

Coronafeirws a Fi

Deall sut brofiad mae plant a phobl ifanc
anabl wedi'i gael yn ystod y pandemig
yng Nghymru



Comisiynydd
Plant Cymru

Children's
Commissioner
for Wales

Mae'r adroddiad hwn yn cynnwys profiadau bron i 1,200 o blant a phobl ifanc anabl, a gasglwyd yn anterth y cyfnod clo ym mis Mai 2020. Rhannwyd eu profiadau fel rhan o arolwg Cymru gyfan dan arweiniad y Comisiynydd, a chymerodd bron i 24,000 o blant rhwng tair a deunaw oed ran ynddo. Er y bu i rai plant anabl sôn am brofiadau cadarnhaol, mae'r adroddiad hwn yn dangos bod plant a phobl ifanc anabl wedi cael profiadau negyddol anghymesur o gymharu â phlant a phobl ifanc nad ydynt yn anabl.

“Mae Mam yn dweud bod angen i fi fynd mas i gael awyr iach ac ymarfer corff, a dw i ddim eisiau mynd mas achos efallai y bydda i'n marw.”

— Bachgen anabl 11 oed, canol de Cymru

“Dylai fod llawer mwy o gefnogaeth i bobl sy'n agored i niwed ac na gafodd lythyr i hunanyysu, a mwy o gefnogaeth gyda bwyd i bob person a theulu, oherwydd dw i a fy mam a fy chwirydd yn teimlo fel petaen ni'n erfyn am fwyd a chymorth.”

— Merch anabl, 12 oed, ardal amhenodol

“Mae'n llawer gwell gen i fod gartre gyda fy nheulu drwy'r dydd. Hoffen i allu cael fy addysgu gartre.”

— Bachgen anabl, 10 oed, canol de Cymru

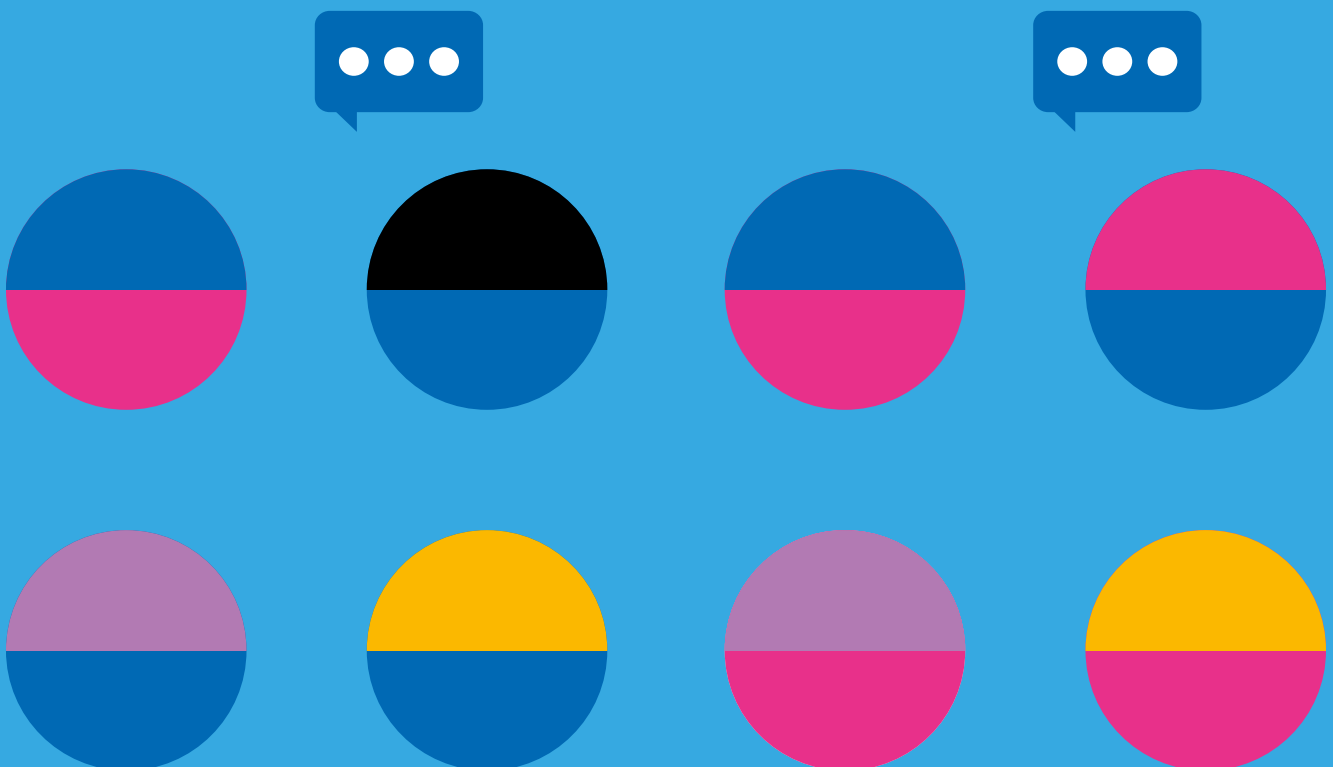
“Mae fy nau riant yn weithwyr allweddol. Dywedodd yr ysgol wrth fy rhieni na allan nhw warantu fy niogelwch, felly es i ddim i'r ysgol. Roedd rhaid i fi aros gyda fy nheulu er mwyn i fy rhieni allu gweithio.”

— Bachgen anabl 18 oed, y de-orllewin

“Rwy'n profi'r hyn dw i'n ei alw'n Rhyddid. A bydda i'n parhau i wneud hynny.”

— Bachgen anabl 16 oed, y gorllewin

Ar 13 Mai 2020, lansiwyd ymgyngoriad 'Coronafeirws a Fi' i ddysgu am brofiadau plant a phobl ifanc yng Nghymru. Casglodd yr ymgyngoriad hwn wybodaeth am fywydau dros 23,700 o blant rhwng 3 ac 18 oed, ac fe'i cynhaliwyd dros bythefnos ar adeg pan oedd y cyfyngiadau i gadw cymunedau Cymru'n ddiogel wedi bod ar waith ers deufis.



Roedd yr ymgynghoriad Coronafeirws a Fi yn bartneriaeth rhwng pedwar sefydliad:

- **Llywodraeth Cymru**
- **Comisiynydd Plant Cymru**
- **Senedd Ieuencid Cymru**
- **Plant yng Nghymru**

Swyddfa'r Comisiynydd Plant oedd yn arwain ar yr holl waith rheoli prosiect, gydag annibyniaeth ariannol oddi ar Lywodraeth Cymru a phartneriaid eraill. Y Comisiynydd Plant yw perchennog data'r prosiect hwn, ac sy'n gyfrifol am gynhyrchu'r adroddiad hwn.

Ddechrau mis Mehefin 2020, cyhoeddodd y Comisiynydd adroddiad trosolwg a oedd yn cynnwys y prif ganfyddiadau o'r ymgynghoriad hwn¹. Yn yr adroddiad hwnnw, ymrwymon ni i ddadansoddi'r canfyddiadau ymhellach.

Dangosodd y dadansoddiad hwn batrymau nodedig o ran profiad, a oedd yn gysylltiedig â rhai o nodweddion personol y plant a ymatebodd i'r arolwg. Mae'r papur hwn felly yn rhan o gyfres o adroddiadau sy'n amlygu sut mae'r pandemig a'r ymateb iddo wedi effeithio'n benodol ar rai grwpiau o blant a phobl ifanc. Mae'r adroddiadau'n canolbwyntio ar:

- Ymatebion creadigol 193 o blant o dan 7 oed;
- Ymatebion arolwg 1,496 o blant a phobl ifanc dduon ac o leiafrifoedd ethnig rhwng 7 a 18 oed;
- Ymatebion arolwg 4,377 o bobl ifanc h n ledled Cymru rhwng 15 a 18 oed;
- Ymatebion arolwg 1,198 o blant a phobl ifanc anabl rhwng 7 ac 18 oed (y papur hwn);

Mae gan Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn 54 o Erthyglau, sy'n datgan hawliau dynol pob plentyn ledled y byd. Mae gan Weinidogion Cymru ddyletswydd i roi sylw dyledus i hawliau plant o dan Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (yn unol â Mesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011). Gofynnwyd cwestiynau cyffredinol am y pandemig i'r plant a'r bobl ifanc a gymerodd ran yn yr arolygon o dan themâu cysylltiedig ag erthyglau Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn. Mae'r papur hwn yn grwpio'r canlyniadau o dan bob Erthygl yn yr un ffordd.

1. Comisiynydd Plant Cymru (2020) Coronafeirws a Fi. Ar gael drwy: https://www.childcomwales.org.uk/wp-content/uploads/2020/06/FINAL_formattedCVRep_CYM.pdf

Diolchiadau

Hoffai Comisiynydd Plant Cymru ddiolch i Mencap Cymru ac i Anabledd Cymru am eu gwaith adolygu ac am gynnig eu cyngor ar y papur hwn ac adnoddau cysylltiedig cyn iddo gael ei gyhoeddi.

Crynodeb o'r Prif Ganfyddiadau

Deall y prif ganfyddiadau

Mae 'plant' yn cyfeirio at blant rhwng 7 ac 11 oed.

Mae 'pobl ifanc' yn cyfeirio at bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed.

Mae 'plant a phobl ifanc' yn cyfeirio at bawb rhwng 7 a 18 oed.

Cymharwyd yr atebion gan ymatebwyr a nododd eu bod nhw'n anabl gydag atebion y rhai a nododd nad ydynt yn anabl.

Sut ymatebodd plant a phobl ifanc anabl i'r pandemig?

- Roedd plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol o deimlo'n bryderus am y Coronafeirws.
- Mynegodd canran uwch o blant a phobl ifanc anabl bryderon ynghylch dal y feirws.
- Roedd plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol o wneud sylwadau am yr effaith negyddol ar eu hiechyd meddwl.
- Roedd pobl ifanc anabl yn fwy tebygol o ddweud bod cau busnes neu wasanaeth yn cael effaith fawr ar y ffordd roedden nhw'n deimlo.
- Roedd pobl ifanc yn fwy tebygol o ddweud eu bod nhw'n mwynhau peidio mynd i'r ysgol neu bod yn well ganddyn nhw ddysgu gartref os oedden nhw'n anabl.

Sut roedd plant a phobl ifanc anabl yn profi eu hawliau?

Erthygl 3: dylai oedolion wneud yr hyn sydd orau i chi.

- Roedd plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol o ddweud bod angen cymorth ychwanegol arnyn nhw.
- Roedd plant anabl yn fwy tebygol o ddweud fod arnynt eisiau cefnogaeth i'w helpu i deimlo'n hapus ac yn iach.

Erthygl 6: mae gennych hawl i fywyd, i dyfu i fyny, ac i gyrraedd eich llawn botensial

Diogelwch cyflenwad bwyd

- Roedd plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol o ddweud bod angen cymorth ychwanegol arnyn nhw i 'wneud yn si' ein bod ni'n cael y bwyd sydd ei angen arnon ni'.
- Roedd pobl ifanc anabl yn fwy tebygol o ddweud bod arnynt angen cymorth i fwyta bwyd iachus ac aros yn heini.
- Roedd pobl ifanc anabl yn fwy tebygol o ddweud bod newidiadau i'r ffordd roedd eu teulu'n siopa bwyd yn cael effaith arnynt.
- Roedd pobl ifanc anabl yn fwy tebygol o ddweud y byddai'n eu helpu nhw pe baen nhw'n cael bwyd iachus gartref (pecynnau bwyd).

Anghenion emosiynol

- Roedd plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol o deimlo'n drist.
- Roedd plant a phobl ifanc anabl yn llai tebygol o deimlo'n ddiogel.
- Roedd plant a phobl ifanc anabl yn llai tebygol o 'deimlo'n hapus y rhan fwyaf o'r amser'.
- Roedd plant anabl yn llai tebygol o wybod lle i gael cymorth pe bai angen cefnogaeth arnyn nhw i deimlo'n hapus ac yn iach.

Erthygl 28: mae gennych hawl i addysg

- Roedd plant a phobl ifanc anabl yn llawer llai tebygol o deimlo mor hyderus ynghylch dysgu.
- Roedd pobl ifanc anabl yn fwy tebygol o ddweud bod y ffaith eu bod yn methu â gweld tiwtor neu ymuno â dosbarth y tu allan i'r ysgol yn effeithio ar eu dysgu.
- Roedd plant anabl yn fwy tebygol o ddweud bod angen cefnogaeth ar gyfer anghenion dysgu ychwanegol.

Erthygl 12: Mae gennych hawl i gael eich clywed a'ch cymryd o ddifri

- Roedd plant a phobl ifanc anabl yn llai tebygol o fod wedi cael cyswllt gan eu hysgol neu goleg.

Erthygl 15: mae gennych hawl i ymuno â grwpiau a chwrd d â ffrindiau

- Roedd plant a phobl ifanc anabl yn llai tebygol o fod wedi aros mewn cysylltiad â theulu a ffrindiau.

Erthygl 30: mae gennych hawl i ddefnyddio eich iaith eich hun

- O blith y rhai sydd fel arfer yn mynychu lleoliadau cyfrwng Saesneg, roedd plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol o ddweud nad oedden nhw'n cael cyfleoedd i ddefnyddio Cymraeg.

Erthygl 31: mae gennych hawl i ymlacio a chwarae

- Roedd plant anabl yn llai tebygol o fod yn chwarae yn fwy na'r arfer.
- Roedd pob person ifanc anabl yn llai tebygol o fod yn ymlacio'n fwy na'r arfer.

Dull ymgynghori a chyfyngiadau

Cynlluniwyd ymgynghoriad Coronafeirws a Fi fel arolwg eang i'r boblogaeth gyfan, fel bod modd i gymaint â phosib o blant a phobl ifanc Cymru gymryd rhan. Serch hynny, bu'n rhaid cynnal yr ymgynghoriad â chyfyngiadau sylweddol oherwydd y mesurau oedd ar waith ar y pryd yn sgil y Coronafeirws.

Y prif gyfyngiadau oedd:

- Roedd cyfyngiadau'n golygu ei bod hi'n amhosib cynnal unrhyw ymgynghoriad wyneb yn wyneb;
- Roedd yr ymgynghoriad yn dibynnu'n bennaf ar ddulliau a dosbarthu digidol;
- Roedd y rhan fwyaf o'r lleoliadau ar gau i'r rhan fwyaf o blant, felly roedd yn rhaid i'r ymgynghori ddiwydd yng nghartrefi plant;
- Roedd angen cynllunio'r ymgynghoriad ar frys.

Roedd tair ffurf i'r arolwg: arolwg i bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed; arolwg byrrach a symlach i blant rhwng 7 ac 11 oed; fersiwn hygyrch gyda symbolau i gynorthwyo darllen i blant a phobl ifanc rhwng 7 a 18 oed. Datblygwyd syniadau'r cwestiynau gyda phobl ifanc, ac fe'u grwpwyd ar sail Erthyglau Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn. Yna, treialwyd yr arolygon gyda phlant a phobl ifanc, cyn eu diwygio yn sgil hynny. Roedd y treialon yn cynnwys plant a phobl ifanc anabl a phlant ag Anghenion Dysgu Ychwanegol, ynghyd â gwaith ymgynghori proffesiynol gydag athrawon mewn lleoliadau Anghenion Addysgol Arbennig.

Fel arfer byddai swyddfa'r Comisiynydd yn cynnal gwaith ymgynghori wyneb yn wyneb fel rhan o'r ymgynghoriad

hefyd, ac yn cynnig ystod o ffyrdd er mwyn cyfranogi. Mae hyn yn arbennig o werthfawr i rai plant anabl, gan y gall rhai namau a chyflyrau iechyd ei gwneud yn anodd, neu'n amhosib hyd yn oed, i blant ymgysylltu drwy arolwg. Nid oedd hi'n bosib cynnwys ymgysylltu wyneb yn wyneb yn yr ymgynghoriad hwn oherwydd cyfyngiadau'r coronafeirws. Serch hynny, yn ystod gwanwyn a haf 2020, clywon ni gan nifer o rieni i blant anabl a rannodd brofiadau eu plant – rhai ohonynt nad oedd modd iddynt gymryd rhan yn yr arolwg. Er nad yw'r data hyn wedi'u cynnwys fel ffynonellau tystiolaeth ar gyfer y papur hwn, bu iddynt lywio (ac maent yn parhau i lywio) y polisi ehangach a dylanwadu ar waith y Comisiynydd a'i thîm.

Roedd gweithgaredd creadigol ar gael i blant a phobl ifanc er mwyn gallu cymryd rhan yn yr arolwg drwy arlunio neu ysgrifennu am eu profiadau. Plant ifanc (3-7 oed) wnaeth hyn yn bennaf, ond roedd rhai plant hŷn hefyd yn ystyried y gweithgaredd hwn yn fwy hygyrch nag arolwg. Gofynnwyd i blant am eu hoedran, ond er mwyn lleihau'r darllen gofynnol, ni ofynnwyd cwestiynau eraill am eu nodweddion, er enghraifft a oedden nhw'n anabl. Gallwch ddysgu mwy am yr ymatebion creadigol hyn [yma](#), ond gan nad yw'n hysbys a oedd y plant a oedd yn eu cwblhau yn anabl, nid yw'r ymatebion hyn wedi'u defnyddio fel tystiolaeth yn y papur hwn.

Roedd swyddfa'r Comisiynydd yn ymwybodol bod y bwlch digidol yn rhwystr arall rhag cyfranogi, ac felly targedwyd

gohebiaeth at grwpiau cymunedol a gweithwyr ieuenctid a oedd yn gallu dosbarthu dyfeisiau neu gwblhau arolygon dros y ffôn gyda phlant.

Mae'r ystadegau diweddaraf ar gyfer gwledydd Prydain yn dangos bod 8% o blant gwledydd Prydain yn anabl². Roedd plant a phobl ifanc anabl yn cynrychioli 5% o holl ymatebwyr yr arolwg Coronafeirws a Fi, sy'n gyfradd is o gynrychiolaeth nag sydd yn y boblogaeth gyfan. Rydyn ni'n cydnabod felly ei bod yn bosib bod rhwystrau i rai plant a phobl ifanc anabl rhag gallu cymryd rhan yn yr arolwg hwn; fel y nodwyd uchod, dyma'r tro cyntaf i ni weithio gyda dim ond un dull ymgynghori ar-lein oherwydd y cyfyngiadau sylweddol oedd ar waith ar y pryd. Rydyn ni'n ymroddedig i gyflawni gwerthusiad mewnlawn o'r prosiect hwn, gan gynnwys y fethodoleg. Bydd gwaith gwerthuso'n ystyried pa grwpiau o blant oedd yn methu â chymryd rhan yn yr ymgynghoriad, a ph'un a oes camau eraill y gellid eu cymryd i gynnwys mwy o blant mewn ymgynghoriadau yn y dyfodol, lle nad oes modd ymgysylltu wyneb yn wyneb.

Mae fîm y Comisiynydd yn cydnabod felly ei bod yn bosib nad yw'r data hyn yn llwyr gynrychiadol o brofiadau pob plentyn a pherson ifanc anabl. Serch hynny, mae maint y sampl yn fawr, ac mae gwahaniaethau sylweddol ac amlwg i'w gweld rhwng profiadau plant anabl a phlant nad ydynt yn anabl. Mae'r Comisiynydd yn credu felly ei bod yn bwysig bod yn atebol i'r plant a'r bobl ifanc a gymerodd ran, drwy drafod y profiadau maen nhw wedi'u rhannu a thrwy gyflwyno ei blaenoriaethau ar gyfer sut i fynd i'r afael â'r anghydraddoldebau y mae'r profiadau hyn yn eu datgelu.

Nodyn am rifau ac ystadegau

Mae'r adroddiad hwn yn nodi rhai gwahaniaethau mawr ac amlwg rhwng profiadau plant anabl a phlant nad ydynt yn anabl. Lle nad oedd cymaint o wahaniaeth, cynhaliwyd profion Chi sgwâr ar amrywiadau er mwyn gwirio p'un a allai'r canlyniad hwn fod wedi digwydd drwy siawns. Pan fo ystadegyn wedi'i nodi fel 'arwyddocaol', canfuwyd ei fod yn arwyddocaol yn ystadegol (gan ddefnyddio gwerth $P < .05$). Mae hyn yn golygu ei bod yn annhebygol iawn bod y gwahaniaeth hwn wedi digwydd drwy siawns.

Yn yr adroddiad hwn, rydyn ni'n defnyddio'r dyfyniad 'llawer mwy tebygol' pan fo gwahaniaeth mawr ac amlwg rhwng ymatebion plant anabl a phlant nad ydynt yn anabl.

Rydyn ni'n defnyddio 'llawer iawn mwy tebygol' pan fo gwahaniaeth llai, ond sy'n arwyddocaol yn ystadegol, yn yr ymatebion rhwng y ddau gr p hwn.

Byddwch chi'n gweld yn yr adroddiad hefyd bod nifer fawr o ymatebwyr wedi ateb rhai cwestiynau, a llai o ymatebwyr wedi ateb rhai eraill. Mae hyn gan fod yr arolwg wedi'i gynllunio i alluogi'r ymatebwyr i gael cwestiynau wedi'u teilwra ar sail eu hatebion blaenorol, a oedd yn golygu nad oedd plant yn cael cwestiynau nad oedd yn berthnasol iddyn nhw. Gallai ymatebwyr symud ymlaen o'r cwestiwn heb ateb hefyd os oeddent yn dymuno. Mae hyn yn golygu bod nifer yr atebion yn amrywio i bob cwestiwn, felly mae'r 'nifer sylfaenol' yn wahanol ar gyfer pob un o'r cwestiynau a holwyd. Beth arall ydyn ni'n ei wybod am y plant a'r bobl ifanc anabl a gymerodd ran?

Faint o blant a phobl ifanc anabl gymerodd ran yn ymgynghoriad Coronafeirws a Fi?

Gofynnwyd i'r plant a'r bobl ifanc a gymerodd ran yn yr arolygon a oedd ganddyn nhw anabled. Mae'r tabl hwn yn dangos sut ymatebon nhw:

Oes gennych anabledd?	Nifer yr ymatebwyr i'r arolwg 7-11 oed	Nifer yr ymatebwyr i'r arolwg 12-18 oed	Nifer yr ymatebwyr i'r arolwg hygyrch 7-18	Cyfanswm
Oes	497	580	121	1,198
Nac oes	11,077	10,058	523	21,658
Byddai'n well gen i beidio â dweud	183	283	22	488

Felly mae'r papur hwn yn seiliedig ar ymatebion cyfanswm o 1,198 o blant a phobl ifanc a nododd fod ganddyn nhw anabled. Caiff eu hatebion eu cymharu ag atebion y 21,658 o blant a phobl ifanc a nododd nad oedd ganddyn nhw anabled, a'r 488 a nododd ei bod yn well ganddyn nhw beidio â dweud.

2. Arolwg parhaus o gartrefi yw'r Arolwg o Adnoddau Teulu 2018/2019, sy'n casglu gwybodaeth am sampl cynrychiadol o gartrefi preifat yng ngwledydd Prydain.

Mae'r plant a'r bobl ifanc anabl a gymerodd ran yn yr arolygon yn cynrychioli plant o bob oed rhwng 7 ac 18 oed.

Roedd dros 70 o ymatebwyr anabl i bob grŵp oedran rhwng 7 ac 16 oed, a phlant 11 oed oedd â'r gynrychiolaeth fwyaf o blant anabl (135 o ymatebwyr anabl). Pobl ifanc 17 a 18 oed oedd â'r lleiaf o gynrychiolaeth yn y dystiolaeth hon, gyda 52 a 51 o ymatebwyr anabl yn y drefn honno. Mae hyn yn adlewyrchu patrwm y dosbarthiad oedran o'r set ddata gyfan, lle gwelwyd y gynrychiolaeth isaf gan bobl ifanc 17 a 18 oed.

Mae'r grŵp hwn o blant a phobl ifanc yn dod o bob ardal awdurdod lleol yng Nghymru, gyda'r nifer uchaf o ymatebwyr yng Nghaerdydd, Abertawe a Sir Gaerfyrddin.

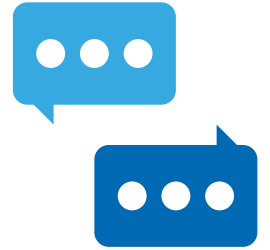
Gwnaeth y rhan fwyaf o'r grŵp yr arolwg yn Saesneg, ond gwnaeth 32 o blant a phobl ifanc anabl yr arolwg yn Gymraeg.

Bechgyn yw 59% (n=685) o'r grŵp cyfan hwn o blant a phobl ifanc, merched yw 39% ohonynt, ac roedd 2% ohonynt yn arddel hunaniaeth draws. Mae cynrychiolaeth arbennig o uchel gan fechgyn ymhlith ymatebwyr yr arolwg rhwng 7 ac 11 oed: bechgyn oedd 66% o'r ymatebwyr anabl a ymatebodd i'r arolwg 7-11 oed.

Roedd y rhan fwyaf o'r grŵp hwn o blant a phobl ifanc (1,086) fel arfer yn cael eu haddysgu yn yr ysgol, ond dywedodd 52 o'r ymatebwyr anabl eu bod nhw'n mynd i'r coleg neu brifysgol, dywedodd 39 eu bod nhw'n cael eu haddysgu gartref, dywedodd 10 nad oedden nhw mewn addysg ac roedd 12 yn gwneud hyfforddiant neu brentisiaeth.

Nododd y rhan fwyaf o'r plant a'r bobl ifanc anabl (1,091) mai 'Cymry neu Brydeinwyr Gwyn' oedd eu hethnigrwydd, ond roedd ymatebwyr o bob grŵp ethnig yn rhan o'r arolwg.

Sut ymatebodd plant a phobl ifanc ag anableddau i'r pandemig?



Pryder am y coronafeirws

Gofynnwyd i bob plentyn asesu pa mor bryderus oedden nhw am y Coronafeirws ar yr adeg y gwnaethon nhw'r arolwg. Roedd plant a phobl ifanc anabl yn llawer mwy tebygol o deimlo'n bryderus am y Coronafeirws na phlant a phobl ifanc nad ydynt yn anabl. Gan ystyried yr ymatebion i'r tri arolwg, dewisodd 17% (n=203) o'r plant a'r bobl ifanc anabl 'mwy pryderus nag wythnos diwethaf' o gymharu gydag 11% (n=2,520) o'r plant a'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl. Hefyd, dim ond 17% (n=378) o'r plant a'r bobl ifanc ddewisodd 'ddim yn bryderus' o gymharu â 37% (n=8,222) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl.

Gofynnwyd i'r holl ymatebwyr egluro eu hasesiad yn eu geiriau eu hunain, ac aethom ati i ddadansoddi'r ymatebion hyn a'u dynodi â chodau. Roedd y categori ymateb mwyaf cyffredin yr un peth i blant a phobl ifanc anabl a phlant a phobl ifanc nad ydynt yn anabl: yr ymateb mwyaf cyffredin i blant rhwng 7 ac 11 oed a phobl ifanc rhwng 12 a 18 oed, yn y ddau grŵp hwn, oedd eu bod nhw'n teimlo'n ddiogel yn aros gartref ac yn dilyn y rheolau.

“Dw i ddim yn pryderu oherwydd rwy'n dilyn rheolau'r llywodraeth ac yn golchi fy nwylo bob dydd.”

— Person ifanc anabl a thraws, 15 oed, y de-ddwyrain.

“Dwi'n gwneud y pethau cywir ac yn aros gartre, rydw i'n saff.”

— Merch anabl, 13 oed, canol de Cymru.

Serch hynny, mynegodd canran uwch o blant anabl bryderon ynghylch dal y feirws yn eu sylwadau, ac roedd hyn yn arbennig o wir yn achos plant anabl o oedran ysgolion cynradd. 'Pryderu ynghylch dal coronafeirws' oedd y categori sylwadau mwyaf cyffredin ond dau gan blant anabl rhwng 7 ac 11 oed, a dyna oedd y nawfed categori mwyaf cyffredin ar gyfer plant rhwng 7 ac 11 oed nad ydynt yn anabl.

“Mae gen i gymhlethdod ac rwy'n poeni y gallwn i ei ddal. Dw i hefyd yn mynd i'r ysbty'n aml. I fi mae'n swnio fel petai'n gwaethygu, a phetawn i'n ei gael, dw i ddim eisiau ei roi i fy nheulu.”

— Merch anabl, 11 oed, y gorllewin

“Gan fod gen i ddiabetes ac yn cael fy ystyried fel risg uchel, rwy'n pryderu sut byddai'n effeithio arna i.”

— Merch anabl, 11 oed, y de-ddwyrain

“Dw i'n meddwl fy mod i am farw o hyd, a dw i'n methu cysgu.”

— Bachgen anabl, 10 oed, y canolbarth

17%

o blant a phobl ifanc anabl 'mwy pryderus nag wythnos diwethaf' o gymharu gydag 11% o'r plant a'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl.

Roedd ffactorau eraill a oedd yn peri pryder yn gymharol gyson rhwng blant a phobl ifanc anabl a phlant a phobl ifanc nad ydynt yn anabl, gyda phlant a phobl ifanc yn y ddau grŵp yn mynegi pryder am aelodau teulu, ac am nifer y bobl oedd yn cael eu heintio neu'n marw.

Y newidiadau â'r effaith fwyaf

Gofynnwyd i bobl ifanc a oedd yn ateb yr arolwg 12-18 oed pa newidiadau oedd yn cael yr effaith fwyaf ar eu bywydau, a dangosodd hyn fod pobl ifanc anabl yn llawer mwy tebygol o ddweud bod busnes neu wasanaeth yn cau yn cael effaith fawr ar sut roedden nhw'n teimlo. Methu gweld ffrindiau, methu gweld teulu, a lleoliadau addysg yn cau oedd yr atebion a ddewiswyd amlaf gan bobl ifanc anabl a phobl ifanc nad ydynt yn anabl, ond roedd modd i'r ymatebwyr a oedd yn dewis 'arall' ar gyfer y cwestiwn hwn nodi pa newid oedd yn cael effaith arnynt. Cau gwasanaethau oedd y categori a ddewiswyd fwyaf gan bobl ifanc anabl, gan gynrychioli 30% (n=10) o'r atebion testun rhydd, o gymharu â 9% (n=24) o'r atebion testun rhydd gan bobl nad ydynt yn anabl. Er bod y niferoedd yn fach, mae hyn yn cynrychioli gwahaniaeth ystadegol sylweddol. Roedd y sylwadau a ychwanegwyd yn dangos sut gallai hyn fod yn fwy pwysig i blant anabl:

“Oherwydd fy ffitiau afreolus, rwy'n cael anafiadau'n aml, ond o leiaf o'r blaen ro'n i'n gallu mynd i'r uned damweiniau ac achosion brys i gael pelydr-X. Nawr dw i'n ofni y bydda i'n cael anaf difrifol ac yn methu mynd i'r ysbyty'n ddiogel. Hefyd, oherwydd fy anabledau, dw i ddim yn gallu gadael y tŷ'n aml, ond roedd fy nghynorthwydd personol yn mynd â fi mas unwaith yr wythnos, felly mae hynny wedi bod yn anodd.”

— Merch anabl, 17 oed, y gorllewin

“Mae fy holl apwyntiadau ysbyty wedi cael eu canslo.”

— Merch anabl, 12 oed, y gogledd-ddwyrain

“Mae gofal seibiant wedi cael ei dynnu'n ôl. Diffyg strwythur.”

— Bachgen anabl, 17 oed, y de-orllewin.

Pethau da am y newidiadau

Gofynnwyd i blant a phobl ifanc nodi unrhyw bethau da hoffon nhw eu rhannu am aros gartref oherwydd y Coronafeirws. Roedd y tri phrif gategori a nodwyd gan ymatebwyr yr arolwg 7-11 oed yn cyfateb rhwng blant anabl a phlant nad ydynt yn anabl. Y tri phrif categori oedd:

- Treulio amser gyda'r teulu (gwnaed sylw am hyn gan 50% o'r plant anabl, a 52% o'r plant nad ydynt yn anabl)
- Does dim pethau da (gwnaed sylw am hyn gan 12% o'r plant anabl, a 12% o'r plant nad ydynt yn anabl)
- Cadarnhaol ynghylch aros yn ddiogel (gwnaed sylw am hyn gan 9% o'r plant anabl, a 6% o'r plant nad ydynt yn anabl).

“Dw i a fy nheulu wedi dod yn agosach (gan gynnwys teulu dw i ddim yn byw gyda nhw, gan ein bod ni'n sylweddoli faint rydyn ni'n gweld eisiau ein gilydd).”

— Bachgen anabl (heb nodi oedran), canol de Cymru

“Treulio mwy o amser fel teulu. Ddim yn brysio o gwmpas, a gallu mynd mas am dro araf.”

— Merch anabl, 12 oed, y de-orllewin.

“Dw i'n cael gweld mam drwy'r dydd a gofyn iddi am gymorth gyda fy ngwaith ysgol, ac yn cael siarad gyda hi fwy nag ydw i fel arfer yn gyffredinol.”

— Merch anabl, 13 oed, y gogledd-ddwyrain

“Cael mam, dad, a fy mrawd gartre. Bwyta prydau gyda'n gilydd, chwarae gemau. Llawer o amser teuluol gyda'n gilydd a chwerthin.”

— Merch anabl, 14 oed, y de-orllewin.

“Y pethau da am aros gartref yn ystod y cyfnod ofnadwy yma yw cael chwarae mwy gyda'ch brodyr a'ch chwiorydd.”

— Bachgen anabl, 12 oed, y de-orllewin.

Y pedwerydd categori mwyaf cyffredin a nodwyd gan blant anabl oedd eu bod nhw'n mwynhau peidio mynd i'r ysgol, neu bod yn well ganddyn nhw ddysgu gartref. Nododd 8% (n=31) o'r plant anabl hyn, sef canran ychydig yn uwch na'r plant nad ydynt yn anabl, gyda 6% (n=506) ohonyn nhw yn nodi hyn. Roedd y gwahaniaeth hwn i'w weld yn yr arolwg hygyrch hefyd, ond nid oedd y gwahaniaeth hwn yn arwyddocaol yn yr un o'r ddwy set ddata.

Serch hynny, roedd pobl ifanc rhwng 12 a 18 oed yn llawer mwy tebygol o ddweud eu bod nhw'n mwynhau peidio mynd i'r ysgol neu bod yn well ganddyn nhw ddysgu gartref os oedden nhw'n anabl. Dyma oedd yr ail gategori sylwadau mwyaf cyffredin gan bobl ifanc anabl: gyda 13% (n=49) o'r bobl ifanc anabl yn nodi hyn o gymharu ag 8% (n=506) o'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl. (Roedd y ddau gategori uchaf o ran ymatebion i'r cwestiwn hwn gan bobl ifanc anabl yr un peth â'r rhai ar gyfer plant 7-11 oed yn y rhestr uchod.)

Mae'r 49 sylw sydd wedi'u codio o dan y thema hon yn dangos ystod eang o resymau pam roedd yn well gan ymatebwyr ddysgu gartref. Mae'r rhain yn cynnwys rhesymau cadarnhaol fel mwynhau dysgu gyda'u teulu a mwynhau cael mwy o amser i ddysgu. Serch hynny, maen nhw hefyd yn cynnwys disgrifiadau o brofiadau negyddol mewn lleoliadau addysg, fel yr ysgol yn peri straen, cael eu bwlio, casáu'r ysgol, ddim yn cael cymorth gan athrawon, a disgyblion eraill yn tarfu ar eu dysgu.

“Dw i wedi gallu treulio mwy o amser i ffrwrdd o gyfeillgarwch nad yw'n llesol i fi ac amgylcheddau straenus fel yr ysgol.”

— Person ifanc anabl, 14 oed, y gogledd-ddwyrain

“Ddim yn cael fy mwlio nac yn poeni am gyrraedd yr ysgol yn brydlon, a dw i'n cael treulio mwy o amser gyda fy mam, a galla i wneud y gwaith yn fy amser fy hunan.”

— Merch anabl 15 oed, y de-ddwyrain.

“Dw i eisiau cael fy addysgu gartref yn barhaol. Dw i'n teimlo fel y galla i ofyn i'r athro am gymorth gyda'r pynciau dw i'n eu cael yn anodd.”

— Merch anabl, 12 oed, ardal amhenodol.

“I fi'n bersonol, mae fy afiechyd yn cael ei waethygu pan fydda i dan straen. Yn yr ysgol dw i o dan lawer o straen gan fy mod i'n cael fy mwlio cymaint. Mae'r athrawon bob amser yn ymddwyn fel petai'n ddim byd, pan nad yw hynny'n wir.”

— Merch anabl, 12 oed, y gogledd-ddwyrain.

“Dw i ddim yn teimlo llai o straen wrth wneud y gwaith, achos dydy'r plant eraill ddim yn chwarae o gwmpas ac yn tarfu ar fy nysgu, a dw i wedi gallu dysgu pethau newydd fel sut i siarad Sbaeneg, gan fod gen i'r amser.”

— Person ifanc traws ac anabl, 14 oed, y gogledd-ddwyrain.

“Dw i ddim yn teimlo gymaint o straen ac yn cael cymaint o byliau ag o'n i yn y coleg, mae'n well gen i ddysgu gartre pryd bynnag galla i. Dw i'n hoffi bod gan fy rheulu cyfan amser i ymuno nawr.”

— Bachgen anabl, 16 oed, y gogledd-ddwyrain.

“Yn bersonol, drwy beidio mynd i'r ysgol ces i wared ar rywfaint o'r straen cymdeithasol o fod o gwmpas pobl eraill o hyd. Fel arfer byddwn i'n cnoi fy ewinedd yn yr ysgol neu lefydd tebyg. Ers y cyfnod clo, mae fy ewinedd wedi tyfu'n hirach na fydden i erioed wedi meddwl y gallen nhw.”

— Merch anabl, 14 oed, canol de Cymru.

Sylwadau agored

Gwahoddwyd plant a phobl ifanc i wneud sylwadau pellach am eu profiadau yn ystod y pandemig. Y thema fwyaf cyffredin o bell ffordd a adroddwyd yn yr arolwg 7-11 oed a'r arolygon hygyrch oedd gweld eisiau pobl, ac roedd hyn yn wir yn achos plant a phobl ifanc anabl a phlant a phobl ifanc nad ydynt yn anabl. Nododd 17% o'r plant anabl a ymatebodd i'r arolwg 7-11 oed eu bod yn gweld eisiau ffrindiau, a nododd 7% eu bod yn gweld eisiau eu teulu estynedig. Roedd gweld eisiau athrawon, yr ysgol neu goleg, a chwaraeon a hamdden hefyd yn gyffredin yn y tri arolwg, ynghyd â phryderon ynghylch cwmpo y tu ôl gyda dysgu. Roedd themâu mwy cadarnhaol a ddisgrifiwyd yn aml yn cynnwys mwynhau dysgu sgiliau newydd gartref a mwynhau treulio amser gyda'r teulu.

“Rwy'n gweld eisiau fy ffrindiau. Rwy'n gweld eisiau fy athrawon. Rwy'n gweld eisiau nain a taid - maen nhw'n byw yn Lloegr.”

— Bachgen anabl, 7 oed, y gogledd-orllewin.

“Dw i'n gweld eisiau rhyngweithio'n gymdeithasol gyda phobl. Alla i ddim siarad, felly dw i'n hoffi gweld pobl wyneb yn wyneb, yn yr un lle â nhw.”

— Bachgen anabl, 15 oed, canol de Cymru.

“Alla i ddim aros i ddychwelyd i fywyd normal a gweld fy nheulu a fy ffrindiau ac athrawon ysgol.”

— Merch anabl, 14 oed, canol de Cymru.

“Rwy’n gweld eisiau mynd i lawr y stryd i chwarae ar fy meic/sgwter gyda fy ffrindiau. Rwy’n gweld eisiau’r parc.”

— Bachgen anabl, 10 oed, y gorllewin.

“Isio cicio pêl efo ffrindiau” “

— Bachgen anabl, 10 oed, y gogledd-orllewin.

Serch hynny, gan ddefnyddio data cyfunol o’r tri arolwg, roedd plant a phobl ifanc anabl yn llawer mwy tebygol o wneud sylw am yr effaith negyddol ar eu hiechyd meddwl. Gwnaeth 6% (n=29) o’r plant a’r bobl ifanc anabl sylw am hyn, o gymharu â 3% (n=223) o’r plant a’r bobl ifanc nad ydynt yn anabl.

“Rwy’n teimlo y bydd fy addysg yn dioddef yn sylweddol. Gan fod fy ngholeg ar gau a fy mod i’n methu gweithio oherwydd cyfyngiadau’r llywodraeth, rwy’n poeni y bydda i’n colli amser ac addysg werthfawr, felly rwy’n credu y bydd eleni’n cael effaith negyddol ar fy siawns mewn bywyd ac ar fy iechyd meddwl.”

— Bachgen anabl, 18 oed, canol de Cymru.

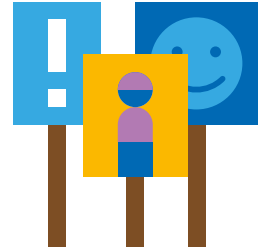
“Mae fy iechyd meddwl wedi bod yn wael iawn, fel arfer, ond mae’n ymddangos fel petai’n gwaethygu ac rwy’n ofni ychydig ynghylch sut bydd yn effeithio arna i yn yr hirdymor. Dw i ddim yn dda am leisio fy mhroblemau, ac rwy’n poeni na fydda i’n gofyn am gefnogaeth yn iawn.”

— Bachgen anabl, 15 oed, canol de Cymru. .

“Weithiau rwy’n teimlo fy mod i eisiau ei gael e a marw, fel bod y cyfan drosodd a does dim angen i fi boeni bellach. Dw i eisiau mynd ‘nôl i’r ysgol a mynd ‘nôl i normal, dw i’n casáu’r feirws yma.”

— Merch anabl, 13 oed, y gogledd-orllewin.

Sut roedd plant a phobl ifanc anabl yn profi eu hawliau ym mis Mai 2020?



Erthygl 3: Dylai oedolion bob amser wneud yr hyn sydd orau i chi

Cael digon o gefnogaeth

Gofynnwyd i blant a phobl ifanc pa gefnogaeth ychwanegol oedd ei hangen arnyn nhw yn ystod y cyfnod hwn. Roedd plant a phobl ifanc anabl yn llawer mwy tebygol o ddweud bod angen cymorth ychwanegol arnynt, gyda 30% (n=316) o'r holl ymatebwyr anabl yn dweud eu bod yn teimlo nad oedd angen cymorth ychwanegol arnynt, o gymharu â 39% (n=8,110) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl.

Roedd yr ymateb a ddewiswyd amlaf i nodi pa gymorth oedd ei angen yr un peth ar gyfer pobl ifanc anabl a phobl ifanc nad ydynt yn anabl rhwng 12 a 18 oed, gyda'r ateb mwyaf cyffredin gan y bobl ifanc o'r ddau grŵp yn nodi bod angen cefnogaeth i fynd ar-lein i wneud gwaith ysgol arnynt. Yr ymateb a ddewiswyd amlaf i'r arolwg hygyrch oedd cael mwy o wybodaeth am bethau i'w gwneud gartref, ac roedd hyn hefyd yn gyson rhwng plant anabl a phlant nad ydynt yn anabl a atebodd yr arolwg hygyrch. Dewiswyd yr opsiwn hwn amlaf gan blant nad ydynt yn anabl yn yr arolwg 7-11 oed hefyd. I'r gwrthwyneb, roedd plant anabl a atebodd yr arolwg 7-11 fwyaf tebygol o ddewis eu bod nhw am gael cefnogaeth i'w helpu nhw i deimlo'n hapus ac yn iach, a dewisodd 33% o'r plant anabl yr ateb hwn o gymharu â dim ond 17% o'r plant nad ydynt yn anabl.

Gallai'r ymatebwyr a ddewisodd 'arall' ar gyfer y cwestiwn hwn nodi mwy o fanylion am yr hyn oedd ei angen arnynt. Roedd y plant anabl a atebodd yr arolwg 7-11 oed yn llawer mwy tebygol o ddweud bod angen cefnogaeth arnynt ar gyfer anghenion dysgu ychwanegol, gyda 24% wedi'u dynodi â'r cod hwn. O'i gymharu, roedd llai na 1% o'r atebion wedi'u dynodi â'r cod hwn yn achos y plant nad ydynt yn anabl a ymatebodd i'r arolwg 7-11.

“Pethau i dynnu sylw. Mwy o gefnogaeth gyda phontio i'r ysgol uwchradd. Cefnogaeth ar gyfer fy Anhwylder yn y Sbectwm Awtistig.”

— Bachgen anabl, 10 oed, canol de Cymru.

“Mwy o laith Arwyddion Prydain ar y teledu. Mae'n rhaid i fi dalu am straeon gydag arwyddion ar-lein, a hyd yn oed bryd hynny maen nhw ar gyfer plant ifanc. Dylen nhw fod am ddim.”

— Bachgen anabl, 9 oed, ardal amhenodol.

“Mae angen iddo fod yn fwy clir pa gefnogaeth ychwanegol sydd ar gael i blant ag anghenion arbennig.”

— Bachgen anabl, 10 oed, canol de Cymru.

Erthygl 6: mae gennych hawl i fywyd, i dyfu i fyny, ac i gyrraedd eich llawn botensial

Gweithgareddau ar gyfer llesiant

Gofynnwyd i blant a phobl ifanc beth maen nhw wedi bod yn ei wneud i gadw corff a meddwl iach, ac roedd yr atebion yn gymharol gyson rhwng plant a phobl ifanc anabl a'r rhai nad ydynt yn anabl. Y gweithgareddau a ddewiswyd amlaf gan blant a phobl ifanc anabl yn y tri arolwg oedd:

- Siarad gyda fy nheulu
- Ymarfer corff
- Gwneud gweithgareddau gan yr ysgol
- Chwarae
- Gweithgareddau creadigol (e.e. celf a cherddoriaeth)
- Cysylltu gyda fy ffrindiau
- Defnyddio'r cyfryngau cymdeithasol i gadw mewn cysylltiad

Cafodd yr holl weithgareddau hyn eu dewis yn aml gan blant nad ydynt yn anabl hefyd.

“Dilyn fy nghwningen o gwmpas fy ngardd unwaith yr wythnos. Gwyllo YouTube.”

— Merch anabl, 9 oed, y gogledd-orllewin

“Criced, taflu peli a dysgu llawer o bethau.”

— Bachgen anabl, 7 oed, y gorllewin

“Llawer o weithgareddau synhwyrdd, amser yn yr ardd ac amser gyda'r teulu sy'n byw gyda fi.”

— Bachgen anabl, 13 oed, canol de Cymru.

“Chwarae gemau gyda fy nheulu maeth.”

— Merch anabl, 13 oed, y gogledd-ddwyrain

“Chwarae gemau cyfrifiadur lle galla i chwarae gyda fy ffrindiau.”

— Bachgen anabl, 15 oed, canol de Cymru

“Glanhau'r patio, glanhau'r car, hwfro, pobi.”

— Bachgen anabl, 14 oed, y gogledd-ddwyrain

Llesiant emosiynol

O gymharu â phlant a phobl ifanc nad ydynt yn anabl, roedd plant a phobl ifanc anabl yn llawer mwy tebygol o deimlo'n drist. Gan ddefnyddio canlyniadau cyfunol yr arolygon 7-11 oed ac 12-18 oed, nododd 22% (n=210) o'r plant a'r bobl ifanc anabl eu bod yn debygol o 'deimlo'n drist y rhan fwyaf o'r amser', o gymharu â 10% (n=2,024) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl. Gofynnwyd cwestiwn ychydig yn wahanol i'r plant a atebodd yr arolwg hygyrch, ond eto mae'r arolwg hwn yn dangos bod ymatebwyr anabl yn fwy tebygol o deimlo'n drist: Dewisodd 43% (n=52) o'r plant a'r bobl ifanc anabl a atebodd yr arolwg hygyrch eu bod yn teimlo'n drist, o gymharu â 36% (n=186) o'r plant a'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl.

I ategu'r canfyddiad hwn, roedd plant a phobl ifanc anabl hefyd yn llawer llai tebygol o 'deimlo'n hapus y rhan fwyaf o'r amser', gan ddefnyddio canlyniadau cyfunol yr arolygon 7-11 oed a 12-18 oed, dewisodd 47% (n=465) o'r plant a'r bobl ifanc anabl hyn o gymharu â 59% (n=11,750) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl. Roedd plant a phobl ifanc anabl hefyd yn fwy tebygol o ddewis 'ddim yn aml iawn' i nodi pa mor aml roedden nhw'n teimlo'n hapus. Dewisodd 15% (n=148) o'r plant a'r bobl ifanc anabl hyn, o gymharu â 7% (n=1,435) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl.

Roedd plant a phobl ifanc anabl yn llawer llai tebygol o deimlo'n ddiogel. Gan ddefnyddio canlyniadau cyfunol yr arolygon 7-11 oed a 12-18 oed, nododd 77% (n=769) o'r plant a'r bobl ifanc anabl eu bod yn debygol o 'deimlo'n ddiogel y rhan fwyaf o'r amser', o gymharu ag 85% (n=16,969) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl. Roedd y plant a'r bobl ifanc a atebodd yr arolwg hygyrch hefyd yn llai tebygol o deimlo'n ddiogel os oedden nhw'n anabl, gyda dim ond 48% (n=57) o'r plant a'r bobl ifanc anabl yn nodi eu bod nhw'n teimlo'n ddiogel o gymharu â 60% (n=386) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl.

22%

o blant a phobl ifanc anabl yn debygol o 'deimlo'n drist y rhan fwyaf o'r amser, o gymharu â 10% o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl.

Cael cymorth

Roedd y plant a atebodd yr arolwg 7-11 oed yn llawer llai tebygol o wybod ble i gael cymorth pe bai angen cefnogaeth arnynt nhw i deimlo'n hapus ac yn iach. Roedd 71% (n=353) o'r plant anabl yn gwybod ble i gael cymorth, o gymharu â 78% (n=8,512) o'r plant nad ydynt yn anabl.

Roedd pobl ifanc anabl yn teimlo fwyaf hyderus yn cael cefnogaeth gan eu hathrawon neu staff arall yn yr ysgol pe bai angen cymorth arnynt nhw i deimlo'n hapus ac yn iach, yn hytrach na cheisio cefnogaeth gan wasanaethau iechyd neu wasanaethau eraill. Roedd hyn yn gyson ag atebion y bobl ifanc nad ydynt yn anabl.

"Rwy'n ei chael hi'n anodd ymdopi gyda fy iechyd meddwl, a dw i heb gael unrhyw gyswilt gan fy nghynghorwyr ers y cyfnod clo."

— Merch anabl, 16 oed, y canolbarth.

Roedd pobl ifanc anabl hefyd yn llawer mwy tebygol o ddweud bod angen cymorth arnynt i fwyta bwyd iachus ac aros yn heini yn ystod y cyfnod clo, dywedodd 31% (180) o'r bobl ifanc anabl hyn, o gymharu gyda dim ond 22% (n=2160) o'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl. Gofynnwyd i'r bobl ifanc pa gymorth fyddai ei angen arnynt, ac roedd atebion yr ymatebwyr anabl a'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl yn debyg iawn, gyda phobl ifanc anabl yn dewis y canlynol fel y tri ateb mwyaf cyffredin:

- Syniadau i'ch helpu i fwyta bwyd iachus (48%)
- Syniadau i'ch helpu i aros yn heini (45%)
- Agor mwy o lefydd i fod yn iach (parciau, canolfannau hamdden) (43%)

Dewisodd 10% o'r ymatebwyr anabl 'arall' ar gyfer y cwestiwn hwn, ac unwaith eto roedd y sylwadau testun rhydd yn debyg i rai y bobl ifanc nad ydynt yn anabl, gan gynnwys cymorth gydag chymhelliant a mynediad at gampfeydd ac offer chwaraeon. Serch hynny, roedd cefnogaeth gyda namau a chyflyrau iechyd yn codi llawer amlach yn sylwadau testun rhydd y bobl ifanc anabl.

"Hoffwn i allu mynd i nofio, ond dw i am i hyn fod mewn ffordd y galla i deimlo'n ddiogel rhag y coronafeirws."

— Person ifanc anabl, 13 oed, y de-orllewin

"Gofod chwaraeon cae'dig fel bod modd i fi gadw pellter oddi wrth eraill ond ymarfer tennis. Does dim lle gartre."

— Bachgen anabl, 14 oed, canol de Cymru.

"Mae fy mam yn helpu gyda fy ffitrwydd a phrydau iachus. Mae gen i barlys yr ymennydd."

— Bachgen anabl, 18 oed, ardal amhenodol.

"Dw i ar lawer o feddyginiaeth, felly mae'n rhaid i fi gario 'mlaen i gael yr eitemau yma i fy nghadw i'n ddiogel."

— Bachgen anabl, 13 oed, canol de Cymru.

"Fy mam sy'n gofalu amdana i, a hi sy'n gwneud fy holl siopa, cynllunio prydau, coginio, a fy helpu i"

— Bachgen anabl, 16 oed, y gogledd-ddwyrain

Diogelwch cyflenwad bwyd

Roedd plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol o ddweud bod angen cymorth ychwanegol arnynt nhw i 'wneud yn siŵr ein bod ni'n cael y bwyd sydd ei angen arnon ni'. Gan ddefnyddio canlyniadau cyfunol yr arolygon 7-11 oed a 12-18 oed, nododd 17% (n=186) o'r ymatebwyr anabl hyn, o gymharu â 10% (n=2,088) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl.

Caiff yr awgrym bod plant anabl yn pryderu mwy ynghylch bwyd ei adleisio gan ddata ychwanegol o'r arolwg 12-18 oed, lle roedd ymatebwyr anabl yn llawer mwy tebygol o ddweud bod newidiadau i'r ffordd mae eu teulu'n siopa bwyd yn cael effaith arnynt. Dywedodd 13% (n=74) o'r bobl ifanc anabl hyn o gymharu â 7% (n=735) o'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl.

Roedd pobl ifanc anabl yn llawer mwy tebygol o ddweud y byddai'n eu helpu nhw pe baen nhw'n cael bwyd iachus gartref (pecynnau bwyd). Dywedodd 35% (n=61) o'r bobl ifanc anabl hyn, o gymharu â 28% (n=573) o'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl.

Nid oedd cwestiwn testun rhydd penodol am fwyd, ond gwnaed cwprwl o sylwadau am hyn gan blant a phobl ifanc anabl mewn ymateb i gwestiynau pen agored.

“Mae mam ar y rhestr warchod ac mae siopa’n anodd iawn. Dydy hi methu cael slot cludiant bwyd bob tro, felly mae’n rhaid i ni fynd heb, neu mae mam yn edrych yn barhaus ar wefannau archfarchnadoedd am slot sy’n dod yn rhydd, ond mae hyn yn golygu bod mam yn aros ar ddeffro a ddim yn cysgu llawer oherwydd mae’n rhaid i ni fwyta er mwyn aros yn iach.”

— Bachgen anabl, 13 oed, y de-ddwyrain

“Dylai fod llawer mwy o gefnogaeth i bobl sy’n agored i niwed ac na gafodd lythyr i hunanynysu, a mwy o gefnogaeth gyda bwyd i bob person a theulu, oherwydd dw i a fy mam a fy chwiorydd yn teimlo fel petaen ni’n erfyn am fwyd a chymorth.”

— Merch anabl, 12 oed, ardal amhenodol.

Roedd sylwadau pen agored eraill yn cynnwys pryderon am incwm, diogeledd swydd, a safon tai:

“Rydw i’n gweithio mewn gwesty, felly dwi heb gael gwaith am ddau fis, mae hyn wedi cael effaith o ran talu yswiriant car a biliau ffôn.”

— Merch anabl, 18 oed, canol de Cymru.

“Rwy’n pryderu amdana i a fy nheulu a sut bydd fy nheulu’n cael incwm.”

— Merch anabl, 15 oed, y gorllewin.

“Weithiau rydych chi eisiau mynd mas ac allwch chi ddim, felly mae’n eich gwylltio chi, ac mae ganddon ni deulu o bump, a dim ond dwy ystafell wely ac ystafell fyw, felly weithiau mae angen ychydig o ofod arnoch chi pan fyddwch chi ychydig yn flin neu’n drist, ond allwch chi ddim mynd mas yn hawdd na mynd i ystafell sbâr.”

— Merch anabl, 11 oed, canol de Cymru.

“Rwy’n pryderu amdana i a fy nheulu a sut bydd fy nheulu’n cael incwm.”

— Merch anabl, 15 oed, y gorllewin.

Erthygl 28: mae gennych hawl i addysg

Hyder am ddysgu

Gofynnwyd i'r plant a'r bobl ifanc pa mor hyderus oedden nhw am eu dysgu yn ystod y cyfnod pan oedd ysgolion ar gau. Ar draws y tri arolwg, roedd plant a phobl ifanc anabl yn llawer llai tebygol o deimlo mor hyderus ynghylch eu dysgu.

Mae data o'r tri arolwg yn dangos mai dim ond 39% (n=371) o'r plant a'r bobl ifanc anabl ddewisodd 'hyderus' neu 'hyderus iawn' i ddisgrifio sut roedden nhw'n teimlo am ddysgu. Roedd hyn o gymharu â 52% (n=9,711) o'r plant a'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl.

I ategu hyn, roedd plant a phobl ifanc anabl hefyd yn llawer mwy tebygol o ddweud nad oedden nhw'n 'teimlo'n hyderus o gwbl'. Gan ddefnyddio data cyfunol o bob arolwg, dywedodd 19% (n=176) o'r plant a'r bobl ifanc anabl hyn, o gymharu â 9% (n=1,730) o'r plant a'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl.

Dewisodd pobl ifanc anabl yr un pryderon ynghylch eu haddysg â phobl ifanc nad ydynt yn anabl: cwmpo y tu ôl gyda dysgu oedd y prif bryder ar draws y ddau grŵp; a thristwch ynghylch methu profiadau oedd y pryder a ddewiswyd amlaf ond un ar gyfer y ddau grŵp. Serch hynny, roedd dwy thema a oedd yn fwy amlwg yn y sylwadau testun rhydd gan bobl ifanc anabl. Angen mwy o gefnogaeth i ddysgu ar-lein, a phryderon ynghylch mynd yn ôl i'w hamgylchedd dysgu oedd y rhain.

“Mae un o fy athrawon wedi'i gwneud hi'n amhosib i fi gysylltu â nhw, a nhw yw'r unig berson y mae eu gwaith wedi fy nrysu i.”

— Merch anabl, 13 oed, y de-ddwyrain.

“Byddai'n grêt cael sgwrs fideo gyda fy athro a fy ffrindiau, gallen ni gael gwasanaeth a chanu caneuon gyda'n gilydd, a byddai hynny'n fy helpu i weld fy ffrindiau.”

— Merch anabl, 10 oed, canol de Cymru

“Rwy'n gweithio'n well mewn tîm. Mae angen cymorth gyda chymhelliant ac aros gyda'r dasg arna i.”

— Bachgen anabl, 13 oed, y gorllewin

“Weithiau mae'r geiriad yn anodd ei ddeall. Hoffwn i gael fideos gan yr athrawon yn dangos sut i'w wneud.”

— Merch anabl, 12 oed, y gogledd-ddwyrain

“Mae'n ymddangos fel nad oes ariannu yng Nghymru i gael gliniaduron, felly rwy'n poeni am gwmpo tu ôl oherwydd hyn, ac rydw i eisoes yn cael trafferth fel mae hi.”

— Bachgen anabl, 13 oed, canol de Cymru

“Rwy'n poeni rhag ofn na alla i ffeindio fy nosbarth noddfa pan fydda i'n mynd 'nôl i'r ysgol ym mlwyddyn 8, oherwydd bydd popeth yn newydd gen i, a dw i wedi bod yn poeni ers cryn amser.”

— Merch anabl, 12 oed, y gogledd-orllewin

“Mae'r gwaith ysgol yn anodd iawn achos mae angen cefnogaeth arna i. Fel arfer mae gen i 1-1 yn yr ysgol sy'n ysgrifennu fy ngwaith i lawr i fi. Nawr mae'n rhaid i fi gael help gan fy rhieni, ond mae fy nhad yn gweithio o gartref ac mae Mam yn weithiwr allweddol mewn ysbyty. Dydy llawer o fy ngwaith ddim yn hygyrch iawn i fi ei gwblhau, felly mae'n anodd dod o hyd i amser pan all fy rhieni fy helpu i.”

Rwy'n cael trafferth cadw i fyny, a does dim darpariaeth 1-1 mewn ysgolion hwb."

— Bachgen anabl, 12 oed, y de-ddwyrain

Dysgu y tu allan i'r ysgol

Ynghyd â chanolbwyntio ar ddysgu ffurfiol, gofynnwyd i blant a phobl ifanc pa newidiadau sydd wedi effeithio ar eu dysgu y tu allan i'r ysgol fwyaf. Y tri ateb mwyaf cyffredin gan blant anabl yn yr arolwg 7-11 oed oedd: methu cwrdd â ffrindiau neu grwpiau (82%), parciau ar gau (67%), a methu mynd tu allan cymaint (65%). Roedd hyn yn gyson â'r plant rhwng 7 ac 11 oed nad ydynt yn anabl, oedd â'r un tri ateb mwyaf cyffredin. Roedd hyn hefyd yn gyson ag atebion plant anabl rhwng 7 ac 11 oed a addysgir gartref, wnaeth hefyd ddewis y tri ffactor hwn fel y rhai mwyaf nodedig o ran effaith ar eu dysgu yn ystod y cyfnod hwn.

Fodd bynnag, nododd pobl ifanc anabl a atebodd yr arolwg 12-18 oed bod rhai ffactorau gwahanol yn effeithio ar eu dysgu y tu allan i'r ysgol. Roedd pobl ifanc anabl yn llawer mwy tebygol o ddweud bod methu gweld tiwtor neu ymuno â dosbarth y tu allan i'r ysgol yn effeithio ar eu dysgu, gyda 31% (74) o'r ymatebwyr anabl yn fwy tebygol o ddewis y ffactor hwn o gymharu â 24% (1224) o ymatebwyr nad ydynt yn anabl.

Pontio i flwyddyn 7

Gofynnwyd i blant a oedd yn dechrau yn yr ysgol uwchradd ym mis Medi pa gefnogaeth oedd ei hangen arnynt nhw i ddechrau yn eu hysgol newydd. Dewisodd y plant anabl atebion a oedd yn weddol gyson â phlant Blwyddyn 6 nad ydynt yn anabl, a'r atebion a ddewiswyd amlaf oedd ymweld â'r ysgol uwchradd a ffarwelio gyda'r ysgol gynradd. Serch hynny, nododd 15% o'r plant anabl 'arall' hefyd, a gofynnwyd i'r ymatebwyr hyn nodi pa gefnogaeth oedd ei hangen arnynt. Mae gwaith dadansoddi'n dangos mai'r thema a gododd amlaf yn y sylwadau testun rhydd oedd cefnogaeth ar gyfer Anghenion Dysgu Ychwanegol, gyda 32% (n=6) o'r plant anabl a atebodd y cwestiwn hwn yn blaenoriaethu hyn. I'r gwrthwyneb, ni wnaeth un o'r plant nad ydynt yn anabl a atebodd y cwestiwn hwn sylw am yr angen am gefnogaeth ar gyfer anghenion dysgu ychwanegol.

"Mae gen i Anhwylder yn y Sbectwm Awtistiaeth, ac felly mae'n bwysig fy mod i'n teimlo wedi setlo ac yn adnabod fy amgylchedd cyn i fi fynd i rywle."

— Merch anabl, 11 oed, canol de Cymru

"Mae gen i syndrom Asperger, ac rwy'n credu gan nad ydw i wedi gweld fy ffrindiau y bydd hyn yn achosi i fy hyder cymdeithasol lithro."

— Merch anabl, 10 oed, y de-orllewin

Arholiadau

Gofynnwyd i'r bobl ifanc oedd i fod i sefyll arholiadau yr haf yma sut roedden nhw'n teimlo ynghylch canslo'r arholiadau. Roedd yr ymatebion hyn yn gyson rhwng y bobl ifanc anabl ar bobl ifanc nad ydynt yn anabl, a'r ddau brif ymateb ar gyfer y ddau grŵp oedd ansicrwydd a phryder. Mae sylwadau testun rhydd hefyd yn dangos sylwadau tebyg. Y themâu a fynegwyd amlaf gan y bobl ifanc anabl oedd pryderon ynghylch sut bydd graddau'n cael eu pennu, pryderon na fydd y graddau'n adlewyrchu gwir botensial, a siomedigaeth o beidio cael cyfle i brofi eu hunain neu wella'r graddau a ragfynegwyd iddyn nhw. Rydyn ni wedi cyhoeddi dadansoddiad ar wahân o brofiad pobl ifanc rhwng 15 ac 18 oed, sy'n canolbwyntio'n fanwl ar eu haddysg a'u profiadau gydag arholiadau'n cael eu canslo. Gallwch ddarllen mwy am ymatebion pobl ifanc i'r pwnc arholiadau [yma](#). Dylech nodi y cynhaliwyd yr arolwg hwn ym mis Mai 2020, cyn y dryswch sylweddol ynghylch dyfarnu graddau, a ddigwyddodd ym mis Awst 2020.

Astudio yn y dyfodol

Nid oedd gwahaniaeth sylweddol o ran penderfyniadau am astudio yn y dyfodol rhwng pobl ifanc anabl a phobl ifanc nad ydynt yn anabl, gyda chyfrannau tebyg o'r ddau grŵp wedi penderfynu neu heb benderfynu ar eu camau nesaf. Mynegwyd teimladau tebyg gan bobl ifanc oedd heb wneud penderfyniad yn y ddau grŵp ynghylch yr hyn oedd ei angen arnynt i'w helpu i benderfynu. Roedd hyn yn dangos mai cyngor i ddeall opsiynau a chefnogaeth ar gyfer ceisiadau oedd y prif ffactorau a fyddai'n helpu pobl ifanc i wneud penderfyniadau ynghylch eu camau nesaf. Gallwch ddarllen mwy am ymatebion pobl ifanc am astudio yn y dyfodol yn y papur ar bobl ifanc rhwng 15 ac 18 oed, [yma](#).

Prentisiaethau a Hyfforddiant

Nododd 12 person ifanc anabl eu bod yn cyflawni prentisiaeth neu hyfforddiant, ac atebodd 7 o'r grŵp hwn gwestiynau am eu profiadau dysgu yn ystod y cyfnod clo. O gymharu â phobl ifanc nad ydynt yn anabl, ni chafodd un o'r 7 person ifanc hwn brofiad sylweddol wahanol o ran pa mor debygol oedden nhw o gael cefnogaeth gydag adnoddau a dysgu ar-lein yn ystod y cyfnod clo. Os hoffech weld dadansoddiad manylach o brofiadau pobl ifanc o ran cefnogaeth ar gyfer prentisiaethau a hyfforddiant, gallwch wneud hynny [yma](#).

Plant a phobl ifanc a addysgir gartref

Nododd 39 plentyn a pherson ifanc anabl eu bod fel arfer yn cael eu haddysgu gartref: roedd yr ymatebwyr hyn wedi'u rhannu ar draws y tri arolwg gwahanol. Ni ddangosodd y plant a'r bobl ifanc anabl sydd fel arfer yn cael eu haddysgu gartref unrhyw wahaniaeth sylweddol ym mha mor hyderus roedden nhw'n teimlo am eu dysgu o gymharu ag ymatebwyr nad ydynt yn anabl sydd fel arfer yn cael eu haddysgu gartref. Serch hynny, o gymharu â phlant anabl sydd fel arfer yn cael eu haddysgu mewn ysgol neu goleg, roedd plant anabl sydd fel arfer yn cael eu haddysgu gartref yn llawer mwy hyderus am eu dysgu yn ystod y cyfnod hwn. Nododd 58% (n=14) o'r plant a'r bobl ifanc anabl sydd fel arfer yn cael eu haddysgu gartref eu bod yn teimlo'n hyderus neu'n hyderus iawn o gymharu â 39% (n=312) o'r plant a'r bobl ifanc anabl sydd fel arfer yn cael eu haddysgu mewn ysgol neu goleg.

Dyweddod y rhan fwyaf o'r plant a'r bobl ifanc anabl sydd fel arfer yn cael eu haddysgu gartref fod pethau wedi newid iddyn nhw wrth chwarae, dysgu ac ymlacio yn ystod y cyfnod clo. Roedd yr ymatebion ynghylch pa newidiadau oedd â'r effaith fwyaf yn gymharol gyson rhwng ymatebwyr anabl ac ymatebwyr nad ydynt yn anabl a gaiff eu haddysgu gartref. Yn achos plant rhwng 7 ac 11 oed, y newidiadau â'r effaith fwyaf oedd: parciau ar gau; methu mynd tu allan cymaint; a methu cwrrd â ffrindiau neu ymuno â grwpiau. Nododd pobl ifanc a atebodd yr arolwg 12-18 oed amgueddfeydd, orielau a chestyll yn cau hefyd fel newid sydd wedi cael effaith fawr ar eu dysgu a'u hamdden.

Pobl ifanc nad ydynt mewn addysg

Roedd 10 person ifanc anabl nad oeddent mewn addysg. Roedd y grŵp cyfan hwn rhwng 16 a 18 oed, ac er bod y set ddata'n fach, mae'r ymatebion i'r cwestiynau'n dangos bod dros hanner y grŵp hwn yn ystyried dychwelyd i addysg ym mis Medi. Pan ofynnwyd beth fyddai'n eu helpu i benderfynu, dangosodd yr ymatebion yr hoffai pobl ifanc fwy o gyngor i ddeall beth yw eu hopsiynau, cefnogaeth i wneud cais am le mewn coleg, a chefnogaeth i ymgeisio am brentisiaethau.

Roedd y rhain yn debyg i ymatebion pobl ifanc nad ydynt yn anabl ac nad oedd mewn addysg, er bod sylwadau am swyddi cyflogedig yn codi'n amlach yn achos pobl ifanc nad ydynt yn anabl a ddim mewn addysg.

Dim ond 39% o'r plant a'r bobl ifanc anabl oedd yn teimlo'n hyderus am ddysgu o gymharu â 52% o'r plant a'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl.

Erthygl 12: mae gennych hawl i gael eich clywed a'ch cymryd o ddifri

Dangosodd data cyfunol o'r tri arolwg bod plant a phobl ifanc anabl yn dweud eu bod yn llai tebygol o gael cyswllt gan eu hysgol neu goleg. Dywedodd 3% (n=33) o'r plant a'r bobl ifanc anabl nad oedd eu hysgol wedi cysylltu â nhw, o gymharu ag 1% (n=286) o'r plant a'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl. Mae'r gwahaniaeth canrannol hwn yn fach, ond mae'n arwyddocaol yn ystadegol, ac mae'n dangos bod 33 o blant a phobl ifanc ag anabledau wedi adrodd nad oeddent wedi cael unrhyw gyswllt gyda'u hysgol neu goleg.

Serch hynny, mae'n bwysig nodi bod y mwyafrif helaeth o blant a phobl ifanc wedi cael cyswllt gyda'u lleoliad addysg. Y prif ddull a ddefnyddiwyd gan ysgolion i gysylltu â phlant anabl o oedran ysgol gynradd oedd dros y ffôn, ond ffôn oedd y dull mwyaf cyffredin ond dau yn achos plant nad ydynt yn anabl, a oedd yn fwy tebygol o gael Hwb yn cysylltu â nhw neu dderbyn e-bost. Roedd y bobl ifanc a atebodd yr arolwg 12-18 oed fwyaf tebygol o dderbyn e-bost: roedd hyn yn gyson rhwng y bobl ifanc anabl a'r rhai nad ydynt yn anabl.

“Weithiau mae'r geiriad yn anodd ei ddeall. Hoffwn i gael fideos gan yr athrawon yn dangos sut i'w wneud.”

— Merch anabl, 12 oed, y gogledd-ddwyrain

Erthygl 15: mae gennych hawl i gwrdd â ffrindiau ac ymuno â grwpiau

Roedd plant a phobl ifanc anabl yn llawer llai tebygol o fod wedi aros mewn cysylltiad â theulu a ffrindiau. Dangosodd canlyniadau cyfunol yr arolygon 7-11 oed a 12-18 oed y dywedodd 6% (n=54) o'r plant anabl nad oedden nhw'n aros mewn cysylltiad â theulu a ffrindiau, o gymharu â 2% (383) o'r plant nad ydynt yn anabl.

**“Rwy’n gweld eisiau fy ffrindiau.
Rwy’n gweld eisiau fy athrawon.
Rwy’n gweld eisiau nain a taid -
maen nhw’n byw yn Lloegr.”**

— Bachgen anabl, 7 oed, y gogledd-orllewin

Erthygl 17: mae gennych hawl i wybodaeth onest

Gofynnwyd i'r plant a'r bobl ifanc a atebodd yr arolygon o ble'r oedden nhw'n cael gwybodaeth am y Coronafeirws. Ar draws yr arolygon, roedd y ffynonellau gwybodaeth yn gyson rhwng plant a phobl ifanc anabl ac nad ydynt yn anabl. Roedd y plant a phobl ifanc a atebodd yr arolygon 7-11 oed a 12-18 oed fwyaf tebygol o gael gwybodaeth gan rieni neu deulu, ac yna ar y teledu, ac yna ar wefannau neu apiau newyddion, a negeseuon newyddion ar y cyfryngau cymdeithasol. Dewisodd ymatebwyr yr arolwg hygyrch yr ysgol fel y ffynhonnell wybodaeth fwyaf cyffredin, gyda phlant a phobl ifanc a atebodd yr arolwg hwn yn nodi hyn fel y ffynhonnell wybodaeth fwyaf cyffredin ond dau.

“Mae fy holl apwyntiadau ysbyty wedi cael eu canslo.”

— Merch anabl, 12 oed, y gogledd-ddwyrain

Erthygl 31: mae gennych hawl i siarad eich iaith eich hun

Roedd cyfran lai o'r plant a'r bobl ifanc anabl a atebodd yr arolwg wedi'u haddysgu mewn lleoliadau cyfrwng Cymraeg na'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl. Yn achos yr arolygon 7-11 oed a 12-18 oed gyda'i gilydd, roedd plant a phobl ifanc anabl sydd fel arfer yn cael eu haddysgu drwy'r Gymraeg yn cynrychioli 14% o'r ymatebwyr, ac roedd plant a phobl ifanc nad ydynt yn anabl sydd fel arfer yn cael eu haddysgu drwy'r Gymraeg yn cynrychioli 25% o'r ymatebwyr.

O blith y plant mewn lleoliadau cyfrwng Cymraeg, nid oedd gwahaniaeth arwyddocaol o ran pa mor debygol roedd plant anabl ac nad ydynt anabl o ddefnyddio'r Gymraeg pan oedd yr ysgolion ar gau. Y ffyrdd mwyaf cyffredin o ddefnyddio'r Gymraeg oedd gwneud gweithgareddau gan yr ysgol a siarad Cymraeg gyda'r teulu.

Gofynnwyd i blant mewn lleoliadau Saesneg p'un a oedden nhw'n dysgu Cymraeg fel arfer. Yn achos y rhai a nododd eu bod nhw, gofynnwyd pa gyfleoedd oedd ganddyn nhw i ymarfer eu Cymraeg yn ystod y cyfnod pan oedd yr ysgolion ar gau. O blith y plant mewn lleoliadau cyfrwng Saesneg, roedd plant anabl yn llawer mwy tebygol o ddweud nad oedden nhw'n cael cyfleoedd i ddefnyddio'u Cymraeg. Dywedodd 34% (n=175) o'r plant a'r bobl ifanc anabl mewn lleoliadau cyfrwng Saesneg hyn, o gymharu â 29% (n=3,287) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl sydd fel arfer yn mynychu lleoliadau cyfrwng Saesneg.

Gofynnwyd i'r bobl ifanc a atebodd yr arolwg 12-18 oed ac a nododd y bydden nhw'n dymuno cael cefnogaeth ychwanegol gyda'u Cymraeg beth fyddai'n helpu. Atebodd 13 person ifanc anabl y cwestiwn hwn, a'r atebion mwyaf cyffredin oedd bod angen mwy o gefnogaeth arnynt gan athrawon a mwy o gyfleoedd i siarad Cymraeg. Dyma'r themâu mwyaf cyffredin yn ymatebion pobl ifanc nad ydynt yn anabl hefyd. Bu i blant o bob oed nodi pryderon am y Gymraeg mewn sylwadau testun pen agored hefyd.

“Dw i erioed wedi bod yn dda am ysgrifennu na siarad Cymraeg, felly byddai unrhyw gymorth yn gwneud gwahaniaeth.”

— Merch anabl, 15 oed, ardal amhenodol

“Mwy o weithgareddau Cymraeg fel siaradwraig rugl sy'n methu ei defnyddio pan dw i adre.”

— Merch anabl, 13 oed, y gogledd-ddwyrain

“Mwy o gyfleoedd i siarad Cymraeg gyda phobl.”

— Merch anabl, 24 oed, y de-ddwyrain

“Allech chi greu comic a'i anfon e allan i'r holl blant fel bod ganddon ni rywbeth i'w ddarllen yn Gymraeg, oherwydd mae mam a dad yn trio ond dydyn nhw ddim yn siarad Cymraeg.”

— Bachgen anabl, 8 oed, canol de Cymru

“Does gen i ddim Cymraeg gartref ac rwy'n poeni y bydda i'n cael trafferth mynd yn ôl i wersi Cymraeg ar ôl gorfod newid i wersi Saesneg gartref. Mae hyn oherwydd nad oes gwersi cyfrwng Cymraeg ar-lein a does neb yn fy nheulu i'n siarad Cymraeg. Dim ond gwaith cartref dw i'n ei gael gan yr ysgol; dim gwersi.”

— Merch anabl, 14 oed, ardal amhenodol.

Erthygl 31: mae gennych hawl i ymlacio a chwarae

Gofynnwyd i'r plant a oedd yn ateb yr arolwg 7-11 oed a'r arolwg hygyrch a oedden nhw'n chwarae'n fwy neu'n llai ers i'r ysgolion gau ar 20 Mawrth. Roedd plant anabl yn llawer llai tebygol o fod yn chwarae mwy nag arfer o gymharu â phlant nad ydynt yn anabl. Mae data'r arolwg 7-11 oed yn dangos bod llai na hanner y plant anabl yn chwarae mwy: dim ond 46% (229) o'r plant anabl ddywedodd eu bod nhw'n chwarae'n amlach ers i'r ysgolion gau. I'r gwrthwyneb, roedd dros hanner y plant nad ydynt yn anabl yn chwarae mwy, gyda 53% (5,852) o'r grŵp hwn yn dweud eu bod yn chwarae'n amlach ers i'r ysgolion gau. Caiff hyn ei adlewyrchu yn yr arolwg hygyrch, lle roedd 47% (n=56) o'r plant anabl yn chwarae mwy o gymharu â 60% (n=310) o'r plant nad ydynt yn anabl.

Caiff yr un peth ei ddangos yn yr arolwg 12-18 oed, er bod y cwestiwn ychydig yn wahanol, lle gofynnwyd a oedd yr ymatebwyr yn ymlacio'n fwy neu'n llai ers i'r ysgolion gau. Dangosodd hyn fod pobl ifanc anabl yn llawer llai tebygol o ymlacio mwy nag arfer o gymharu â phobl ifanc nad ydynt yn anabl. Roedd 54% (n=308) o'r bobl ifanc anabl yn ymlacio fwy, o gymharu â 62% (n=6169) o'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl.

Gofynnwyd i'r plant hefyd ddisgrifio eu chwarae. Chwaraeon ac ymarfer corff oedd y chwarae a ddisgrifiwyd amlaf gan blant anabl; roedd 30% o'r sylwadau yn disgrifio hyn, gyda bron i draean o'r sylwadau hyn yn crybwyll trampolïau yn benodol, ac roedd beiciau a phêl-droed hefyd yn codi'n aml. Y categori chwaraeon a ddisgrifiwyd amlaf ond un oedd chwarae gyda dyfeisiau neu feddalwedd trydanol (nodwyd hyn yn 17% o'r sylwadau), a'r sylw mwyaf cyffredin ar ôl hyn oedd chwarae gyda'r teulu (nododd 15% o hyn, gydag ychydig yn llai na hanner o'r sylwadau hyn yn ymwneud â brodyr a chwiorydd yn benodol).

Dangosodd y sylwadau testun rhydd hyn rai gwahaniaethau o gymharu â phlant nad ydynt yn anabl, a oedd fwyaf tebygol o nodi chwarae gyda'r teulu (33%, gyda ychydig dros draean o'r ymatebion hyn yn cyfeirio at frodyr a chwiorydd yn benodol), wedi'i ddilyn gan chwarae awyr agored yn yr ardd (13%). Ymgysylltu gyda ffrindiau ar-lein drwy gemau ar-lein oedd y gweithgaredd mwyaf cyffredin ond dau gan y grŵp hwn (11%).

Mewn sylwadau testun rhydd, disgrifiodd pobl ifanc anabl ystod o weithgareddau roedden nhw'n eu gwneud i ymlacio, a oedd yn cynnwys chwarae, celf, crefft, pobi, garddio a meddwlgarwch. Y tri phrif weithgaredd a ddisgrifiwyd oedd chwarae gemau ar-lein (65%), siarad gyda ffrindiau ar-lein (61%), ac ymarfer corff neu weithgarwch corfforol arall (41%). Roedd y gweithgareddau hyn hefyd wedi'u cynnwys yn y tri uchaf a ddisgrifiwyd gan bobl ifanc nad ydynt yn anabl.

“Chwarae gemau fideo oddi ar y we a mynd ar y Wii Fit. Hefyd defnyddio Disney+ a Netflix fy rhieni.”

— Person ifanc traws anabl, 14 oed, y gogledd-ddwyrain

“Rwy'n hoffi torri papur o hen lyfrau i ysgrifennu pethau fel ‘Gwell cadw 6 throedfedd oddi wrth ein gilydd na bod 6 throedfedd dan y ddaear.’”

— Merch anabl, 12 oed, y de-ddwyrain.

“Fe gawson ni ddiwrnod mabolgampau gartref gan fod gen i 5 brawd a chwaer.”

— Bachgen anabl, 8 oed, y gogledd-orllewin

“Gwneud pethau gwahanol. Gwisgo lan gyda fy chwaer a chrefftau a mwy.”

— Merch anabl, 8 oed, y de-orllewin

“Rwy'n mwynhau chwarae ar y trampolïin gyda mam.”

— Merch anabl, 10 oed, y de-orllewin

Blaenoriaethau ac argymhellion Comisiynydd Plant Cymru

Bydd yr holl gamau canlynol yn gofyn bod llunwyr polisi a gwasanaethau cyhoeddus Cymru yn sicrhau bod ganddyn nhw ddulliau effeithiol o wrando ar blant a phobl ifanc anabl a'u teuluoedd ac o'u cynnwys er mwyn canfod datrysiadau i'r materion hyn. Bydda i hefyd yn parhau i wneud hyn yn fy sefydliad fy hun.

Anghenion Dysgu Ychwanegol

Nid yw'n wir fod gan bob plentyn anabl anghenion dysgu ychwanegol. Nid yw'n wir chwaith fod pob plentyn sydd ag anghenion dysgu ychwanegol yn anabl. Serch hynny, dangosodd ymatebion plant a phobl ifanc i'n harolwg bod effaith anghymesur ar blant anabl pan nad yw darpariaeth addysg yn bodloni anghenion cefnogaeth ychwanegol. Roedd plant a phobl ifanc anabl yn llawer mwy tebygol o ddweud bod angen cefnogaeth ar gyfer anghenion dysgu ychwanegol, ac roedden nhw'n llawer llai tebygol o deimlo mor hyderus am ddysgu.

Yn sicr, roedd llawer iawn o athrawon ac ysgolion yn gwneud eu gorau i fodloni anghenion dysgu eu holl ddisgyblion yn ystod y cyfnod hwn, gan gynnwys bodloni anghenion dysgu ychwanegol. Mae'n rhaid i ni gydnabod bod hwn yn gyfnod anodd ac annisgwyl i ysgolion, pan oedden nhw'n ceisio cynnig addysg i'w disgyblion heb allu gweld y rhan fwyaf ohonyn nhw, a chynnal hybiau gofal plant brys ar yr un pryd.

Ond ar lefel genedlaethol, roedd canllawiau cenedlaethol ar ffrydio byw yn cyfeirio ysgolion oddi wrth gynnig sesiynau un i un. Roedd hyn yn golygu nad oedd llawer iawn o'r plant a'r bobl ifanc a fyddai fel arfer yn dysgu gyda chynorthwydd yn cael cynnig cefnogaeth un-i-un gan ddefnyddio ffrydio byw, hyd yn oed os yw eu datganiad anghenion yn nodi'n glir bod angen hyn arnynt nhw i ddysgu.

Buaswn i hefyd yn dadlau bod diffyg arweinyddiaeth genedlaethol i nodi sut gallai ysgolion ac awdurdodau lleol fodloni anghenion dysgu plant a phobl ifanc orau pan oedd ysgolion ar gau, yn enwedig y rhai ag Anghenion Dysgu Ychwanegol. Ni osodwyd unrhyw ddisgwyliadau gofynnol yn ystod y cyfnod clo o ran beth ddylai plant yng Nghymru ei

ddisgwyl, ac nid oedd cyfarwyddyd cenedlaethol ynghylch sut gellid defnyddio cynorthwywyr addysgu a chefnogaeth er mwyn cynnig cefnogaeth unigol i'r plant rydyn ni'n gwybod y mae arnynt angen hyn i ddysgu.

Wrth gwrs, roedd y Llywodraeth hefyd yn ymateb i sefyllfa o argyfwng, ac ni fyddwn i wedi disgwyl i'r canllawiau hyn fod ar waith yn syth. Fodd bynnag, wrth i ysgolion aros ar gau, daeth yn amlwg bod angen gwneud mwy i gefnogi dysgu gartref, yn enwedig yn achos plant ag anghenion dysgu ychwanegol. Ni chymerwyd cyfleoedd i osod disgwyliad cenedlaethol ar gyfer sut gellid gwneud hyn, a sut gellid cyflawni dyletswyddau i'r plant a'r bobl ifanc hyn.

Rwy'n amau na fyddai unrhyw gefnogaeth rithwir neu o bell wir yn cyfateb i'r gwerth o fod gydag addysgwyr proffesiynol mewn lleoliad addysg. Mae'n bosib na fyddai teclynau digidol yn gweithio o gwbl i rai plant a phobl ifanc. Ond mae'n rhaid i'r Llywodraeth osod disgwyliad clir fel nad yw plant ag anghenion dysgu ychwanegol yn cael eu niweidio'n anghymesur o ganlyniad i ysgolion yn cau yn y dyfodol, na chwaith gan yr angen i ynysu grwpiau cyswllt a chadw plant i ffwrdd o leoliadau addysg. Mae angen i'r disgwyliadau hyn anelu'n uchel, ac mae angen iddyn nhw annog gweithwyr proffesiynol i fod â hyder i roi cynnig ar declynnau a dulliau eraill, er mwyn gweld beth sy'n gweithio orau.

Yn dilyn argymhellion cryf gan fy swyddfa, nid yw'r canllawiau ar ffrydio byw sydd wedi'u diweddar³ bellach yn argymhell symud i ffwrdd o sesiynau un i un ym mhob sefyllfa. Cyhoeddodd y Llywodraeth ganllawiau i gefnogi dysgwyr sy'n agored i niwed a dan anfantais hefyd⁴, sy'n cynnwys y rhai ag Anghenion Dysgu Ychwanegol.

3. <https://hwb.gov.wales/api/storage/1c5bdd35-3670-4995-a86f-1c6d9b2317a8/200902-live-streaming-and-video-conferencing-safeguarding-principles-and-practice-for-education-cy.pdf>

4. <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2020-08/canllawiau-gyfer-cefnogi-dysgwyr-agored-niwed-dan-anfantais.pdf>

Rwy'n argymhell bod yn rhaid i'r Llywodraeth adolygu'r ddwy ddogfen ganllaw hon er mwyn asesu pa mor dda maen nhw'n ymateb i brofiadau plant ag Anghenion Dysgu Ychwanegol a ddatgelwyd yn yr adroddiad hwn. Dylai plant a phobl ifanc a'u teuluoedd gymryd rhan yn yr adolygiad hwn. Dylai'r adolygiad hwn geisio sicrhau bod anghenion plant a phobl ifanc ag Anghenion Dysgu Ychwanegol yn y dyfodol yn cael eu bodloni os na allan nhw fynd i'r ysgol oherwydd y pandemig hwn.

Diogelwch cyflenwad bwyd

Un o'r canfyddiadau sy'n peri'r pryder mwyaf yn y dadansoddiad hwn yw bod plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol o ddweud bod angen mwy o gymorth arnyn nhw i gael y bwyd sydd ei angen arnyn nhw. Ni ddylai unrhyw blentyn yng Nghymru fod yn llwgu nac yn poeni bod digon o fwyd gan eu teulu. Er i Lywodraeth Cymru ddarparu arian i blant a oedd angen mynediad at yr hyn a ddisodlodd brydau ysgol yn ystod yr haf, dylen nhw hefyd ystyried canlyniadau'r arolwg hwn yn ofalus ynghyd ag awdurdodau lleol. Bydd yn bwysig clywed yn uniongyrchol gan blant a phobl ifanc fel rhan o hyn, am unrhyw anawsterau a wynebwyd yn ystod yr argyfwng, a sicrhau bod y ddarpariaeth hon yr un mor hygyrch i bob teulu.

Byddwn yn parhau i **bwyso am Gynllun Cyflenwi Tlodi Plant cynhwysfawr i Gymru. Mae'n rhaid i hyn gydnabod yr anghydraddoldebau y mae plant a phobl ifanc yn eu hwynebu dan yr wyneb**, gan fod y canfyddiad hwn yn datgelu anghydraddoldeb o ran mynediad at yr angen dynol mwyaf sylfaenol hwn.

Iechyd meddwl a llesiant emosiynol

Roedd plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol o boeni ac o wneud sylw am yr effaith negyddol ar eu hiechyd meddwl. Ond roedden nhw'n llai tebygol o ddweud eu bod nhw'n gwybod sut i gael cefnogaeth am eu llesiant a'u hiechyd meddwl. Mae amlygrwydd ac argaeledd cefnogaeth iechyd meddwl wedi bod yn flaenoriaeth gan fy swyddfa i ers cryn amser, ac mae'n hanfodol bod argaeledd hyn, i blant anabl yn benodol, yn cael ei ystyried. Bydda i'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc i weld sut gall fy ngwasanaeth i hyrwyddo gwybodaeth i blant a phobl ifanc anabl yn well ynghylch sut gallan nhw gael mynediad at gefnogaeth.

Yn ogystal, **rwy'n argymhell bod darparwyr gwasanaethau yng Nghymru yn creu gwybodaeth hygyrch fel bod plant a phobl ifanc anabl yn gwybod sut mae cael cymorth gyda llesiant ac iechyd meddwl.** Bydda i'n codi'r mater brys hwn gyda darparwyr gwasanaethau yng Nghymru.

Colli cefnogaeth a gwasanaethau

Roedd plant a phobl ifanc anabl hefyd yn fwy tebygol o deimlo'n drist, ac yn llai tebygol o deimlo'n hapus ac yn iach. Roedden nhw hefyd yn llawer mwy tebygol o ddweud bod cau gwasanaethau ehangach yn cael effaith fawr ar sut maen nhw'n teimlo, ac roedden nhw'n llai tebygol o fod wedi aros mewn cysylltiad gyda rhwydwaith cefnogi o deulu a ffrindiau. Mae hyn yn dangos angen dybryd i sicrhau y caiff anghenion plant a phobl ifanc anabl eu hystyried yn ofalus iawn wrth wneud penderfyniadau yn y dyfodol, ac y caiff mesurau eu

cyflwyno i leihau'r effeithiau negyddol posib a ddaw yn sgil penderfyniadau.

Mae'r adroddiad hwn yn amlygu'r rhwystrau ychwanegol clir y mae plant a phobl ifanc anabl yn eu hwynebu wrth gael mynediad at gefnogaeth a gwasanaethau. Er mwyn i'r sawl sy'n llunio penderfyniadau allu ymateb i'r canfyddiad hwn, **pan gaiff penderfyniadau eu gwneud ar lefel leol yn ymwneud â gwasanaethau cymorth, rwy'n argymhell bod yn rhaid defnyddio [Asesiad o'r Effaith ar Hawliau Plant](#) i nodi unrhyw effeithiau niweidiol pellach, a lliniaru'r rhain drwy sicrhau camau sy'n bodloni anghenion llesiant plant anabl.**

Chwarae ac ymlacio

Gall plant a phobl ifanc anabl brofi rhwystrau wrth gael mynediad at gyfleusterau hamdden a chwarae cyffredinol, ac yn ystod y cyfnod clo, nid oedd plant a phobl ifanc anabl yn elwa ar chwarae ac ymlacio cymaint â phlant eraill. Mae trefniadau agor gofodau gwyrdd a pharciau wedi amrywio ledled Cymru yn ystod yr ymateb i'r pandemig, ac mae hyn yn dal i fod yn wir, gyda rhai awdurdodau lleol yn parhau i gyfyngu mynediad.

Wrth i'r ymateb i'r pandemig barhau, rwy'n argymhell bod penderfyniadau am gyfleusterau hamdden a chwarae cyffredinol a wneir ar lefel genedlaethol a lleol yn cael eu llywio gydag [Asesiad o'r Effaith ar Hawliau Plant](#), sy'n ystyried anghenion plant a phobl ifanc anabl yn benodol, ac yn rhoi mesurau lliniaru ar waith ar gyfer unrhyw effaith niweidiol.

Yn ystod y cyfnod clo cenedlaethol, gwelon ni enghreifftiau o eithriadau a gafodd eu cyflwyno i gydnabod yr effaith anghymesur ar blant anabl, fel y cyfyngiadau ar ymarfer corff dyddiol. Mae'n hanfodol bod effeithiau ehangach y mesurau cyfyngu yn cael eu hystyried mewn perthynas ag iechyd a lles cyffredinol plant yn benodol, ac mae'n rhaid cael camau lliniaru parhaus ar gyfer hyn wrth i'r pandemig barhau.

Bwlio

Roedd pobl ifanc anabl yn fwy tebygol o fynegi bod yn well ganddyn nhw ddysgu gartref na bod yn eu lleoliad addysg arferol, ac roedd hyn er gwaetha'r ffaith bod pobl ifanc anabl yn llawer llai tebygol o deimlo'n hyderus am eu dysgu yn ystod y cyfnod clo. Dangosodd y sylwadau pen agored fod ystod eang o resymau pam ei bod yn well ganddyn nhw ddysgu gartref, ond drwy'r sylwadau hyn amlygwyd disgrifiadau o brofiadau negyddol mewn lleoliadau addysg, gan gynnwys profiadau o fwlio a gweithwyr proffesiynol ddim yn cymryd bwlio o ddifri.

Rydw i wedi cyhoeddi adroddiadau blaenorol⁵ sydd wedi amlygu bod plant a phobl ifanc yn disgrifio 'gwahaniaeth' fel mater allweddol o ran bwlio: gall 'gwahaniaeth', fel mae plant yn ei ddisgrifio, olygu ystod eang o bethau, ond mae'n cynnwys bwlio'n ymwneud â hunaniaeth ar sail nodweddion gwarchoddedig, gan gynnwys anabledd. O ganlyniad i hyn, rydw i eisoes wedi argymhell bod y Llywodraeth yn gosod dyletswydd statudol ar ysgolion i gofnodi pob digwyddiad o fwlio yr adroddir amdano, ynghyd â'r math o fwlio. Dylid dadansoddi'r wybodaeth hon mewn perthynas â phob nodwedd warchoddedig, fel bod modd ei defnyddio i werthuso ac ail-ddatblygu polisïau gwrth-fwlio. Mae hyn yn angenrheidiol er mwyn cyflawni Dyletswydd

5. <https://www.complantcymru.org.uk/wp-content/uploads/2017/07/Stori-Sam-1.pdf>

Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010.

Ymatebodd y Llywodraeth yn gadarnhaol i'r argymhelliad hwn drwy gyflwyno canllawiau gwrth-fwlio statudol yn 2019, sef Hawliau, Parch, Cydraddoldeb⁶. Mae'r canllawiau hyn yn gosod dyletswyddau ar ysgolion ac awdurdodau lleol, ac mae'r rhain yn cynnwys disgwyliad y bydd awdurdodau lleol yn monitro amcanion cydraddoldeb ysgolion a chynnydd tuag at eu cyflawni, ac y dylai awdurdodau lleol fonitro data cydraddoldeb er mwyn rhoi ymatebion neu ymyriadau ar waith.

O ystyried yr hyn sydd wedi digwydd ers cyhoeddi'r canllawiau hyn ar ddiwedd 2019, mae'n bosib nad yw gweithredu'r canllawiau hyn wedi bod yn flaenoriaeth gan ysgolion nac awdurdodau lleol, ond mae'r rhain yn gamau hollbwysig er mwyn atal a mynd i'r afael â bwllo ar sail hunaniaeth.

Rwy'n argymhell bod Llywodraeth Cymru yn cymryd camau pellach i hysbysu cyrff llywodraethu ac awdurdodau lleol o ddisgwyliadau canllawiau Hawliau, Parch, Cydraddoldeb. Gallai'r camau hyn gynnwys: ysgrifennu at awdurdodau lleol i rannu'r canllawiau unwaith eto; modiwlau hyfforddi ar-lein ar gyfer awdurdodau lleol a llywodraethwyr ysgolion; rhannu arferion da sy'n codi o ddefnyddio'r canllawiau newydd hyn.

Gwerthuso ein defnydd ein hunain o ganlyniadau'r arolwg
Byddaf yn ymrwymo i gynnal gwerthusiad o'r ffordd rydyn ni'n defnyddio canlyniadau'r arolwg, a'r effaith maen nhw'n ei chael.

Dal Llywodraeth Cymru i gyfrif ar ganfyddiadau'r arolwg hwn
Byddaf yn ysgrifennu at Lywodraeth Cymru i ofyn iddyn nhw sut byddan nhw'n defnyddio'r canfyddiadau hyn i ddylanwadu ar eu gwaith wrth fynd i'r afael â'r anghydraddoldebau a amlinellwyd yn yr adroddiad hwn. Byddaf yn trafod eu hymateb gyda'r Dirprwy Brif Weinidog, sy'n arwain ar y gwaith y mae'r Llywodraeth yn ei gyflawni ar sut i wreiddio camau diogelu a chefnogaeth ar faterion cydraddoldeb yn neddfau a pholisïau Cymru.