

Comisiynydd Plant Cymru: papur safbwynt ar *Cadernid Meddwl*

Negeseuon Allweddol

- Mae Llywodraeth Cymru wedi colli cyfle i gyflawni newid mawr yn iechyd meddyliol ac emosiynol plant a phobl ifanc.
- Mae angen i ni ddatblygu system gydlynus sy'n defnyddio'r adnoddau a'r arbenigedd sydd ar gael yn ein gwasanaethau addysg, gofal cymdeithasol a iechyd, gyda chefnogaeth gan eraill megis gwasanaethau ieuencid, yr heddlu a'r sector gwirfoddol.
- Mae angen i Lywodraeth Cymru weithredu i sicrhau bod gan Fyrddau Partneriaeth Rhanbarthol fecanwaith ar gyfer canolbwyntio ar blant a phobl ifanc, a'u bod yn gofyn bod pob rhanbarth yn sicrhau bod CAMHS a gwasanaethau gofal cymdeithasol yn darparu gwasanaeth integredig i blant sydd ag anghenion emosiynol, ymddygiad a iechyd meddwl.
- Yn sylfaen ar gyfer sefydlu gwasanaeth iechyd emosiynol a meddyliol teg i blant a phobl ifanc yng Nghymru, rhaid sicrhau dull gweithredu ysgol gyfan, wedi'i fapio a'i arwain ar y cyd gan iechyd, addysg a gofal cymdeithasol, i roi cyfarwyddyd i ysgolion ynghylch yr help a ddylai fod ar gael i blant a phobl ifanc.

Cyflwyniad

Wrth i'r Aelodau Cynulliad baratoi i drafod adroddiad y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, *Cadernid Meddwl*, ar 4 Gorffennaf, mae'r ddogfen friffio hon yn amlinellu fy safbwynt i ar ddyfodol gwasanaeth iechyd emosiynol a meddyliol i blant yng Nghymru.

Iechyd meddwl a chadernid emosiynol plant a phobl ifanc yw un o'r heriau mwyaf mae Cymru'n eu hwynebu heddiw. Mae *Cadernid Meddwl* wedi cydnabod hyn, ac yn cyflwyno darlun o wasanaethau iechyd emosiynol a meddyliol sy'n rhy aml yn anaddas i anghenion plant, fel bod llawer o blant ddim yn derbyn y cymorth mae arnynt ei angen, ar yr adeg pan fydd angen amdano.

Mae egwyddorion arweiniol Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP) yn datgan bod y confensiwn yn berthnasol i bob plentyn yn ddiwahân; bod rhaid i les pennaf y plentyn fod yn flaenoriaeth; bod gan bob plentyn hawl i fywyd, goroesi a datblygiad; a bod gan bob plentyn hawl i fynegi barn, teimladau a dymuniadau ynghylch pob mater sy'n effeithio arnynt. Mae sicrhau bod gennym y dull gweithredu cywir yng nghyswllt iechyd emosiynol a meddyliol plant a phobl ifanc yn hanfodol os ydym am gynnal yr egwyddorion arweiniol hyn.

Yn ei ymateb i adroddiad y Pwyllgor, mae Llywodraeth Cymru wedi colli cyfle i gydnabod ei bod hi'n bryd sicrhau 'newid mawr' yn ein dull o ymdrin â iechyd emosiynol a meddyliol plant.

Dull gweithredu systemau cyfan

Ar ôl ystyried y dystiolaeth a roddwyd i'r Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg, a'i adroddiad, a thrwy fy ymgysylltiad parhaus fy hun â phlant, eu teuluoedd a gweithwyr

proffesiynol, mae'n eglur i mi nad yw'r ymdrech bresennol i ailwampio'r hyn sydd eisoes ar waith yn mynd i ddiwallu anghenion ein plant a'n pobl ifanc. Mae bellach yn bryd sicrhau newid mwy sylweddol i ddull gweithredu cydlynus, systemau cyfan wrth ymateb i anghenion plant, ar draws sbectrwm llesiant emosiynol a iechyd meddwl.

Rwy'n cydnabod bod ymdrechion sylweddol wedi'u gwneud o fewn y gwasanaeth iechyd i wella cydlyniant llwybrau a lleihau amserau aros. Wrth gwrs, bu datblygiadau cadarnhaol hefyd ym maes Addysg. Gan fod iechyd a llesiant yn ganolog i'r cwricwlwm newydd, nodau Llywodraeth Cymru yw bod dysgu a phrofiad plant yn yr ysgol yn rhoi iddynt yr offer angenrheidiol i fod yn iach, yn hyderus ac yn gadarn. Nid oes gennyf amheuan ynghylch yr ymrwymiad i iechyd emosiynol a meddyliol plant a phobl ifanc ymhlith y rhai sy'n gweithio ym maes Iechyd, Addysg a Gofal Cymdeithasol fel rhan o Lywodraeth Cymru.

Serch hynny, mae'n amlwg i mi bod y system yn dal i fethu mewn sawl ffordd. **Rwy'n credu bod angen i ni ddatblygu system gydlynus sy'n defnyddio'r adnoddau a'r arbenigedd sydd ar gael yn ein gwasanaethau addysg, gofal cymdeithasol a iechyd, gyda chefnogaeth gan eraill megis y gwasanaethau ieuencid, yr heddlu a'r sector gwirfoddol, er mwyn darparu gwasanaethau sydd:**

- Yn hybu iechyd meddwl a llesiant ar lefel gyffredinol fel rhan o weledigaeth unedig sy'n pennu nodau clir ar gyfer llesiant a iechyd meddwl pobl ifanc yng Nghymru.
- Yn darparu help mor gynnar â phosibl pan fydd gofyn amdano.
- Heb 'ddrws anghywir' ar gyfer plant a phobl ifanc sydd angen rhagor o gefnogaeth gyda phroblemau iechyd meddwl, ymddygiad, neu emosiynol. Dylai'r rhain fedru rhoi sylw i anghenion cymdeithasol ochr yn ochr ag anghenion iechyd meddwl, gan fod y rhain mor aml ynghlwm wrth ei gilydd.

Mae gennym boblogaeth a daearyddiaeth amrywiol yng Nghymru, a byddai'n amhriodol petai ysgolion a gwasanaethau cymorth yn unffurf ymhobman. Fodd bynnag, byddai gweledigaeth a fynegir yn glir ar gyfer ein plant a'n pobl ifanc yn rhoi canlyniadau i ardaloedd lleol weithio tuag atynt yn y ffordd sy'n fwyaf priodol ar gyfer eu poblogaeth eu hunain. Rwy'n credu y dylai pob plentyn yng Nghymru gael mynediad i'r canlynol, yn ôl y galw:

- dull gweithredu ysgol gyfan o roi sylw i lesiant a iechyd meddwl,
- cymorth cynnar hawdd ei gyrchu gydag un pwynt mynediad,
- a gwasanaeth aml-ddisgyblaeth cydlynus ar gyfer y rhai sydd â lefelau uwch o angen, gan osgoi rhwystrau artiffisial rhwng anghenion gofal cymdeithasol a iechyd meddwl.

Mae angen cynllunio ar lefel leol a rhanbarthol er mwyn sicrhau bod hyn yn gydlynus ac yn osgoi gorgyffwrdd neu fylchau rhwng gwasanaethau. Mae rhai Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol wedi sefydlu is-grwpiau penodol i ganolbwyntio ar anghenion llesiant eu poblogaeth leol o blant a phobl ifanc. Nid yw eraill wedi gwneud hynny, a lle nad yw hynny'n digwydd mae perygl bod diffyg cydlyniant wrth gynllunio a darparu gwasanaethau. **Yn fy marn i, mae angen i Lywodraeth Cymru weithredu i sicrhau bod gan Fyrddau Partneriaeth Rhanbarthol fecanwaith ar gyfer canolbwyntio ar blant a phobl ifanc, yn ogystal â gofyn bod pob rhanbarth yn sicrhau bod CAMHS a gwasanaethau gofal cymdeithasol yn darparu gwasanaeth integredig i blant sydd ag anghenion emosiynol, ymddygiad a iechyd meddwl.**

Dull gweithredu ysgol gyfan a'r cwricwlwm newydd

Rwyf wedi bod yn pryderu ers peth amser nad oes digon o gydlyniant rhwng adrannau iechyd ac addysg Llywodraeth Cymru yng nghyswllt iechyd emosiynol a meddyliol.

Ddiwedd 2016 a dechrau 2017 fe luniais femoranda ar gyfer y Rhaglen Gyda'n Gilydd dros Blant a Phobl Ifanc (T4CYP) a rhaglen diwygio'r cwricwlwm er mwyn mynegi fy marn y byddem yn colli cyfle pe na bai'r rhaglenni diwygio ar gyfer iechyd meddwl ac addysg yn cydweithio i lunio glasbrint ar gyfer dull gweithredu ysgol gyfan wrth ymdrin â llesiant a iechyd meddwl mewn ysgolion. Ysgrifennais at yr Ysgrifenyddion Cabinet dros Iechyd ac Addysg ym mis Mawrth 2017 i fynegi fy mhryder ynghylch y diffyg cynnydd yn y cyswllt hwn.

Ym mis Ionawr 2018, fe ges i gyfarfod gyda'r Ysgrifenyddion Cabinet dros Iechyd ac Addysg. Yn y cyfarfod hwnnw, cefais fy sicrhau bod y ddwy adran yn cydweithio ar iechyd emosiynol a meddyliol mewn ysgolion. Ailadroddwyd y sicrwydd hwnnw gan yr Ysgrifenyddion Cabinet mewn tystiolaeth ar y cyd i Ymchwiliad y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg i iechyd emosiynol a meddyliol plant a phobl ifanc ar 15 Chwefror 2018.

Ond er gwaethaf gwaith caled Adrannau Addysg a Iechyd Llywodraeth Cymru wrth gyflawni eu rhaglenni gwaith eu hunain, nid wyf wedi fy argyhoeddi bod y cydlyn hwn yn digwydd. Er bod rhaglen beilot Mewngymorth, dim ond rhan o ddull gweithredu ysgol gyfan y gall hynny fod. Mae fy nghyfarfodydd yn ystod y mis diwethaf gyda swyddogion o'r ddwy adran a bod yn bresennol yn y Grŵp Cyfeirio Arbenigol ar gyfer T4CYP wedi cadarnhau fy argyhoeddiad yn hyn o beth. Mae swyddogion yn dal i fynegi barn y byddai'n dda cydweithio, yn hytrach na rhoi unrhyw sicrwydd bod hynny ar waith. Mae hyn yn achosi rhwystredigaeth arbennig gan fod meysydd yn y Rhaglen, fel rhan o'r llif gwaith Gwydnach ac Ymyrraeth Gynnar, sy'n ymdrin â newid effaith uchel, yn cynnwys amcanion aml-ddisgyblaeth clir, megis cysylltu â diwygio addysg, galluogi a chefnogi ysgolion, nodi gwasanaethau traws-sector, a nodi cefnogaeth i blant a phobl ifanc agored i niwed, gan gynnwys plant sy'n derbyn gofal a phlant sydd wedi'u mabwysiadu.

Dull Gweithredu Ysgol Gyfan

Bydd dull gweithredu Ysgol Gyfan yn cynnwys beth mae plant yn ei ddysgu yn yr ysgol (er enghraifft ymwybyddiaeth o iechyd meddwl, datblygiad plant a phobl ifanc, addysg perthnasoedd a rhywioldeb, y celfyddydau mynegiannol a llythrennedd corfforol), ac amgylchedd cefnogol yr ysgol (a ddylai gynnwys mesurau gwrthfwlio, cwnselwyr ysgol, cyfleoedd ar gyfer ymwybyddiaeth ofalgar, yoga neu weithgaredd corfforol, grwpiau cefnogi, rhaglenni ataliol seiliedig ar dystiolaeth, a manau meithringar). Bydd angen staff medrus a gwybodus i gefnogi'r plant, gan gynnwys staff bugeiliol, nyrsys ysgol a gweithwyr ieuencid. Bydd angen i'r staff hynny fedru cyfathrebu'n gyflym ac yn hwylus gyda gwasanaethau lleol iechyd, gofal cymdeithasol a chymorth i deuluoedd pan fydd angen cefnogaeth ychwanegol ar ddisgyblion. Bydd y rhaglen Mewngymorth, os yw'n llwyddiannus, yn cefnogi hynny. Bydd ysgolion hefyd yn holi'r disgyblion yn rheolaidd ynghylch eu hiechyd emosiynol, ac yn eu cynnwys yn y gwaith o ddatblygu amgylchedd priodol.

Mae llawer o ysgolion yn darparu cryn dipyn o hyn eisoes, ond mae llawer o rai eraill, yn arbennig ysgolion uwchradd, yn dweud eu bod yn cael trafferth ymateb i anghenion

cymdeithasol ac emosiynol eu holl fyfyrwyr, ac y byddent yn hoffi cael mwy o gefnogaeth i ddarparu cymorth yn yr ysgol, a chael cymorth gan asiantaethau allanol yn ôl y galw.

Gan dynnu ar arbenigedd gweithwyr proffesiynol iechyd meddwl ac addysg ac ysgolion, gan gynnwys pobl ifanc eu hunain, dylai Llywodraeth Cymru fynegi beth yw nodau dull gweithredu ysgol gyfan o ymdrin â llesiant, a beth fydd ystyr hynny i blant a phobl ifanc yng Nghymru. Dylai'r nodau hynny gael eu seilio ar egwyddorion cyffredinol Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn. Hefyd dylid creu map llwybr sy'n amlinellu sut gall amrywiol elfennau o'r ddarpariaeth, y tu mewn a'r tu allan o'r ysgol, gydweithio i gynnal y nodau hyn. Wedyn gall arweinwyr ysgolion benderfynu pa elfennau o gefnogaeth y dylent eu cyrchu er mwyn cyflawni'r nodau hyn ar gyfer y bobl ifanc yn eu hysgol. Heb yr eglurder hwn, mae'n ddealladwy bod athrawon yn cael eu drysu gan sut mae gwahanol elfennau o'r ddarpariaeth allanol yn cefnogi eu gwaith ar draws yr ysgol. Bydd hyn o gymorth i athrawon ym mhob ysgol, yn arbennig y rhai sy'n arloesi ym Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Llesiant, ddeall sut gallan nhw ddatblygu dull gweithredu sy'n cysylltu â'r rhaglenni cymorth ehangach a allai fod o fudd i'w pobl ifanc. Byddai cyflwyno nodau ar gyfer dull gweithredu ysgol gyfan hefyd yn gam defnyddiol tuag at alluogi ysgolion i fesur a gwerthuso'n feirniadol sut maen nhw'n mynd ati i ymdrin â llesiant pobl ifanc, er mwyn datblygu system sy'n gwella.

Fel mae ymateb Llywodraeth Cymru yn amlinellu, mae llawer o ymyriadau a mentrau sy'n aml yn darparu gwasanaeth gwerthfawr iawn yn unigol. Fodd bynnag, y sefyllfa bresennol yw ymyriadau lluosog heb ddull gweithredu trawsadrannol ar y cyd. Mae angen i Lywodraeth Cymru yn ei chyfanrwydd, nid dim ond adrannau unigol, ailwerthuso union natur dull gweithredu o'r fath, a pha wasanaethau y gallai ysgolion fod yn gweithio gyda nhw.

Mae angen egluro'r gwahanol haenau o gefnogaeth sydd ar gael ar draws yr amrywiol asiantaethau a sectorau i ysgolion ac i'r plant eu hunain. Mae angen i Lywodraeth Cymru sicrhau bod hyn yn cael ei gynllunio ar y cyd ag ysgolion, fel bod yr ysgolion yn deall yn glir beth ddylai pobl ifanc ei ddisgwyl gan ysgolion, gwasanaethau a'r llywodraeth.

Diffyg ataliaeth a chymorth cynnar

Mae llawer o raglenni gwaith a luniwyd i ddarparu ymyrraeth gynnar, neu i geisio rhoi sylw i feysydd lle mae diffyg yn hynny o beth. Yn eu plith mae T4CYP, peilot mewngymorth CAMHS mewn ysgolion, y Canolbwynt Profiadau Niweidiol yn ystod Plentynod (ACEs), Dechrau'n Deg, a'r fframwaith nyrsio diwygiedig i ysgolion. Ym maes gofal cymdeithasol, mae Teuluoedd yn Gyntaf yn darparu gwasanaeth ymyrraeth gynnar ac ataliaeth sydd wedi bod o fudd i deuluoedd ledled Cymru.

Er gwaethaf y rhaglenni hyn, mae rhai plant a'u teuluoedd yn adrodd bod rhaid i'w problemau iechyd meddwl neu gymdeithasol waethygu llawer cyn iddynt fedru cael mynediad i wasanaeth.

Dylid sicrhau mai mentrau addawol fel canolbwynt Cymorth Cynnar Sir y Fflint, sy'n darparu gwasanaeth ymateb amlddisgyblaeth i'r sir gyfan o dan yr unto ar gyfer plant sy'n profi ACEs, yw'r norm.

Anghenion lefel uwch

Mae fy swyddfa wedi delio gyda sawl achos o blant â lefelau angen uwch, lle mae galw am ddarpariaeth iechyd meddwl arbenigol, ond lle cafwyd trafferth sicrhau mynediad i'r cymorth hwn mewn pryd. Er bod yr amserau aros ar gyfer asesiadau CAMHS wedi gwella, mae adroddiad y Pwyllgor yn dangos nad yw hynny'n dweud llawer wrthym ni ynghylch pa mor hir mae plentyn neu berson ifanc yn aros i gael triniaeth. Ym maes iechyd meddwl plant, ceir targedau ar gyfer yr apwyntiad asesu cyntaf yn hytrach nag ar gyfer derbyn triniaeth, felly mewn gwirionedd mae'r plant yn aros yn hwy nag y gallai'r ffigurau a gyhoeddwyd ei awgrymu i dderbyn y gefnogaeth hon.

Mae hefyd yn peri trallod i mi weld y nifer bach o blant sydd â lefelau uchel iawn o angen lle gall fod dadleuon mawr ynghylch cyfrifoldeb rhwng gwasanaethau cleifion mewnol seiciatrig haen 4 a'r gwasanaethau gofal cymdeithasol, ynghylch ble a sut mae modd trefnu cartref diogel iddynt. Weithiau mae'r anghytundebau hyn yn digwydd yn y llys, sy'n peri pryder mawr ac yn enghraifft o'r angen am wasanaethau gofal cymdeithasol a iechyd meddwl llawer mwy integredig.

Mae plant a phobl ifanc sy'n arddangos anghenion lefel uchel yn aml yn cael eu lleoli mewn unedau arbenigol ymhell o'u cartref, dros y ffin yn Lloegr. Er bod angen dybryd am y cymorth maen nhw'n ei gael yn yr unedau hyn, efallai y buasai modd osgoi gwahanu rhai plant oddi wrth eu teuluoedd petai gwell gwasanaethau ataliaeth ac ymyrraeth gynnar ar waith.

'Y Canol Coll'

Nid yw'r system bresennol yn ddigonol ar gyfer y plant hynny y bernir nad yw eu hanghenion yn ddigon difrifol i fod angen cymorth arbenigol, ond sydd mewn trallod ac yn aml yn arddangos ymddygiad emosiynol sy'n destun pryder. Yn rhy aml, nid yw'r plant hyn yn cael y cymorth sydd ei angen arnynt. Mae'r Pwyllgor yn cyfeirio at y plant hyn fel 'y canol coll'.

Mae pryderon arbennig ynghylch y gefnogaeth i blant sydd hefyd wedi cael profiadau niweidiol lluosog yn ystod plentynod. Oherwydd bod gan y plant hyn yn aml broblemau emosiynol ac ymddygiad, yn hytrach nag anhwylderau meddyliol, gallant wynebu brwydr i gael y gwasanaethau therapiwtig a chymorth arall y mae arnynt eu hangen. Mae hyn yn cynnwys plant sy'n derbyn gofal a phlant sydd wedi'u mabwysiadu.

Hefyd mae pryderon ynghylch plant â chyflyrau niwroddatblygiadol, y mae eu hymddygiad yn aml yn cael ei ddiystyru fel 'bod yn ddrwg', neu'n ganlyniad i 'rianta gwael'. Efallai na fydd y plant hyn yn cael eu gweld gan weithwyr iechyd meddwl proffesiynol nes bod y sefyllfa wedi troi'n argyfwng. Ni all hyn fod yn iawn, gan fod arbenigedd proffesiynol ar gael i helpu'r plant hyn. Rhaid i ni leihau'r rhaniad llesteiriol rhwng anghenion cymdeithasol a iechyd a darparu gwasanaeth mwy integredig.

Casgliad: dull gweithredu gwirioneddol amlddisgyblaeth yng nghyswllt gwasanaethau iechyd emosiynol a meddyliol.

Mae peth deddfwriaeth a basiwyd gan Gynulliad Cymru yn ystod y blynyddoedd diwethaf wedi torri tir newydd, ac mae'r llywodraeth wedi cyhoeddi bwriadau polisi uchelgeisiol

ynghylch darparu gwasanaethau ataliol cydlynus, sy'n rhoi'r dinesydd yn y canol. Mae Cymru hefyd wedi gwneud ymrwymïadau cadarn yn y gyfraith i ddiogelu hawliau dynol plant, er mwyn eu galluogi i fod yn hapus, yn iach ac yn ddiogel.

Er mwyn cyflawni bwriadau cadarnhaol y mesurau hyn, mae angen newid sylfaenol yn ein hagwedd at ddarparu gwasanaethau iechyd emosiynol a meddyliol i blant a phobl ifanc, gan sicrhau ein bod yn darparu gwasanaethau sy'n seiliedig ar egwyddorion arweiniol CCUHP (erthyglau 1,2,3,6 a 12). Ni ddylai fod 'drws anghywir' ar gyfer ein plant a'n pobl ifanc. Dylai fod gwasanaeth amlddisgyblaeth ar gael i bob person ifanc sy'n dioddef trallod, gan gyfuno elfennau iechyd, addysg a gofal cymdeithasol. Mae'r model hwn i'w weld mewn ciliau ledled Cymru, yn cael ei ddarparu gan broffesiynolion ymroddedig, ond nid dyma'r profiad a geir ymhobman o bell ffordd.

Yn sylfaen ar gyfer sefydlu gwasanaeth iechyd emosiynol a meddyliol teg i blant a phobl ifanc yng Nghymru, rhaid sicrhau dull gweithredu ysgol gyfan, wedi'i fapio a'i arwain ar y cyd gan iechyd, addysg a gofal cymdeithasol, i roi cyfarwyddyd i ysgolion ynghylch yr help a ddylai fod ar gael i blant a phobl ifanc.

Fel y dywedodd pobl ifanc oedd yn defnyddio CAMHS yng ngogledd Cymru wrthyf fi yr wythnos ddiwethaf, dylai plant fedru siarad â rhywun maen nhw'n ymddiried ynddynt, yn yr ysgol neu yn eu cymuned, sy'n gallu sicrhau eu bod nhw'n cael yr help sy'n angenrheidiol, ble bynnag y maen nhw ar eu taith iechyd meddwl.

Mae'r drafodaeth ar 4 Gorffennaf yn gyfle i edrych yn fanwl ar y materion uchod a sicrhau bod plant ledled Cymru yn derbyn y gwasanaethau a ddisgrifiwyd uchod, fel bod asiantaethau statudol ac eraill yn cydweithio i hyrwyddo a chefnogi iechyd emosiynol a meddyliol cadarnhaol i blant a phobl ifanc, a hynny ar unwaith.