

Adolygiad thematig o farwolaethau plant a phobl ifanc drwy hunanladdiad tebygol, 2006-2012



Awduron

Dr Ann John
Beverley Heatman
Dr Ciarán Humphreys
Dr Lorna Price

I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch
â'r: Tîm Adolygu Marwolaethau Plant
lechyd Cyhoeddus Cymru,
Canolfan Oldway, Llawr 1af,
Stryd y Berllan, Abertawe, SA1 5AQ

Ffôn: 01792 607524/607411
E-bost:
ChildDeath.Review@wales.nhs.uk
Website:
[www.publichealthwales.org/
childdeathreview](http://www.publichealthwales.org/childdeathreview)

Manylion cyhoeddi

Teitl: Adolygiad Thematig o
farwolaethau plant a phobl ifanc drwy
hunlanladdiad tebygol, 2006-2012

Cyhoeddwr: Ymddiriedolaeth GIG
lechyd Cyhoeddus Cymru
Dyddiad: Mawrth 2014
ISBN 978-0-9572759-6-6

Tîm yr adolygiad

Dr Ann John
Beverley Heatman
Gillian Hopkins
Dr Ciarán Humphreys
Dr Lorna Price

Tîm adolygu'r dystiolaeth

Dr Ann John
Sian Price
Teri Knight

Diolchiadau

Diolch i aelodau'r panel am eu harbenigedd,
eu cyfranogiad a'u hymroddiad i'r adolygiad hwn.
Diolch hefyd i Sian Price a Teri Knight am gynnal yr
adolygiadau o dystiolaeth. Dadansoddwyd y data
o'r Gronfa Ddata Gwybodaeth am Hunanladdiad
- Cymru gan Liv Kosnes. Diolch i'r tîm Adolygu
Marwolaethau Plant Cenedlaethol, yn arbennig
yr Athro Emeritws J. Sibert OBE am y gwaith ar
ddatblygu dull o Adolygu Marwolaethau Plant
yng Nghymru, gan gynnwys yr adolygiad peilot
o bobl ifanc sy'n llass eu hunain. Rydym yn
ddiolchgar i'r Athro Keith Hawton ac Elsevier
am ganiatâd i atgynhyrchu ffigur 1 yn ymwneud
â ffactorau risg ar gyfer hunanladdiad ymysg y
glasoed. Yn olaf, ni fyddai wedi bod yn bosibl
cynnal yr adolygiad hwn heb gefnogaeth
Ymddiriedolaeth GIG lechyd Cyhoeddus Cymru a'r
Coleg Meddygaeth, Prifysgol Abertawe

© 2014 Ymddiriedolaeth GIG lechyd Cyhoeddus Cymru.

Gellir atgynhyrchu'r deunydd sydd yn y ddogfen hon heb ganiatâd ymlaen llaw ar yr amod y
caiff hynny ei wneud yn gywir ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol.

Dylid cydnabod Ymddiriedolaeth GIG lechyd Cyhoeddus Cymru.



Panel yr adolygiad thematig

Ged Flynn Prif Weithredwr, Papyrus

Beverley Heatman Rheolwr y Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant, Iechyd Cyhoeddus Cymru

Dr Ciarán Humphreys Ymgynghorydd Iechyd Cyhoeddus a Dirprwy Gyfarwyddwr Arsyllfa Iechyd Cyhoeddus Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru

Gillian Hopkins Swyddog Cymorth y Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant, Iechyd Cyhoeddus Cymru

DA Neil Jenkins Uned Diogelu'r Cyhoedd, Heddlu Dyfed Powys

Dr Ann John Arweinydd yr Adolygiad o Hunanladdiad, Athro Cyswllt Clinigol mewn Iechyd Meddwl Cyhoeddus, Prifysgol Abertawe; Cadeirydd Grŵp Cynghori Cenedlaethol Llywodraeth Cymru ar atal hunanladdiad a hunan-niwed; Arweinydd cenedlaethol ar atal hunanladdiad a hunan-niwed, Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Dr Sally Jones Ymgynghorydd mewn Meddygaeth Frys, Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan

Dr Helen Kemp Tîm Cynghori Meddygol ar Ofal Sylfaenol Iechyd Cyhoeddus Cymru

Gerard Kerslake Arolygydd EM, Estyn

Dr Clare Lamb Seiciatrydd Ymgynghorol Plant a'r Glasoed, Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr

Dr Huw Lloyd Tîm Cynghori Meddygol ar Ofal Sylfaenol Iechyd Cyhoeddus Cymru

Yr Athro Keith Lloyd Cadeirydd Panel yr Adolygiad Thematig; Deon a Phennaeth Coleg Meddygaeth, Prifysgol Abertawe; Seiciatrydd Ymgynghorol; Aelod o Fwrdd Samariaid Cymru

Liz Pearce Pennaeth Diogelu a Safonau, Awdurdod Lleol Rhondda Cynon Taf

Dr Lorna Price Meddyg Penodedig, Gwasanaeth Diogelu Plant, Iechyd Cyhoeddus Cymru

Sian Price Arbenigwraig Iechyd Cyhoeddus, Iechyd Cyhoeddus Cymru

Lin Slater Nrys Benodedig, Gwasanaeth Diogelu Plant, Iechyd Cyhoeddus Cymru

Catriona Williams Prif Weithredwr, Plant yng Nghymru

Dr Rachel Williams Seicolegydd Ymgynghorol Clinigol, Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan

DUA Shane Williams Uned Diogelu'r Cyhoedd, Heddlu Dyfed Powys

Rhagair



Mae hunanladdiad yn un o'r prif achosion marwolaeth ym mlynnyddoedd yr ardegau. Er ei fod yn ddigwyddiad prin, mae tua un o bob pedair marwolaeth sy'n deillio o achos allanol (60 o 260 yn ystod y degawd diwethaf), ymhllith rheiny rhwng 12-17 oed, yn debygol o wedi bod oherwydd hunanladdiad. Pan fydd rhywun yn lladd ei hun mae'n drasiedi sy'n achosi trallod i lawer o bobl - teulu, ffrindiau, gweithwyr proffesiynol a'r gymuned ehangach. Gall fod yn arbennig o anodd ymdopi pan fydd y person hwnnw'n blentyn neu'n berson ifanc.

Yn aml, mae hunanladdiad ymysg plant a phobl ifanc yn ddiwedd hanes cymhleth o ffactorau risg a digwyddiadau bywyd andwyol. Mae'r adolygiad hwn yn nodi cyfleoedd i atal hunanladdiad. Cafodd ei gynnal gyda chydweithrediad panel traws-sector a gyfrannodd o'u gwybodaeth a'u harbenigedd. Roeddent yn amrywio o iechyd i addysg, o'r heddlu i'r trydydd sector. Roedd yn amlwg bod gan bob sefydliad gyfraniad i'w wneud at atal y marwolaethau hyn ac y byddai hyn yn cael ei gyflawni'n fwyaf effeithiol pan fyddent yn gweithio mewn partneriaeth.

Nod yr adolygiad thematig hwn oedd edrych ar y ffactorau y gellid eu haddasu a allai fod wedi cyfrannu at farwolaethau drwy hunanladdiad, nodi cyfleoedd i atal marwolaethau o'r fath a gwneud argymhellion i leihau'r risg o hunanladdiad i blant a phobl ifanc yng Nghymru.

Mae cyfle gwirioneddol i'r adolygiad hwn adeiladu ar y camau a amlinellwyd yn Siarad â Fi?, sef cynllun gweithredu Llywodraeth Cymru i leihau hunanladdiad a hunan-niweidio yng Nghymru a dylanwadu ar bolisi'r dyfodol,

gan fod y cynllun yn cael ei adolygu yn ddiweddarach eleni. Nid yw hunanladdiad yn anochel ac mae gennym oll ran i'w chwarae o ran ceisio atal rhagor o farwolaethau.

A handwritten signature in black ink that reads "Keith Lloyd".

Yr Athro Keith Lloyd

Deon a Phennaeth y Coleg Meddygol, Prifysgol Abertawe; Seiciatrydd Ymgynghorol; Cadeirydd Panel yr Adolygiad Thematig; Aelod o Fwrdd Samariaid Cymru



Cynnwys

Crynodeb	5	6 Negeseuon allweddol	29
1 Cyflwyniad	7	6.1 Addysg, cyflogaeth a hyfforddiant	29
2 Cefndir	8	6.2 Ffactorau sy'n gysylltiedig â'r digwyddiad	29
3 Dulliau	10	6.3 Mynediad i ddull o gyflawni hunanladdiad	29
3.1 Diffiniad o achos	10	6.4 Gweithio mewn partneriaeth	30
3.2 Ffynonellau data	10	6.5 Ymyriadau	31
3.3 Adolygiad o dystiolaeth ymchwil	11	6.6 Adolygiad thematig o farwolaethau ymysg plant a phobl Ifanc drwy hunanladdiad tebygol	31
3.4 Y panel thematig	11	6.7 Ymwybyddiaeth y cyhoedd	32
3.5 Cyd-destun polisi	12	6.8 Cyfryngau digidol	33
4 Canfyddiadau	15	7 Argymhellion	34
4.1 Adolygiad o'r dystiolaeth yn ymwneud â ffactorau risg	15	7.1 Argymhellion i Lywodraeth Cymru	34
4.2 Y plant a'r bobl ifanc a gynhwyswyd yn yr adolygiad hwn	17	7.2 Argymhellion i'r heddlu	35
4.3 Ffynonellau gwybodaeth	17	7.3 Argymhellion i gomisiynwyr a darparwyr gofal iechyd gan gynnwys clinigwyr	35
4.4 Crynodeb o wybodaeth	17	7.4 Partneriaethau ac asiantaethau	35
4.5 Ffactorau cysylltiedig	19	7.5 Argymhellion i gefnogi adolygiadau yn y dyfodol	36
4.6 Ffactorau a nodwyd mewn adolygiad naratif	20		
5 Cryfderau a chyfngiadau	27	8 Cyfeiriadau	37



Tablau a Ffigurau

Tabl 1 Amlinelliad o'r polisiau a'r
gweithgareddau allweddol sy'n cyfrannu
at atal hunanladdiad ymysg plant a phobl
ifanc

13

Tabl 2 Y ffactorau risg allweddol ar gyfer
hunanladdiad ymysg plant a phobl
ifanc a nodwyd mewn adolygiad o
lenyddiaeth

16

Tabl 3 Oedrannau'r plant a'r bobl ifanc

17

Tabl 4 Blwyddyn y farwolaeth

17

Tabl 5 Ardal yn seiliedig ar gwindelau
amddifadedd

18

Tabl 6 A oedd plant a phobl ifanc yn
hysbys i wasanaethau yn ystod eu hoes

18

Tabl 7 Amgylchiadau cymdeithasol

18

Tabl 8 Crynodeb o dystiolaeth, neu
ddiffyg dystiolaeth, yn ymwneud ag
ymyriadau i atal hunanladdiad,
hunan-niwed neu syniadau hunanladdol

Ffigur 1 Y ffactorau risg allweddol ar
gyfer hunanladdiad a hunan-niwed
ymysg y glasoed

15



Crynodeb

Cefndir

Mae pob hunanladdiad yn drasiedi ac mae'n achosi trallod i lawer o bobl - teulu, ffrindiau, gweithwyr proffesiynol a'r gymuned ehangach. Gall fod yn arbennig o anodd ymdopi â'r profiad trawmatig o golli plentyn neu berson ifanc drwy hunanladdiad. Er ei fod yn ddigwyddiad prin, mae hunanladdiad yn un o brif achosion marwolaeth ym mlynnyddoedd yr ardegau. Yn ystod y degawd diwethaf yng Nghymru, mae tua 60 o 260 (bron un o bob pedwar) o farwolaethau achos allanol o blant a phobl ifanc rhwng 12-17 yn debygol o wedi bod oherwydd hunanladdiad.

Cyhoeddwyd *Siarad â Fi?*¹, y cynllun gweithredu pum mlynedd cenedlaethol i leihau hunanladdiad a hunan-niwed yng Nghymru, yn 2009. Cynhaliodd y Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant yr adolygiad thematig hwn i edrych ar y ffactorau sydd wedi cyfrannu at farwolaethau drwy hunanladdiad, nodi cyfleoedd i atal marwolaethau o'r fath a gwneud argymhellion i leihau'r risg o hunanladdiad i blant a phobl ifanc yng Nghymru.

Y dull

Cafodd plant a phobl ifanc rhwng 10 ac 17 oed a fu farw drwy hunanladdiad rhwng 2006-2012 eu cynnwys yn yr adolygiad. Cafwyd gwybodaeth am y plant a'r bobl ifanc o ffynonellau lluosog

ac fe'i chrynhowyd gan ddefnyddio siartiau bywyd dienw.

Cafodd y rhain eu cyflwyno i banel amlddisgyblaeth yr adolygiad thematig, ynghyd ag adolygiadau o dystiolaeth ar ffactorau risg ac effeithiolrwydd ymyriadau o ran atal hunanladdiad. Cyfarfu'r panel ddwywaith, gan lunio'r negeseuon allweddol ac argymhellion a chytuno ar yr adroddiad terfynol.

Canfyddiadau

Cafodd 34 o farwolaethau plant a phobl ifanc eu cynnwys yn yr adolygiad. Roedd dwy ran o dair o'r plant hyn yn 16 neu'n 17 oed, ac roedd tri chwarter ohonynt yn fechgyn. Nodwyd nifer o ffactorau a oedd yn berthnasol i farwolaethau'r plant hyn gan gynnwys ffactorau cymdeithasol-ddemograffig ac addysgol, digwyddiadau bywyd negyddol a thrallod teuluol, ymwneud â gwasanaethau, ffactorau procsimol i'r farwolaeth a mynediad i'r dull o gyflawni hunanladdiad.

Negeseuon allweddolw

Amlygodd y negeseuon allweddol gyfleoedd posibl i atal hunanladdiad a phrosesau a allai gefnogi hyn.

Maent yn cynnwys: mynediad i'r dull o gyflawni hunanladdiad, gwella gweithio mewn partneriaeth, canolbwytio ar ymyriadau'n seiliedig ar dystiolaeth, ymwybyddiaeth y cyhoedd a stigma, a chynnal adolygiadau thematig yn y dyfodol.

Yr Argymhellion Allweddol

Gwnaeth y panel 20 o argymhellion. Roedd y canlynol yn argymhellion cryf:

- Dylai Llywodraeth Cymru fynd ar drywydd dulliau i gyfyngu mynediad plant a phobl ifanc i alcohol. Mae hyn yn cynnwys penu isafswm pris fesul uned, rheoleiddio marchnata ac argaeledd alcohol a chymryd camau i fynd i'r afael â gwerthu alcohol i blant dan oed. Gallai hyn fod drwy weithio gyda phwerau presennol, gofyn am ragor o bwerau neu bwerau ychwanegol, neu lobio llywodraeth y DU i wneud newidiadau.
- Dylai Llywodraeth Cymru ddatblygu dulliau i greu cofrestr amddiffyn plant Cymru gyfan y gall pob awdurdod lleol gyfrannu ati ac sy'n hygrych i'r gwasanaethau perthnasol yn ôl yr angen, ac i adrannau achosion brys yn benodol.
- Dylai Llywodraeth Cymru gefnogi a datblygu dulliau i sicrhau bod canllawiau NICE ar reoli hunan-niweidio ymysg plant a phobl ifanc yn y tymor byr a'r tymor hir yn cael eu gweithredu yng Nghymru yn arbennig o ran derbyniadau i'r ysbyty, asesiad seicogymdeithasol, ymyriadau sy'n seiliedig ar dystiolaeth a hyfforddi staff.
- Dylai asiantaethau sy'n darparu ymyriadau a rhagleni a all atal hunanladdiad neu hyrwyddo iechyd meddwl a lles sicrhau bod y rhain yn cyd-fynd â'r dystiolaeth bresennol ar gyfer effeithiolrwydd ac yn cael eu gwerthuso.
- Dylai Llywodraeth Cymru ddatblygu dulliau statudol penodol i gefnogi rhannu gwybodaeth ar gyfer y Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant.
- Dylai Llywodraeth Cymru a'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant sicrhau bod marwolaethau plant a phobl ifanc drwy hunanladdiad tebygol yn parhau i fod yn ffocws rheolaidd ar gyfer adolygiad thematig o farwolaethau plant bob 3 blynedd.



1

Cyflwyniad

Yn dilyn astudiaeth beilot y Rhaglen Marwolaethau Plant Genedlaethol a'r gwerthusiad ffafriol dilynol, mae'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant bellach wedi'i sefydlu yng Nghymru. Ym mis Gorffennaf 2013, rhyddhaodd y rhaglen ei hadroddiad blynnyddol cyntaf² a chyhoeddodd hefyd yr adroddiad ar *yr adolygiad thematig o farwolaethau ymysg pobl ifanc yn eu harddegau mewn cerbydau modur 2006 - 2010.*³

Nod y rhaglen yw nodi a disgrifio patrymau ac achosion marwolaeth plant, gan gynnwys unrhyw dueddiadau, ac argymhell camau gweithredu i leihau'r risg y bydd ffactorau y gellir eu hosgoi yn cyfrannu at farwolaethau plant.⁴ Mae'r grŵp cynghori yn rhoi cyngor i'r rhaglen ar y themâu y dylid eu hadolygu.

Mae'n seiliedig ar y data a'r themâu a ddaw i'r amlwg drwy gronfa ddata'r adolygiad o farwolaethau plant, materion cyfoes, materion a godir gan randdeiliaid a'r potensial ar gyfer atal y marwolaethau.

Ym mis Ebrill 2013, cytunodd y grŵp llywio, ar ôl cwblhau'r adolygiad thematig o farwolaethau pobl ifanc yn eu harddegau mewn cerbydau modur, y dylai'r rhaglen adolygu marwolaethau plant a phobl ifanc drwy hunanladdiad

tebygol, gan gynnwys unrhyw ddata perthnasol o adolygiad peilot yr adolygiad o farwolaethau plant.

Mae pob hunanladdiad yn drasiedi ac mae'n achosi tralloid i lawer o bobl, gan gynnwys teulu, ffrindiau, gweithwyr proffesiynol a'r gymuned ehangach. Er ei fod yn ddigwyddiad prin, yn anffodus, mae hunanladdiad yn parhau i fod yn un o brif achosion marwolaeth ym mlynnyddoedd yr ardddegau. O'r 260 o blant a phobl ifanc 12-17 oed a fu farw o ganlyniad i achos allanol yng Nghymru rhwng 2002 a 2011, bu farw 60 (23%) o'r rhain oherwydd hunan-niweidio bwriadol, neu ddigwyddiad lle na allai'r bwriad cael ei benderfynu. Mae hyn yn cynrychioli tuag un mewn wyth o'r holl farwolaethau yn y grŵp yma¹.

Nid oes un rheswm penodol pam mae plentyn neu berson ifanc yn lladd ei hun. Y ffordd orau o'i ddeall yw drwy edrych ar fywyd ac amgylchiadau pob unigolyn. Fodd bynnag mae'n bosibl atal hunanladdiad. Mae'r adolygiad hwn yn cynnig cyfle i edrych ar y ffactorau sydd wedi cyfrannu at y marwolaethau hyn, nodi cyfleoedd i'w hatal a gwneud argymhellion i leihau'r risg o hunanladdiad ymysg plant a phobl ifanc yng Nghymru.



Cefndir

Mae hunanladdiad ymysg plant a phobl ifanc yn her iechyd cyhoeddus a chymdeithasol fawr. Dyma'r achos marwolaeth mwyaf cyffredin ond un yn y byd ymysg pobl ifanc yn y grŵp oedran 15 i 19 ar ôl damweinau.⁵ Mae llawer o bobl ifanc yn meddwl am hunanladdiad. Dim ond cyfran fach iawn o'r rhai sy'n hunan-niweidio neu a fydd yn meddwl am hunanladdiad a fydd yn marw yn y ffordd hon, fod bynnag, mae'n ganlyniad trasig bob tro sy'n effeithio ar yr unigolyn, teulu, ffrindiau, gweithwyr proffesiynol a'r gymuned yn gyffredinol.

Er bod y ffactorau sy'n cyfrannu at hunanladdiad yn niferus ac yn gymhleth, mae modd atal hunanladdiad a hunan-niweidio. Gellir mynd i'r afael â'r ffactorau risg ar gyfer hunanladdiad a hunan-niweidio ar lefel unigolyn, grŵp neu'r boblogaeth. Mae hyn yn gofyn am gamau gan unigolion, cymunedau, gwasanaethau, sefydliadau, llywodraeth a chymdeithas.

Ymysg y dulliau o atal hunanladdiad mae:

Ymyriadau cyffredinol sy'n anelu at ddileu neu leihau risg a chryfhau ffactorau amddiffynnol ac sydd wedi'u hanelu at boblogaethau cyfan mewn gwahanol leoliadau fel:

- Gwella ymwybyddiaeth a dealltwriaeth y cyhoedd a gweithwyr proffesiynol
- Mynd i'r afael â stigma
- Gwella cydnerthedd cymunedol a chysylltedd cymdeithasol
- Annog pobl i chwilio am help
- Cynyddu'r gallu i ymateb i rywun mewn argyfwng
- Cefnogi adroddiadau cyfrifol yn y cyfryngau
- Cyfyngu mynediad i ddulliau o gyflawni hunanladdiad

Ymyriadau dethol/wedi'u targedu

sydd wedi'u hanelu at unigolion neu grwpiau o'r boblogaeth sy'n wynebu mwy o berygl o gyflawni hunanladdiad, fel:

- Hyfforddiant porthgeidwad wedi'i dargedu at leoliadau penodol fel ysgolion, carchardai a gofal iechyd, neu mewn cymunedau
- Nodi achosion o iselder, seicosis ac anhwylderau iechyd meddwl eraill yn gynnar a darparu ymyriadau'n seiliedig ar dystiolaeth
- Darparu mentrau yn dilyn hunanladdiad ar gyfer y teulu, ffrindiau a'r gymuned ehangach (ôlymyriad)
- Sgrinio ar gyfer y risg o hunanladdiad
- Atal, nodi a thrin achosion o gamddefnyddio sylweddau ac alcohol

Ymyriadau penodol sy'n anelu at leihau'r posibilrwydd bod y rhai ag ymddygiad hunanladdol yn rhoi cynnig arall ar geisio cyflawni hunanladdiad fel:

- Ymyriadau'n seiliedig ar dystiolaeth i'r rhai sy'n hunan-niweidio
- Dadansoddodd peilot yr Adolygiad o Farwolaethau Plant yng Nghymru y marwolaethau sy'n digwydd drwy hunanladdiad a hunanladdiad tybiedig ymysg plant a phobl ifanc yng Nghymru sy'n iau na 18 oed a ddigwyddodd rhwng Hydref 2006 a Medi 2009.²
- Bwlio (yn gysylltiedig â'r ysgol yn bennaf)
 - Camddefnyddio cyffuriau ac alcohol
 - Camdriniaeth ffisegol, emosiynol a rhywiol
 - Hunan-niweidio
 - Amddfadedd
 - Cysylltiadau cymdeithasol

Mae'r adolygiad thematig cyfredol yn adeiladu ar y gwaith hwn ac yn ei ymestyn. Ei nod yw nodi mentrau atal llwyddiannus a llunio argymhellion ag iddynt ffocws er mwyn galluogi i'r rhain ddigwydd, er mwyn atal a lleihau hunanladdiad ymysg plant a phobl ifanc yng Nghymru.



3 Dulliau

3.1 Diffiniad o achos

Diffiniwyd marwolaethau plant a phobl ifanc ar gyfer yr adolygiad hwn fel hunanladdiad tebygol (hunan-niweidio bwriadol a digwyddiadau â bwriad amhendant) ymysg plant a phobl ifanc 10 i 18 oed sy'n preswylio fel arfer yng Nghymru, neu a fu farw yng Nghymru, rhwng 1 Ionawr 2006 a 31 Ragfyr 2012.

Nodwyd marwolaethau gan ddefnyddio'r dosbarthiadau ICD-10 canlynol:

- Hunan-niweidio bwriadol (wedi'i gofnodi fel dyfarniad o hunanladdiad): X 60 – X 84
- Digwyddiad â bwriad amhendant (gan gynnwys dyfarniadau agored a naratif ymysg y rhai dros 15 oed: Y 10-34 (ac eithrio Y 33.9 digwyddiadau penodol â bwriad amhendant, sy'n aros am ddyfarniad y crwner)

Lle nad oedd cod ICD wedi'i aseinio neu lle roedd marwolaeth â bwriad amhendant mewn perthynas â phlentyn o dan 15 oed, gwnaethpwyd penderfyniad gan yr arweinydd proffesiynol yn y Tîm Adolygu Marwolaethau Plant, yn seiliedig ar y wybodaeth a oedd ar gael, ynghylch a oedd achos yn hunanladdiad tebygol at ddibenion yr adolygiad hwn.

3.2 Ffynonellau data

Casglwyd data o nifer o ffynonellau er

mwyn gwella cyflawnder a dyfnder yr adolygiad. Roedd y ffynonellau hyn fel a ganlyn:

- Cronfa ddata y rhaglen adolygu marwolaethau plant
- Data marwolaethau y Swyddfa Ystadegau Gwladol
- Crynodebau Gweithredol o Adolygiadau Achos Difrifol
- Cofnodion cyfarfod yr ymateb gweithdrefnol i farwolaethau annisgwyl mewn plentyndod (PRUDiC). Dylai cyfarfodydd PRUDiC nodi gwersi i'w dysgu o farwolaethau unigol y gellid ymdrin â hwy yn lleol drwy fyrrdau diogelu plant lleol gan gynnwys y broses adolygu ymarfer plant os yn briodol. Mae amlyu'r gwersi hyn ar y ffurflenni (Hysbysiad o Farwolaeth Plentyn a Chofnod o Farwolaeth Plentyn) a anfonir at y Tîm Adolygu Marwolaethau Plant yn eu galluogi i gael eu rhannu'n genedlaethol
- Adroddiadau'r heddlu ar ymchwiliad i ddigwyddiadau
- Cronfa Ddata Gwybodaeth am Achosion o Hunanladdiad - Cymru - wedi'i hariannu gan y Sefydliad Cenedlaethol ar gyfer Ymchwil Gofal Cymdeithasol ac Iechyd ac yn defnyddio data dienw a gesglir yn rheolaidd o Fanc Data Diogel

Cysylltu Gwybodaeth Ddienw Prifysgol
Abertawe ar bob achos o hunanladdiad
tebygol a phosibl yng Nghymru 2003-
2011

- Ffynonellau allanol answyddogol gan gynnwys adroddiadau yn y cyfryngau ac ar y rhyngrwyd

Cysylltodd arweinydd proffesiynol a rheolwr y Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant â chrwneriaid yng Nghymru gan ofyn iddynt ddarparu data ar gyfer yr adolygiad thematig. Roedd pawb y cysylltwyd â hwy yn fodlon cydweithredu â'r broses. Yn anffodus, oherwydd cyfngiadau amser, dim ond swm bach o wybodaeth gan grwneriaid y gellid ei chynnwys yn yr adolygiad presennol.

3.3 Adolygiad o dystiolaeth ymchwil

Cynhaliwyd dau adolygiad o dystiolaeth o ran y llenyddiaeth gan lechyd Cyhoeddus Cymru at ddibenion yr adolygiad hwn gan gynnwys proses brototeip a ddatblygwyd ar gyfer adolygiadau o dystiolaeth yr Adolygiad o Farwolaethau Plant.

Amcan yr adolygiad cyntaf oedd nodi astudiaethau epidemiologol ar y ffactorau risg ar gyfer hunanladdiad ymysg plant a phobl ifanc rhwng 10 a 17 oed. Er mwyn cynyddu'r perthnasedd i gyd-destun Cymru, dim ond astudiaethau a gynhaliwyd mewn gwledydd a ymunodd â'r Sefydliad ar gyfer Cydweithrediad a Datblygiad Economaidd cyn 1974 a adolygwyd. Yn ogystal, dim ond erthyglau a ysgrifennwyd yn Saesneg ac a gyhoeddwyd o 2000 ymlaen a gynhwyswyd. Roedd y dystiolaeth yn mynd i'r afael â'r cwestiwn canlynol

Beth yw'r prif ffactorau risg ar gyfer hunanladdiad ymysg plant a phobl ifanc?

Nod yr ail adolygiad oedd nodi mesurau neu ymyriadau sydd â'r potensial i atal hunanladdiad ymysg plant a phobl ifanc.

Aeth yr adolygiad o effeithiolrwydd i'r afael â'r cwestiwn canlynol:

Pa ymyriadau a allai fod yn effeithiol o ran lleihau cyfraddau hunanladdiad, hunan-niwed a syniadau hunanladdol ymysg pobl ifanc yng Nghymru?

Dilynodd yr ail adolygiad fetholeg adolygiad systematig ond dim ond ffynonellau tystiolaeth eilaidd a ddefnyddiwyd. Roedd y rhain yn cynnwys canllawiau Sefydliad Cenedlaethol dros lechyd a Rhagoriaeth Glinigol (NICE) ac adolygiadau systematig o waith ymchwil sylfaenol. Cafodd ei strwythuro drwy edrych ar a oedd yr ymyriadau'n rhai cyffredinol, dethol/wedi'u targedu neu benodol.

Mae manylion llawn y methodolegau a ddefnyddiwyd, ynghyd â chanfyddiadau pob adolygiad o dystiolaeth yn yr adroddiad ar yr adolygiad o dystiolaeth ymchwil sydd ar gael ar wahân i'r adroddiad hwn yn

[www.publichealthwales.org/
childeathreview](http://www.publichealthwales.org/childeathreview)

3.4 Y panel thematig

Cafodd panel thematig ei gynnill. Dewiswyd yr aelodau o'r meysydd academaidd, nyrso, diogelu, iechyd cyhoeddus, gofal cymdeithasol plant, yr heddlu, addysg, y trydydd sector, gofal sylfaenol, meddygaeth frys a gwasanaethau iechyd meddwl arbenigol (gweler tudalen 4 am ragor o fanylion).

Cynhaliwyd dau gyfarfod undydd. Cynhaliwyd y cyntaf ar 13 Tachwedd 2013. Roedd sesiwn y bore yn cynnwys cyflwyniad ar yr adolygiad o ffactorau risg a thrafodaeth naratif fanwl am 14 o farwolaethau plant a phobl ifanc.

Dewiswyd y rhain oherwydd ansawdd y wybodaeth sydd ar gael a fu'n fod o alluogi trafodaeth ar ystod eang o

themâu. Cyflwynwyd siartiau bywyd ar gyfer bob achos, sy'n fethodoleg a ddefnyddir yn aml ym maes ymchwil i hunanladdiad.⁶ Yn y prynhawn canolbwytawyd ar themâu allweddol a oedd yn deillio o'r marwolaethau hyn a data ychwanegol yr oedd eu hangen er mwyn sicrhau rhagor o ddealltwriaeth.

Cynhaliwyd yr ail gyfarfod ar 11 Rhagfyr 2013. Yn ystod y bore, cafodd y panel drosolwg ansoddol o'r holl farwolaethau ac yna datblygwyd y negeseuon allweddol a'r casgliadau ymhellach. Yna ystyriodd y panel ddatganiadau tystiolaeth lefel uchel yr adolygiad ac effeithiolrwydd yr ymyriadau gan ddatblygu argymhellion drafft.

Drafftiodd yr arweinydd proffesiynol a'r Tîm Adolygu Marwolaethau Plant yr adroddiad cyntaf a rhoddodd y panel sylwadau arno. Yna cafodd y drafft ei anfon unwaith eto at aelodau'r panel i gael eu sylwadau terfynol ac fe'i rannwyd hefyd â Grŵp yr Adolygiad o Farwolaethau Plant i'w ystyried gyda'r nod benodol o asesu eglurder y casgliadau a'r argymhellion a'r potensial iddynt arwain at gamau a chanlyniadau y gellir eu gyflawni.

Cytunodd y panel thematig ar yr adroddiad terfynol.

3.5 Y cyd-destun polisi

Er mwyn atal hunanladdiad, mae angen dull trawslywodraethol, traws-sectoraidd a chydweithredol sy'n ehangach na gwasanaethau iechyd meddwl. Mae angen i hyn rychwantu sefydliadau iechyd a gofal cymdeithasol, economeg, tai, trafnidiaeth, cyfiawnder, camddefnyddio sylweddau a sefydliadau'r trydydd sector. Mae hefyd yn gofyn am ymwybyddiaeth o leoliadau penodol ar gyfer ymyriadau fel ysgolion, carchardai, ysbytai, adrannau achosion brys, rheilffyrrdd, pontydd.

Yn 2009 cyhoeddodd Llywodraeth Cymru *Siarad â Fi?*⁷ sef cynllun gweithredu cenedlaethol pum mlynedd i leihau hunanladdiad a hunan-niwed. Roedd y cynllun yn cynnwys saith ymrwymiad allweddol:

- Hyrwyddo iechyd a lles meddwl
- Darparu ymyriadau cynnar
- Ymateb i argyfyngau personol
- Rheoli canlyniadau hunanladdiad a hunan-niwed
- Hyrwyddo dysgu, ymchwil a gwella gwybodaeth am hunanladdiad ac atal hunanladdiad.
- Gweithio gyda'r cyfryngau i sicrhau bod adroddiadau ar iechyd meddwl a hunanladdiad yn briodol.
- Cyfyngu mynediad i ddulliau o gyflawni hunanladdiad

Mae'r cynllun wrthi'n cael ei ddiweddar ar gyfer diwedd 2014 felly mae'n amser delfrydol i argymhellion yr Adolygiad o Farwolaethau Plant ddylanwadu ar bolisi.

Yn 2012 lansiodd Llywodraeth Cymru *Law yn llaw at iechyd meddwl*,⁷ ei strategaeth 10 mlynedd i wella iechyd a lles meddwl yng Nghymru. Mae Law yn llaw at iechyd meddwl yn cynnwys mesurau i ddatblygu cydnerthedd unigolion ar draws cwrs bywyd a chreu cydnerthedd yn y boblogaeth a chysylltedd cymdeithasol mewn cymunedau. Mae hefyd yn cwmpasu trin a rheoli anhwylderau iechyd meddwl fel iselder. Gellir disgwyl i weithredu Law yn llaw at iechyd meddwl wneud cyfraniad sylweddol at atal hunanladdiad a hunan-niwed yng Nghymru. Byddai hyn yn cael ei gyflawni drwy newid cwrs bywyd pobl cyn iddynt deimlo eu bod eisiau cyflawni hunanladdiad. Mae'r strategaeth yn cyfeirio'n benodol ar atal hunanladdiad ac at Grŵp Cynghori Cenedlaethol ar Atal Hunanladdiad a Hunan-niwed Llywodraeth Cymru.

TABL 1 Amlinelliad o'r polisiau a gweithgaredd allweddol sy'n cyfrannu at atal hunanladdiad ymwyg plant a phobl ifanc

Ffactor risg	Y polisi, y cam gweithredu neu'r ymyriad perthnasol	Cam bywyd
Amddifadedd	Strategaeth Tlodi Plant Cymru 2011	Y blynnyddoedd cynnar
	Rhaglen Dwf a Swyddi Cynaliadwy	Oedran gweithio
	Llywodraeth Cymru: Rhaglen Lywodraethu	Pob oed
	Y Rhaglen Drechu Tlodi Y Rhaglen Gydraddoldeb	
Camddefnyddio sylweddau	Rhaglen Graidd Cyswllt Ysgolion Cymru Gyfan Gwasanaethau Integredig Cymorth i Deuluoedd Canllawiau Statudol a Rheoliadau	Plant a phobl ifanc
	Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed: Strategaeth Camddefnyddio Sylweddau Cymru 2008-2018	Pob oed
	Fframwaith Triniaethau Camddefnyddio Sylweddau	
Lles meddyliol ac emosiynol	Gweledigaeth Strategol ar gyfer Gwasanaethau Mamolaeth yng Nghymru 2011 Dechrau'n Deg Teuluoedd yn Gyntaf Addysg Bersonol a Chymdeithasol (ABCh) ac Agweddau Cymdeithasol ac Emosiynol ar Ddysgu Meddwl yn Gadarnhaol: Iechyd a Lles Emosiynol mewn Ysgolion a Lleoliadau Blynnyddoedd Cynnar Ysgolion a lleoliadau Blynnyddoedd Cynnar Parchu Eraill: Canllawiau Gwrthfwllo 2011 WAGC 005/2008 Diogelu Plant mewn Addysg: Rôl Awdurdodau Lleol a Chyrff Llywodraethu o dan Ddeddf Addysg 2002 Cynlluniau Ysgolion lach - Rhwydwaith Cymru Gwasanaethau Cwnsela mewn Ysgolion yng Nghymru, Strategaeth Genedlaethol, 2008 Swyddfa Comisiynydd Plant Cymru Mesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011 Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed Busnes Pawb 2001 Cynulliad Cenedlaethol Cymru. Chwalu'r Rhwystrau (Cynllun Gweithredu CAMHS). 2010 Chwalu'r Rhwystrau. Adroddiad blynnyddol 2012. Chwalu'r Rhwystrau. Adroddiad terfynol 2013. Law yn Llaw at Iechyd Meddwl: Strategaeth Iechyd a Lles Meddwl yng Nghymru	Y blynnyddoedd cynnar
		Plant a phobl ifanc
		Pob oed

Ffactor risg	Y polisi, y cam gweithredu neu'r ymyriad perthnasol	Cam bywyd
Anhwylder meddwl	<p>Law yn Llaw at lechyd Meddwl: Strategaeth lechyd a Lles Meddwl yng Nghymru</p> <p>Mesur lechyd Meddwl (Cymru).</p> <p>Y Ddeddf lechyd Meddwl 2007. (Côd Ymarfer Cymru)</p>	Pob oed
Digwyddiadau niweidiol	<p>Ymholiad Rheolaidd i Gam-drin Domestig Cyn geni Cymru Gyfan</p>	Y blynnyddoedd cynnar
Cam-drin ac Esgeulus Plant	<p>Y Gwasanaeth Diogelu Plant: Cydweithio o dan Ddeddf Plant 2004</p>	Pob oed
Cam-drin domestig	<p>Gweithdrefnau Amddiffyn Plant Cymru Gyfan 2008</p> <p><i>Yr Hawl i Fod yn Ddiogel:</i> Strategaeth ar gyfer Mynd i'r Afael â Thrais yn Erbyn Menywod</p>	
Tai a digartrefedd	<p>Canllawiau ar Gam-drin Domestig: Cefnogi Pobl a Gwaith Amlasiantaeth</p> <p>Canllawiau Cymru ar Rant y Rhaglen Gefnogi Pobl 2013</p> <p>Cynllun Digartrefedd Deng Mlynedd i Gymru 2009-2019</p> <p>Safonau ar gyfer Gwella lechyd a Lles Pobl Ddigartref a Grwpiau Penodol sy'n Agored i Niwed</p> <p>Pobl Ddigartref a Grwpiau Penodol sy'n Agored i Niwed</p>	Pob oed
Troseddu	<p>Strategaeth Troseddu leuenctid Cymru Gyfan</p> <p>Atal Mwy o Droseddwyr Ifanc rhag Aildroseddu.</p> <p>Gweinyddiaeth Cyflawnader Cymru a Lloegr 2013.</p>	Plant a phobl ifanc



4 Canfyddiadau

Lle mae'r canfyddiadau'n ymwneud â llai na phump o blant a phobl ifanc cânt eu cyflwyno felly yn unol â threfniadau adrodd ar niferoedd bach a gwybodaeth na ellir ei hadnabod.

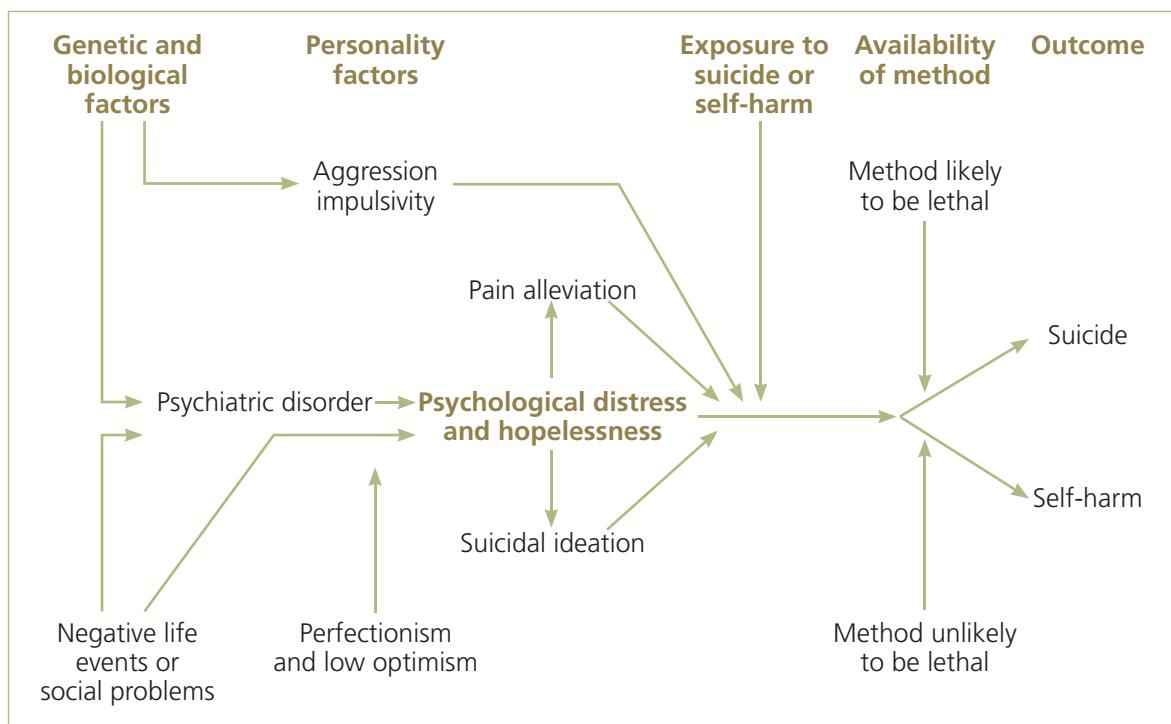
4.1 Adolygiad o'r dystiolaeth yn ymwneud â ffactorau risg

Fel arfer mae hunanladdiad ymssg plant a phobl ifanc yn deillio o ryngweithio cymhleth rhwng ffactorau gan gynnwys y rhai a nodwyd yn yr adolygiad o lenyddiaeth:

ffactorau biolegol, genetig, seiciatrig, diwylliannol, cymdeithasol a seicolegol. Dangosir hyn yn Ffigur 1.

Dangosir y ffactorau risg ar gyfer hunanladdiad ymssg y rhai rhwng 10 ac 17 oed a nodwyd yn yr adolygiad o lenyddiaeth ffactorau risg yn Nhabl 2. Mae rhagor o fanylion am yr astudiaethau ar gael yn nogfen dechnegol yr adolygiad o'r dystiolaeth.

FIGUR 1 Y ffactorau risg allweddol ar gyfer hunanladdiad a hunan-niweidio ymssg y glasoed



Ffynhonnell: Hawton, Saunders, O'Connor, 2013.⁸ Atgynhyrchwyd gyda chaniatâd yr awdur a'r cyhoeddwr [Elsevier]. Nid yw cyfeithiad y ffigur uchod ar gael oherwydd hawlfraint.

TABL 2 Y ffactorau risg allweddol ar gyfer hunanladdiad ymssg plant a phobl ifanc a nodwyd yn yr adolygiad o lenyddiaeth

Ffactor risg cysylltiedig	Astudiaeth
Rhyw gwrywaidd	Hawton et al 2012 ⁸ Haw et al 2013 ⁹
Hanes o hunan-niweidio	Hawton et al 2012 ⁸
Anhwylder meddwl Anhwylder meddwl y mae modd gwneud diagnosis ohono (ond nad yw o reidrwydd wedi'i ddiagnosio) yn arbennig iselder, anhwylder diffyg canolbwytio a gorfywiogrwydd, anhwylder gorbryder, syndrom Asperger, anhwylder ymddygiadol	Fowler et al 2013 ¹⁰ Freuchen et al 2012 ¹¹ Hawton et al 2012 ⁸ Moran et al 2012 ¹² Kidger et al 2012 ¹³ Kelleher 2012 ¹⁴ Hurtig 2012 ¹⁵
Anhwylder meddwl rhiant	Hawton et al 2012 ⁸ Ljung et al 2012 ¹⁶
Profiad o golled ● Hunanladdiad yn y teulu neu'r gymuned leol ● Marwolaeth rhiant	Fowler et al 2013 ¹⁰ Freuchen et al 2012 ¹¹ Haw et al 2013 ⁹ Hawton et al 2012 ⁸
Hanes o ymddygiad hunanladdol yn y teulu	Hawton et al 2012 ⁸
Camddefnyddio sylweddau Alcohol a chyffuriau	Fowler et al 2013 ¹⁰ Haw et al 2013 ⁹
Camdriniaeth gorfforol neu rywiol	Hawton et al 2012 ⁸
Cyfeiriadedd rhywiol lleiafrifol	Fowler et al 2013 ¹⁰
Anawsterau rhyngbersonol ● Roedd mwy o gysylltedd gyda chyfoedion yn lleihau'r risg o roi cynnig arall ar gyflawni hunanladdiad ● Gwrthdaro, gan gynnwys gwrthdaro â rhieni, ffrindiau, yr heddlu a'r ysgol, mewn rhai achosion mae marwolaeth yn digwydd o fewn oriau o'r gwrthdaro	Czyz 2012 ¹⁷ Fowler et al 2013 ¹⁰ Freuchen et al 2012 ¹¹
Rhieni'n gwahanu/ysgaru	Hawton et al 2012 ⁸
Cael eu bwlio	Freuchen et al 2012 ¹¹
Natur fyrbwyl	Hawton et al 2012 ⁸
Cyflawniad addysgol cyfyngedig	Hawton et al 2012 ⁸
Statws cymdeithasol-economaidd isel	Hawton et al 2012 ⁸
Profiadau niweidiol yn ystod plentyndod	Hawton et al 2012 ⁸

4.2 Y plant a'r bobl ifanc a gafodd eu cynnwys yn yr adolygiad hwn

Roedd tri deg a phedwar o blant a phobl ifanc yn bodloni'r diffiniad o achos ar gyfer yr adolygiad thematig o hunanladdiad tebygol. Roedd 22 yn farwolaethau drwy hunan-niwed bwriadol ac roedd 10 yn ddigwyddiadau â bwriad amhendant. Nid oedd yr ONS wedi aseiniio cod i bedwar o'r marwolaethau ar y pryd ond cawsant eu hasesu yn unol â'r hyn a ddisgrifir ym mhrotocol y Tîm Adolygu Marwolaethau Plant gan yr arweinydd proffesiynol a'r Tîm Adolygu Marwolaethau Plant ar sail y wybodaeth a oedd ar gael. Cafodd dau o'r plant a phobl ifanc eu cynnwys yn dilyn yr asesiad hwn.

Defnyddiwyd crogi, mygu a thagu mewn 25 o'r marwolaethau o blant a phobl ifanc. Roedd dulliau eraill yn cynnwys gwenwyno â nwy; drylliau; gwrthrychau sy'n symud e.e. trenau; offeryn pŵl; gorddos a chamdefnyddio sylweddau.

4.3 Ffynonellau gwybodaeth

Roedd 12 o'r plant a'r bobl ifanc a gynhwyswyd yn yr adolygiad wedi marw ar ôl i raglen beilot yr Adolygiad o Farwolaethau Plant ddechrau ar 1 Hydref 2009. Nid oedd y rhaglen wedi cael ei hysbysu am dri o'r rhain.

Roedd gan yr adolygiad fynediad i 13 o grynodebau gweithredol adolygiadau achos difrifol. Cynhalwyd adolygiadau achos difrifol gan y bwrdd lleol diogelu plant mewn ymateb i farwolaethau lle y gallai esgeulustod neu gamdriniaeth fod wedi bod yn ffactor. Roedd hyn yn swyddogaeth statudol o dan Adran 32 (2) Deddf Plant 2004. Gofynnwyd am chwe chrynodeb o adolygiadau achos difrifol drwy'r bwrdd lleol diogelu plant perthnasol ar 1 Hydref

2013 ac nid ydynt wedi dod i law hyd yma. Mewn tri o farwolaethau gwnaethpwyd penderfyniadau i beidio â chynnal adolygiad achos difrifol. Cyhoeddwyd llythyr gan Lywodraeth Cymru yn caniatáu i'r marwolaethau drwy hunanladdiad gael eu heithrio o'r broses adolygu achos difrifol gan fyrrdau lleol diogelu plant ar gyfer plant a phobl ifanc nad oedd y gwasanaethau statudol yn gwybod amdanynt (Llythyr dyddiedig 7 Tachwedd 2011 gan Ddirprwy Gyfarwyddwr y Gyfarwyddiaeth Gwasanaethau Cymdeithasol Plant). Nid oedd modd i ni gael gwybod a gynhalwyd adolygiad achos difrifol mewn pum achos. Digwyddodd gweddill y marwolaethau ar ôl i'r broses adolygiad achos difrifol ddod i ben.

4.4 Crynodeb o wybodaeth

Roedd wyth o'r plant a'r bobl ifanc a gynhwyswyd yn ferched a 26 yn fechgyn. Roedd deg o'r plant a'r bobl ifanc wedi cael problemau yn yr ysgol yn ymwneud â phresenoldeb, ymgysylltu a chyflawniad. Nid oedd gan saith unrhyw broblemau o'r fath ac ar gyfer 17 nid oedd digon o wybodaeth i wneud asesiad. Roedd wyth o blith 34 o'r plant a'r bobl ifanc wedi gadael yr ysgol, roedd 14 yn yr ysgol, roedd llai na phump mewn cyfnod pontio (heb benderfynu a oeddent yn dychwelyd i addysg) ac nid oedd digon o wybodaeth am y gweddill i ffurfio barn.

Nid oedd modd i ni nodi unrhyw gysylltiadau cymdeithasol rhwng y plant a'r bobl ifanc a gynhwyswyd yn yr adolygiad yn seiliedig ar y wybodaeth a oedd ar gael.

TABL 3 Oedrannau'r plant a phobl ifanc

Blynnyddoedd	Nifer	Canran
10-15	11	32
16	10	29
17	13	38

TABLE 5 Ardal yn seiliedig ar gwintelau amddifadedd

Cwintel Amddifadedd	Nifer
1	<5
2	<5
3	7
4	8
5	12

Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru

TABL 6 A oedd y plant a'r bobl ifanc yn hysbys i wasanaethau yn ystod eu hoes

Gwasanaeth	Hysbys i'r gwasanaeth	Ddim yn hysbys i'r gwasanaeth	Methu â phenderfynu a oeddent yn hysbys neu ddim yn hysbys
Plant sy'n derbyn gofal	<5	24	6-10
Amddiffyn Plant	<5	22	8-12
Plentyn mewn Angen	11	5	18
Heddlu	13	<5	17-21
Tro sedd wyr Ifanc	7	7	20
Adrannau achosion brys	5	6	23
Iechyd meddwl plant a'r glasoed	8	12	14

TABL 7 Amgylchiadau cymdeithasol

Amgylchiadau	le	Na	Dim digon o wybodaeth
Rhieni wedi gwahanu/ysgaru	8	14	12
Amgylchiadau andwyol yn ystod plentyndod	10	7	17
Hanes o gamdriniaeth rywiol neu gorfforol	10	7	17
Hanes o ymddygiad hunanladdol yn y teulu	<5	11	19-23
Bwlio	7	7	20
Hanes o hunan-niweidio	6	12	16
Hanes o gamddefnyddio alcohol	9	10	15
Alcohol yn gysylltiedig â'r farwolaeth	<5	10	20-24
Hanes o gamddefnyddio cyffuriau	6	14	14
Cyffuriau'n gysylltiedig â'r farwolaeth	<5	12	18-22

TABL 4 Blwyddyn y farwolaeth

Blwyddyn	Nifer
2006	5
2007	6
2008	8
2009	<5
2010	<5
2011	6
2012	<5

4.5 Ffactorau a nodwyd mewn adolygiad naratif

Cafodd y panel drafodaeth naratif fanwl am 14 o'r plant a'r bobl ifanc a gynhwyswyd yn yr adolygiad.

Nid oeddym yn gallu nodi unrhyw gysylltiadau cymdeithasol rhwng y plant a'r bobl ifanc yn seiliedig ar y wybodaeth a oedd ar gael.

Nid oes un rheswm penodol pam mae rhywun yn lladd ei hun. Y ffordd orau o ddeall hyn yw drwy edrych ar fywyd ac amgylchiadau pob unigolyn. Fodd bynnag nododd y panel nifer o ffactorau a oedd yn gyffredin i lawer o'r plant a'r bobl ifanc.

4.5.1 Ffactorau cymdeithasol-economaidd ac addysgol

- Roedd gan lawer anghenion addysgol penodol neu gyflawniad addysgol cyfyngedig
- Roedd llawer nad oeddent mewn addysg, cyflogaeth na hyfforddiant (NEET) ac o'r herwydd yn cael ychydig iawn o gymorth gan wasanaethau, os o gwbl
- Roedd ychydig o'r bobl ifanc yn aros i ymuno â'r fyddin ac wedi bod mewn cysylltiad â phersonél y Lluoedd arfog a oedd yn ymwneud â reciriwtio
- Statws cymdeithasol-economaidd isel
- Bechgyn yn bennaf

4.5.2 Digwyddiadau negyddol bywyd a thrallod teuluol

- Y teulu'n chwalu, boed yn rhieni neu'r glasoed a'u rheini
- Bwlio yn yr ysgol, yn ogystal ag ar y ffordd i'r ysgol ac ar y ffordd adref, gan gynnwys dioddefwyr a'r rhai sy'n cyflawni'r bwlio
- Hanes o esgeulustod, camdriniaeth gorfforol a chamdriniaeth ddomestig

- Hanes o honiadau o gamdriniaeth rywiol
- Roedd nifer o'r plant a'r bobl ifanc wedi adleoli'n ddiweddar (o fewn y ddwy flynedd flaenorol) i ardal newydd gan arwain at gyfaddawdu o ran eu rhwydweithiau cymdeithasol o bosibl
- Roedd rhai naill ai'n byw ar eu pen eu hunain, gyda pherthnasau, gofalwyr maeth neu mewn llety â chymorth
- Plant sy'n derbyn gofal
- Plant sy'n ofalwyr

4.5.3 Plant a phobl ifanc sy'n hysbys i wasanaethau (iechyd meddwl, diogelwch plant, cyfiawnder troseddol)

- Materion iechyd meddwl rhieni
- Anhwylderau iechyd meddwl (anhwylder diffyg canolbwytio a gorfywiogrwydd, anhwylder y sbectrwm awtistig, anhwylder obsesiynol cymhellol, seicosis, iseldra)
- Ymddygiad sy'n eu rhoi mewn perygl, er enghraifft, bei chiogrwydd digroeso neu fân gamymddwyn a chyswilt gyda'r heddlu a'r system cyfiawnder troseddol
- Hunan-niweidio sy'n cynyddu o ran ei ddifrifoldeb

4.5.4 Ffactorau procsimol sy'n gysylltiedig â'r digwyddiad ei hun

- Cyffuriau ac alcohol
- Hunan-niweidio sy'n cynyddu o ran ei ddifrifoldeb
- Y teulu'n ymddieithrio
- Anawsterau rhyngbersonol
- Roedd digwyddiadau penodol, gan gynnwys profedigaeth, wedi ysgogi hunanladdiad i nifer o blant a phobl ifanc

4.5.5 Mynediad i ddull o gyflawni hunanladdiad

Mae mynediad i ddull o gyflawni hunanladdiad yn ffactor allweddol o ran cyflawni hunanladdiad.

Roedd y materion penodol a nodwyd yn ymwneud â chadw drylliau, mynediad i reilffyrdd a chadw meddyginaeth wenwynig yng nghartrefi pobl ifanc yr oedd yn hysbys eu bod yn hunan-niweidio neu'n agored i syniadau hunanladdol. Roedd cadw meddyginaeth wenwynig a/neu feddyginaeth presgripsiwn yn broblem benodol pan oedd y plant a'r bobl ifanc hyn yn byw gydag oedolion a chanddynt broblemau sylweddol o ran iechyd meddwl neu gamddefnyddio sylweddau.

4.6 Adolygiad o effeithiolrwydd

Cafodd 52 o ffynonellau tystiolaeth eu cynnwys yn yr adolygiad o effeithiolrwydd a'u grwpio yn ôl a oeddent yn ymyriadau cyffredinol, dethol/wedi'u targedu neu benodol (Tabl 8).

Mae adroddiad llawn ar yr adolygiad o effeithiolrwydd ar gael o

www.publichealthwales.org/childhealthreview

ac isod ceir detholiad o'r prif ganfyddiadau yn nhabl 8.

TABL 8 Crynodeb o dystiolaeth, neu ddiffyg dystiolaeth, yn ymwneud ag ymyriadau o ran atal hunanladdiad, hunan-niwed neu syniadau hunanladdol

Ymyriad	Tystiolaeth	Sylwadau
Ymyriadau cyffredinol – gan gynnwys y rhai wedi'u hanelu at y boblogaeth ysgol gyfan		
Rhagleni atal hunanladdiad wedi'u cynnal yn yr ysgol, h.y. i gynyddu gwybodaeth a dealltwriaeth o hunanladdiad, newid agweddau tuag at hunanladdiad, cynyddu ymwybyddiaeth o ffactorau risg ac annog ymddygiad sy'n chwilio am gymorth	Ceir rhywfaint o dystiolaeth yn deillio o hapdreialon wedi'u rheoli bod ymyriadau o'r fath yn cael effaith ar ddatrys problemau, agweddau a chwilio am help, o leiaf yn y tymor byr. Nid yw'n hysbys a ydynt yn cael effaith ar ymddygiad hunanladdol.	Yng Nghymru, nid yw rhagleni mewn ysgolion yn cael eu defnyddio'n rheolaidd ac ni nodwyd unrhyw ragleni a ddatblygwyd neu a brofwyd yn y DU yn yr adolygiad o dystiolaeth. Mae Cymorth Cyntaf lechyd Meddwl ar gael yng Nghymru ond nid yw'n fenter atal hunanladdiad sy'n benodol ar gyfer ysgolion ac nid oedd yn rhan o'r adolygiadau systematig a gynhwyswyd yma.
Ymyriadau mewn ysgolion i atal a lleihau'r defnydd o alcohol	Awgryma canllawiau NICE ac adolygiad Cochrane fod y rhain yn cael rhywfaint o effaith, ond nid oes dystiolaeth gyson.	Nid oedd unrhyw ragleni yn adolygiad Cochrane na chanllawiau NICE wedi'u datblygu a'u profi yn y DU. Ymdrinnir ag alcohol fel elfen o Gynlluniau Ysgolion lach - Rhwydwaith Cymru; caiff penderfyniadau ar ba ddull neu raglen i'w defnyddio eu gwneud ar lefel ysgol.
Hyrwyddo lles cymdeithasol ac emosiynol mewn addysg gynradd ac uwchradd	Cyhoeddi canllawiau NICE	Gall y canllawiau fod yn sail i Gynllun Ysgolion lach Cenedlaethol Cymru
Rhagleni yn yr ysgol i atal fictimeiddio (plant yn cael eu bwlio)	Mae dystiolaeth gymedrol i dda yn deillio o astudiaethau, rhai ohonynt yn hapastudiaethau, yn awgrymu y gall rhagleni arwain at leihad o rhwng 17 ac 20 mewn fictimeiddio (plant yn cael eu bwlio)	Mae nifer fawr o ragleni'n bodoli ac roedd y dystiolaeth ymchwil yn cynnwys tair rhaglen a ddatblygwyd ac a dreialwyd yn y DU. Ymdrinnir â bwlio fel rhan o'r Cynllun Ysgolion lach – Rhwydwaith Cymru. Caiff y dewis o ran pa raglen i'w mabwysiadu ei wneud ar lefel yr ysgol.

Ymyriad	Tystiolaeth	Sylwadau
Ymyriadau cyffredinol – gan gynnwys y rhai wedi'u hanelu at y boblogaeth ysgol gyfan		
Hyfforddiant Porthgeidwad, h.y. hyfforddi'r rhai y gellir eu hystyried yn ffynonellau cymorth, e.e. athrawon, i fod yn hyderus wrth adnabod y rhai a allai fod mewn perygl o gyflawni hunanladdiad a'u cyfeirio'n briodol i gael help	Ceir rhywfaint o dystiolaeth, gan gynnwys tystiolaeth o rai hapdrealon wedi'u rheoli, bod y math hwn o hyfforddiant yn cynyddu gwybodaeth a hyder ac yn newid agweddu. Prin yw'r dystiolaeth sy'n deillio o hapdrealon wedi'u rheoli o'r effaith ar ymddygiad hunanladdol.	Mae'r rhan fwyaf o raglenni wedi'u datblygu a'u treialu yn yr Unol Daleithiau. Defnyddir Hyfforddiant Sgiliau Ymyriadau Hunanladdiad Cymwysedig (ASIST) yng Nghymru ond ni chafodd ei gynnwys yn unrhyw un o'r adolygiadau systematig yma.
Dulliau cyffredinol o atal anhwylderau iechyd meddwl penodol h.y. rhaglenni seicolegol ac addysg i atal datblygiad anhwylderau iechyd meddwl ymseg plant a phobl ifanc.	Cymysg yw'r dystiolaeth. Mae rhywfaint o dystiolaeth yn deillio o hapdrealon wedi'u rheoli y gall ymyriadau seicolegol neu addysgol gael effaith ar symptomau iselder. Roedd y rhan fwyaf o'r rhaglenni yn cynnwys rhyw elfen o therapi gwybyddol ymddygiadol. Awgryma hapdrealon wedi'u rheoli i atal datblygiad anhwylderau bwyta eu bod yn annhebygol o fod yn effeithiol.	Mae mwyafrif y rhaglenni hyn mewn perthynas ag iselder wedi cael eu datblygu a'u profi yn yr Unol Daleithiau.
Atal yfed symiau niweidiol o alcohol	Mae canllawiau NICE ar gyfer polisi ac ymarfer wedi cael eu datblygu. Mae'r rhain ar gyfer y llywodraeth, diwydiant, y GIG a phawb y mae eu camau gweithredu yn effeithio ar agwedd y boblogaeth tuag at alcohol a'r defnydd ohono. Mae hyn yn cynnwys pennu isafswm pris fesul uned, argymhellion ar farchnata ac argaeedd alcohol a chymryd camau i fynd i'r afael â gwerthu alcohol i blant dan oed, sydd oll yn berthnasol i blant a phobl ifanc. Mae argymhellion ymarfer yng nghanllawiau NICE sy'n berthnasol i blant a phobl ifanc yn cynnwys sgrinio (yn seiliedig ar ymchwil a wnaethpwyd yn y DU) ac ymyriadau byr (yn seiliedig ar dystiolaeth o'r Unol Daleithiau)	Nid oes gan ganllawiau iechyd cyhoeddus NICE statws ffurfiol yng Nghymru ond fe'u hystyrir yn ffynhonnell ddefnyddiol o dystiolaeth sydd wedi'i hadolygu

Ymyriad	Tystiolaeth	Sylwadau
Ymyriadau cyffredinol – gan gynnwys y rhai wedi'u hanelu at at y boblogaeth gyfan		
Rhaglenni teuluol ac aml-elfen wedi'u hanelu at atal neu leihau yfed ymysg plant a phobl ifanc	Ceir rhywfaint o dystiolaeth i ategu'r defnydd o raglenni aml-elfen. Ymddengys mai'r dystiolaeth orau sydd ar gael yw ar gyfer rhaglenni teuluol ond mae'r effaith yn fach. Nid oedd yr un o'r rhaglenni a gynhwyswyd yn yr adolygiad wedi'i datblygu neu'i phrofi yn y DU.	Mae'r Rhaglen Cryfhau Teuluoedd, a ddeilliodd o'r Unol Daleithiau, wedi bod yn destun hapdreial wedi'i reoli yng Nghymru, fodd bynnag nid ymddengys fod canlyniadau hyn ar gael mewn cyfnodolyn a adolygir gan gymheiriad ar hyn o bryd.
Mentora i atal neu leihau'r defnydd o gyffuriau ac alcohol	Ceir rhywfaint o dystiolaeth o hapdreialon wedi'u rheoli, unwaith eto o'r Unol Daleithiau, y gall mentora fod yn ddefnyddiol o ran atal camddefnyddio cyffuriau ac alcohol ond ni ddaw i gasgliad penodol.	Roedd y rhaglenni mentora'n cynnwys naill ai fentoriaid sy'n gyfoedion neu oedolion yn y gymuned.
Rhaglenni yn yr ysgol i atal cam-drin plant yn rhywiol	Awgryma adolygiad Cochrane o'r rhaglenni hyn eu bod yn cynyddu gwybodaeth ac ymddygiad amddiffynnol ond nid oes dystiolaeth bendant a dywedodd rhai astudiaethau eu bod wedi arwain at niwed. Nid yw'n hysbys a yw'r gwelliannau hyn yn arwain at leihad mewn camdriniaeth rywiol. Mae'r ffaith bod rhai astudiaethau wedi cofnodi canlyniadau fel cynnydd mewn pryder ymysg plant a gymerodd ran yn y rhaglenni hyn, mwy o ofn dieithriaid, ymddygiad ymosodol tuag at gyfoedion ac amharodrwydd i fynd i'r ysgol, yn awgrymu bod angen monitro ymyriadau tebyg yn ofalus.	Roedd y mwyafrif o'r astudiaethau a gynhwyswyd yn yr adolygiad yn deillio o'r Unol Daleithiau, ni chafodd yr un ohonynt ei datblygu neu ei threialu yn y DU.

Ymyriad	Tystiolaeth	Sylwadau
Ymyriadau dethol/wedi'u targedu		
Rheoli iselder ymysg plant a'r glasoed	Cyhoeddwyd canllawiau NICE yn 2005. Cyhoeddwyd dau adolygiad Cochrane (un ar y genhedlaeth newydd o gyffuriau gwrthiselder, y llall ar therapiâu seicolegol wedi'u cyfuno â chyffuriau gwrthiselder neu ar eu pen eu hunain) ers hynny. Nid yw canfyddiadau'r rhain yn sylweddol wahanol i ganllawiau presennol NICE.	Mae gan ganllawiau clinigol NICE statws ffurfiol yng Nghymru. Golyga hyn y disgwylir i weithwyr iechyd proffesiynol (a'r sefydliadau sy'n eu cyflogi) roi ystyriaeth lawn i ganllawiau clinigol NICE pan fyddant yn penderfynu pa driniaethau i'w rhoi i bobl.
Rheoli anhwylder straen wedi trawma	Cyhoeddwyd canllawiau NICE yn 2005. Cyhoeddwyd adolygiad Cochrane ar therapiâu seicolegol ar gyfer anhwylder straen wedi trawma ymysg plant yn 2012. Mae'r canfyddiadau'n cyd-fynd â chanllawiau presennol NICE ar gefnogi'r defnydd o therapiâu seicolegol, yn arbennig therapi gwybyddol ymddygiadol. Mae gan ganllawiau clinigol NICE statws ffurfiol yng Nghymru. Golyga hyn y disgwylir i weithwyr iechyd proffesiynol (a'r sefydliadau sy'n eu cyflogi) roi ystyriaeth lawn i ganllawiau clinigol NICE pan fyddant yn penderfynu pa driniaethau i'w rhoi i bobl.	Mae gan ganllawiau clinigol NICE statws ffurfiol yng Nghymru. Golyga hyn y disgwylir i weithwyr iechyd proffesiynol (a'r sefydliadau sy'n eu cyflogi) roi ystyriaeth lawn i ganllawiau clinigol NICE pan fyddant yn penderfynu pa driniaethau i'w rhoi i bobl.
Anhwylderau meddwl eraill	Mae ystod eang o ganllawiau NICE yn bodoli.	
Ymyriadau mewn ysgolion i atal a lleihau'r defnydd o alcohol	Mae canllawiau NICE hefyd yn mynd i'r afael ag ysgolion yn adnabod plant sy'n yfed ac yn cynnig ymyriadau byr iddynt.	Yng Nghymru efallai y gellir ystyried hyn fel rôl i nyrsys ysgol neu gynghorwyr ysgol.

Ymyriad	Tystiolaeth	Sylwadau
Ymyriadau dethol/wedi'u targedu		
Ymateb i amheuaeth o gam-drin plentyn	<p>Mae NICE wedi cyhoeddi canllawiau ar pryd y dylai gweithwyr iechyd proffesiynol nad ydynt yn arbenigwyr amddiffyn plant amau bod plentyn yn cael ei gam-drin. Nid yw hyn yn cynnwys canllawiau ar reoli canlyniadau hyn.</p> <p>Awgryma un o adolygiadau Cochrane y gall therapi gwybyddol ymddygiadol fod â'r potensial i gael effaith gadarnhaol ar ganlyniadau camdriniaeth rhywiol gan gynnwys iselder a phroblemau ymddygiad ond at ei gilydd nid oedd tystiolaeth bendant. Roedd yr adroddiadau ar astudiaethau'n wael ac roedd gwendidau o ran y fethodoleg.</p> <p>Daeth yr awduron i'r casgliad fod dulliau gwybyddol-ymddygiadol yn haeddu cael eu hystyried fel triniaeth a ddewisir gan blant sydd wedi'u cam-drin yn rhywiol ac sy'n dioddef canlyniadau andwyol o ganlyniad i'r gamdriniaeth honno. Ceir tystiolaeth gymharol gyson y gall dulliau gwybyddol-ymddygiadol arwain at leihad mewn symptomau iselder, gorbryder a straen wedi trawma ymysg plant. Mae canllawiau NICE ar anhwylder straen wedi trawma hefyd yn argymhell therapi gwybyddol ymddygiadol i blant sydd wedi'u cam-drin yn rhywiol.</p> <p>Ceir diffyg tystiolaeth ar effeithiol-rwydd dulliau seicoddadansoddol / seicoddynamig.</p>	

Ymyriad	Tystiolaeth	Sylwadau
Ymyriadau dethol/wedi'u targedu		
Rhaglenni rhianta ar gyfer trin camdriniaeth gorfforol ac esgeuluso plant	<p>Daeth adolygiad Cochrane i'r casgliad fod diffyg tystiolaeth ynghylch effeithiolrwydd rhaglenni rhianta ar gyfer lleihau camdriniaeth gorfforol ac esgeuluso plant.</p>	
Ymyriadau wedi'u targedu		
Rheoli hunan-niweidio	<p>Mae NICE wedi cyhoeddi canllawiau ar reoli hyn yn y tymor byr a'r tymor hir. Mae gan y canllawiau hyn statws ffurfiol yng Nghymru sy'n golygu y dylid eu hystyried yn llawn wrth reoli hunan-niweidio ymmsg plant a phobl ifanc.</p> <p>Ymmsg yr argymhellion allweddol yn yr adroddiad hwn mae: hyfforddi nyrssys brysbenyn briodol, derbyn plant a phobl ifanc dros nos a'r cyngor cryf i beidio â defnyddio offerynnau asesu risg i ragfynegi ymgais i gyflawni hunanladdiad yn y dyfodol neu ragor o hunan-niwed neu i benderfynu sut i'w rheoli.</p>	<p>Daeth papur diweddar sy'n disgrifio rheoli hunan-niwed mewn 32 o ysbytai yn Lloegr i'r casgliad fod gwasanaethau ar gyfer rheoli hunan-niweidio mewn ysbytai yn parhau i fod yn amrywiol er gwaethaf canllawiau NICE.¹⁶</p> <p>Yn benodol, ni chanfu'r awduron unrhyw dystiolaeth o asesiadau seicogymdeithasol cynyddol dros amser. Roedd y panel yn teimlo bod y dull presennol o weithredu canllawiau NICE ar reoli hunan-niweidio yn y tymor byr a'r tymor hir yng Nghymru yn amrywiol.</p>



5

Cryfderau a chyfyngiadau

Un o brif gryfderau'r adolygiad hwn oedd natur amlsector y panel. Cafwyd cynrychiolaeth o'r meysydd iechyd (gofal sylfaenol, eilaidd, trydyddol ac iechyd cyhoeddus mewn gwahanol arbenigeddau), addysg, gwasanaethau diogelu, yr heddlu, y byd academaidd a'r trydydd sector. Bu hyn yn fodd o sicrhau trafodaeth gynrychioliadol am y marwolaethau a oedd yn mynd y tu hwnt i iechyd.

Cwmpasodd yr adolygiad cenedlaethol gyfnod o saith mlynedd, gan gasglu gwybodaeth o ystod eang o ffynonellau a chaniatáu cyfleoedd i nodi themâu a ffactorau y gellir eu haddasu sy'n cyfrannu at farwolaethau drwy hunanladdiad yng Nghymru. Defnyddiwyd siartiau bywyd fel ffordd o groniclo gwybodaeth bwysig am fywyd a marwolaeth y plant a'r bobl ifanc. Bu'r offeryn hwn yn ddefnyddiol iawn i lywio trafodaeth y panel.

Mae'r wybodaeth am farwolaethau plant a phobl ifanc sy'n cael eu cynnwys yn yr adolygiad hwn yn debyg i gyfres achosion; mae'n caniatáu i ffactorau sy'n cyfrannu at y marwolaethau gael eu nodi, ond nid yw'n darparu swm sylweddol o dystiolaeth ar gyfer

effeithiolrwydd. Am y rheswm hwn caiff yr adolygiad ei ategu gan adolygiad o dystiolaeth ryngwladol sydd wedi bod yn sail i'r argymhellion.

Roedd nifer o feisydd lle na allai'r panel ddod i gasgliad oherwydd diffyg gwybodaeth. Mewn rhai achosion nid oedd yn glir faint o blant a phobl ifanc a gafodd eu heffeithio gan ffactorau penodol. Mae crynodebau gweithredol adolygiadau achos difrifol yn gyfyngedig o ran dyfnder y wybodaeth a ddarperir at ddibenion adolygiad thematig.

Nodwyd bod adroddiadau'r heddlu a chwrneriaid yn ffynonellau newydd o wybodaeth ddefnyddiol. Datblygwyd templedi casglu Data yr Adolygiad o Farwolaethau Plant ymhellach fel rhan o'r adolygiad hwn a bydd hyn yn gwella'r adolygiadau thematig o hunanladdiad tebygol a gynhelir yn y dyfodol. Bydd y dull casglu data possibl am hysbsiadau o hunanladdiad tebygol i'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant hefyd yn gwella'r wybodaeth a fydd ar gael ar gyfer adolygiadau thematig yn y dyfodol.

Roedd y dulliau o gofnodi'r wybodaeth am ansawdd perthnasoedd ym mywydau'r plant a'r bobl ifanc

hyn yn gyfyngedig yn ogystal ag unrhyw wybodaeth yngylch unrhyw gysylltiadau cymdeithasol rhyngddynt. Prin oedd y wybodaeth am y defnydd o'r cyfryngau cymdeithasol hefyd. Mae'r rhain oll yn ffactorau pwysig yn y grŵp oedran hwn. Bydd cofnodi'r wybodaeth ar gyfer adolygiadau thematig yn y dyfodol yn bwysig. Yn yr un modd bydd dulliau i annog ysgolion a sefydliadau addysg bellach i rannu gwybodaeth hefyd yn gwella'r wybodaeth sydd ar gael.

Yn Lloegr, mae'r canllawiau presennol yn nodi y dylai teuluoedd gael eu cynnwys mewn prosesau adolygu marwolaethau plant byrddau lleol diogelu plant. Ni wnaethpwyd hyn yn yr adolygiad presennol a rhoddir ystyriaeth yn y dyfodol i'r ffordd orau o oresgyn yr heriau yn hyn o beth.



6

Y negeseuon allweddol

Nid oes un rheswm penodol pam mae plentyn neu berson ifanc yn lladd ei hun. Fel arfer mae'n ganlyniad rhwngweithio cymhleth rhwng amrywiol ffactorau. Roedd llawer o'r plant a'r bobl ifanc a gafodd eu cynnwys yn yr adolygiad hwn yn dod o ardaloedd o amddifadedd ac mae anghydraddoldeb amlwg o'r fath yn her fawr o ran atal hunanladdiad.

Mae'r adran ganlynol yn amlygu'r negeseuon allweddol o ran y ffactorau a allai fod wedi cyfrannu at y marwolaethau hyn. Amlyga'r negeseuon allweddol hyn gyfleoedd posibl i atal hunanladdiad a phrosesau a allai gefnogi hyn.

6.1 Addysg, cyflogaeth a hyfforddiant

Roedd gan lawer o'r plant a'r bobl ifanc gyflawniad addysgol cyfyngedig neu nid oeddent mewn addysg, cyflogaeth na hyfforddiant (NEET). Nid oedd y rhai dros 16 oed wedi cael llawer o gymorth, os o gwbl, gan unrhyw wasanaethau.

Yn gyffredinol nododd y panel fod diffyg gwybodaeth am gyd-destun addysgol y plant a'r bobl ifanc hyn. Ni allai ysgolion a cholegau addysg bellach gyfrannu at y wybodaeth a ddarparwyd i'r adolygiad.

Roedd rhai o'r plant a'r bobl ifanc yn aros i ymuno â'r fyddin. Dylid ystyried personél y lluoedd arfog sy'n reciwtio pobl ifanc yn borthgeidwaid allweddol (gweler adran 6.4.5).

6.2 Ffactorau sy'n gysylltiedig â'r digwyddiad

Roedd digwyddiadau andwyol bywyd wedi ysgogi hunanladdiad i nifer o blant a phobl ifanc a oedd yn rhan o'r adolygiad. Yn dilyn digwyddiadau bywyd neu amgylchiadau a oedd yn achosi straen, fel bod yn dyst mewn llys neu fwlio, dylid canolbwytio ar gefnogi'r plentyn neu'r person ifanc a'u teulu neu'u gofalwyr drwy wasanaethau mewn ysgolion a gweithleoedd.

Os bydd plentyn neu berson ifanc yn wynebu argyfwng, ond yn arbennig un sy'n agored i niwed, dylid ystyried darparu hafan ddiogel er mwyn eu hatal rhag cael eu cadw mewn lleoedd fel ystafelloedd y ddalfa neu ar wardiau iechyd meddwl oedolion.

6.3 Mynediad i ddull o gyflawni hunanladdiad

Mae mynediad i ddull o gyflawni hunanladdiad yn ffactor allweddol o ran cyflawni hunanladdiad. Bu farw'r rhan fwyaf o blant a phobl ifanc drwy grogi, tagu neu fygu. Mae cyfyngu ar

fynediad i'r dulliau hyn yn anodd iawn y tu allan i leoliadau diogel neu leoliadau cleifion mewnol. Serch hynny, mae dulliau eraill o gyflawni hunanladdiad a nodwyd gan yr adolygiad hwn lle mae modd rhoi ymyriadau ar waith yn cynnwys storio drylliau, mynediad i alcohol i blant a phobl ifanc a storio meddyginaeth wenwynig yng nghartrefi plant a phobl ifanc y gwyddys eu bod yn hunan-niweidio neu'n agored i syniadau hunanladdol. Roedd cadw meddyginaeth wenwynig, sy'n aml yn feddyginaeth a roddir ar bresgripsiwn, yn broblem benodol pan oedd y plant a'r bobl ifanc hyn yn byw gydag oedolion a chanddynt broblemau sylweddol o ran iechyd meddwl neu gamddefnyddio sylweddau.

6.4 Gweithio mewn partneriaeth

6.4.1 Gwell gyfathrebu

Yn gyson â chanfyddiadau llawer o achosion unigol roedd y panel yn teimlo bod angen gwell gyfathrebu rhwng gwasanaethau a gwell cydgysylltu rhwng asiantaethau i helpu i atal rhai o'r marwolaethau hyn.

6.4.2 Cofrestrau amddiffyn plant

Nid yw'r system cofrestr amddiffyn plant bresennol mor effeithiol ag y gallai fod i gefnogi cyfathrebu, ar draws gwledydd a gwasanaethau nac o fewn ardaloedd awdurdodau lleol, am blant y nodwyd eu bod mewn perygl o niwed sylweddol. Mae 22 o gofrestrau ledled Cymru ac nid yw mynediad i wahanol gofrestrau ardal yn amserol neu hyd yn oed yn bosibl bob tro.

6.4.3 Teuluoedd a gofalwyr

Dylai gwasanaethau weithio mewn partneriaeth â theuluoedd a gofalwyr lle y bo'n bosibl. Mae hyn eisoes yn un o egwyddorion arweiniol llawer o'n gwasanaethau. Gall teuluoedd roi gwybodaeth werthfawr am ffactorau risg ac i ba raddau y mae plant mewn perygl ond dylid ystyried hawliau a dymuniadau'r plentyn neu'r person ifanc bob tro. Efallai na fydd hunanadroddiad gan blentyn neu berson ifanc yn nodi materion fel camddefnyddio alcohol neu sylweddau.

6.4.4 Lleoliadau

Nododd y panel rôl ysgolion, colegau a gweithleoedd fel lleoliadau hollbwysig i ymgysylltu â phlant a phobl ifanc sy'n agored i niwed. Yn benodol, maent yn cynnig cyfleoedd i weithredu a gwerthuso ymyriadau a rhagleni sy'n seiliedig ar dystiolaeth.

6.4.5 Porthgeidwaid allweddol

Nododd y panel borthgeidwaid allweddol sy'n dod i gysylltiad â phlant a phobl ifanc yn rheolaidd, ond nid oherwydd eu statws proffesiynol neu'u galwedigaeth yn unig. Mae a wnelo eu rôl yn aml ag ymateb yn uniongyrchol yn briodol ac yn gymesur i unigolion sy'n wynebu trallod neu ddatgelu teimladau hunanladdol neu ymddygiad hunan-niweidiol er mwyn ennyn ymddiriedaeth a chreu cyfleoedd i ymgysylltu ymhellach gyda ffynonellau cymorth. Gallai hyn ddigwydd drwy atgyfeirio, cyfeirio neu ymateb cydymdeimladol nad yw'n annog y person dan sylw i beidio â chwilio am help yn y dyfodol.

Mae'r Porthgeidwaid a nodwyd yn cynnwys:

- Darparwyr gofal iechyd sylfaenol
- Darparwyr gofal iechyd meddwl
- Darparwyr gofal iechyd brys
- Athrawon a staff addysg bellach eraill
- Arweinwyr cymunedol
- Swyddogion yr heddlu
- Ymatebwyr cyntaf eraill gan gynnwys staff ambiwlans ac ymladdwyr Tân
- Swyddogion reciwtio y lluoedd arfog
- Gweithwyr gofal cymdeithasol
- Arweinwyr ysbrydol a chrefyddol
- Sefydliadau chwaraeon
- Gwasanaethau troseddwyr ifanc

6.5 Ymyriadau

Ceir dystiolaeth dda i resymol o effeithiolrwydd ar gyfer nifer o ymyriadau a allai atal hunanladdiad ymseg plant a phobl ifanc.

Amlygodd yr adolygiad o'r dystiolaeth ymchwil nifer o feysydd lle ceir dystiolaeth i gefnogi manteision ymyriadau cyffredinol, dethol/wedi'u targedu a phenodol. Mae llawer eisoes yn cael ei wneud ond mae ystod o faterion sy'n cael eu cefnogi gan y dystiolaeth y gellir ymchwilio iddi yng Nghymru. Mae'r rhain yn cynnwys:

- Datblygu a gwerthuso rhaglenni atal hunanladdiad a gynhelir mewn ysgolion yng Nghymru
- A yw addysg am alcohol, mentrau i fynd i'r afael â bwlio a chamau i hyrwyddo lles cymdeithasol ac emosiynol mewn ysgolion yn cael eu llywio'n ddigonol gan y dystiolaeth bresennol o ran y cynnwys a'r ffordd y cânt eu darparu ac a yw'r rhai sydd eisoes ar waith yn cael eu gwerthuso'n briodol

- A yw'n ymarferol ac yn briodol i staff cynghori yr ysgol neu nyrsys ysgol gael eu hyfforddi i ddarparu ymyriadau byr ar alcohol
- Camau i leihau mynediad i alcohol i blant a phobl ifanc
- Canlyniad rhaglen Cryfhau Teuluoedd Cymru
- A roddir digon o sylw i fynd i'r afael â chanlyniad cam-drin plant yn rhywiol ac a gaiff hyn ei wneud yn ddigon cynnar i newid cwrs bywyd rhai plant a phobl ifanc.
- A yw canllawiau NICE ar reoli hunan-niweidio yn y tymor byr a'r hirdymor wedi'u rhoi ar waith yn briodol yng Nghymru.
- A yw canllawiau NICE ar Iselder ymseg plant a phobl ifanc wedi'u rhoi ar waith yn briodol yng Nghymru
- A yw'n briodol ac yn ymarferol datblygu gwasanaethau ôlymyriad yng Nghymru

6.6 Adolygiad Thematig o farwolaethau plant a phobl ifanc drwy hunanladdiad tebygol

6.6.1 Terfyn oedran adolygiadau o farwolaethau plant

Nid oes diffiniad y cytunwyd arno o berson ifanc. Dim ond un ffordd o'i ddiffinio yw oedran cronolegol.

Mae ffyrdd eraill yn cynnwys datblygiad gwybyddol neu nodweddion ffisegol. Nododd y panel y byddai'r pontio i wasanaeth oedolion a phlant sy'n agored i niwed neu ddangosyddion sy'n pontio'r ffiniau traddodiadol rhwng oedolion a phlentyn yn elwa ar ymestyn cwmpas adolygiadau thematig o farwolaethau plant drwy hunanladdiad tebygol i gynnwys grwpiau oedran hŷn.

6.6.2 Rhannu gwybodaeth

Prin oedd y cysondeb o ran rhannu gwybodaeth yn deillio o grynodebau gweithredol adolygiadau achos difrifol gyda'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant. Pan gafodd y crynodebau eu rhannu, yn sgil eu triongli gyda ffynonellau gwybodaeth eraill amlygyd eu cyfyngiadau o ran darparu gwybodaeth i gynnal adolygiad trylwyr o farwolaeth y plentyn neu'r person ifanc at ddibenion y Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant. Dylid ceisio dod o hyd i ddull i alluogi'r Tîm Adolygu Marwolaethau Plant i gael mynediad i adroddiad llawn yr adolygiadau.

Mae adolygiadau achos difrifol wedi cael eu disodli gan y broses adolygu ymarfer plant nad yw'n cynhyrchu cronoleg fanwl. Felly mae'n hanfodol ennyn ymateb gan PRUDiC a sicrhau bod hynny'n cael ei gwblhau ar gyfer pob marwolaeth plentyn a pherson ifanc drwy hunanladdiad tebygol a bod Hysbysiad o Farwolaeth Plentyn a Chofnod o Farwolaeth Plentyn yn cael eu cwblhau a'u dychwelyd i'r Tîm Adolygu Marwolaethau Plant. Ar hyn o bryd mae rhai o gofnodion cyfarfodydd rhannu gwybodaeth a chynllunio PRUDiC yn cael eu rhyddhau i'r Tîm Adolygu Marwolaethau Plant; fod bynnag nid ydynt yn ddigonol i gynnal adolygiad thematig manwl fel rhan o'r rhaglen marwolaethau plant. Effallai y bydd y drafodaeth ar achosion, a hefyd cofnodion y cyfarfod adolygu achosion, yn rhoi mwy o wybodaeth. Mae byrddau lleol diogelu plant yn atebol am sicrhau bod gwersi a ddysgir o farwolaethau unigol yn cael eu rhoi ar waith.

Mynegodd y rhan fwyaf o grwneriaid barodrwydd i ddarparu gwybodaeth ar gyfer yr adolygiad hwn.

6.6.3 Atebolrwydd ac adolygu marwolaethau plant a phobl ifanc drwy hunanladdiad

Mae strategaeth Llywodraeth Cymru ar atal hunanladdiad a hunan-niwed, Siarad â Fi?1 2009-2014 wrthi'n cael ei diweddar. Mae'n amlygu gofyniad i nodi proses i adolygu pob marwolaeth drwy hunanladdiad. Ar hyn o bryd ni chaiff marwolaethau drwy hunanladdiad ymssg plant a phobl ifanc nad ydynt yn hysbys i wasanaethau eu hadolygu'n helaeth. O ganlyniad efallai y caiff gwersi eu colli ac ymddengys nad oes atebolrwydd pendant ar gyfer nodi a gweithredu ymyriadau ataliol penodol yn dilyn marwolaeth plentyn neu berson ifanc drwy hunanladdiad lle nad oedd yr unigolyn hwennw'n hysbys i wasanaethau.

Gall SID - Cymru ddarparu gwybodaeth werthfawr yn yr adolygiadau o farwoalethau drwy hunanladdiad ymssg y rhai nad ydynt yn hysbys i wasanaethau. Dylid pwysleisio nad yw'r ffaith nad yw plentyn neu berson ifanc yn hysbys i wasnaethau yn golygu y dylai ddim fod wedi bod yn hysbys iddynt. Caiff marwolaethau drwy hunanladdiad tebygol ymssg y rhai sy'n hysbys i wasanaethau iechyd meddwl eu hadolygu mewn Ymchwiliad Cyfrinachol Cenedlaethol i Hunanladdiad a Dynladdiad. Byddai cydweithio a rhannu gwybodaeth ar draws asiantaethau a rhanbarthau yn y broses hon yn cyfoethogi'r data sydd ar gael ar gyfer trafodaeth panel yn yr achosion hynny.

6.6.4 Ymgysylltu â'r teulu a gofalwyr

Roedd y panel yn teimlo bod ymgysylltu â theuluoedd, perthnasau mewn profedigaeth a phobl ifanc drwy'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant yn bwysig. Trafodwyd pennu blaenorriaethau o ran dethol adolygiadau thematig a chyfranogi ar baneli, yn arbennig ar y cam llunio argymhellion.

6.7 Ymwybyddiaeth y cyhoedd

Mae stigma sy'n gysylltiedig â hunanladdiad yn parhau i fod yn her fawr i ymdrechion atal. Gall stigma atal pobl rhag chwilio am help a bod yn rhwystr i gael mynediad i wasanaethau atal hunanladdiad a chymorth drwy ôlymyriad. Mae angen cynyddu ymwybyddiaeth o nifer o ffactorau risg a nodwyd er mwyn mynd i'r afael â stigma a galluogi ymatebion personol i blant a phobl ifanc sydd mewn trallos.

Mae llythrennedd iechyd meddwl ymysg y boblogaeth gyffredinol, gweithwyr proffesiynol ar y rheng flaen, ysgolion a lleoliadau eraill fel clybiau chwaraeon yn hollbwysig i ymdrechion atal a hunanladdiad a hunan-niwed.

Er y bydd ymdrechion i leihau stigma mewn perthynas â salwch meddwl o fudd i'r broses hon mae angen ymdrechion ychwanegol i leihau stigma sy'n gysylltiedig ag ymddygiad hunanladdol (meddyliau a hunan-niwed).

Mae angen i unrhyw ymgyrch neu ymyriad ystyried yn ddigonol sut i sicrhau bod negeseuon yn ystylon i blant a phobl ifanc, ymgysylltu â hwy wrth ddatblygu'r broses a gwerthuso effeithiolrwydd.

6.8 Y cyfryngau digidol

Soniwyd am wefannau cyfryngau cymdeithasol a gwefannau penodol mewn perthynas â marwolaethau rhai plant a phobl ifanc. Roedd asesu'r cyfryngau hyn ac unrhyw ran y gallent ei chwarae o ran ffactor cysylltiedig a chyfle i ymyrryd y tu hwnt i gwmpas yr adolygiad presennol.



Argymhellion

Gwnaeth y panel argymhellion yn seiliedig ar y wybodaeth am y plant a'r bobl ifanc a fu farw, y dystiolaeth i'r adolygiad a'u harbenigedd. Roedd y panel yn credu y dylai'r argymhellion mewn print tywyll fod yn argymhellion cryf.

7.1 Argymhellion i Llywodraeth Cymru

- 1 **Dylai Llywodraeth Cymru fynd ar drywydd dulliau i gyfyngu mynediad plant a phobl ifanc i alcohol. Mae hyn yn cynnwys pennu isafswm pris fesul uned, rheoleiddio marchnata ac argaeledd alcohol a chymryd camau i fynd i'r afael â gwerthu alcohol i blant dan oed. Gall hyn fod drwy weithio o fewn y pwerau presennol, ceisio rhagor o bwerau neu bwerau ychwanegol, neu lobio llywodraeth y DU i wneud newidiadau.**
- 2 Dylai Llywodraeth Cymru ymchwilio i ddulliau i sicrhau bod plant a phobl ifanc rhwng 16 a 18 oed yn cael cymorth mewn addysg neu hyfforddiant, sy'n cynnwys hyfforddiant seiliedig ar waith. Gellid galluogi hyn drwy gynyddu oedran gadael yr ysgol i 18 oed.
- 3 **Dylai Llywodraeth Cymru ddatblygu dulliau i greu cofrestr amddiffyn plant Cymru gyfan y gall pob awdurdod lleol gyfrannu ati ac sy'n hygyrch i'r gwasanaethau perthnasol yn ôl yr angen, ac i adrannau achosion brys yn benodol.**
- 4 Dylai Llywodraeth Cymru ymchwilio i ddulliau o gydgysylltu'r gofrestr amddiffyn plant Cymru gyfan hon a chynlluniau amddiffyn plant gwledydd eraill a chefnogi'r dulliau hynny.
- 5 Dylai Llywodraeth Cymru gyhoeddi canllawiau penodol i sicrhau, ledled Cymru, bod nifer y plant a phobl ifanc sy'n mynd i adrannau achosion brys droeon yn dilyn pyliau o hunan-niweidio, pryderon ynghylch iechyd meddwl neu yn sgil camddefnyddio alcohol neu gyffuriau arwain at gael eu cyfeirio a'u hasesu gan ofal cymdeithasol plant gyda throthwyon is ar gyfer cynnal cyfarfod strategaeth a chreu cynlluniau amlasiantaeth yn gynt.
- 6 **Dylai Llywodraeth Cymru gefnogi a datblygu dulliau i sicrhau bod canllawiau NICE ar reoli hunan-niweidio ymysg plant a phobl ifanc yn y tymor byr a'r tymor hir yn cael eu gweithredu yng Nghymru yn arbennig o ran derbyniadau i'r ysbyty, asesiad seicogymdeithasol,**

ymyriadau sy'n seiliedig ar dystiolaeth a hyfforddi staff.

Dylid ystyried cynnwys dulliau gwella gofal iechyd ac, i wneud cais ffurfiol byrddau iechyd yn rhoi sicrwydd bod yr arweiniad yn cael ei roi ar waith yn llawn.

- 7 Dylai Llywodraeth Cymru gefnogi cynyddu ymwybyddiaeth o nifer o ffactorau risg ar gyfer hunanladdiad tebygol ymseg y cyhoedd er mwyn mynd i'r afael â stigma a galluogi ymatebion personol i blant a phobl ifanc sydd mewn trallos. Byddai hyn yn cynnwys hyfforddiant ymwybyddiaeth o hunanladdiad, llythrennedd iechyd meddwl, ymgyrch codi ymwybyddiaeth a gwefan genedlaethol atal hunanladdiad a hunan-niwed.
- 8 Dylai Llywodraeth Cymru gefnogi'r gwaith o hyfforddi porthgeidwaid allweddol mewn ymwybyddiaeth o hunanladdiad, llythrennedd iechyd meddwl a chyfeirio at wasanaethau priodol. Dylid gwerthuso unrhyw ragleni hyfforddi o'r fath yn briodol.
- 9 Dylai Llywodraeth Cymru barhau i gefnogi gwaith ymchwil newydd ym maes epidemiolog ac atal hunanladdiad a hunan-niwed ymseg plant a phobl ifanc.

7.2 Argymhellion i'r Heddlu

- 10 Dylai heddluoedd yng Nghymru sicrhau bod drylliau trwyddedig yn cael eu storio yn y cartref mewn dull diogel, gan dalu sylw penodol i'r potensial y gall plant neu bobl ifanc sy'n ymddwyn yn fyrbwyll gael mynediad hawdd iddynt.

7.3 Argymhellion i gomisiynwyr a darparwyr gofal iechyd, gan gynnwys clinigwyr

- 11 Dylai comisiynwyr a darparwyr gofal iechyd sicrhau bod gwasanaethau therapi gwbyddol ymddygiadol sy'n seiliedig ar dystiolaeth ar gael i bob plentyn sydd wedi cael ei gam-drin yn rhywiol, gan gynnwys y rhiant nad yw wedi cyflawni'r gamdriniaeth. Dylent hefyd sicrhau bod llwybrau ar gael i annog pobl i ddefnyddio'r gwasanaethau hyn.
- 12 Dylai clinigwyr sy'n gofalu am blant a phobl ifanc sydd mewn perygl o gyflawni hunanladdiad ystyried gallu oedolion yn y cartref i storio meddyginaeth neu gyffuriau gwenwynig yn ddiogel a chyd-drafod gyda gwasanaethau eraill yn ôl y gofyn. Dylai cyrff perthnasol, fel Coleg Brenhinol y Seiciatryddion a'r rhaglen rheoli meddyginaethau, ystyried datblygu canllawiau ar y mater hwn.

7.4 Argymhellion i bartneriaethau ac asiantaethau

- 13 Dylid cryfhau'r cyfathrebu rhwng gweithwyr proffesiynol ar gyfer atal hunanladdiad, yn arbennig:
 - a) Dylai partneriaethau atal hunanladdiad sicrhau bod cynrychiolaeth yn gwbl drawslywodraethol a thraws-sectoraidd, gan gynnwys iechyd, llywodraeth leol a'r trydydd sector.
 - b) Dylai gwasanaethau gydweithio i ystyried dulliau ar gyfer gwella cyfathrebu am blant a phobl ifanc sydd mewn perygl o gyflawni hunanladdiad; yn benodol dylent ystyried lleihau'r trothwy ar gyfer cyfarfodydd amlasantiaeth i unigolion o'r fath.

- 14 Dylai asiantaethau sy'n darparu ymyriadau a rhagleni a all atal hunanladdiad neu hyrwyddo iechyd meddwl a lles sicrhau bod y rhain yn cyd-fynd â'r dystiolaeth bresennol ar gyfer effeithiolrwydd ac yn cael eu gwerthuso.** Lle nad yw'r sylfaen dystiolaeth honno ar gael eto neu os bydd y rhaglen wedi'i datblygu'n lleol, dylid datblygu fframwaith gwerthuso o'r dechrau i nodi'r hyn sy'n gweithio. Dylid atal y rhai nad ydynt yn effeithiol a defnyddio adnoddau ar gyfer ymyriadau mwy effeithiol. Dylid rhoi ystyriaeth benodol mewn perthynas â'r argymhelliaid hwn i ragleni a gynhelir mewn ysgolion gam gynnwys y rhai a gynhelir er mwyn mynd i'r afael â bwlio ac atal bwlio.

7.5 Argymhellion i gefnogi adolygiadau yn y dyfodol

- 15 Dylai Llywodraeth Cymru ddatblygu dulliau statudol penodol i gefnogi rhannu gwybodaeth ar gyfer y Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant.**
- 16 Dylai byrddau lleol diogelu plant sicrhau bod ymateb PRUDiC yn cael ei ysgogi, ei ddatblygu drwy gyfarfodydd eraill a'i gwblhau ar gyfer pob hunanladdiad tebygol yn ymwneud â phlentyn neu berson ifanc a bod y wybodaeth angenrheidiol ar gyfer y Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant yn cael ei chwblhau a'i dychwelyd at y rhaglen.
- 17 Dylai Llywodraeth Cymru a'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant sicrhau bod marwolaethau plant a phobl ifanc drwy hunanladdiad tebygol yn parhau i fod yn ffocws rheolaidd ar gyfer adolygiad thematig o farwolaethau plant bob 3 blynedd,** gan gynnwys edrych ar fathau penodol o farwolaethau a chydweithio gyda'r Ymchwiliad Cyfrinachol Cenedlaethol i Hunanladdiad a Dynladdiad a Chronfa Ddata Gwybodaeth am Hunanladdiad-Cymru. Bydd cynllunio ar gyfer y dyfodol fel hyn yn caniatáu i wybodaeth yn ymwneud â phlant a phobl ifanc a gaiff eu cynnwys yn yr adolygiad gael ei chasglu'n amserol. Mae adolygiad o achosion posibl o hunanladdiad yn y dyfodol h.y. crogi a gwenwyno damweiniol ac eithrio cyffuriau yn berthnasol iawn.
- 18 Dylai Llywodraeth Cymru noddi dulliau i adolygu marwolaethau drwy hunanladdiad ymysg y rhai o dan 25 oed (sy'n hysbys ac nad ydynt yn hysbys i wasanaethau iechyd meddwl) i nodi cyfleoedd atal. Gallai comisiynu'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant i wneud y gwaith hwn fod yn ddull priodol.**
- 19 Dylai'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant fynd ar drywydd y cynnydd a wneir yn erbyn yr argymhellion a wneir yn yr adolygiad hwn a'u cyhoeddi yn ei adroddiad blynnyddol ar ôl blwyddyn.**
- 20 Dylai'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant ddatblygu dull o ymgysylltu â theuluoedd a phlant neu bobl ifanc wrth ddarparu'r rhaglen, a all gynnwys cyfranogi mewn agweddau penodol ar adolygiadau thematig.**



8

Cyfeiriadau

- 1 Llywodraeth Cynulliad Cymru. *Siarad â Fi?: Cynllun Gweithredu Cenedlaethol i Leihau Hunanladdiad a Hunan-niwed yng Nghymru 2009-2013*. Caerdydd: Llywodraeth Cynulliad Cymru; 2009 Ar gael yn:
<http://wales.gov.uk/docs/phhs/publications/talktome/091102talktomecy.pdf>
[Fel ar 12 Ion 2014]
- 2 Iechyd Cyhoeddus Cymru. *Y Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant Adroddiad blynnyddol 2013*. Caerdydd: Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru; 2013. Ar gael yn:
<http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/888/CDR%20Annual%20Report%20%28Wel%29.pdf> [Fel ar 14 Ion 2014]
- 3 Iechyd Cyhoeddus Cymru. *Y Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant Adolygiad thematig o farwolaethau ymysg pobl ifanc yn eu harddegau mewn cerbydau modur*. Caerdydd: Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru; 2013. Ar gael yn:
<http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/888/CDR%20Thematic%20Review%20%28Wel%29.pdf> [Fel ar 14 Ion 2014]
- 4 Iechyd Cyhoeddus Cymru. *Cylch gorchwyl yr Adolygiad o Farwolaethau Plant*. Caerdydd: Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru; 2013. Ar gael yn:
[http://nww2.nphs.wales.nhs.uk:8080/ChildDeathReviewDocs.nsf/3653c00e7bb6259d80256f27004900db/271e6442c637b40180257ba600357868/\\$FILE/Terms%20of%20Reference%20for%20Child%20Death%20Review%20Final%20v1.pdf](http://nww2.nphs.wales.nhs.uk:8080/ChildDeathReviewDocs.nsf/3653c00e7bb6259d80256f27004900db/271e6442c637b40180257ba600357868/$FILE/Terms%20of%20Reference%20for%20Child%20Death%20Review%20Final%20v1.pdf)
[Fel ar 14 Ion 2014]
- 5 Bertolote JM, Fleischman A. A global perspective on the magnitude of suicide mortality. Yn: D Wasserman, C Wasserman eds. *Oxford textbook of suicidology and suicide prevention. A global perspective*. Efrog Newydd: OUP; 2009. t91-8. 2009.
- 6 Fortune S et al. Suicide in adolescents: Using life charts to understand the suicidal process. *J Affect Disord* 2007; 100: 0.6%
- 7 Llywodraeth Cymru. *Law yn llaw at iechyd meddwl. Strategaeth Iechyd a Lles Meddwl yng Nghymru 2012*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru; 2012. Ar gael yn:
<http://wales.gov.uk/docs/dhss/publications/121031tmhfincyc.pdf>
[Fel ar 12 Ion 2014]
- 8 Hawton K, Saunders EA, O'Connor R. Self harm and suicide in adolescents. *Lancet* 2012; 379: 2373–82.

- 9 Haw C et al. Suicide clusters: A review of risk factors and mechanisms *Suicide Life Threat Behav* 2013; 43: 97-108.
- 10 Fowler KA et al. Epidemiological investigation of a youth suicide cluster: Delaware 2012. *Del Med J* 2013; 85: 15-19.
- 11 Freuchen A, Kjelsberg E, Groholt B. Suicide or accident? A psychological autopsy study of suicide in youths under the age of 16 compared to deaths labeled as accidents *Child Adolesc Psychiatry Ment Health* 2012; 6(30). Ar gael yn: <http://www.capmh.com/content/pdf/1753-2000-6-30.pdf> [Fel ar 12 Ion 2014]
- 12 Moran P et al. The natural history of self harm from adolescence to young adulthood: a population-based cohort study. *Lancet* 2012; 379: 236-43.
- 13 Kidger J et al. Adolescent self-harm and suicidal thoughts in the ALSPAC cohort: a self-report survey in England. *BMC Psychiatry* 2012; 12(69). Ar gael yn: <http://www.biomedcentral.com/content/pdf/1471-244X-12-69.pdf> [Fel ar 12 Ion 2014]
- 14 Kelleher I et al. Psychotic symptoms in adolescence index risk for suicidal behavior: Findings from 2 population-based case-control clinical interview studies *JAMA Psychiatry* 2012; 69: 1277-83.
- 15 Hurtig T et al. Suicidal and self-harm behaviour associated with adolescent attention deficit hyperactivity disorder-A study in the Northern Finland Birth Cohort 1986. *Nord J Psychiatry* 2012; 66: 320-28.
- 16 Ljung T et al. Parental schizophrenia and increased offspring suicide risk exploring the causal hypothesis using cousin comparisons *Psychol Med* 2012 43: 581-90.
- 17 Czyz EK, Liu Z, King CA. Social connectedness and one-year trajectories among suicidal adolescents following psychiatric hospitalization. *J Clin Child Adolesc Psychol* 2012; 41: 214-26.