfeirio myfyrwyr at adnoddau gwybodaeth a

⁵⁵⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 369

⁵⁶⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

⁵⁶¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 17 Partneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru (Prifysgol Caerdydd, Prifysgol Metropolitan Caerdydd, Prifysgol De Cymru, CBCDC, UHB Caerdydd a'r Fro)

⁵⁶² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 32 Prifysgol De Cymru

chymorth a ddatblygwyd gan y GIG, ac at lwybrau atgyfeirio'r GIG.⁵⁶³ Roedd Prifysgolion Cymru yn cytuno, gan ddweud mai cyfrifoldeb darparwr oedd cyfeirio myfyrwyr at y GIG os oeddent yn wynebu anawsterau. Dywedodd fod rôl i ganllawiau lleol a chenedlaethol sy'n nodi'n glir y llwybrau lluosog sydd ar gael i gael cymorth.⁵⁶⁴

368. Dywedodd Llywodraeth Cymru y dylai myfyrwyr a darparwyr gwasanaethau fod â dealltwriaeth glir a chyson o rolau a chyfrifoldebau gwahanol ddarparwyr gwasanaethau a hyd a lled y cymorth y gall pob gwasanaeth ei ddarparu. Dywedodd hefyd y byddai'r Grŵp Cynghori Polisi newydd (a grybwyllir ym mharagraff 221) yn canolbwyntio ar y rhyngwyneb gofal iechyd / addysg ac yn edrych ar y rhwystrau a all rwystro mynediad teg at wasanaethau.⁵⁶⁵

369. Derbyniodd y Dirprwy Weinidog fod ymwybyddiaeth o wasanaethau a chymorth yn amrywio a'i bod yn awyddus i gydweithio â'r Gweinidog, yn ogystal â sicrhau bod y Grŵp Cynghori newydd yn edrych ar y mater hwn. Dywedodd ei bod hefyd yn ymwybodol o'r argymhellion sydd eisoes wedi'u gwneud yn hyn o beth gan y darparwyr ôl-16.⁵⁶⁶

370. Tynnodd y Dirprwy Weinidog sylw at y materion yn ymwneud â'r canol coll fel grŵp gwirioneddol bwysig. Dywedodd mai dyna pam y mae Llywodraeth Cymru wedi gweithio i wella mynediad at gymorth haen 0 a haen 1. Mae'r dull dim drws anghywir yn arbennig o bwysig hefyd i ddarparwyr iechyd ac addysg. Mae'n awyddus i weld y gwasanaeth 'pwyswch 2' 111 newydd yn cael ei hyrwyddo i boblogaethau myfyrwyr gan ei fod yn helpu i gefnogi mynediad cyflym at wasanaethau.⁵⁶⁷ Dywedodd fod y gwasanaeth hwn yn newid mawr am ei fod yn galluogi atgyfeirio'n uniongyrchol at wasanaethau.⁵⁶⁸ (Mae rhagor o wybodaeth am y gwasanaeth hwn ym mharagraff 459.)

Gwybodaeth a rhannu data

371. Un thema allweddol a amlygwyd oedd materion yn ymwneud â rhannu data a gwybodaeth rhwng darparwyr, y GIG a darparwyr iechyd meddwl eraill, a sut y gall hyn greu rhwystr rhag darparu cymorth amserol ac effeithiol. Galwodd rhanddeiliaid fel y Brifysgol Agored yng Nghymru am fwy o waith i gefnogi rhannu data priodol rhwng y GIG a

⁵⁶³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 22 Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan

⁵⁶⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 230-231

⁵⁶⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34 Llywodraeth Cymru

⁵⁶⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 93

⁵⁶⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 102

⁵⁶⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 135

gwasanaethau cyhoeddus eraill.⁵⁶⁹ Roedd eraill a alwodd am fwy o waith yn y maes hwn yn cynnwys:

- Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain;⁵⁷⁰
- CCAUC;⁵⁷¹
- Mind Cymru;⁵⁷²
- Partneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru;⁵⁷³
- Stonewall Cymru.⁵⁷⁴

372. Clywsom gan rai rhanddeiliaid y gallai'r Comisiwn fod â rôl i wella sut y rhennir data rhwng y ddau sector. Roedd y rhain yn cynnwys Grŵp Llandrillo Menai;⁵⁷⁵ UCM Cymru;⁵⁷⁶ a Prifysgolion Cymru.⁵⁷⁷ Mae hyn yn cyd-fynd â'r rôl ehangach y gallai'r Comisiwn ei chwarae wrth ddod â phartneriaid gwahanol yn y sector ynghyd a chefnogi cydweithio. Buom yn edrych ar hyn yn y Bennod flaenorol hefyd.

373. Dywedodd UCM Cymru fod ansicrwydd ynghylch rhannu gwybodaeth yn gallu arwain at oedi cyn i fyfyrwyr gael cymorth, a galwodd am rannu gwybodaeth mewn ffordd gyflym ac effeithiol. Gall rhannu gwybodaeth yn aneffeithiol arwain at wneud penderfyniadau nad ydynt er lles pennaf y myfyriwr. Tynnodd sylw at y ffaith bod cyfreithiau diogelu data yn galluogi sefydliadau i rannu gwybodaeth bersonol mewn sefyllfa o argyfwng. Galwodd am gysondeb ar y mater hwn y tu mewn a'r tu allan i Gymru er mwyn sicrhau bod lles pennaf myfyrwyr yn cael ei ddiogelu.⁵⁷⁸ Bydd y myfyrwyr eu hunain yn weddol ansicr am sut mae gwybodaeth yn cael ei rhannu, a gall fod llawer o gamsyniadau, gyda myfyrwyr hyd yn oed yn credu y byddant yn cael eu cyfeirio'n awtomatig at wasanaethau'r GIG os ydynt yn siarad â gwasanaethau cymorth eu darparwyr.⁵⁷⁹

⁵⁶⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5.Y.Brifysgol Agored yng Nghymru

⁵⁷⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 29.Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain

⁵⁷¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14.Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

⁵⁷² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27.Mind Cymru

⁵⁷³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 17.Partneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru (Prifysgol Caerdydd, Prifysgol Metropolitan Caerdydd, Prifysgol De Cymru, CBCDC, UHB Caerdydd a'r Fro)

⁵⁷⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 33.Stonewall Cymru

⁵⁷⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 1.Grŵp Llandrillo Menai

⁵⁷⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4.UCM Cymru

⁵⁷⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 25.Prifysgolion Cymru

⁵⁷⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4.UCM Cymru

⁵⁷⁹ Y.Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 93.

374. Rydym eisoes wedi ystyried rhai o'r materion penodol sy'n wynebu myfyrwyr gofal iechyd a gofal cymdeithasol (gweler y penodau blaenorol). Dywedodd UCM Cymru y gallai'r myfyrwyr hyn fod yn poeni eu bod yn peryglu eu dyfodol ar gwrs os ydynt yn rhannu gwybodaeth a'u bod yn poeni y bernir nad ydynt yn addas i ymarfer.⁵⁸⁰ Roedd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion yn cytuno, a galwodd am fwy o arweiniad fel bod staff addysg uwch, clinigwyr a myfyrwyr oll yn deall pryd a sut y gellir rhannu gwybodaeth. Fel UCM Cymru, tynnodd sylw at y materion penodol yn ymwneud â stigma i'r rhai ar gyrsiau sydd wedi eu cofrestru fle broffesiynol.⁵⁸¹

375. Cododd y Cyngor Deoniaid Iechyd fater penodol myfyrwyr gofal iechyd sydd ar leoliadau. Dywedodd fod angen gwell integreiddio a chyfathrebu rhwng darparwyr addysg, darparwyr lleoliadau a gwasanaethau iechyd meddwl fel y gallai gwybodaeth a data myfyrwyr, gyda chaniatâd, gael eu rhannu'n hawdd, gan gefnogi adnabod achosion yn gynnar a pharhad cymorth.⁵⁸²

376. Dywedodd CCAUC fod rhannu data yn gymhleth a bod angen dull wedi'i gydlyn. Roedd yn cefnogi galwadau am basbort iechyd myfyrwyr i helpu i oresgyn rhai o'r problemau hyn. (Rydym yn edrych yn fanylach ar hyn yn y Bennod nesaf.) Er eu bod o'r farn y dylai'r GIG arwain y gwaith o ddatblygu pasbort o'r fath, roedd CCAUC yn teimlo bod gan sefydliadau addysg rôl i'w chwarae, yn arbennig o ran strwythur y data, y categorïau, a'r derminoleg.⁵⁸³

377. Roedd Partneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru am weld cytundebau rhannu data wedi'u teilwra rhwng darparwyr a Byrddau Iechyd yn cael eu datblygu.⁵⁸⁴ Adleisiwyd hyn gan UCM Cymru, a ddywedodd y gallai Llywodraeth Cymru gefnogi datblygiad polisïau rhannu gwybodaeth tebyg i'r rhai sydd ar waith ar gyfer MHULS⁵⁸⁵ (gweler yr adran nesaf). Roedd Prifysgolion Cymru yn cytuno bod cyfle i ehangu'r dull rhannu gwybodaeth a welwyd yn y cynllun peilot MHULS ledled Cymru.⁵⁸⁶

378. Dywedodd Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion fod straeon mynych am fyfyrwyr sâl iawn yn cael eu rhyddhau o'r ysbyty heb unrhyw ddealltwriaeth o rôl gwasanaethau cymorth prifysgolion a chyfyngiadau'r cymorth y gellir ei ddarparu.⁵⁸⁷ Cododd Prifysgolion Cymru hyn hefyd, gan ddweud yn fwy cyffredinol nad oes unrhyw fecanweithiau penodol i nodi

⁵⁸⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 93

⁵⁸¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 170

⁵⁸² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 26 Y Cyngor Deoniaid Iechyd

⁵⁸³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 312-313

⁵⁸⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 17 Partneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru (Prifysgol Caerdydd, Prifysgol Metropolitan Caerdydd, Prifysgol De Cymru, CBCDC, UHB Caerdydd a'r Fro)

⁵⁸⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 94

⁵⁸⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 239

⁵⁸⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 20 Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion

bod rhywun yn fyfyrwr wrth gael ei dderbyn i ofal y GIG.⁵⁸⁸ Gall hyn arwain atynt yn cael eu rhyddhau yn syth yn ôl i'w neuaddau preswyl, lle maent yn byw gyda phobl ifanc 18 oed eraill, heb unrhyw gymorth ar waith. Dywedodd fod y cynllun peilot MHULS (gweler yr adran nesaf) yn dechrau gweld prifysgolion yn cael eu hysbysu yn yr achosion hyn.⁵⁸⁹ Cododd Colegau Cymru bryderon tebyg hefyd, gan ddweud bod yna, yn aml, gyfrolau o wybodaeth nad yw darparwyr yn ei chael.⁵⁹⁰ Yn ystod ein gwaith ymgysylltu, disgrifiodd staff achosion o fyfyrwyr a oedd mewn perygl o hunanladdiad yn cydsynio i'r wybodaeth hon gael ei rhannu gyda'u prifysgol, ond nid yw'r rhannu gwybodaeth hwn yn digwydd.⁵⁹¹

379. Dywedodd Rhwydwaith Cynghorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion hefyd y gall rhannu data gael ei rwystro gan brotocolau llym ar gyfer staff y GIG. Dywedodd fod staff prifysgol, mewn rhai achosion, wedi cael cyfeiriad e-bost gan y GIG i osgoi'r broblem hon, gan gael eu pennu'n 'staff anrhydeddus' yn yr un ffordd â chlinigwyr academiaidd.⁵⁹²

380. Dywedodd Colegau Cymru y dylid deall yn iawn beth yw rhwymedigaethau a chyfyngiadau rhannu gwybodaeth, fel nad oes yn rhaid i fyfyrwyr egluro eu cefndir a'u gofynion dro ar ôl tro ac i lawer o wahanol bobl, os nad ydynt yn dymuno gwneud hynny.⁵⁹³ Galwodd UCM Cymru am ganllawiau clir wedi'u diweddarau ar rannu gwybodaeth rhwng darparwyr gofal iechyd ac addysg.⁵⁹⁴

381. Dywedodd Colegau Cymru fod cynllun peilot ar waith yn y lleoliadau addysg bellach, gyda phroses newydd gyda gwasanaethau iechyd meddwl ar gyfer pontio a rhannu data. Mae'r cynllun peilot ar gyfer blwyddyn academiaidd 2022/23.⁵⁹⁵

382. Gall rhannu gwybodaeth rhwng sectorau gael ei gymhlethu hefyd gan faterion trawsffiniol. Mae llawer o fyfyrwyr o Gymru yn symud allan o Gymru i gael addysg uwch, a llawer o fyfyrwyr nad ydynt yn Gymru yn symud i mewn i Gymru. Dywedodd AMOSSHE fod rhannu data yn broblem benodol i'r myfyrwyr hyn, yn enwedig os ydynt wedi bod yn derbyn cymorth yn flaenorol gan naill ai CAMHS neu wasanaethau iechyd meddwl i oedolion. Gall hyn arwain at

⁵⁸⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 25 Prifysgolion Cymru

⁵⁸⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 119-120

⁵⁹⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 192

⁵⁹¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

⁵⁹² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 20 Rhwydwaith Cynghorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion

⁵⁹³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 19 Colegau Cymru (Ymateb i'r ymgynghoriad)

⁵⁹⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 57

⁵⁹⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 7 Colegau Cymru (Papur Pwyllgor)

fyfyrwyr yn gorfod ailgychwyn proses ddiagnostig ac atgyfeirio o'r dechrau eto, sy'n gallu dwysáu trawma a thrallod.⁵⁹⁶

383. Dywedodd CCAUC, o ran data, y gallai Llywodraeth Cymru ystyried y canlynol:

*"... how national and regional strategic planning, including regional and local well-being assessments, current data capture and use, and data sharing takes account of post-16 learners and students, including at key transition points."*⁵⁹⁷

384. Cododd Student Minds hefyd bwysigrwydd rhannu gwybodaeth effeithiol â'r trydydd sector, yn ogystal â rhwng darparwyr addysg a darparwyr gofal iechyd statudol. Tynnodd sylw at yr ystod o gymorth a gynigir gan y trydydd sector, gan ddweud y gallai darparwyr addysg uwch chwarae rôl wirioneddol bwysig wrth ddwyn llawer o'r llinynnau hyn ynghyd a dwyn y bobl hyn ynghyd.⁵⁹⁸

385. Tynnodd y Dirprwy Weinidog sylw at y canllawiau gan Universities UK ynghylch rhannu gwybodaeth:

*"... which is an attempt to respond to the tragic situations we've seen where young people have died and nobody knew that they were struggling from within their families. I think it's really good guidance because it recognises that not all young people will want to involve their families, and it is about identifying trusted contacts. But what I also really like about it is the fact that it requires universities to keep reinforcing that message, to keep reminding young people that they need to identify someone who can help them. I think that's really important, because lots of young people see going to university as a clean slate and they won't necessarily want to identify any mental health issues, and you can see that through the data. So, I think having that constant reinforcement of the availability of support, the importance of reaching out for help, is crucially important...."*⁵⁹⁹

⁵⁹⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 30.

⁵⁹⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

⁵⁹⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 353.

⁵⁹⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 137.

Cynllun Peilot Gwasanaeth Cyswllt y Prifysgolion ar gyfer Materion Iechyd Meddwl (MHULS)

386. Sefydlwyd y cynllun peilot MHULS ym mis Ebrill 2022. Mae'n darparu cymorth i fyfyrwyr yn ardal Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro, sy'n cynnwys Prifysgol Caerdydd, Prifysgol Metropolitan Caerdydd, Prifysgol De Cymru, a Choleg Brenhinol Cerdd a Drama Cymru. Mae'r cynllun peilot wedi'i ariannu gan CCAUC, ac mae wedi'i anelu at fyfyrwyr sydd â phroblemau iechyd meddwl cymedrol neu broblemau iechyd meddwl hirdymor mwy cymhleth. Mae'n cael ei staffio gan staff y GIG sy'n gweithio yn y gwasanaethau cymorth i fyfyrwyr ar y campws a'i nod yw pontio'r bwlch rhwng y cymorth a ddarperir gan ddarparwyr, a'r trothwy i gael mynediad at wasanaethau'r GIG. Dywedodd AMOSSHE yn fod yn fodel ymarfer unigryw i Gymru.⁶⁰⁰

387. Yn ystod chwe mis cyntaf y cynllun peilot, mae wedi gweld dros 200 o fyfyrwyr sâl yn feddyliol.⁶⁰¹ Dywedodd Prifysgol Metropolitan Caerdydd ei fod eisoes yn dangos, gyda'r seilwaith cywir, y gall myfyrwyr gael eu hatgyfeirio'n uniongyrchol o gymorth i fyfyrwyr i wasanaethau'r GIG.⁶⁰² Dywedodd Prifysgol Caerdydd ei fod wedi cael effaith arwyddocaol o ran gwella atgyfeiriadau a dull rheoli'r myfyrwyr mwyaf sâl, ynghyd â datblygu'r bartneriaeth rhwng y sectorau addysg a gofal iechyd.⁶⁰³ Tynnodd AMOSSHE sylw at y ffaith fod rhai o'r atgyfeiriadau'n dod allan o wasanaethau i'r gymuned, ac felly'n creu capasiti yn y gymuned.⁶⁰⁴ Dywedodd Prifysgolion Cymru fod yr adborth cychwynnol gan y myfyrwyr hynny sydd wedi cael cymorth wedi bod yn gadarnhaol iawn.⁶⁰⁵

388. Dywedodd cynrychiolydd o AMOSSHE, sy'n gweithio ym Mhrifysgol De Cymru, fod y cynllun peilot wedi rhoi darlun cywir iddynt o ran y canlynol:

"... to get under the skin of that to understand the proportions coming through and also the severity of how they're presenting, and that's been really useful. We're having regular data insights—data is a big aspect of this—to inform us and to be able to shape our services going forward. So, I think that that's been telling, not only at an institutional level, but at a partnership level as well. And from the NHS, I think that's been really critical—50 per cent, or roughly half of the referrals of students into that

⁶⁰⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 11 AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru

⁶⁰¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 11 AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru

⁶⁰² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 15 Prifysgol Metropolitan Caerdydd

⁶⁰³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 30 Prifysgol Caerdydd

⁶⁰⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 41

⁶⁰⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 239

liaison service have been referrals through the NHS. What we're trying to establish, and certainly of curiosity to me, is were we aware of those students before they came through that route. And I think that's really an open door for us to be exploring. So, the data, I think, has really come forth within that project."⁶⁰⁶

389. Rhannodd AMOSSHE rai o'r pethau eraill a ddysgwyd o'r cynllun peilot. Mae rhai o'r rhai sy'n ceisio gwasanaethau ar y pen mwyaf eithafol, gyda delfrydu hunanladdiad yn eu nodweddu. Yn ôl AMOSSHE, mae tua 18% o atgyfeiriadau wedi bod yn rhai categori D (mae pum categori yn amrywio o A (lleiaf difrifol) i E (mwyaf difrifol)) sef sefyllfa cyn argyfwng. Bydd y rhain yn bobl nad ydynt ar fin niweidio eu hunain, ond maent yn sicr yn byw gyda phroblemau iechyd meddwl dwys a chymhleth sy'n fwy difrifol nag y gall gwasanaethau cymorth addysg uwch cyffredin roi cymorth yn eu cylch.⁶⁰⁷ Dywedodd hefyd nad oedd rhai myfyrwyr, a oedd wedi manteisio ar y cymorth, wedi defnyddio cymorth statudol o'r blaen er bod ganddynt symptomau iechyd meddwl eithaf dyrys a chymhleth. Roedd yn hyderus fod y gwasanaeth yn taro deuddeg mewn ffordd nad oedd wedi digwydd yn y gorffennol.⁶⁰⁸

390. Roedd Prifysgol De Cymru am weld model ariannu cynaliadwy yn cael ei sefydlu er mwyn gallu parhau â'r prosiect a'i ehangu.⁶⁰⁹ Nododd AMOSSHE hefyd pa mor bwysig oedd bod cyllid ar gael i gefnogi prosiectau o'r fath. Dywedodd fod y £650,000 o gyllid CCAUC yn hanfodol, gan na ellid bod wedi'i ddarparu gydag ewyllys da staff y GIG a staff prifysgolion. Dywedodd fod angen sicrhau adnoddau priodol i brosiectau o'r fath, a bod angen sicrhau adnoddau ar gyfer canllawiau er mwyn sicrhau y gellir eu gweithredu.⁶¹⁰

391. Dywedodd UCM Cymru fod y prosiect yn mynd i'r afael â'r bwlch yn y cymorth i 'ganol coll' myfyrwyr. Roedd am weld y prosiect yn cael ei gyflwyno ledled Cymru oherwydd bydd yn golygu bod myfyrwyr sy'n cyflwyno gyda symptomau iechyd meddwl difrifol yn gallu cael eu gweld gan weithwyr iechyd meddwl proffesiynol y GIG ar y campws o fewn cyfnod priodol nad yw'n gwaethygu eu symptomau.⁶¹¹ Cododd UCU broblemau yn ymwneud â rhai myfyrwyr yn syrthio rhwng bylchau gwasanaethau oherwydd eu bod yn rhy sâl ar gyfer cymorth prifysgolion ond ddim yn ddigon sâl ar gyfer cymorth y GIG.⁶¹²

⁶⁰⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 40.

⁶⁰⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 44 a 46.

⁶⁰⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 103.

⁶⁰⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 32 Prifysgol De Cymru.

⁶¹⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 98.

⁶¹¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru.

⁶¹² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 231.

392. Dywedodd y Brifysgol Agored yng Nghymru fod gan y cynllun peilot lawer iawn o botensial ond codwyd pryderon ganddynt am sut y byddai'r model Bwrdd Iechyd presennol yn caniatáu i'n myfyrwyr gael eu cynorthwyo gan unrhyw bartneriaeth debyg. Nododd nad yw'r cynllun peilot presennol ar agor i fyfyrwyr y Brifysgol Agored yng Nghymru, ac y byddai angen i unrhyw bartneriaethau tebyg gynnwys pob un bwrdd iechyd i gynnwys ei myfyrwyr. Dywedodd y byddai hynny'n golygu rhoi ystyriaeth bellach i sut y byddai modd rhannu gwybodaeth ar draws nifer mor fawr o sefydliadau a rhyngddynt. Galwodd am ragor o waith i archwilio sut y gellid goresgyn y rhwystrau hyn i ddarparu'r Cymru gyfan fel hwythau.⁶¹³

393. Dywedodd Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion hefyd fod posibilrwydd na fyddai'r ddarpariaeth yn deg os darperir gwasanaethau ar sail ddaearyddol ar gyfer y campysau hynny sy'n pontio sawl bwrdd iechyd.⁶¹⁴ Cododd Mind Cymru bwysigrwydd cael cynnig cyson ledled Cymru, waeth lle mae myfyriwr yn byw.⁶¹⁵ Dywedodd Student Minds fod y model yn addawol iawn ond nad oedd am iddo fod yn rhagnodol oherwydd efallai na fyddai'r model yn gweithio i bob sefydliad, gan nodi fel enghraifft bosibl yr heriau y gallai sefydliad gwledig eu hwynebu.⁶¹⁶

394. Credai AMOSSHE y gallai'r model hwn drosi'n dda i dair neu bedair clymblaid/partneriaeth ranbarthol, gan ddarparu gofal iechyd meddwl y GIG ar gampysau neu o bell yn dibynnu ar y cyd-destun lleol. Dywedodd fod angen rhoi ystyriaeth bellach i sut mae modd darparu cymorth ar draws lleoliadau daearyddol gwahanol, ac ymgysylltu â'r realiti o gael mynediad at wasanaethau'r GIG ac ymarferwyr cymwysedig ym mhob cwr o'r wlad. Roedd yn argymhell mabwysiadu'r model hwn gydag addasiadau priodol ar gyfer cyd-destunau rhanbarthol. Credai y dylai fod yn fodel cenedlaethol ar gyfer gwaith ar y rhyngwyneb rhwng darparwyr AU a'r GIG. Byddai hyn yn helpu i sefydlu ymagwedd gyffredin at gymorth rheoli risg i'r myfyrwyr mwyaf sâl yn feddyliol ledled Cymru.⁶¹⁷ Yn ôl AMOSSHE, mae maint Cymru yn cynnig cyfle unigryw i wneud rhywbeth gwahanol fel y cynllun peilot hwn.⁶¹⁸ Dywedodd Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol Cymru fod cyflwyno MHULS ledled Cymru ar frig eu rhestr ddymuniadau, gan alw am iddo gael ei sefydlu'n barhaol.⁶¹⁹ Dywedodd Dr Kim Dienes y byddent wrth eu boddau i gael y prosiect yn ne-orllewin Cymru.⁶²⁰

⁶¹³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5 Y Brifysgol Agored yng Nghymru

⁶¹⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 20 Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion

⁶¹⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

⁶¹⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 377

⁶¹⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 11 AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru

⁶¹⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 44

⁶¹⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 129

⁶²⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 185

395. Mae AMOSSHE wedi cael sgysiau gydag Aberystwyth a Bangor am y model, a dywedodd fod llawer o ddiddordeb yn Abertawe. Er ei fod yn cydnabod y cymhlethdodau ychwanegol i'r prifysgolion hynny sy'n cwmpasu mwy nag un ardal Bwrdd Iechyd, nid oedd o'r farn bod mynd i'r afael â hyn yn amhosibl. Credai hefyd fod y cymhlethdodau a godwyd gan y Brifysgol Agored am ddysgwyr o bell a allai fod wedi'u cofrestru gyda meddyg teulu yn eu lleoliad cartref, sydd ar wahân i'w sefydliad yn gymhleth, ond nad oedd yn amhosibl eu goresgyn.⁶²¹ Dywedodd cynrychiolydd AMOSSHE o Brifysgol De Cymru eu bod nhw'n sefydliad sy'n cwmpasu sawl bwrdd iechyd a bod y prosiect wedi dangos iddynt beth sy'n bosibl.⁶²²

396. Galwodd Prifysgol Caerdydd am i'r cynllun peilot gael ei ddefnyddio fel model i gyfenwi adnoddau ar gyfer a darparu gwasanaethau tebyg ar draws Cymru ar sail ranbarthol.⁶²³ Dywedodd Prifysgol De Cymru y byddai fframwaith partneriaeth a llwybr atgyfeirio rhwng y GIG a Phrifysgolion yn cyfrannu at ddarparu gofal diogel a rheoli unigolion ac atal rhagor o niwed".⁶²⁴ Galwodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion am weledigaeth tymor hwy o sut y gellir datblygu a gweithredu'r dull hwn.⁶²⁵

397. Galwodd Partneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru (sy'n rhedeg y peilot) am raglen â chyllid cyfatebol rhwng addysg ac iechyd i oruchwylio'r gwaith o weithredu model cenedlaethol 'Cymru gyfan' yn seiliedig ar y cynllun peilot. Awgrymodd y gallai rhan o'r model hwn gynnwys swyddfa reoli ganolog yn gweithio gyda byrddau iechyd lleol/rhanbarthol, timau gwella, a staff sefydliadau addysg uwch i deilwra a gweithredu atebion rhanbarthol gan rannu arbenigedd ac ymarfer.⁶²⁶

398. Dywedodd Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol Cymru fod y cynllun peilot yn helpu i ddwyn ynghyd gofal clinigol y GIG a'r ymdeimlad o gymuned a chysylltiadau cryf gan y darparwr addysg. Dywedodd ei fod yn cefnogi ymchwil a gyhoeddwyd yn The Lancet a ganfu y byddai cael tîm aml-ddisgyblaethol y GIG yn gweithio ar y cyd â chynghorwyr academiaidd a staff prifysgol yn cynnig ateb sy'n dod â myfyrwyr a gwasanaethau GIG cymunedol at ei gilydd.⁶²⁷ Dywedodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion fod y model yn sicrhau bod cysylltiadau gwell a systemau sefydledig y mae staff addysg uwch a staff gofal iechyd yn eu deall ac yn eu hadnabod. Mae hyn yn lleihau'r ddibyniaeth ar bobl benodol a allai symud ymlaen, ond yn

⁶²¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 105-106

⁶²² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 111

⁶²³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 30 Prifysgol Caerdydd

⁶²⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 32 Prifysgol De Cymru

⁶²⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 125

⁶²⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 17 Partneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru (Prifysgol Caerdydd, Prifysgol Metropolitan Caerdydd, Prifysgol De Cymru, CBCDC, UHB Caerdydd a'r Fro)

⁶²⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 10 Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol Cymru

ymgorffori dull systematig sy'n gynaliadwy.⁶²⁸ Amlygodd y staff y buom yn siarad â nhw yn ystod ein gwaith ymgysylltu hefyd yr heriau sy'n eu hwynebu wrth feithrin cysylltiadau â gwasanaethau statudol gan fod staff mewn gwasanaethau statudol dan gryn bwysau.⁶²⁹

399. Wrth i ni siarad â staff fel rhan o'n gwaith ymgysylltu, roeddent yn cyfeirio at gynllun peilot MHULS, a chynlluniau peilot eraill yn Lloegr sy'n gwneud gwaith tebyg, ym Manceinion Fwyaf a Lerpwl. Ynghyd â'r rhanddeiliaid eraill y clywsom ganddynt, roeddent yn teimlo y gallai'r cynlluniau peilot hyn fod yn fuddiol o ran gwella'r cymorth sydd ar gael i fyfyrwyr.⁶³⁰

400. Fel yr ydym wedi amlinellu ym Mhenodau 2 a 4, rydym wedi clywed am ddiffyg sail dystiolaeth gadarn ac ymchwil i ba ymyriadau sy'n effeithiol, a sut y gall hyn greu rhwystr i ddarparu'r cymorth mwyaf effeithiol. Dywedodd Dr Kim Dienes fod y cynllun peilot hwn hefyd yn rhoi cyfle i nodi mesurau canlyniadau da, ac mae'n helpu i adeiladu'r sail dystiolaeth ymchwil.⁶³¹

401. Un o'r ffactorau sydd wedi cyfrannu at lwyddiant y cynllun peilot, yn ôl Prifysgol Metropolitan Caerdydd, yw datblygiad terminoleg a fframweithiau mesur risg cyffredin.⁶³² Roedd Prifysgol De Cymru yn cytuno.⁶³³ Tynnodd AMOSSHE sylw at hyn gan ddweud bod pob aelod staff proffesiynol yn defnyddio'r un mesurau risg, felly ble bynnag y mae myfyriwr yn cyflwyno, boed mewn adran damweiniau ac achosion brys neu mewn lleoliad cymunedol, nid oes angen i staff boeni o ba sefydliad mae'r myfyriwr yn dod.⁶³⁴ Roedd CCAUC yn cytuno, gan ddweud bod datblygu geirfa gyffredin yn helpu oherwydd os yw'r un geiriau'n cael eu defnyddio i ddisgrifio pethau, mae'n fwy tebygol y bydd yr ymyriadau yn cael eu targedu'n briodol.⁶³⁵

402. Mae'r ffactorau eraill gwerth chweil o fewn y cynllun peilot yn cynnwys datblygu protocolau rhannu gwybodaeth. Dywedodd Mind Cymru fod rhannu data yn enghraifft gref o'r sianeli gwybodaeth gadarn sydd angen eu sefydlu yn y sector addysg a gofal iechyd. Dywedodd

⁶²⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 182

⁶²⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

⁶³⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

⁶³¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 182

⁶³² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 15 Prifysgol Metropolitan Caerdydd

⁶³³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 32 Prifysgol De Cymru

⁶³⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 95

⁶³⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 310

fod y data hwn yn helpu i greu dealltwriaeth o ddifrifoldeb a symptomau achosion, gan leihau nifer y myfyrwyr sy'n syrthio drwy'r bwlch.⁶³⁶

403. Yn ôl AMOSSHE hefyd, mantais arall fu datgysylltu mynediad at gymorth oddi wrth y drefn o gofrestru gyda meddyg teulu.⁶³⁷ Rydym yn edrych ar y materion sy'n ymwneud â rôl y meddyg teulu, yn cynnwys materion cofrestru, yn y bennod nesaf.

404. Dywedodd Llywodraeth Cymru fod £600,000 wedi ei ddarparu i gefnogi'r cynllun peilot.⁶³⁸ Dywedodd y Dirprwy Weinidog ei bod yn hoffi'n fawr yr hyn yr oedd wedi ei weld o'r prosiect a'i fod yn gweithredu fel pont i wasanaethau'r GIG. Nododd hefyd fod Bwrdd Iechyd Caerdydd a'r Fro wedi bod yn glir iawn am fanteision y prosiect hwn o'u safbwynt nhw. Fodd bynnag, cydnabu bwysigrwydd edrych ar y gwerthusiad ac, yn arbennig, glywed profiadau'r myfyrwyr hynny sydd wedi defnyddio'r gwasanaeth.⁶³⁹

Cynllun Iechyd Meddwl newydd Llywodraeth Cymru

405. Dechreuodd strategaeth 10 mlynedd Llywodraeth Cymru, "**Law yn Llaw at Iechyd Meddwl**", yn 2012, a daeth i ben yn 2022. Fe'i cefnogwyd gan gyfres o gynlluniau cyflawni, a'r diweddaraf o'r rhain yw'r **Cynllun Cyflawni 2019-2022**. Mae gwaith yn mynd rhagddo ar hyn o bryd ar ddatblygu strategaeth newydd.

406. Dywedodd CCAUC nad yw Law yn Llaw at Iechyd Meddwl yn cyfleu'r dull system gyfan cymhleth sydd ei angen i gefnogi lles myfyrwyr.⁶⁴⁰ Galwodd Partneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru am i'r strategaeth newydd roi pwyslais ar fyfyrwyr addysg uwch ac addysg bellach.⁶⁴¹ Roedd Prifysgolion Cymru yn cytuno, gan ddweud y dylai'r strategaeth newydd gyfeirio at fyfyrwyr fel grŵp penodol sydd ag anghenion penodol ac y dylai fynd i'r afael â'r angen am gydweithio ar draws iechyd ac addysg i ddiwallu'r anghenion hynny.⁶⁴² Dywedodd UCM Cymru y dylai fersiwn nesaf y strategaeth ganolbwyntio mwy ar gefnogi myfyrwyr mewn addysg uwch.⁶⁴³

⁶³⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

⁶³⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 26 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 107

⁶³⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34 Llywodraeth Cymru

⁶³⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 98-99

⁶⁴⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

⁶⁴¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 17 Partneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru (Prifysgol Caerdydd, Prifysgol Metropolitan Caerdydd, Prifysgol De Cymru, CBCDC, UHB Caerdydd a'r Fro)

⁶⁴² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 25 Prifysgolion Cymru

⁶⁴³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru

407. Dywedodd Mind Cymru fod y strategaeth newydd yn gyfle allweddol i ddatblygu set ddata unigryw a phenodol a fydd yn rhoi gwybodaeth am y ffordd orau o gefnogi myfyrwyr.⁶⁴⁴

408. Clywsom ambell bryder nad oedd Cynllun Cyflawni 2019-2022 Law yn Llaw at Iechyd Meddwl yn sôn yn benodol am fyfyrwyr nac addysg uwch. Cododd UCM Cymru hyn, gan ddweud nad yw'r adolygiad o'r cynllun o ganlyniad i'r pandemig ond yn crybwyll camau gweithredu mewn perthynas â sefydliadau addysg bellach.⁶⁴⁵ Cododd CCAUC bryderon tebyg gan ddweud, heblaw am sefydlu Addysg a Gwellu Iechyd Cymru a chyfeiriad at fframwaith iechyd meddwl addysg uwch ac addysg bellach, nad yw'n cyfeirio o gwbl at fyfyrwyr addysg uwch.⁶⁴⁶ Galwodd am i'r Comisiwn gyfrannu at ddatblygiad strategaeth iechyd meddwl newydd, a strategaethau a chynlluniau eraill cysylltiedig.⁶⁴⁷

409. Dywedodd y Gweinidog fod gan bob rhan o'r system rôl i'w chwarae o ran gwella lles myfyrwyr. O safbwynt Llywodraeth Cymru, cyfrifoldeb y Gweinidog a'r Dirprwy Weinidog yw hyn, mae'n gyfrifoldeb a rennir ac yn perthyn i'r ddau bortffolio. Dywedodd ei fod ef a'r Dirprwy Weinidog yn cyd-gadeirio grŵp gorchwyl a gorffen a sefydlwyd i oruchwylio gweithredu dull system gyfan o ymdrin ag iechyd meddwl mewn addysg.⁶⁴⁸

410. Dywedodd y Dirprwy Weinidog fod gan Law yn Llaw at Iechyd Meddwl ffocws cryf iawn ar anghydraddoldebau iechyd meddwl. Cyfeiriodd at waith gyda Diverse Cymru mewn perthynas â gwasanaethau sy'n gymwys yn ddiwylliannol; cynllun gweithredu LHDT C Llywodraeth Cymru a bod angen mwy o waith i sicrhau y gall pobl gael mynediad at gymorth drwy gyfrwng y Gymraeg.⁶⁴⁹ Mae gwerthusiad annibynnol o'r strategaeth wedi ei gomisiynu.⁶⁵⁰

411. O ran y strategaeth newydd, dywedodd y Dirprwy Weinidog fod gwaith eisoes yn mynd rhagddo gydag Iechyd Cyhoeddus Cymru i ddatblygu polisi sy'n cefnogi iechyd meddwl da i bawb, gan ddweud ei bod am sicrhau bod cydraddoldeb rhwng iechyd meddwl ac iechyd corfforol. Cafwyd ymgynghoriad eisoes ar gerrig milltir iechyd meddwl.⁶⁵¹ Ymrwymodd i ymgysylltu'n eang tu hwnt ag ystod gynhwysfawr o randdeiliaid. Dywedodd y byddai profiad byw wrth wraidd y strategaeth newydd.⁶⁵²

⁶⁴⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

⁶⁴⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru

⁶⁴⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

⁶⁴⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

⁶⁴⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 9-10

⁶⁴⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 27

⁶⁵⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 43

⁶⁵¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 46-47

⁶⁵² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 49

412. O ran pryderon nad yw'r strategaeth bresennol yn cynnwys cyfeiriad penodol at fyfyrwyr, dywedodd fod y cynllun cyflawni presennol sy'n nodi sut y bydd y strategaeth yn cael ei chyflwyno yn cynnwys cyfeiriadau at addysg uwch gyda cham gweithredu o ran hyfforddiant ynghylch iechyd meddwl a lles. Ond ychwanegodd ei bod eisiau i'r strategaeth newydd gael dull trawslywodraethol cryf iawn, a phe bai hyn yn cael ei wneud yn iawn i bobl ifanc, y byddai'n rhoi sylfaen gadarn i bawb arall.⁶⁵³

Ein barn ni

413. Mae iechyd meddwl yn gymhleth, ac felly nid yw'n syndod bod y dirwedd gymorth yn gallu bod yn gymhleth. Gall hyn fod hyd yn oed yn waeth i fyfyrwyr, yn enwedig y myfyrwyr hynny nad oes angen y math o gymorth a gynigir drwy wasanaethau'r GIG. Y canol coll yn aml yw'r rhai a allai golli allan ar y math cywir o gymorth ar yr adeg gywir. Er ei bod yn ymddangos bod dealltwriaeth am yr angen i lenwi'r bwlch hwn, credwn fod angen gwneud mwy i sicrhau bod y sectorau iechyd ac addysg yn gweithio gyda'i gilydd.

414. Mae'n ymddangos bod sefydlu'r Comisiwn yn gyfle da i ddod â gwahanol fathau o ddarparwyr yn y maes hwn at ei gilydd, yn ogystal â chael y presenoldeb cenedlaethol i hwyluso'r cytundebau posibl sydd angen eu gwneud i wella cydlyniant gwasanaethau. Rhaid i ddatblygu dealltwriaeth gyffredin rhwng darparwyr addysg, darparwyr gofal iechyd (statudol ac anstatudol) a Llywodraeth Cymru am y rolau a'r cyfrifoldebau mewn perthynas â lles myfyrwyr fod ar frig y rhestr flaenoriaeth. Er ein bod yn cydnabod y bydd angen dull pwrrpasol i ystyried gwahanol fathau o ddarparwyr, amrywiaeth y poblogaethau myfyrwyr, a'r byrddau iechyd gwahanol, dylai hyn nodi rhai egwyddorion sylfaenol sy'n sail i bwy sy'n gyfrifol am ba lefelau o gymorth. Rhaid i'r gwaith hwn gynnwys canllawiau a chytundeb ar drothwyon cyffredin a therminoleg ac iaith gytûn a fydd yn lleihau'r risg o unrhyw gamddealltwriaeth.

Argymhelliad 23. Bod Llywodraeth Cymru yn dechrau gwaith cwrpasu gyda'r GIG a'r sector addysg uwch i ddatblygu dealltwriaeth gyffredin o'r rolau a'r cyfrifoldebau ar draws gofal iechyd ac addysg ar gyfer lles meddyliol myfyrwyr. Rhaid i hyn gynnwys cytundebau ar drothwyon, iaith a diffiniadau. Unwaith y bydd y Comisiwn wedi'i sefydlu, dylent gymryd y prif gyfrifoldeb dros barhau â'r gwaith a sicrhau ei fod yn parhau i gael ei ddiweddarau ac yn adlewyrchu'r arfer cyfredol.

415. Clywsom dystiolaeth glir a chryf iawn am bwysigrwydd rhannu data a gwybodaeth yn effeithiol. Mae cynllun peilot MHULS wedi dangos y gellir sefydlu protocolau rhannu

⁶⁵³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 117

gwybodaeth a rhannu data cadarn rhwng darparwyr gofal iechyd ac addysg, sy'n helpu i gefnogi cymorth iechyd meddwl effeithiol. Hoffem weld gwaith pellach yn cael ei wneud yn y maes hwn gyda mwy o brotocolau yn cael eu sefydlu ledled Cymru rhwng darparwyr a lleoliadau gofal iechyd. Unwaith eto, mae hwn yn ymddangos yn faes lle gallai'r Comisiwn geisio helpu i ddod â'r holl bartneriaid perthnasol ynghyd a helpu i hwyluso rhannu arfer da a datblygu protocolau rhannu gwybodaeth.

Argymhelliad 24. Bod Llywodraeth Cymru, yn ei llythyr cylch gwaith cyntaf i'r Comisiwn, yn gofyn i'r Comisiwn arwain y gwaith o sefydlu protocolau rhannu data effeithiol rhwng darparwyr addysg uwch a'r GIG mewn perthynas â lles meddyliol.

416. Mae'r dystiolaeth yr ydym wedi'i chlywed am gynllun peilot MHULS wedi creu argraff arnom. O'r data cynnar sydd wedi ei rannu gyda ni, mae'n amlwg ei fod yn diwallu angen, yn enwedig y rheini a allai fod wedi colli allan cynt ar y math cywir o gefnogaeth. Mae hefyd yn meithrin cysylltiadau rhwng y sectorau addysg a gofal iechyd, a fydd, gobeithio, yn lleihau'r risg y bydd rhai myfyrwyr yn syrthio rhwng bylchau yn y ddarpariaeth gwasanaethau. Rydym yn ymwybodol y bydd angen cwblhau gwerthusiad llawn er mwyn deall effeithiolrwydd y dull hwn yn llawn, fodd bynnag, mae'r arwyddion cynnar yn hynod gadarnhaol. Os bydd y gwerthusiad llawn yn cadarnhau'r arwyddion cynnar hyn, credwn ei bod hi'n hollbwysig manteisio ar y cyfle hwn a chefnogi'r gwaith o gyflwyno'r gwasanaeth ledled Cymru.

417. Nodwn, fel rhan o'n gwaith ymgysylltu â staff, fod argymhellion ynghylch galluogi atgyfeiriadau uniongyrchol y mae'r cynllun peilot hwn yn eu caniatáu, a rhannu canlyniadau'r canfyddiadau o'r cynllun peilot hwn.

418. Rydym yn gwerthfawrogi y gallai fod rhai heriau ychwanegol wrth sefydlu cynlluniau tebyg mewn ardaloedd eraill o Gymru, yn arbennig lle mae nifer o fyrdau iechyd yn cwmpasu sefydliadau penodol, a materion yn ymwneud â dysgwyr o bell. Fodd bynnag, nid ydym yn credu bod y rhain yn anorchfygol, ac mae manteision clir prosiect o'r fath yn drech na'r heriau technegol. Nodwn y sylwadau gan y rhai sy'n ymwneud â datblygu a rhedeg cynllun peilot MHULS mewn perthynas â'r angen am gyllid cynaliadwy. Cytunwn, ac yn unol â'n hargymhellion cynharach ynghylch yr angen am gyllid mwy hirdymor, credwn y dylid cyflwyno MHULS ledled Cymru, yn ddibynnol ar ganfyddiadau'r gwerthusiad, gyda'r cyllid yn parhau ar gyfer y cynllun peilot presennol. O ran cyllid, dylai Llywodraeth Cymru archwilio sut y gellir defnyddio'r cyllidebau iechyd ac addysg i ddarparu'r cyllid gofynnol. Dylai'r gwaith cyflwyno hwn gael ei ariannu gan Lywodraeth Cymru drwy CCAUC a'r Comisiwn newydd, a dylai fod ymrwymiad i barhau â'r cyllid hwn.

Argymhelliad 25. Dylai Llywodraeth Cymru, CCAUC a'r Comisiwn newydd adeiladu ar y dysgu a'r gwerthusiad o'r Gwasanaeth Cyswllt Prifysgolion ar gyfer Materion Iechyd Meddwl yng Nghaerdydd a dechrau cynllunio ar gyfer cyflwyno'r model hwn yn llawn ledled Cymru. Fel rhan o'r gwaith cynllunio hwn, dylai cyllid hirdymor gael ei ymrwymo i gefnogi'r gwaith o gyflwyno, datblygu a chynnal a chadw'r model hwn ledled Cymru.

419. Mae datblygu Strategaeth Iechyd Meddwl newydd Llywodraeth Cymru yn gyfle pwysig i fynd i'r afael â rhai o'r materion a godir yn yr adroddiad. Ynghyd â sefydlu'r Comisiwn, mae'n ymddangos bod cyfle gwyh i wella'r rhyngwyneb rhwng darparwyr gofal iechyd ac addysg.

Argymhelliad 26. Bod Llywodraeth Cymru yn sicrhau bod y fersiwn nesaf o'r Strategaeth Iechyd Meddwl ac unrhyw gynlluniau gweithredu cysylltiedig yn gorfod sicrhau bod sefyllfa benodol myfyrwyr yn cael ei hystyried, a bod cyfleoedd yn cael eu nodi i fynd i'r afael â'r bwlch strategol a pholisi wrth ddod â'r darparwyr gofal iechyd ac addysg ynghyd.

7. Gwasanaethau'r GIG a gwasanaethau statudol

Mae pwysau aruthrol ar y GIG, yn enwedig mewn perthynas â chymorth ar gyfer iechyd meddwl. Fodd bynnag, mae modd gwneud mwy i wella iechyd a lles meddyliol myfyrwyr. Mae rôl y meddyg teulu yn hollbwysig. Mae'n bwysig mynd i'r afael â rhai o'r cymhlethdodau a all godi o set benodol o amgylchiadau myfyrwyr mewn perthynas â chael mynediad at wasanaethau gofal iechyd.

420. Gwyddom fod gwasanaethau'r GIG a gwasanaethau cymorth iechyd meddwl o dan bwysau sylweddol. Dywedodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan fod gofal sylfaenol a gwasanaethau iechyd meddwl cymunedol dan bwysau ac y bydd angen adnoddau ar gyfer unrhyw wasanaethau newydd i ddiwallu anghenion ac nad oes modd eu hariannu o fewn yr amlen ariannol bresennol.⁶⁵⁴ Dywedodd Mind Cymru fod gwasanaethau gofal sylfaenol yn cael eu llethu.⁶⁵⁵

421. Holodd Prifysgolion Cymru a oedd asesiadau iechyd y boblogaeth yn ystyried natur dros dro y boblogaeth myfyrwyr, ac o ganlyniad i ba raddau yr oedd adnoddau'r GIG yn ymdrin â hyn.⁶⁵⁶ Yn eu barn nhw, roedd angen trin y myfyrwyr fel rhan o'r boblogaeth ehangach waeth ble maent yn byw a lle maent yn astudio".⁶⁵⁷

422. Dywedodd UCM Cymru y dylai poblogaethau myfyrwyr gael eu cynnwys mewn cynllunio gofal iechyd a bod angen i leisiau myfyrwyr fod yn fwy amlwg wrth ddatblygu polisi iechyd, ac wrth ddylunio a darparu gwasanaethau iechyd lleol. Roedd eisiau gweld adolygiad ac ymarfer mapio o wasanaethau iechyd meddwl i fyfyrwyr er mwyn gallu nodi unrhyw fylchau.⁶⁵⁸ Pwysleisiodd y Ganolfan Iechyd Meddwl hefyd bwysigrwydd sicrhau bod pobl ifanc yn rhan o'r gwaith o gynllunio atebion, gan ddweud y gall fod gwahaniaeth yn aml rhwng y ffordd y mae

⁶⁵⁴ Papur Pwyllgor y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, CYPE(6)-25-22 – Papur i'w Nodi 1, Gwybodaeth ychwanegol gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan yn dilyn y cyfarfod ar 19 Hydref.

⁶⁵⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

⁶⁵⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 120

⁶⁵⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 225

⁶⁵⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 57

gwasanaethau'n cael eu gweld gan bobl ifanc, a sut mae staff yn credu eu bod yn cael eu gweld gan bobl ifanc.⁶⁵⁹

423. Dywedodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan y byddai'n gam cadarnhaol i ddarparwyr addysg ymgysylltu â byrddau iechyd i bennu lefel yr angen am wasanaethau iechyd meddwl sylfaenol ac eilaidd yn yr ardal.⁶⁶⁰

424. Dywedodd Llywodraeth Cymru mai'r "unig ffordd gynaliadwy" o ymateb i'r cynnydd mewn galw yw:

*"... sicrhau bod cymorth da, cyffredinol ar gael a mynediad da at wasanaethau arbenigol, a dyna pam rydym yn mabwysiadu dull system gyfan o ddarparu gwasanaethau yng Nghymru."*⁶⁶¹

425. Dywedodd Llywodraeth Cymru fod datblygu'r fframwaith NEST/NYTH fel arf cynllunio ar gyfer byrddau partneriaeth rhanbarthol i wella iechyd meddwl a lles plant a phobl ifanc yn bwysig. Mae'r fframwaith yn gwneud hyn drwy "ddarparu dull 'dim drws anghywir' o gael mynediad at gymorth a thrwy fabwysiadu ymagwedd ataliol at iechyd meddwl."⁶⁶²

Rôl y meddyg teulu

426. Gall y meddyg teulu chwarae rôl hanfodol wrth ddarparu cymorth iechyd meddwl, a helpu claf i gael gafael ar gymorth arall, fel sydd wedi'i amlinellu gan Goleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru. Dywedodd fod y meddyg teulu'n hanfodol wrth atal, adnabod yn gynnar a rheoli problemau iechyd meddwl.⁶⁶³

427. Fodd bynnag, i fyfyrwyr gall fod nifer o rwystrau neu gymhlethdodau sy'n llesteirio gallu meddyg teulu i wneud hyn. Yn gyntaf mae'r mater o fyfyrwyr yn cofrestru gyda meddyg teulu pan fyddant yn y brifysgol. Gall hyn fod yn arbennig o heriol i boblogaeth a all fod yn symudol iawn ac a allai fod yn symud yn rheolaidd rhwng eu darparwr addysg uwch a'u cartref, a allai fod gryn bellter i ffwrdd neu y tu allan i Gymru. Tynnodd Prifysgolion Cymru sylw at y ffaith nad yw tua 50% o fyfyrwyr yng Nghymru yn hanu o Gymru ac y gallai hyd yn oed y rhai sy'n Gymry fod yn symud i ran arall o Gymru.⁶⁶⁴ Argymhellodd AMOSSHE ddull cenedlaethol ar gyfer

⁶⁵⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 95.

⁶⁶⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 22 Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan (ABUHB).

⁶⁶¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34 Llywodraeth Cymru.

⁶⁶² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34 Llywodraeth Cymru.

⁶⁶³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 9 Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru.

⁶⁶⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 25 Prifysgolion Cymru.

cofrestru gyda meddyg teulu ar-lein.⁶⁶⁵ Galwodd Mind Cymru am welliannau a safoni lle bo'n bosibl yn achos cofrestru gyda meddyg teulu⁶⁶⁶ a galwodd Prifysgol Caerdydd am fodel ar-lein cenedlaethol, fel y gallent gofrestru cyn symud.⁶⁶⁷

428. Amlygwyd yr effaith y gall hyn ei chael ar barhad gofal gan:

- CCAUC;⁶⁶⁸
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda;⁶⁶⁹
- Mind Cymru;⁶⁷⁰
- Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol;⁶⁷¹
- Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru;⁶⁷²
- Student Minds;⁶⁷³ a
- Stonewall Cymru.⁶⁷⁴

429. Roedd y ffaith mai dim ond gydag un feddygfa y gall myfyrwyr gofrestru, er eu bod yn aml yn byw rhwng dau gyfeiriad, yn fater allweddol ym marn Student Minds.⁶⁷⁵ Dywedodd Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol nad oedd hi'n ymarferol cofrestru gyda'r meddyg teulu agosaf ar gyfer pob tymor a gwyliau, gan olygu y bydd cyfnod bob amser pan na fydd modd i'r myfyriwr gael mynediad at wasanaethau ac eithrio'r rhai y tu allan i oriau.⁶⁷⁶ Dywedodd Prifysgolion Cymru y gallai symud at feddyg teulu newydd beri bod myfyriwr sydd â chyflwr sy'n bodoli'n barod yn canfod ei hun yn ôl ar ddechrau taith ddiagnostig.⁶⁷⁷

430. Galwodd Student Minds am yr opsiwn o ddeuoliaeth o ran cael mynediad at ofal a fyddai'n galluogi myfyriwr i gael ei gofrestru mewn dau le ar yr un pryd, gydag arferion rhannu

⁶⁶⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 11 AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru](#)

⁶⁶⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 27 Mind Cymru](#)

⁶⁶⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 30 Prifysgol Caerdydd](#)

⁶⁶⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru \(CCAUC\)](#)

⁶⁶⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 16 Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda](#)

⁶⁷⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 27 Mind Cymru](#)

⁶⁷¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 10 Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol Cymru](#)

⁶⁷² Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 9 Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru](#)

⁶⁷³ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 8 Student Minds](#)

⁶⁷⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 33 Stonewall Cymru](#)

⁶⁷⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 8 Student Minds](#)

⁶⁷⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 10 Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol Cymru](#)

⁶⁷⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 25 Prifysgolion Cymru](#)

gwybodaeth cadarn iawn rhwng y gwasanaethau hynny sy'n cefnogi myfyrwyr ag anghenion cymhleth. Er y byddai'n hoffi gweld hyn, dywedodd hefyd y byddai darparu eu data eu hunain i fyfyrwyr yn eu grymuso a'u cefnogi i gael mynediad at y math cywir o gymorth.⁶⁷⁸

431. Disgrifiodd Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol yr effaith y gall y cynnwrf sylweddol sy'n gallu dod wrth ddechrau addysg uwch ei chael ar fyfyrwyr wrth gofrestru gyda meddyg teulu. Dywedodd y gallai myfyrwyr ei chael yn anodd gwneud hyn oherwydd eu bod yn hiraethu am eu cartref, bod y cyfan yn newydd iddynt, megis rheoli eu hamser, eu harian; cyddynnu â phobl newydd ac yn y blaen, a bod hynny'n anodd iawn.⁶⁷⁹

432. Nododd Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol hefyd bwysigrwydd perthynas gref rhwng meddyg teulu a chlaf wrth gefnogi a rheoli problemau iechyd meddwl yn effeithiol. Nododd fod ymchwil wedi dangos bod cleifion sy'n adnabod ac yn ymddiried yn eu meddyg teulu yn fwy tebygol o ofyn am help yn gynt a darparu mwy o wybodaeth. Gan fod angen perthynas rhwng y meddyg teulu a'r claf yn aml, mae'n bosibl na fydd gan fyfyrwyr sy'n symud o gwmpas berthynas o'r fath. Dywedodd ei bod yn bwysig i Lywodraeth Cymru, darparwyr addysg uwch a byrddau iechyd sicrhau bod y berthynas honno'n cael ei chreu.⁶⁸⁰

433. Dywedodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion fod problemau yn aml yn ymwneud â throsglwyddo cofnodion meddygol neu bresgripsiynu meddyginiaeth yn amserol. Cafwyd galwad gan y coleg am fwy o waith ar sut y gellir rheoli'r mater hwn yn well, heb arwain at unrhyw golled ariannol i'r meddyg teulu sydd wedi'i leoli ger y darparwr addysg. Roedd yn awgrymu creu cofnod meddygol electronig cyffredin a/neu gofnod meddygol a gedwir gan y claf.⁶⁸¹ Awgrymai fod y trosglwyddiad hyd yn oed yn anoddach gyda myfyrwyr o Loegr neu'r Alban.⁶⁸² Dywedodd Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol fod problem enfawr o ran trosglwyddo cofnodion, gan esbonio y gall gymryd chwe mis cyn iddynt gael cofnodion meddygol, gan ddweud bod hynny'n syfrdanol o wael, a'i fod mor araf ac yn eu llesteirio.⁶⁸³ Tanlinellodd Prifysgolion Cymru hefyd effaith y methiant i rannu data rhwng meddygon teulu.⁶⁸⁴ Soniodd Mind Cymru am yr effaith bosibl ar bresgripsiynau a meddyginiaeth, sy'n gallu cael goblygiadau enfawr o ran lles.⁶⁸⁵

⁶⁷⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 386

⁶⁷⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 129

⁶⁸⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 10 Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol Cymru

⁶⁸¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 9 Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru

⁶⁸² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 138

⁶⁸³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 171

⁶⁸⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 25 Prifysgolion Cymru

⁶⁸⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

434. Cafodd yr awgrym hwn o ryw fath o basbort meddyg teulu i fyfyrwyr ei grybwyll hefyd yn yr Argymhellion Polisi Iechyd Meddwl Ôl-16.⁶⁸⁶ Dywedodd AMOSSHE fod yr awgrym hwn wedi'i wneud yn **adroddiad "Not by Degrees" IPPR**. Roedd AMOSSHE yn credu y byddai pasbort o'r fath yn mynd i'r afael â pharhad gofal, ond roedd yn cydnabod y gallai fod cymhlethdodau ar draws ffiniau. Galwodd am ariannu cynllun peilot gyda'r nod o'i fabwysiadu'n genedlaethol ac y dylai'r cynllun peilot gynnwys gweithio gyda gwledydd eraill y DU i sicrhau y gallai'r cynllun peilot hwn weithio i fyfyrwyr o Gymru sy'n astudio'n rhywle arall ac i fyfyrwyr o wledydd eraill y DU yng Nghymru.⁶⁸⁷ Roedd CCAUC⁶⁸⁸ a Phrifysgolion Cymru⁶⁸⁹ ymhlith eraill a alwodd am beilot o'r fath.

435. Dywedodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion fod rhywbeth tebyg i basbortau myfyrwyr wedi'i dreialu gyda rhai myfyrwyr. Dywedodd fod rhai yn teimlo bod y pasbort wedi bod yn ddefnyddiol iawn ond ei fod yn ddibynol ar a fyddai myfyrwyr yn hapus i ddatgelu gwybodaeth. Dywedodd ei fod yn rhywbeth sy'n cael ei arwain yn fwy gan fyfyrwyr ac sy'n canolbwyntio mwy ar fyfyrwyr a'i fod yn golygu nad oes rhaid i fyfyrwyr barhau i rannu'r un wybodaeth. Dywedodd mai cyllid fyddai'r prif rwystri i system o'r fath.⁶⁹⁰

436. Tynnodd nifer o randdeiliaid sylw at y ffaith na fydd myfyrwyr yn cofrestru gyda'r meddyg teulu ger eu darparwr addysg uwch. Tynnodd UCM Cymru sylw at y ffaith na fydd myfyrwyr yn cael eu cofrestru'n awtomatig gyda meddyg teulu newydd yn eu lleoliad newydd a'i bod yn bosibl y bydd angen iddynt newid meddygon teulu eto os ydynt yn symud o fewn dinas eu prifysgol.⁶⁹¹ Dywedodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion y dylid gwneud pob ymdrech i sicrhau bod myfyrwyr yn cael eu cofrestru gyda meddyg teulu sy'n lleol i'w darparwr addysg cyn gynted â phosibl ar ôl dechrau.⁶⁹²

437. Soniodd Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol hefyd am y cymhlethdod ychwanegol os yw myfyriwr ar gwrs sy'n cynnwys lleoliadau, lle mae'n bosibl na fydd naill ai yn ei gartref nac yn ei leoliad prifysgol am sawl mis ar y tro, gan arwain at hyd yn oed mwy o anawsterau wrth sicrhau parhad gofal. Yn y bôn, dywedodd, nid oes system gydgyssylltiedig i rannu gwybodaeth.⁶⁹³

⁶⁸⁶ Gweithgor y Sector Addysg Ôl-16, Argymhellion Polisi Iechyd Meddwl Ôl-16, Mai 2022

⁶⁸⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 11 AMOSSHE, Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru

⁶⁸⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 14 Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)

⁶⁸⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 226

⁶⁹⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 173

⁶⁹¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 4 UCM Cymru

⁶⁹² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 9 Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru

⁶⁹³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 131

438. Mae materion trawsffiniol hefyd yn achosi heriau ychwanegol. Soniodd Prifysgolion Cymru am y cymhlethdodau ychwanegol sy'n gysylltiedig â symud o feddyg teulu y tu allan i Gymru fel pethau y mae angen ymchwilio ymhellach iddynt.⁶⁹⁴

439. Dywedodd Mind Cymru y gall myfyrwyr o'r tu allan i Gymru wynebu diffyg eglurder ynghylch pa gymorth y gallant ei gael a ble, gan fod systemau gofal iechyd yn wahanol. Yn benodol, gall fod trothwyon gwahanol ar gyfer cymorth a all roi pwysau aruthrol ar fyfyrwyr. Galwodd am fwy o feddwl cydgysylltiedig, llwybrau clir a chanllawiau clir a dealladwy.⁶⁹⁵

440. Gall rhwystrau eraill rhag cael mynediad at feddyg teulu gynnwys pryderon na fydd myfyriwr yn gallu cael apwyntiad amserol, neu y gallai gostio arian, yn ôl y Brifysgol Agored yng Nghymru. O ran costau, dywedodd, os yw myfyrwyr yn credu y bydd yn rhaid iddynt dalu am dystiolaeth gan feddyg teulu i gefnogi cais am amgylchiadau eithriadol, efallai y byddant yn teimlo nad yw'n werth y drafferth, y straen, neu'r gost dybiedig. Roedd y Brifysgol Agored yn galw ar Lywodraeth Cymru a'r GIG i gydweithio i safoni a symleiddio prosesau o'r fath tra'n sicrhau bod systemau o'r fath yn hygyrch.⁶⁹⁶

441. Codwyd y mater hwn am gostau tystiolaeth i gefnogi ceisiadau hefyd yn ystod ein gwaith ymgysylltu â myfyrwyr. Disgrifiodd un myfyriwr am orfod cael y meddyg teulu i ysgrifennu at ei ddarparwr i gefnogi ei amgylchiadau eithriadol ar dri achlysur gwahanol gan nad oedd y geiriad yn union beth roedd y darparwr ei eisiau. Roedd pob llythyr wedi costio £15. Rhannodd eraill brofiadau tebyg hefyd, gyda phob un ohonynt yn gorfod talu am yr ohebiaeth gan y meddyg teulu. Teimlent eu bod yn cael eu dal mewn llwybrau papur, ond bod y gwasanaethau cymorth i fyfyrwyr yn eu darparwyr yn ymwybodol o'r heriau sy'n gysylltiedig â chael dogfennaeth gan feddygon teulu.⁶⁹⁷

442. Dywedodd Mind Cymru nad yw rhai pobl sydd â heriau iechyd meddwl yn y bôn yn mynd at feddyg teulu am gymorth. Cyfeiriodd at arolwg agweddau cyhoeddus Amser i Newid Cymru yn 2021, a ddangosodd fod cwmp sylweddol yn nifer y bobl a fyddai'n cysylltu â'u meddyg teulu gyda phroblem iechyd meddwl. Nododd fod y cwmp yn arbennig o amlwg yn y grŵp oedran 16-34, a fydd yn cynnwys y rhan fwyaf o'r corff myfyrwyr.⁶⁹⁸ Dywedodd Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol y gallai pobl ifanc boeni y bydd y meddyg teulu'n rhoi presgripsiwn ar gyfer cyffuriau gwrthiselder iddynt er mwyn cael gwared arnynt, yn hytrach na'r triniaethau

⁶⁹⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 109

⁶⁹⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

⁶⁹⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 5 Y Brifysgol Agored yng Nghymru

⁶⁹⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

⁶⁹⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

seicolegol y gallent fod eu hangen neu y byddant yn cael eu gweld fel pobl braidd yn ddisylwedd sy'n baglu ar y rhwystr cyntaf.⁶⁹⁹

443. Er i ni edrych ar rannu data rhwng y sector gofal iechyd a darparwyr yn fwy cyffredinol yn y Bennod flaenorol, codwyd y mater penodol o rannu data rhwng y meddyg teulu a darparwr gan Brifysgol Metropolitan Caerdydd. Dywedodd fod yr angen i greu trefniadau rhannu data unigol gyda phob meddygfa yn cymryd llawer o amser felly mae wedi canolbwyntio ar eu datblygu gyda'r meddygfeydd hynny y mae'n eu hargymell i fyfyrwyr. Nododd nad yw hyn yn cwmpasu'r myfyrwyr hynny sy'n parhau i fod wedi'u cofrestru gartref na'r rhai nad ydynt yn cofrestru. Nododd mai rhwystr pellach yw nad yw rhai practisau'n cofnodi bod claf yn fyfyrwr, ac mae hyn yn llesteirio casglu data effeithiol a sicrhau dealltwriaeth glir, system-gyfan, o'r materion.⁷⁰⁰ Roedd Prifysgolion Cymru yn credu bod cyfle i Lywodraeth Cymru wneud mwy yn y maes hwn.⁷⁰¹

444. Yn ôl y Gweinidog, rhaid mai'r flaenoriaeth yw sicrhau bod myfyrwyr yn cofrestru gyda meddyg teulu. O safbwynt addysg uwch, dywedodd fod hwn yn faes yr oedd angen canolbwyntio arno, gan sicrhau bod myfyrwyr yn cael cymorth i gofrestru gyda meddyg teulu.⁷⁰²

445. Dywedodd Llywodraeth Cymru fod rhannu data yn faes allweddol sy'n peri pryder pan ddaw hi i rannu cofnodion meddygol. Ar hyn o bryd, gall y broses bapur gymryd "hyd at 11 diwrnod." Er mwyn gwneud hyn yn fwy "effeithlon a di-dor" dywedodd fod gwaith yn mynd rhagddo i gefnogi trosglwyddo cofnodion meddygol yn ddigidol "o fewn 30 munud" i rywun yn cofrestru gyda meddyg teulu. Mae'n disgwyl y bydd hyn yn llwyr weithredol ledled Cymru "o fewn y 12 mis nesaf."⁷⁰³ Er y bydd y system 'meddyg teulu i feddyg teulu' yn weithredol ar draws Cymru, dywedodd y Dirprwy Weinidog y bydd hi'n cymryd mwy o amser i ddatblygu'r trosglwyddo hwnnw i rannau eraill o'r DU. Mae hyn oherwydd bod marchnad TG meddygon teulu Cymru yn gyfran fechan o'i chymharu â gweddill y DU.⁷⁰⁴

446. Dywedodd y Dirprwy Weinidog ei bod yn awyddus iawn i edrych ar y potensial o basbort gofal iechyd i fyfyrwyr. Dywedodd fod pasbort pontio ar gael eisoes ond y bydd y grŵp newydd

⁶⁹⁹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 264.

⁷⁰⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 15, Prifysgol Metropolitan Caerdydd.

⁷⁰¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 226.

⁷⁰² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 113.

⁷⁰³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34, Llywodraeth Cymru.

⁷⁰⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 106.

y mae hi'n ei gadeirio yn edrych a oes unrhyw beth arloesol y gellir ei wneud i alluogi myfyrwyr i symud a mynd â'u data gyda nhw mor gyflym ag sydd angen iddynt ei wneud".⁷⁰⁵

Amseroedd aros a chael mynediad at asesiadau

447. Clywsom gan randdeiliaid, yn cynnwys Student Minds,⁷⁰⁶ am effaith amseroedd aros hir, naill ai i gael asesiad neu wasanaethau cymorth, ar iechyd a lles meddyliol myfyrwyr.

448. Tynnodd Grŵp Llandrillo Menai sylw at yr heriau sy'n wynebu eu myfyrwyr gyda gwasanaethau iechyd meddwl Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr mewn perygl o gael eu rhoi o dan fesurau arbennig, sy'n achosi anawsterau capasiti ychwanegol wrth geisio cael gwasanaethau iechyd meddwl cymunedol.⁷⁰⁷ Ers i ni orffen cymryd tystiolaeth, cyhoeddodd y Gweinidog Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol fod Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr yn cael ei roi dan fesurau arbennig.⁷⁰⁸

449. Tynnodd Student Minds sylw at bryderon penodol am amseroedd aros am gymorth arbenigol ar gyfer anhwylderau bwyta ac asesiadau ADHD.⁷⁰⁹ Dywedodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion fod amseroedd aros yn rhy hir i fyfyrwyr allu cael apwyntiad tra byddant yn y brifysgol.⁷¹⁰

450. Rhannodd Rhwydwaith Cynghorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion bryderon am wasanaethau anhwylderau bwyta, ac amseroedd aros i'r rhai â chyflyrau niwroddatblygiadol, yn enwedig am asesiadau.⁷¹¹ Ymhlith eraill a rannodd bryderon am adnabod problemau niwroddatblygiadol a darparu cymorth ar eu cyfer yr oedd Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan;⁷¹² Prifysgol Caerdydd;⁷¹³ a Choleg Brenhinol y Seiciatryddion.⁷¹⁴

451. Nododd Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan fod amseroedd aros ar gyfer myfyrwyr yr un fath â'r boblogaeth yn gyffredinol, ond bod heriau ychwanegol i fyfyrwyr a fydd angen trefnu apwyntiadau i gyd-fynd â'u hargaeledd yn ystod y tymor. Dywedodd fod angen i wasanaethau

⁷⁰⁵ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 107.

⁷⁰⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 8 Student Minds

⁷⁰⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 1 Grŵp Llandrillo Menai

⁷⁰⁸ Llywodraeth Cymru, Datganiad i'r Wasg, Rhoi Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr o dan fesurau arbennig wrth i'r bwrdd gamu i'r nail ochr

⁷⁰⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 8 Student Minds

⁷¹⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 123

⁷¹¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 20 Rhwydwaith Cynghorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion

⁷¹² Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 22 Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan

⁷¹³ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 30 Prifysgol Caerdydd

⁷¹⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 123

fod yn hyblyg yn eu dull o ymdrin â hyn.⁷¹⁵ Dywedodd y Ganolfan Iechyd Meddwl fod sefydlu cymorth sy'n dilyn unigolyn, yn enwedig myfyrwyr sy'n aml yn symud rhwng dau leoliad, yn swnio'n hawdd wrth drafod y mater ond yn anodd iawn i'w roi ar waith.⁷¹⁶ Dywedodd Prifysgol Caerdydd ymhlith eraill, yn cynnwys Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol,⁷¹⁷ y gallai myfyriwr sy'n newid lleoliad golli ei le ar restr aros a gorfod ailgychwyn y broses atgyfeirio eto.⁷¹⁸

452. O ran amseroedd aros, cydnabu Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol y bydd amser aros sylweddol gan amlaf i weld meddyg teulu am broblemau iechyd meddwl, ac erbyn hynny mae'n bosibl y bydd y myfyriwr wedi symud rhwng naill ai ei gyfeiriad yn ystod y tymor neu ei gyfeiriad gwyliau.⁷¹⁹ Dywedodd hefyd mai dwy flynedd yw hyd y rhestr aros am gymorth y GIG yn yr ardal maent yn gweithio ynddi, felly bydd myfyriwr wedi gorffen ei gwrs erbyn hynny yn ôl pob tebyg, a bod hynny'n destun pryder mawr.⁷²⁰ Tynnodd Mind Cymru sylw at hyn hefyd, gan ddweud bod yr amseroedd aros ar gyfer rhai mathau o ofal eilaidd mor hir â hyd cwrs prifysgol.⁷²¹

453. Tynnodd y Ganolfan Iechyd Meddwl sylw at yr angen i sicrhau bod cymorth ar gael tra bod person ifanc yn aros am gymorth. (Er iddi alw hefyd am leihad mewn rhestrau ac amseroedd aros.) Dywedodd na ddylai cymorth sydd ar gael yn y cyfamser ragdybio bod gan bobl fynediad at y dyfeisiau cywir a chysylltiad â'r rhynggrwyd. Fel arall, bydd hyn wedyn o bosibl yn creu rhwystrau i rai myfyrwyr.⁷²² Soniodd y myfyrwyr y buom yn siarad â nhw hefyd am bwysigrwydd cymorth tra ar y rhestr aros. Dywedodd un myfyriwr mai dyma'r amser gorau i gymorth gan y brifysgol ddechrau.⁷²³

454. Yn ôl Rhwydwaith Cynghorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion, wrth i drothwyon y GIG gynyddu, mae ymarferwyr yn ysgwyddo mwy o'r risg. Gall hyn arwain at ganlyniadau i astudiaethau myfyriwr, gan gynnwys myfyrwyr sy'n mynd drwy weithdrefnau Addasrwydd i Astudio, sy'n gallu arwain at orfodaeth i oedi'r astudio.⁷²⁴ Dywedodd y Ganolfan Iechyd Meddwl fod sefydlu trothwyon yn peri risg o gyfyngu mynediad at gymorth cynharach ac ychwanegu mwy o rwystrau i wasanaethau. Galwodd ar ddarparwyr a'r sector gofal iechyd i roi trefniadau ar

⁷¹⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 22 Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan

⁷¹⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 75

⁷¹⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 141

⁷¹⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 30 Prifysgol Caerdydd

⁷¹⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 10 Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol Cymru

⁷²⁰ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 272

⁷²¹ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 371

⁷²² Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 47

⁷²³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, Cymorth iechyd meddwl mewn addysg uwch – Canfyddiadau'r rhaglen ymgysylltu, Rhagfyr 2022

⁷²⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 20 Rhwydwaith Cynghorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion

waith sy'n diwallu anghenion ar bob lefel ac am bob math o angen heb orfod dibynnu ar drothwyon diagnostig neu ddifrifoldeb.⁷²⁵

455. Clywsom hefyd y gall rhai grwpiau o fyfyrwyr ei chael hi'n anoddach cael mynediad at wasanaethau cymorth arbenigol. Dywedodd Prifysgol Metropolitan Caerdydd y gallai grwpiau fel y rhai o grwpiau economaidd-gymdeithasol is, myfyrwyr Duon, Asiaidd neu grwpiau Lleiafrifoedd Ethnig eraill, neu sy'n uniaethu fel LHDT+ ganfod nad yw darpariaeth y GIG yn diwallu eu hunion anghenion nhw neu os ydyw, bod gormod o alw am y ddarpariaeth. Dywedodd y gallai cymorth y trydydd sector ei chael hi'n anodd cynorthwyo myfyrwyr sy'n boblogaeth symudol oherwydd cyllid ansicr a phroblemau o ran capasiti.⁷²⁶

456. Dywedodd Coleg Brenhinol y Seiciatryddion hefyd nad yw'r myfyrwyr hynny o gefndir mwy difreintiedig yn gallu manteisio ar gymorth preifat, yn wahanol i fyfyrwyr mwy cefnog os yw amseroedd aros y GIG yn hir.⁷²⁷ Fel i ni nodi yn gynharach yn yr adroddiad, mae'r myfyrwyr hyn yn aml yn wynebu pwysau iechyd meddwl ychwanegol, ac mae hyn yn gwaethygu'r rhwystrau sy'n eu hwynebu wrth gael mynediad at gymorth.

457. Yn yr un modd ag yr ydym wedi amlygu pryderon ynghylch trosglwyddo gwybodaeth mewn perthynas â chymorth meddygon teulu, clywsom y gall hyn hefyd fod yn broblem i fyfyrwyr sydd wedi cael cymorth iechyd meddwl mewn lleoliad gwahanol i'w prifysgol. Gall hyn naill ai fod yn rhywle arall yng Nghymru neu o fewn y DU. Dywedodd Prifysgol Metropolitan Caerdydd fod systemau'r GIG wedi'u cysylltu'n wael, gyda data'n aml yn cael ei golli wrth ei drosglwyddo; a bod trosglwyddo gofal yn gallu bod yn araf. Gall hyn olygu bod myfyrwyr yn gorfod ailddechrau'r broses asesu, diagnosis a thriniaeth, sy'n gallu gwaethygu iechyd meddwl sefydlog hyd yn oed.⁷²⁸

458. Dywedodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan fod angen datblygu cysylltiadau â gwasanaethau cymorth y GIG ym mhreswylfa barhaol myfyrwyr i sicrhau bod parhad yn y cymorth, ac nad ydynt yn syrthio trwy'r bylchau. Mae angen i'r cymorth barhau waeth a ydynt gartref neu yn y brifysgol. Nododd hefyd heriau ychwanegol o ran ymgysylltu â theulu myfyriwr pan fydd i ffwrdd o'i gartref parhaol.⁷²⁹ Dywedodd Prifysgol Caerdydd fod y cynllun peilot

⁷²⁵ Ymateb y Ganolfan Iechyd Meddwl i gwestiynau na chawsant eu gofyn yn y cyfarfod ar 19 Hydref

⁷²⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 15 Prifysgol Metropolitan Caerdydd

⁷²⁷ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 194

⁷²⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 15 Prifysgol Metropolitan Caerdydd

⁷²⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 22 Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan

MHULS (gweler y Bennod flaenorol) yn helpu i ymdrin â materion yn ymwneud â throsglwyddo gofal cleifion, ond nad yw'n mynd i'r afael â'r broblem yn ei chyfanrwydd.⁷³⁰

459. Soniodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda am y cysylltiadau y maent wedi'u sefydlu â Choleg Sir Benfro i helpu i hyrwyddo'r Pwynt Cyswllt Sengl Pob Oed, a elwir hefyd yn Opsiwn 2 GIG 111. Mae'r tîm hwn wedi mynychu diwrnodau agored, yn ogystal ag ymgysylltu â myfyrwyr newydd a darparwyr gofal i'w gwneud yn ymwybodol o'r gwasanaeth hwn, sef gwasanaeth brysbennu dros y ffôn mynediad agored ar gyfer pob oed. Ar hyn o bryd mae ar agor 9am-11:30pm, saith diwrnod yr wythnos, ac mae'n cynnwys unrhyw un sy'n byw yn ardal y Bwrdd Iechyd, neu'r rheini sy'n ymweld â'r ardal.⁷³¹ Credai y bydd hyn yn lleihau'r rhwystrau i gael mynediad at gymorth ac yn ei gwneud yn haws o lawer i hunanatgyfeirio.⁷³² Dywedodd fod y gwasanaeth hwn yn gyfle gwych i arddangos y gwasanaethau iechyd meddwl sydd ar gael. Mae gwybodaeth am y gwasanaeth hwn yn cael ei lledaenu ar draws colegau a phrifysgolion.⁷³³

460. Cydnabu'r Dirprwy Weinidog fod gwasanaethau iechyd meddwl wedi wynebu pwysau aruthrol ar ôl y pandemig, yn sgil cyfuniad o gynnydd yn nifer yr atgyfeiriadau a chymhlethdod cynyddol yn yr achosion sy'n cael eu hatgyfeirio. Dywedodd fod £20miliwn o'r £50miliwn ychwanegol a gafodd ei ddyrannu ar gyfer gwasanaethau iechyd meddwl yn 2022/23 yn mynd i helpu byrddau iechyd gyda rhestrau aros ac i ddatblygu gwasanaethau mewn meysydd blaenoriaeth, sy'n cynnwys plant a phobl ifanc. Dywedodd fod disgwyl y bydd byrddau iechyd yn gweld gwelliannau sylweddol mewn perfformiad erbyn Ebrill 2023. Dywedodd fod gwelliannau sylweddol iawn eisoes mewn gwasanaethau CAMHS arbenigol, a bod y Llywodraeth yn monitro perfformiad byrddau iechyd yn agos iawn. Mae iechyd meddwl wedi ei gynnwys fel blaenoriaeth allweddol yn y llythyrau atebolrwydd i fyrddau iechyd. Yn olaf dywedodd:

*"So, we aren't exactly where we want to be, but we are making progress and we have got trajectories in place to recover performance across the board by the spring of next year."*⁷³⁴

461. Amlinellodd Llywodraeth Cymru fod y cynnig haen 0/1 wedi cael ei gryfhau a'i ehangu sy'n rhoi mynediad i unrhyw un at gymorth iechyd meddwl nad yw'n glinigol, sydd ar gael dros y ffôn neu ar-lein heb atgyfeiriad. Mae un o'r adnoddau'n cynnwys pecyn cymorth iechyd

⁷³⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 30 Prifysgol Caerdydd

⁷³¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 16 Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda

⁷³² Ymateb Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda i'r cwestiynau na chawsant eu gofyn yn y cyfarfod ar 19 Hydref

⁷³³ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 29

⁷³⁴ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 124-126

meddwl ar gyfer pobl ifanc rhwng 11 a 25 oed. Mae'n rhoi sylw i chwe maes gwahanol: gorbryder, hwyliau isel, cadw'n heini ac yn iach, profedigaeth, gwybodaeth am COVID-19 a chymorth mewn argyfwng. Mae hefyd therapi iechyd meddwl ar-lein am ddim sydd ar gael drwy'r GIG nad oes angen atgyfeiriad meddyg teulu i'w gael. Cafodd SilverCloud Wales ei dreialu'n llwyddiannus ym Mhowys ac mae bellach ar gael ledled Cymru.⁷³⁵

462. Dywedodd y Dirprwy Weinidog fod gwefan 111 yn rhoi manylion yr holl gymorth iechyd meddwl yng Nghymru, a'i bod yn gobeithio bod hyn yn ei gwneud yn hawdd i ddarparwyr addysg uwch ei hyrwyddo i'w myfyrwyr. Dywedodd fod gwefannau pob bwrdd iechyd hefyd yn cynnwys gwybodaeth am yr hyn sydd ar gael yn lleol. Dywedodd fod gwaith i hyrwyddo'r holl gymorth haen 0, megis y llinell gymorth CALL. Credai fod darparwyr addysg uwch mewn sefyllfa dda iawn i hyrwyddo'r holl wahanol fathau hyn o gymorth.⁷³⁶

Pontio o CAMHS i wasanaethau oedolion

463. Fel rhan o linyr ar wahân o waith Pwyllgor sy'n rhedeg ochr yn ochr â'r ymchwiliad hwn, clywsom yn uniongyrchol gan bobl ifanc a oedd â phrofiad o bontio rhwng Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS) i wasanaethau iechyd meddwl i oedolion. Buont yn gweithio gyda Mind Cymru i lunio adroddiad "**Sortiwch y Switsh**" sy'n gwneud nifer o argymhellion ar welliannau y maent am eu gweld ar gyfer y cyfnod pontio pwysig hwn. Daethant i siarad â ni am eu profiadau, ac mae'n deg dweud mai dyma un o'r sesiynau mwyaf pwerus i ni ei chael erioed. Roedd y bobl ifanc yn rhannu eu straeon gyda dewrder, hyder a phŵer go iawn. O ganlyniad uniongyrchol i'r sesiwn hon, gwnaethom alw wedyn ar y Dirprwy Weinidog i roi tystiolaeth i ni ar y mater penodol hwn. Gwnaethom hefyd gyffwrdd â hyn yn ystod ein sesiwn graffu ar gyfer yr ymchwiliad hwn. Byddwn yn parhau i fynd i'r afael â'r mater hwn y tu allan i'r ymchwiliad hwn, ond i'r bobl ifanc hynny sy'n mynd i'r brifysgol yn 18 oed, gall y pontio hwn ddigwydd tua'r un pryd ag y maent yn ymuno ag addysg uwch.

464. Roedd Mind Cymru yn eu tystiolaeth i ni ar yr ymchwiliad hwn yn galw am gyflwyno gwelliannau yn unol â'r argymhellion a wneir yn Sortiwch y Switsh.⁷³⁷ Dywedodd fod y bobl ifanc a oedd yn rhan o'r ymgyrch hon yn teimlo bod y system yn cael ei gwneud iddynt, ac nad oedd eu lleisiau'n cael eu clywed, ac nad oedd canllawiau o reidrwydd yn cael eu dilyn."⁷³⁸

⁷³⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 34 Llywodraeth Cymru

⁷³⁶ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 92

⁷³⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, MHHE 27 Mind Cymru

⁷³⁸ Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 19 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 382

465. Clywsom dystiolaeth fel rhan o'r ymchwiliad hwn a oedd yn crybwyll y mater hwn hefyd. Codwyd hyn gan randdeiliaid yn cynnwys:

- Coleg Cambria;⁷³⁹
- ColegauCymru;⁷⁴⁰
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda;⁷⁴¹
- Mind Cymru;⁷⁴²
- Undeb Cenedlaethol y Myfyrwyr Cymru,⁷⁴³
- Plattform;⁷⁴⁴
- Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion;⁷⁴⁵
- Prifysgolion Cymru⁷⁴⁶

Yn ddiddorol, dywedodd Coleg Penybont fod rhai o'u myfyrwyr wedi sôn am brofiad mwy cadarnhaol gyda gwasanaethau iechyd meddwl i oedolion, yn enwedig mewn perthynas ag amseroedd rhestrau aros; cael mynediad at y cymorth cywir a chael rhywun i wrando arnynt.⁷⁴⁷

466. Roedd llawer o'r hyn a glywsom mewn perthynas â'r ymchwiliad hwn yn cyd-fynd â chanfyddiadau Sortiwch y Switsh. Dywedodd ColegauCymru fod 18 oed yn bwynt terfyn mympwyol, gan alw am i wasanaethau fod yn addas i'r oedran, yn hytrach na bod yn gysylltiedig ag oedran penodol. Roedd hefyd eisiau gweld pontio rhwng gwasanaethau yn cael ei safoni gyda gwybodaeth iechyd meddwl yn cael ei rhannu'n fwy amserol nid yn unig gyda darparwyr gofal iechyd ond hefyd gyda darparwyr addysg. Dywedodd hefyd:

⁷³⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 3 Coleg Cambria](#)

⁷⁴⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 7 ColegauCymru \(Papur Pwyllgor\)](#)

⁷⁴¹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 16 Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda](#)

⁷⁴² Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 27 Mind Cymru](#)

⁷⁴³ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 6 Hydref 2022, Cofnod y Trafodion, paragraff 54](#)

⁷⁴⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 28 Plattform](#)

⁷⁴⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 20 Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion](#)

⁷⁴⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 25 Prifysgolion Cymru](#)

⁷⁴⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 2 Coleg Penybont](#)

*"A mental health service for young people 16-25 should be established to support young people through school/college/HE/apprenticeship pathways, rather than the transition from CAMHS to adult services at 18."*⁷⁴⁸

467. Roedd Prifysgolion Cymru yn cytuno â'r syniad hwn, gan ddweud y gallai helpu i liniaru yn erbyn y 'dibyn' presennol yn 18 oed sy'n gallu creu gwactod o gymorth o'i gymharu â rhwyd ddiogelwch a oedd ar waith ychydig fisoedd ynghynt. Nododd hefyd fod Pwyllgor Iechyd, Llesiant a Llywodraeth Leol y Cynulliad ar y pryd yn 2009 wedi argymhell sefydlu gwasanaeth iechyd meddwl i bobl ifanc 17-25 oed. Argymhelliad y gwnaeth Llywodraeth Cymru ar y pryd ei dderbyn mewn egwyddor.⁷⁴⁹ Galwodd Diabetes Cymru am fframwaith cenedlaethol ar gyfer pontio rhwng gwasanaethau pediatrig ac oedolion, sy'n cynnwys gwasanaethau seicolegol.⁷⁵⁰

468. Dywedodd y Ganolfan Iechyd Meddwl fod digon o dystiolaeth fod oedolion ifanc yn ddigon gwahanol i gyfiawnhau ymateb penodol i'w hoedran. Dywedodd y byddai gwasanaeth pwrpasol ar gyfer y garfan hon o bosibl yn diwallu eu hanghenion yn fwy effeithiol na'r gwasanaethau CAMHS neu'r gwasanaethau i oedolion presennol. Tynnodd sylw at y ffaith bod gan rai ymddiriedolaethau'r GIG, fel Ymddiriedolaeth GIG Tavistock a Portman yn Llundain, wasanaethau penodol i bobl ifanc 14-25 oed sydd angen cymorth mwy arbenigol.⁷⁵¹

469. Dywedodd Mind Cymru y dylai pobl ifanc sydd eisoes yn derbyn cymorth gan y GIG gael cynllun gofal a thriniaeth. Mae'r cynllun hwn, pan fydd yn gweithio'n effeithiol, yn ddogfen gonglfaen sy'n nodi'r hyn sydd ei angen ar y person ifanc ar gyfer gofal parhaus, a dylai gwmpasu materion fel symud i ran wahanol o Gymru, neu'r DU yn ehangach. Dywedodd eu bod yn gyfrwng effeithiol ond bod angen gwella ansawdd y cynlluniau hyn.⁷⁵²

470. Clywsom gan rai Byrddau Iechyd am y gwaith y maent yn ei wneud i gefnogi pontio. Disgrifiodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda sut y sefydlwyd rôl Arweinydd Pontio, sydd wedi'i leoli mewn CAMHS arbenigol sy'n gweithio gyda'r rhai mewn gwasanaethau iechyd meddwl i oedolion i gefnogi gwasanaethau mwy ymatebol i'r rhai sy'n pontio rhwng y ddau wasanaeth. Yn ogystal, mae ei Bolisi Pontio yn nodi bod cynlluniau pontio yn cael eu trafod pan fydd unigolyn yn 17.6 oed, mae'n hyrwyddo'r Pasbort Pontio; ac mae ganddo weithiwr cymorth mentor cymheiriaid ar waith sydd hefyd yn cefnogi pobl ifanc wrth iddynt bontio.⁷⁵³ Mae Bwrdd

⁷⁴⁸ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 7 Colegau Cymru \(Papur Pwyllgor\)](#)

⁷⁴⁹ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 25 Prifysgolion Cymru](#)

⁷⁵⁰ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 31 Diabetes Cymru](#)

⁷⁵¹ [Ymateb y Ganolfan Iechyd Meddwl i gwestiynau na chawsant eu gofyn yn y cyfarfod ar 19 Hydref](#)

⁷⁵² Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 27 Mind Cymru](#)

⁷⁵³ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 16 Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda](#)

Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan wedi sefydlu Grŵp Datblygu Trefniadau Pontio i wella'r cyfnod pontio a sicrhau cydraddoldeb gofal gyda mynediad cyfartal at wasanaethau arbenigol.⁷⁵⁴

471. Yn ôl Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan, os yw person ifanc yn cael cymorth gan naill ai CAMHS neu gan wasanaethau iechyd meddwl oedolion, a'i fod yn rhoi ei ganiatâd, y byddai'n ddefnyddiol pe bai cynllun cymorth yn cael ei roi ar waith rhwng y gwahanol wasanaethau a'r darparwr addysg i sicrhau'r cymorth gorau drwy amrywiaeth o lwybrau, gan gynnwys cwnselwyr addysg.⁷⁵⁵

472. Cododd Beat fater penodol pontio i'r rhai sydd ag anhwylderau bwyta, a all gynnwys pontio rhwng gwasanaethau sy'n gysylltiedig ag oedran, ond hefyd newidiadau mewn daearyddiaeth, neu symud rhwng gwasanaethau cleifion mewnol ac allanol, yn ogystal â phontio rhwng gwahanol fathau o wasanaethau arbenigol.⁷⁵⁶

473. Amlygodd Llywodraeth Cymru y gwaith y comisiynwyd TGP Cymru ganddynt i'w gyflawni, er mwyn cael gwell dealltwriaeth o brofiadau pobl ifanc wrth bontio rhwng CAMHS ac AMHS. Dywedodd y bydd yr adolygiad hwn yn ystyried sut mae Byrddau Iechyd yng Nghymru yn gweithio gyda phrifysgolion a Byrddau Iechyd ledled y DU er mwyn sicrhau bod pontio daearyddol rhwng gwasanaethau hefyd yn cael eu symleiddio.⁷⁵⁷ Cafodd y gwaith hwn ei gyhoeddi wedyn ym mis Tachwedd 2022.⁷⁵⁸

474. Dywedodd y Dirprwy Weinidog ei bod am gael gwasanaethau sy'n gweithio i bobl ifanc, yn hytrach na gorfodi'r gwasanaethau presennol i weithio iddynt. Mae hi'n rhwystredig am gyflymder y gwelliannau o ran pontio. Dywedodd fod y polisïau, y canllawiau a'r fframweithiau ar waith, ond bod bwlch gweithredu ar lefel leol. Dywedodd ei bod wedi ei gwneud hi'n glir bod angen iddo fod yn ffocws allweddol ar gyfer cymorth CAMHS cenedlaethol.⁷⁵⁹

Ein barn ni

475. Mae gwasanaethau'r GIG a gwasanaethau statudol yn chwarae rhan bwysig yn y gwaith o gefnogi iechyd meddwl a lles myfyrwyr boed hynny'n gymorth a chanllawiau mynediad agored ynghylch rheoli problemau iechyd meddwl lefel isel, neu i'r rhai sydd angen lefel uwch o gymorth clinigol. Ond ar unrhyw lefel gall fod yn anodd i fyfyrwyr gael gafael ar yr help, y

⁷⁵⁴ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 22 Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan](#)

⁷⁵⁵ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 22 Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan](#)

⁷⁵⁶ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 23 Beat](#)

⁷⁵⁷ Tystiolaeth ysgrifenedig, [MHHE 34 Llywodraeth Cymru](#)

⁷⁵⁸ [TGP Cymru, Ymchwil Pontio o Iechyd Meddwl Plant i Iechyd Meddwl Oedolion, 3 Tachwedd 2022](#)

⁷⁵⁹ [Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, 23 Tachwedd 2022, Cofnod y Trafodion, paragraffau 143-144](#)

cymorth a'r cyngor sydd eu hangen arnynt. Gall hyn fod oherwydd nad ydynt yn gwybod lle mae'r cymorth hwn ar gael, neu oherwydd amseroedd aros hir ar gyfer asesu, neu am gymorth clinigol.

476. Mae'r cyhoeddiad diweddar gan Lywodraeth Cymru yn rhoi Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr dan fesurau arbennig (fel y nodir ym mharagraff 448) yn destun pryder. Mae gennym bryderon difrifol am sut y gallai perfformiad y Bwrdd Iechyd hwn fod yn effeithio ar y myfyrwyr a fydd angen cael cymorth iechyd meddwl y GIG yn y gogledd. Byddem felly'n croesawu diweddariad ar berfformiad y Bwrdd Iechyd hwn mewn perthynas â gwasanaethau iechyd meddwl i fyfyrwyr.

Argymhelliad 27. Bod Llywodraeth Cymru yn darparu diweddariadau blynyddol neu lle mae datblygiadau arwyddocaol i'r Pwyllgor am berfformiad Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr fel y mae'n ymwneud â chymorth iechyd meddwl i blant, pobl ifanc ac unrhyw fyfyrwr addysg uwch yn ardal y Bwrdd Iechyd.

477. Gwyddom y pwysau sydd ar holl wasanaethau'r GIG ar hyn o bryd. O ran gwasanaethau iechyd meddwl, mae hyn yn cael ei ddwysáu gan gynnydd yn y niferoedd sy'n chwilio am gymorth a chynnydd yng nghymhlethdod yr achosion hynny. Mae hyn yn wir am y boblogaeth gyffredinol, ond mae myfyrwyr, fel yr amlinellir yn yr adroddiad hwn ar ei hyd, yn wynebu rhai heriau penodol, boed mewn perthynas â'r pwysau o fod yn fyfyrwr, neu mewn perthynas â'r sefyllfa unigryw y gallant ganfod eu hunain ynddi, lle mae ganddynt ddau gartref i bob pwrpas. Mae hyn yn arbennig o drafferthus wrth geisio cael mynediad at gymorth y GIG, sy'n gofyn am fod ag un lleoliad parhaol.

478. Mae pwysigrwydd sicrhau bod myfyrwyr yn cofrestru gyda'r meddyg teulu yn glir. Clywsom gan y rhanddeiliaid a'r myfyrwyr eu hunain y rhesymau niferus pam na fydd hyn o reidrwydd yn flaenoriaeth uchel iddynt. I rai, yn syml, mae'n dasg ychwanegol nad ydynt byth yn dod i ben â'i chyflawni; i eraill, efallai bod ganddynt berthynas dda gyda'u meddyg teulu gartref, a'u bod yn dymuno parhau i gael y cymorth gyda meddyg teulu sy'n eu hadnabod ac yn gyfarwydd â'u hamgylchiadau. Ond heb feddyg teulu yn eu man addysg, byddant yn ei chael hi'n anoddach cael cymorth clinigol arall. Er ei bod yn ymddangos bod cynllun peilot MHULS wedi gwneud mynediad at wasanaethau'r GIG yn symlach i fyfyrwyr, ar hyn o bryd dim ond i fyfyrwyr ym Mwrdd Iechyd Caerdydd a'r Fro y mae hyn ar gael.

479. Mae angen mwy o gymorth er mwyn sicrhau bod myfyrwyr yn gwybod sut i gofrestru gyda meddyg teulu a pham mae'n bwysig cofrestru gyda meddyg teulu. Pan fydd myfyrwyr yn dechrau mewn addysg uwch, yn enwedig os ydynt wedi symud oddi cartref am y tro cyntaf,

efallai nad oes ganddynt yr hyder na'r wybodaeth i gofrestru, neu efallai na fyddant yn teimlo ei fod yn bwysig. Credwn y gallai darparwyr wneud mwy i annog myfyrwyr yn rhagweithiol i gofrestru gyda meddyg teulu. Cydymdeimlwn â'r galwadau a wnaed gan rai rhanddeiliaid ynghylch yr angen i gael un dull o gofrestru gyda meddygon teulu ledled Cymru, ac y gellid gwneud hyn o bosibl ar-lein cyn dechrau cyfnod gyda darparwr addysg uwch. Fodd bynnag, nodwn nad ydym wedi archwilio a yw hyn yn bosibl o ran logisteg.

Argymhelliad 28. Bod Llywodraeth Cymru yn archwilio dichonoldeb dull cyffredin o gofrestru gyda meddyg teulu ar draws Cymru gyda'r nod o safoni sut y gwneir hyn ledled Cymru. Fel rhan o'r astudiaeth hon, rhaid ystyried dichonoldeb cyflwyno cofrestru gyda meddyg teulu ar-lein. Dylid adrodd canfyddiadau astudiaeth ddichonoldeb o'r fath i'r Pwyllgor ar ôl ei chwblhau, a'u gwneud yn gyhoeddus.

480. Hyd yn oed os yw myfyriwr yn cofrestru gyda meddyg teulu, clywsom am broblemau'n ymwneud â throsglwyddo cofnodion myfyrwyr, gyda Choleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol yn rhannu ei brofiad personol o fod mewn sefyllfa lle mae wedi cymryd hyd at 11 mis i gofnodion cleifion gael eu trosglwyddo. Rydym yn croesawu'r prosiect meddyg teulu i feddyg teulu, a ddylai arwain at drosglwyddo cofnodion meddygol yn gyflymach o fewn Cymru. Fodd bynnag, ni fydd hyn yn effeithio ar bron i hanner y myfyrwyr yng Nghymru sy'n dod o'r tu allan i Gymru. Credwn fod angen i Lywodraeth Cymru archwilio ymhellach sut y gellir ymdrin â'r problemau trawsffiniol hyn o rannu gwybodaeth feddygol. Clywsom hefyd am y cymhlethdodau ychwanegol y gall myfyrwyr eu hwynebu gan fyfyrwyr sydd naill ai'n astudio neu'n gweithio dramor fel rhan o'u hastudiaethau. Er ein bod yn gwerthfawrogi mai dim ond hyn a hyn y gellir ei wneud i wella rhannu data gofal iechyd yn rhyngwladol, mae'n bwysig bod darparwyr addysg yn sicrhau bod cymorth digonol ar waith, fel y gall myfyrwyr gael gafael ar wybodaeth a chymorth pan fyddant dramor.

Argymhelliad 29. Bod Llywodraeth Cymru yn darparu diweddariadau rheolaidd i'r Pwyllgor am weithredu'r prosiect meddyg teulu i feddyg teulu. Dylid darparu'r diweddariadau hyn yn flynyddol o leiaf.

481. Yn amlwg, byddai datblygu pasbort myfyrwyr yn helpu i fynd i'r afael â llawer o'r problemau hyn, ac ni fyddai'n ymwneud â rhannu gwybodaeth meddygon teulu yn unig, ond byddai'n agor y drws i rannu gwybodaeth feddygol ehangach hefyd. Credwn fod llawer i ddweud o blaid y syniad hwn, a nodwn fod nifer o gyrff gwahanol wedi gwneud argymhellion mewn perthynas â'r maes hwn. Credwn fod hon yn broblem sylweddol, sy'n cael effaith nid yn unig ar reoli iechyd a lles meddyliol myfyrwyr, ond a fyddai hefyd yn helpu i reoli unrhyw broblemau iechyd corfforol. Credwn fod yn rhaid i Lywodraeth Cymru ymchwilio i ddichonolded

treialu pasbort gofal iechyd i fyfyrwyr o'r fath ar fyrder. Rydym yn gwerthfawrogi bod hyn yn gymhleth, ac na fydd yn digwydd yn gyflym, ond hoffem weld y gwaith hwn yn cael ei ddechrau'n gyflym.

Argymhelliad 30. Bod Llywodraeth Cymru yn archwilio dichonoldeb sefydlu pasbort myfyrwyr a fyddai'n galluogi myfyrwyr i rannu eu gwybodaeth am ofal iechyd yn haws, ac a fyddai'n helpu i liniaru rhai o'r heriau penodol sy'n wynebu poblogaeth hynod symudol. Fel rhan o'r gwaith dichonoldeb hwn, dylid cefnogi cynllun peilot, gyda'r nod o'i gyflwyno ledled Cymru os yw'r cynllun peilot yn llwyddiannus.

482. Rydym yn cydnabod y disgwyliad gan y Dirprwy Weinidog (gweler paragraff 442) y byddai gwelliant sylweddol o ran amseroedd aros CAMHS erbyn mis Ebrill 2023. Rydym yn ymwybodol bod amseroedd aros ar gyfer CAMHS yn lleihau, ac rydym yn croesawu hyn yn frwd. Fel rhan o'r ymateb i'r adroddiad hwn, hoffem ddiweddariad ar farn Llywodraeth Cymru ynghylch a fu'r gwelliant sylweddol yr oedd y Dirprwy Weinidog am ei weld erbyn mis Ebrill 2023 a pha waith pellach sydd ar y gweill os nad yw'r Byrddau Iechyd yn cyrraedd disgwyliadau Llywodraeth Cymru.

483. Nodwn ymateb Llywodraeth Cymru i'n hadroddiad ar eu Cyllideb Ddrafft 2023/24 lle y bu iddi rannu data a oedd ar gael ar amseroedd aros am apwyntiad cyntaf gyda CAMHS, ynghyd â data ar atgyfeiriadau ac amseroedd aros am asesiadau.⁷⁶⁰ Yn yr ymateb hwn, dywedodd Llywodraeth Cymru nad yw data'n cael ei gasglu am apwyntiadau dilynol, ond bod gwaith ar y gweill i wella data ar apwyntiadau dilynol cleifion allanol ac y byddai'r Pwyllgor yn cael diweddariad maes o law ar y gwaith hwn. Hoffem fwy o wybodaeth gan Lywodraeth Cymru ar yr amserlen ar gyfer y gwaith hwn hefyd. Yn anecdotaidd, rydym wedi clywed bod amseroedd aros am ail apwyntiadau yn gallu bod yn hir. Credwn ei bod yn bwysig bod y data hwn yn cael ei gasglu fel y gallwn ddeall y darlun cyflawn ar draws y gwasanaethau CAMHS. Mae'r apwyntiad cyntaf yn amlwg yn hynod bwysig, ond mae apwyntiadau dilynol yn hollbwysig hefyd.

Argymhelliad 31. Bod Llywodraeth Cymru yn amlinellu yn yr ymateb i'r adroddiad hwn a yw Byrddau Iechyd erbyn mis Ebrill 2023 wedi gwneud y gwelliant sylweddol a ddisgwyliir ganddynt mewn perthynas ag amseroedd aros CAMHS. Os nad yw Byrddau Iechyd wedi gwneud y gwelliannau, dylai Llywodraeth Cymru amlinellu pa gamau a fydd yn cael eu cymryd i sicrhau y gwneir y gwelliannau angenrheidiol.

⁷⁶⁰ Llywodraeth Cymru, Ymateb ysgrifenedig i argymhellion adroddiad y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg: Cyllideb Ddrafft Llywodraeth Cymru 2023-24, Mawrth 2023

Argymhelliad 32. Bod Llywodraeth Cymru yn rhoi diweddariad mewn ymateb i'r adroddiad hwn ar y gwaith sy'n cael ei wneud i wella'r set ddata graidd iechyd meddwl yn cynnwys: pryd fydd y gwaith yn cael ei gwblhau, pryd fydd y data newydd yn dechrau cael ei gasglu, a sut y bydd yn cael ei gyhoeddi. Fel rhan o hyn, dylai Llywodraeth Cymru nodi a fydd y newidiadau'n sicrhau bod data'n cael ei gasglu ar apwyntiadau dilynol. Os na fydd, dylai Llywodraeth Cymru nodi sut y caiff perfformiad ar apwyntiadau dilynol ei reoli a'i fonitro gan Fyrddau Iechyd a Llywodraeth Cymru, a sut maent yn rhagweld y bydd y Senedd yn gallu craffu ar y mater hwn.

484. Ar draws yr ymchwiliad hwn ac yn y gwaith penodol rydym wedi'i wneud ar bontio, rydym yn pryderu bod bylchau gweithredu yn cael effaith wirioneddol sylweddol ar les emosiynol a meddyliol pobl ifanc. Roedd y dystiolaeth a glywsom gan y bobl ifanc a oedd yn rhan o Sortiwch y Switsh ymhlith y dystiolaeth fwyaf pwerus yr ydym erioed wedi'i chlywed, a bydd wedi ei serio ar ein cof am gyfnod maith. Roedd clywed pobl ifanc yn dweud bod y pontio gwael mewn rhai ffyrdd yn gwneud iddynt amau'r gwaith caled roeddent wedi'i wneud i geisio gwella eu hiechyd meddwl ac y byddent wedi bod yn well eu byd mewn rhai ffyrdd pe na baent wedi gweithio mor galed yn anhygoel o bwerau.

485. Dywedodd y Dirprwy Weinidog yn glir ei bod yn credu bod y polisiâu'n gywir, ond bod y problemau'n codi wrth weithredu'r polisiâu hyn. Nodwn, pan roddodd dystiolaeth i ni ar y mater penodol hwn, ei bod yn glir nad adnoddau oedd y broblem. Mae hwn yn fater mor bwysig fel ein bod o'r farn bod angen gwneud mwy. Rydym yn cymeradwyo'r argymhellion yn adroddiad Sortiwch y Switsh Mind Cymru.

Argymhelliad 33. Bod Llywodraeth Cymru yn ymrwmo i weithredu'r holl argymhellion yn adroddiad Sortiwch y Switsh Mind Cymru, ac adrodd yn rheolaidd ar gynnydd o ran gweithredu'r argymhelliad hwn.

Atodiad A: Rhestr o sesiynau tystiolaeth lafar.

Rhoddodd y tystion a ganlyn dystiolaeth lafar i'r pwyllgor ar y dyddiadau a nodir isod. Gellir gweld trawsgrifiadau o'r holl sesiynau tystiolaeth lafar ar [wefan y Pwyllgor](#).

Date	Name and Organisation
6 Hydref 2022	Orla Tarn, Llywydd, UCM Cymru Joe Atkinson, Ymgynghorydd y Wasg a Materion Cyhoeddus, UCM Cymru Yr Athro Elizabeth Treasure, Is-ganghellor, Prifysgol Aberystwyth a Chadeirydd Prifysgolion Cymru Dr Ben Calvert, Is-Ganghellor, Prifysgol De Cymru a Phrifysgolion Cymru Sophie Douglas, Ymgynghorydd Polisi, Prifysgolion Cymru Tom Snelgrove, Cyfarwyddwr Profiad y Dysgwyr, Coleg Sir Gâr a Colegau Cymru Ceri Wilcock, Dirprwy Gyfarwyddwr Profiad Myfyrwyr, Y Brifysgol Agored yng Nghymru
19 Hydref 2022	Andy Bell, Dirprwy Brif Weithredwr, Y Ganolfan Iechyd Meddwl Sian Taylor, Arweinydd Clinigol ar gyfer Gwasanaethau Iechyd Meddwl Sylfaenol Plant a'r Glasoed, Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan Angela Lodwick, Pennaeth Gwasanaethau Iechyd Meddwl Sylfaenol Plant a'r Glasoed a Therapiau Seicolegol, Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda Richard Maggs, Cyfarwyddwr Meddygol Gwasanaethau Iechyd Meddwl Oedolion, Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe Emma Haggerty, Arweinydd Clinigol Anhwylderau Bwyta, Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan

Date	Name and Organisation
	Dr Liz Forty, Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru Dr Julie Keely, Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol Dr Kim Dienes, Darlithydd Seicoleg, Prifysgol Abertawe Simon Jones, Pennaeth Polisi ac Ymgyrchoedd, Mind Cymru Dominic Smithies, Arweinydd Dylanwadu ac Eiriolaeth, Student Minds
26 Hydref 2022	Ben Lewis, Cyfarwyddwr Bywyd Myfyrwyr, Prifysgol Caerdydd ac AMOSSHE Kirsty Palmer, Cyfarwyddwr Gwasanaethau Myfyrwyr, Prifysgol Metropolitan Caerdydd Sharon Jones, Cyfarwyddwr Gwasanaethau Myfyrwyr, Prifysgol De Cymru Lynne Hackett, Swyddog Arweiniol ar gyfer addysg uwch, UNSAIN Cymru Jamie Insole, Swyddog Polisi, Undeb Undeb Prifysgolion a Cholegau Dr David Blaney, Prif Weithredwr, Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC) Harriet Barnes, Cyfarwyddwr Polisi a Chyllid, Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)
10 Tachwedd 2022	Ymweliadau pwyllgorau Prifysgol Cymru y Drindod Dewi Sant Prifysgol Metropolitan Caerdydd Prifysgol Glyndŵr Wrecsam Prifysgol Bangor
23 Tachwedd 2022	Jeremy Miles AS, Gweinidog y Gymraeg ac Addysg Llywodraeth Cymru Lynne Neagle AS, y Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant Llywodraeth Cymru Sinead Gallagher, Dirprwy Gyfarwyddwr yr Is-adran Addysg Uwch Llywodraeth Cymru

Date	Name and Organisation
	Tracey Breheny, Dirprwy Gyfarwyddwr Iechyd Meddwl a Grwpiau Agored i Niwed, Llywodraeth Cymru

Atodiad B: Rhestr o dystiolaeth ysgrifenedig

Rhoddodd y bobl a'r sefydliadau a ganlyn dystiolaeth ysgrifenedig i'r Pwyllgor. Mae'r holl ymatebion i'r ymgynghoriad a gwybodaeth ysgrifenedig ychwanegol i'w gweld ar [wefan y Pwyllgor](#).

Reference	Organisation
MHHE 01	Grŵp Llandrillo Menai
MHHE 02	Coleg Penybont
MHHE 03	Coleg Cambria
MHHE 04	Undeb Cenedlaethol Myfyrwyr Cymru (UCM Cymru)
MHHE 05	Y Brifysgol Agored yng Nghymru
MHHE 06	Cymdeithas Genedlaethol Plant Byddar Cymru
MHHE 07	ColegauCymru (Papur Pwyllgor)
MHHE 08	Student Minds
MHHE 09	Coleg Brenhinol y Seiciatryddion Cymru
MHHE 10	Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol
MHHE 11	AMOSSHE Sefydliad Gwasanaethau Myfyrwyr Cymru
MHHE 12	UNSAIN
MHHE 13	Undeb Prifysgolion a Cholegau
MHHE 14	Cyngor Cyllido Addysg Uwch Cymru (CCAUC)
MHHE 15	Prifysgol Metropolitan Caerdydd
MHHE 16	Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda
MHHE 17	Partneriaeth Iechyd Meddwl De-ddwyrain Cymru
MHHE 18	Coleg Brenhinol y Therapyddion Galwedigaethol
MHHE 19	Colegau Cymru (Ymateb i'r ymgynghoriad)
MHHE 20	Rhwydwaith Cyngorwyr Iechyd Meddwl Prifysgolion

Reference	Organisation
MHHE 21	Archwilio Cymru
MHHE 22	Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan
MHHE 23	Beat
MHHE 24	Cymdeithas Feddygol Prydain (Cymru)
MHHE 25	Prifysgol Cymru
MHHE 26	Y Cyngor Deoniaid Iechyd
MHHE 27	Mind Cymru
MHHE 28	Platform
MHHE 29	Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain
MHHE 30	Prifysgol Caerdydd
MHHE 31	Diabetes UK Cymru
MHHE 32	Prifysgol De Cymru
MHHE 33	Stonewall Cymru
MHHE 34	Llywodraeth Cymru

Additional Information

Title	Date
Y Ganolfan Iechyd Meddwl	Hydref 2022
Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda	Hydref 2022
Prifysgolion Cymru	Hydref 2022
Undeb Cenedlaethol y Myfyrwyr (UCM)	Hydref 2022
Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan	Hydref 2022