



Adroddiad prosiect peilot rhagnodi cymdeithasol

Ionawr 2022

Diolch yn fawr i bawb sydd wedi cyfrannu at ddatblygu a phrofi'r model rhagnodi cymdeithasol ac sydd wedi cyfrannu'n hael o'u hamser, eu profiad a'u harbenigedd.

Ein tîm cyd-ddylunio Mind lleol:

- Mind Cwm Taf Morgannwg
- Mind Aberhonddu a'r Cylch
- Mind Ystradgynlais
- Mind Dyffryn Clwyd

Ein partner gwerthuso annibynnol:

Yr Athro Mark Llewellyn a'i dîm yn Sefydliad Iechyd a Gofal Cymdeithasol Cymru ym Mhrifysgol De Cymru.

Ein timoedd yn Mind:

Datblygu a Gwerthuso Gwasanaeth a Pherfformiad, cyllid a chyfathrebiadau, a phawb yn Mind Cymru.

Ein harianwyr, Llywodraeth Cymru.

Argraffiad cyntaf: Ionawr 2022

© 2022 Mind



Rydym yn elusen gofrestredig yn Lloegr (rhif 219830)
ac yn gwmni cofrestredig (rhif 424348) yng Nghymru a Lloegr

Cynnwys

Rhagair	4
Cefndir	5
— Cyd-ddylunio'r model gyda phedwar Mind lleol	5
— Trefniadau ar gyfer Treial Rheoli Rhestr Aros	5
— Effeithiau Covid	5
— Diffiniad o Ragnodi Cymdeithasol	5
Datblygu'r Model Rhagnodi Cymdeithasol	6
— Datblygu'r model rhagnodi cymdeithasol	6
— Gweithiwr Cyswllt Rhagnodi Cymdeithasol	6
— Elfennau allweddol o'r model	7
— Meini Prawf y Cleient	7
— Cyllid ychwanegol	7
— Cynorthwywyr	7
Gwerthuso'r Broses	8
— Pa mor effeithiol yw'r model rhagnodi cymdeithasol?	8
— Beth oedd yn rhwystro a beth oedd yn galluogi gweithredu'r gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol?	9
— Pa ffactorau oedd yn dylanwadu ar gysylltu gyda'r gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol?	10
— Beth yw rôl rhagnodi cymdeithasol yn y system iechyd ehangach?	10
Addasu'r Gwasanaeth	11
Gwerthuso'r Gwasanaeth	12
— Cyrhaeddiad Cyffredinol y Rhaglen	12
— Proffil Defnyddwyr Gwasanaeth	13
— Anghenion Defnyddwyr Gwasanaeth	13
— Mathau o Wasanaeth y Cyfeiriwyd Ymlaen ato	15
— Canlyniadau yn ystod y pandemig	15
— Effeithiau Eraill	16
Ffocws ar Dlodi	17
Gwerthusiad Cyffredinol o'r Canfyddiadau Allweddol	18
Argymhellion i'r Sector	19

Rhagair

Mae cyflwyno'r canfyddiadau hyn o Brosiect Rhagnodi Cymdeithasol Mind Cymru'n achlysur cyffrous iawn. Mae'r prosiect hwn wedi cefnogi iechyd meddwl lle'r oedd mawr ei angen mewn rhai o'r cymunedau mwyaf bregus Cymru yn ystod y pandemig. Mae hefyd wedi casglu tystiolaeth bwysig am y math o wasanaeth rhagnodi cymdeithasol y mae pobl gyda phroblemau iechyd meddwl ei angen.

Sefydlwyd prosiect Mind Cymru er mwyn datblygu a darparu model o ragnodi cymdeithasol i gefnogi oedolion sy'n brwydro gyda'u hiechyd meddwl i gael eu cyfeirio at wahanol weithgareddau a chefnogaeth yn eu cymuned leol, er mwyn gwella eu hiechyd meddwl, eu hiechyd corfforol a'u llesiant emosiynol.

Crynodeb a throsolwg o'r canlyniadau'r prosiect yw'r adroddiad hwn. **Daw'r wybodaeth sydd ynddo o:**

- Adroddiad ar y broses werthuso a ddarparwyd gan ein gwerthusydd annibynnol, Sefydliad Iechyd a Gofal Cymdeithasol Cymru
- Data gwerthuso'r gwasanaeth a gafodd ei gasglu gan Dîm Gwerthuso a Pherfformiad Mind yn ogystal â gwybodaeth fonitro'r prosiect arferol arall

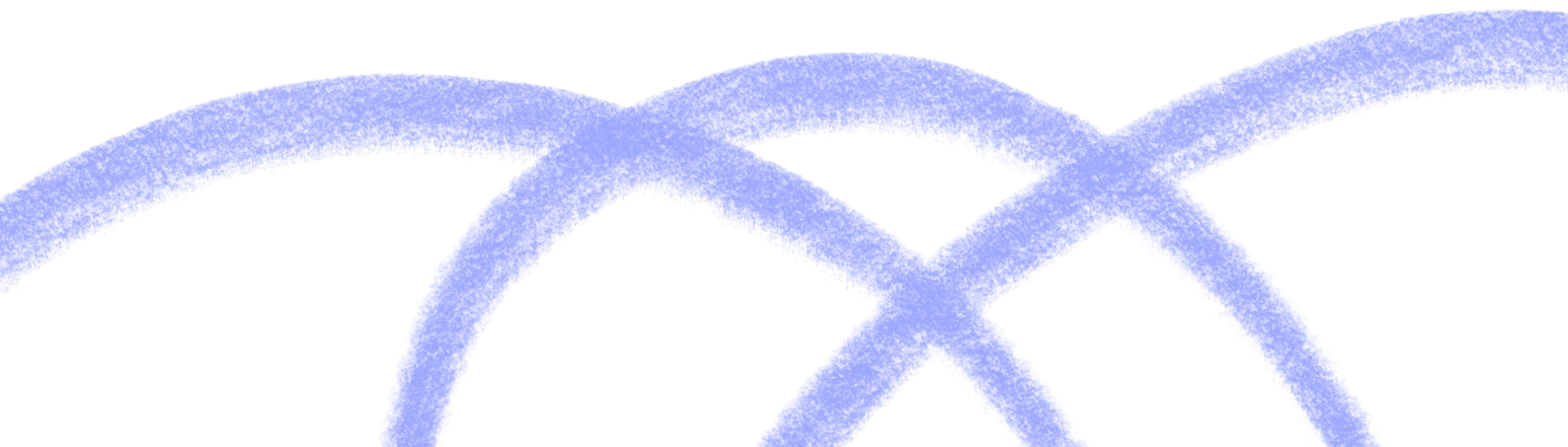
Mae'r adroddiadau gwerthuso llawn a rhagor o wybodaeth ynghylch y prosiect ar [dudalennau gwe Rhagnodi Cymdeithasol Mind Cymru](#).

Profodd y model a ddatblygwyd yn ddigon hyblyg i weithio yn y gymuned, i gymryd hunan gyfeiriadau, ond hefyd fel gwasanaeth cyfeirio o ofal sylfaenol.

Rydym yn gobeithio y bydd yr wybodaeth sydd yn yr adroddiad hwn o gymorth i unrhyw un sy'n comisiynu neu'n darparu gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol. Yn hanfodol, rydym yn gobeithio y bydd y dystiolaeth sydd yma'n dylanwadu ar y Fframwaith Rhagnodi Cymdeithasol y mae Llywodraeth Cymru yn ei ddatblygu ar adeg ysgrifennu hwn.



Sue O'Leary,
Cyfarwyddwr, Mind Cymru



Cefndir

Fis Awst 2018, dyfarnodd Llywodraeth Cymru arian i Mind Cymru ddatblygu a darparu model iechyd meddwl o wasanaeth rhagnodi cymdeithasol.

Cyd-ddylunio'r model gyda phedwar Mind lleol

Cyd-ddyluniodd Mind Cymru'r model rhagnodi cymdeithasol gyda phedwar Mind lleol, mewn amrywiaeth o gymunedau ledled Cymru (gwledig, trefol a chymoedd), gyda'r lefelau uchaf o amddifadedd.

Mind Lleol	Bwrdd Iechyd Lleol
Cwm Taf Morgannwg	Cwm Taf Morgannwg
Aberhonddu a'r Cylch	Powys
Ystradgynlais	Powys
Dyffryn Clwyd	Betsi Cadwaladr

Erbyn mis Mawrth 2019, roedd Mind Cymru wedi cyd-ddylunio'r model a'r canghennau Mind lleol wedi dechrau symud ymlaen gyda'r gwasanaeth.

Trefniadau ar gyfer Treial Rheoli Rhestr Aros

Y cynllun gwreiddiol oedd gwerthuso effaith y gwasanaeth trwy hap-dreial rheoli rhestr aros i wella'r dystiolaeth sydd ar gael ynghylch rhagnodi cymdeithasol. Gweithiodd Mind Cymru gyda Sefydliad Iechyd a Gofal Cymdeithasol Cymru, rhan o Brifysgol De Cymru, fel gwerthusydd annibynnol.

Sicrhodd y Sefydliad gymeradwyaeth moesegol i'r treial oddi wrth Bwyllgor Ymchwil Moeseg y Gwasanaeth Iechyd ac adrannau Ymchwil a Datblygu ym mhob un o'r byrddau iechyd lleol.

Rhwng Tachwedd 2019 a Mawrth 2020, roedden ni'n rhedeg hap-dreial rheoli rhestr aros. Roedd unigolion yn cael eu cyfeirio at y gwasanaeth gan Feddygon Teulu a phobl broffesiynol gofal iechyd eraill o glystyrau yn ardaloedd y byrddau iechyd hynny. Rhoddwyd y cyfeiriadau ar hap mewn grŵp 'ymyrraeth ar unwaith' neu 'grŵp 'rhestr aros' (ble byddai oedi bedair wythnos am y gwasanaeth).

Effeithiau Covid

Ddechrau'r pandemig fis Mawrth 2020, ataliodd y Gwasanaeth Iechyd bob treial nad oedd yn gysylltiedig â choronafeirws (COVID-19).

Cytunodd Llywodraeth Cymru y byddai Mind Cymru'n addasu'r gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol er mwyn iddo barhau i gefnogi pobl o bell fel rhan o ymateb brys i Covid. Er nad oedd Mind Cymru'n gallu cwblhau'r hap-dreial, roedd canghennau o Mind lleol erbyn hynny'n gallu agor y llwybr cyfeirio at hunan gyfeiriadau.

Gan fod yr hap-dreial wedi'i ohirio am gyfnod amhenodol, cytunodd Mind Cymru hefyd ar ddull newydd o werthuso gyda Llywodraeth Cymru a Sefydliad Iechyd a Gofal Cymdeithasol Cymru.

O gofio'r addasiadau arwyddocaol oedd wedi'u gwneud i'r gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol wrth ymateb i'r pandemig, cytunwyd y byddai'r gwerthusiad yn cael ei rannau'n ddwy elfen:

- gwerthusiad o'r broses yn cael ei gynnal gan Sefydliad Iechyd a Gofal Cymdeithasol Cymru i gael gwybodaeth yn ôl gan y gwasanaethau fel y bwriedid eu rhedeg yn wreiddiol
- gwerthusiad ysgafn, ar wahân, o'r canlyniadau, a monitro'r gwasanaeth am weddill y cyfnod darparu.

Mae'r adroddiad hwn yn crynhoi'r wybodaeth o'r ddwy elfen hyn.

Diffiniad o Ragnodi Cymdeithasol

Fe wyddom fod y diffiniad am ragnodi cymdeithasol yn amrywiol. At diben y ddogfen hon, byddwn yn defnyddio'r diffiniadau canlynol:

Diffinnir rhagnodi cymdeithasol fel **“unigolion yn cael eu cyfeirio / hunan gyfeirio at ymyrraeth nad yw'n feddygol yn cael ei redeg gan sefydliad trydydd parti er mwyn cyfrannu at eu hiechyd a'u llesiant yn gyffredinol”** (Roberts et al)¹

Mae'r diffiniad hwn o ragnodi cymdeithasol yn disgrifio'r broses gyfan o gyfeirio at weithiwr cyswllt, ymyrraeth gan y gweithiwr cyswllt ac yna, gyfeirio ymlaen at weithgaredd neu wasanaeth i gefnogi llesiant tymor hirach. Mae model Mind Cymru'n canolbwyntio ar ymyrraeth y gweithiwr cyswllt sydd wrth ganol proses ragnodi cymdeithasol effeithiol.

1 Roberts, T., Erwin, C., Pontin, D., Williams, M., Wallace, C., under review. *Social prescribing and complexity theory: A systematic review.*

Datblygu'r model rhagnodi cymdeithasol

Datblygu'r model rhagnodi cymdeithasol

Datblygodd Mind Cymru ei fodel rhagnodi cymdeithasol trwy gyfres o weithdai cyd-ddylunio gyda'r pedwar Mind lleol.

Roedd y gweithdai'n cymryd i ystyriaeth yr hyn a ddysgwyd o wasanaethau Mind blaenorol. Roedd hynny'n awgrymu y gallai pobl gyda phroblemau iechyd meddwl fod angen cefnogaeth ychwanegol i gysylltu â'r gwasanaethau lle roedden nhw'n cael eu cyfeirio. Roedd hynny hefyd yn cyd-fynd â chanfyddiadau Arsyllfa Iechyd Cyhoeddus Cymru yn 2018 a oedd yn nodi fod llawer iawn o rai'n cael eu colli o'r gwasanaethau rhagnodi cymdeithasol rhwng adeg cyfeirio ac adeg ymgysylltu. Mae problemau iechyd meddwl yn debyg o fod yn ffactor yn hyn.

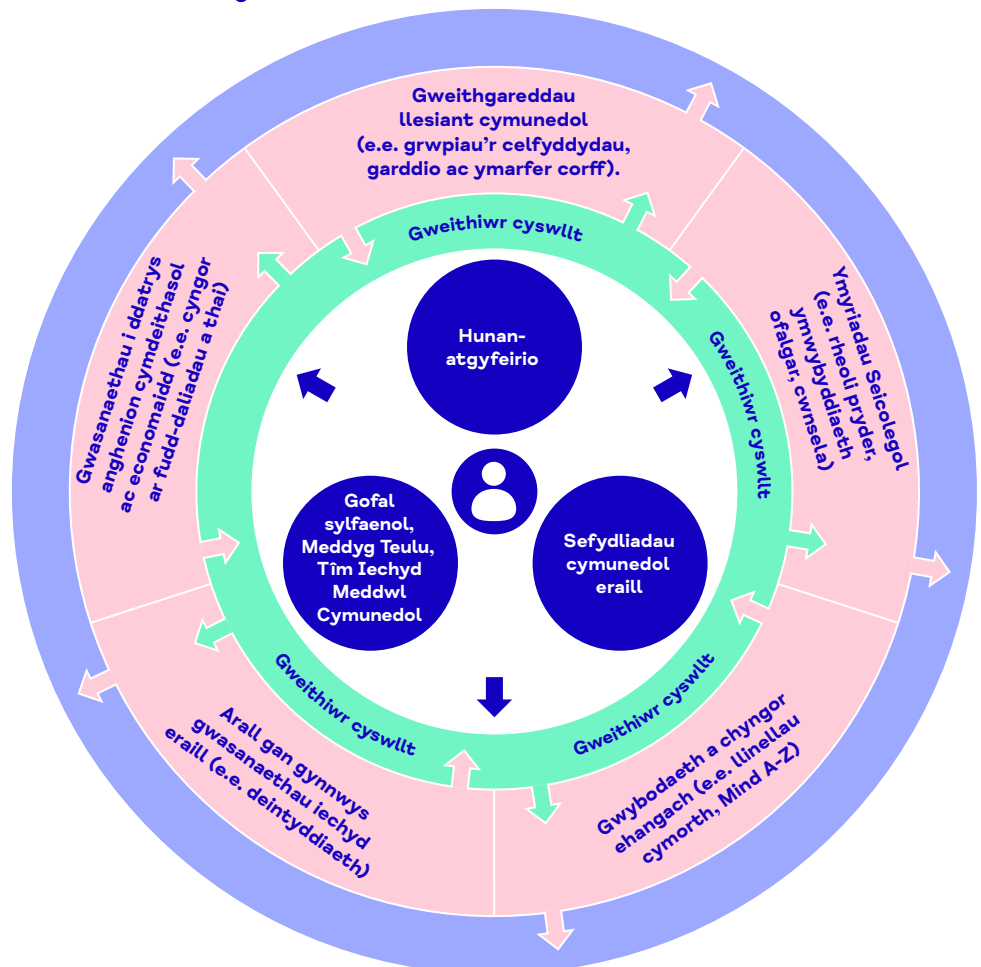


Mae'r graffeg isod yn dangos model rhagnodi cymdeithasol Mind Cymru.

Model Rhagnodi Cymdeithasol Mind Cymru

Gweithiwr Cyswllt Rhagnodi Cymdeithasol

- Dull o ganolbwyntio ar y person
- Canolbwyntio ar 'Beth Sy'n Bwysig'
- Adeiladu perthynas sy'n gweithio gyda chleient i nodi amcanion
- Gwybodaeth dda o wasanaethau a gweithgareddau lleol sy'n hyrwyddo llesiant
- Gallu gweld pa gefnogaeth sydd ei angen ar gyfer y problemau iechyd meddwl gwaelodol
- Cefnogi cleientiaid i dalu sylw i anghenion iechyd meddwl a chysylltu
- Cadw cysylltiad gyda'r cleient i wneud yn siŵr fod y gweithgareddau a'r gwasanaethau y rhai iawn



Elfennau allweddol o'r model

1. Cynhaliodd gweithwyr cyswllt ymarfer mapio ym mhob un o'u hardaloedd i ganfod pa wahanol wasanaethau lleol oedd ar gael i'w cleientiaid mewn pump llwybr:
 - **Gweithgareddau llesiant cymunedol** (e.e. celfyddydau, garddio a grwpiau creadigol)
 - **Ymyriadau seicolegol ang-nghlinigol** (e.e. rheoli straen, ymwybyddiaeth ofalgar)
 - **Gwasanaethau i ddatrys anghenion cymdeithasol ac economaidd** (e.e. cyngor ar fudd-daliadau, tai)
 - **Gwybodaeth a chyngor ehangach** (e.e. llinellau cymorth, Mind A – Z)
 - **Eraill, gan gynnwys gwasanaethau iechyd eraill (e.e. deintyddiaeth)**
2. Yna, treuliodd y gweithwyr cyswllt amser gyda phob cleient yn trafod 'Beth sy'n Bwysig' i ganfod beth oedd anghenion y cleient a pha nodau yr oedden nhw eisiau eu cyrraedd.
3. Drwy ddefnyddio eu harbenigedd mewn iechyd meddwl a'u gwybodaeth gref o'r grwpiau a'r gwasanaethau oedd ar gael yn y gymuned leol, roedden nhw'n helpu cleientiaid i gael cefnogaeth i wella eu hiechyd meddyliol a chorfforol a'u llesiant emosiynol.
4. Roedden nhw hefyd yn helpu i ddarganfod unrhyw rwystrau (e.e. pryder, diffyg hunan hyder) a allai rwystro cleientiaid gysylltu â'r gwasanaethau a'r grwpiau lleol ac yn eu cefnogi i dalu sylw iddyn nhw.
5. Tua diwedd y gwasanaeth, trefnodd y gweithwyr cyswllt gyfarfod adolygu gyda'r cleient i ganfod a oedden nhw'n cael y gwasanaethau cymunedol priodol ac a oedden nhw'n fodlon gyda'r cynnydd roedden nhw eisiau ei wneud i gyrraedd eu nodau. Dyma pryd roedd gwaith y gweithwyr cyswllt yn gorffen oni bai bod y cleientiaid yn gofyn am ragor o help.

Meini Prawf y Cleient

Cafodd y gwasanaeth ei dylunio i gefnogi unigolion 18+ oed a oedd â phroblemau iechyd meddwl ysgafn i gymedrol megis pryder neu iselder. **Fe allen nhw fod:**

- Yn defnyddio gwasanaethau gofal sylfaenol yn aml neu'n rheolaidd oherwydd eu problemau iechyd meddwl
- Yn dangos ffactorau risg gwybyddus ynghylch iechyd meddwl gwael (e.e. arwahanrwydd, unigrwydd, diweithdra, profedigaeth, problemau tai)
- Yn addas ar gyfer, neu a allai elwa, o driniaeth heblaw triniaeth glinigol a / neu trwy gyffuriau
- Cael trafferth i reoli newidiadau bywyd neu gyflyrau iechyd arwyddocaol

Cyllid ychwanegol

Roedd y model hwn yn cynnwys dyraniad o arian i ddarparu gwasanaethau ychwanegol roedd cleientiaid eu hangen, un ai i ddarparu rhagor o wasanaeth neu i ddarparu gwasanaethau nad oedd ar gael yr adeg hynny. Mae'r ffordd y defnyddiwyd yr arian ychwanegol yn adlewyrchu lle'r oedd yr angen mwyaf.

Ar bob cyfnod o'r prosiect, y gofyn mwyaf am arian ychwanegol oedd i roi rhagor o wasanaeth i gleientiaid i reoli eu problemau emosiynol a'u hiechyd meddwl er mwyn cael gwasanaethau eraill. Defnyddiodd canghennau Mind lleol yr arian ychwanegol i ddarparu pethau fel cyrsiau rheoli pryder ac Ymwybyddiaeth Ofalgar, pan nad oedd y rhain ar gael, neu i ddarparu cwnsela'n fwy prydlon pan oedd amserau aros yn hir.

Cynorthwyr

Roedd y model hefyd yn cynnwys cynnig i recriwtio Cynorthwyr. Roedd y rhain i fod yn wirfoddolwyr gyda phrofiad bywyd a fyddai'n gallu rhoi rhagor o gefnogaeth i gleientiaid i gael gwasanaethau. Ond, nid oedd canghennau Mind lleol yn gallu gweithredu hyn ar ôl i'r pandemig gychwyn. Mae'r gweithwyr cyswllt wedi darparu unrhyw gefnogaeth oedd ei angen eu hunain.



Gwerthuso'r broses

Cynhaliodd Sefydliad Iechyd a Gofal Cymdeithasol Cymru gyfweiliadau ar lein a thros y ffôn gyda rhanddeiliaid oedd â rhan yn y gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol. **Mae'r rhain yn cynnwys:**

- Pobl oedd wedi cyfeirio at y gwasanaeth, megis meddygon teulu, rheolwyr practis a phobl broffesiynol iechyd eraill
- Pobl o wasanaethau, sefydliadau a grwpiau lleol oedd wedi cael eu cyfeirio gan weithwyr cyswllt
- Gweithwyr cyswllt a rheolwyr Mind lleol
- Staff rhaglen Mind Cymru

Cynhaliwyd cyfweiliadau rhwng y Gwanwyn a'r Hydref 2020. Cynhaliwyd cyfanswm o **32 o gyfweiliadau** gyda **33 o bobl** (un o'r rhain yn gyfweiliad gyda phâr).



Roedd pedwar cwestiwn allweddol yn cael eu trafod yn y cyfweiliadau gyda rhanddeiliaid:

1. Pa mor effeithiol yw'r model rhagnodi cymdeithasol?
2. Beth oedd yn rhwystro a beth oedd yn galluogi gweithredu'r gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol
3. Pa ffactorau oedd yn dylanwadu ar gysylltu gyda'r gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol?
4. Beth yw rôl rhagnodi cymdeithasol yn y system iechyd ehangach?

Byddwn yn trafod y canfyddiadau allweddol o'r cyfweiliadau hyn yn yr adran nesaf.

Canfyddiadau o gyfweiliadau proses dysgu gyda rhanddeiliaid

1. Pa mor effeithiol yw'r model rhagnodi cymdeithasol?



Darganfu Sefydliad Iechyd a Gofal Cymdeithasol Cymru fod y model gwasanaeth a ddatblygwyd gan Mind Cymru'n effeithiol wrth ei weithredu a phrofwyd fod ei elfennau craidd yn hyblyg trwy'r ffordd yr ymatebodd y gwasanaeth i'r pandemig. Dywedodd rhanddeiliaid eu bod yn gweld fod y cleientiaid yn cael y buddion canlynol:

- Derbyn ymyrraeth yn brydlon, yn enwedig yng nghyd-destun y rhestrau aros hir am ofal sylfaenol ac am wasanaethau iechyd meddwl. **“Roedd yn brydlon, roedden nhw'n gallu siarad gyda rhywun pan oedden nhw angen y gefnogaeth honno. Yn aml iawn, pan fyddwn ni'n cyfeirio rhywun at y tîm iechyd meddwl gofal sylfaenol, mae yna restr aros o 2-3 mis.”** – Cyfeiriwr
- Derbyn yr haen ychwanegol honno o gefnogaeth i gael gwasanaethau. **“Nid pawb sydd â'r lefel yna o'r hyder maen nhw ei angen i ganfod gwybodaeth neu i gysylltu ag eraill”** – Cyfeiriwr
- Teimlo eu bod yn cael 'gwrandawriad' ac yn cael eu 'gwerthfawrogi' drwy eu sgysiau gyda'r gweithiwr cyswllt. **“Mae'n braf cael sicrwydd ar ben arall y ffôn... Rwy'n gallu mynegi fy mhroblemau'n iawn ac yn ddiogel heb gael fy meirniadu.”** – Adborth cleient



2. Beth oedd yn rhwystro a beth oedd yn galluogi gweithredu'r gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol?



Roedd rhanddeiliaid o'r farn fod y cyd-destun lleol yn rhwystr ac yn galluogi'r gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol yn eu hardaloedd:

- Roedd amser a gallu cyfeirwyr allweddol yn amrywio rhwng clystyrau o feddygon teulu. Dylai gweithwyr allweddol fod yn gallu cael 'troed yn y drws' ac egluro'r gwasanaeth i allu derbyn cyfeiriadau priodol. **"Maen nhw mor brysur, mae'n gallu bod yn anodd ystyried a thrafod rhagnodi cymdeithasol"** – Mind Cymru
- Roedd y ddarpariaeth o wasanaethau lleol eraill, tebyg (e.e. cydlynwyr llesiant yn cael eu cyflogi mewn gofal sylfaenol, a'r swydd cysylltydd cymunedol sydd wedi hen sefydlu) yn creu syniad o ddyblygu a oedd mewn perygl o beri dryswch a diflasu cyfeirwyr. Roedd yn bwysig creu 'lle' penodol i ragnodi cymdeithasol ar gyfer iechyd meddwl.
- Roedd cymaint o ddefnydd o locums a changhennau o feddygfeydd yn amharu weithiau ar y berthynas rhwng gweithwyr cyswllt a chyfeirwyr ac yn effeithio ar yr ymwybyddiaeth gyffredinol o'r gwasanaeth.

- Roedd rhai meddygfeydd yn bryderus pa mor gynaliadwy fyddai'r gwasanaeth ac am ba mor hir y byddai'r arian tymor byr yn parhau yn y trydydd sector. **"Cynyddu'r galw am rywbeth na fyddai wedyn yn cael ei ariannu"** – Cyfeiriwr

Roedd i ba raddau yr oedd gweithwyr cyswllt yn cael eu hyfforddi, eu datblygu a'u cefnogi hefyd yn chwarae rhan bwysig mewn gweithredu gwasanaeth effeithiol. Teimlai rhanddeiliaid y byddai'r ystyriaethau canlynol o fudd i weithwyr cyswllt:

- Cydnabod pwysigrwydd y gefnogaeth briodol wrth arolygu a rheoli ynghylch llesiant, yn enwedig pan mae llwyth gwaith achosion yn drwm.
- Cael lle / rhwydwaith i weithwyr cyswllt gael cefnogaeth anffurfiol, rhannu ymarfer gorau a chyfnewid sgiliau a gwybodaeth gyda chymheiriaid.
- Cynnal dadansoddiad o anghenion hyfforddi a rhaglenni hyfforddi wedi'u teilwra a'u cyd-gynhyrchu.
- Cofrestru gweithwyr cyswllt neu gael rhyw gydnabyddiaeth i gynyddu ymwybyddiaeth o'r swydd a'r hyn sydd ganddi i'w gynnig.



3. Pa ffactorau oedd yn dylanwadu ar gysylltu gyda'r gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol?

Darganfu Sefydliad Iechyd a Gofal Cymdeithasol Cymru fod sgiliau'r gweithwyr cyswllt yn allweddol i ddenu ac i gynnal sylw'r cleient a diddordeb rhanddeiliad. Roedd y sgiliau craidd yn cynnwys:

- Datblygu perthynas o ymddiriedaeth gyda chleientiaid drwy gynnig apwyntiadau hyblyg (o ran amser a ffordd o ddarparu), cynnig gwybodaeth am y gwasanaeth ymlaen llaw, nodi anghenion a theilwra cefnogaeth ar eu cyfer yn briodol. **“Dyw llawer o'r problemau hyn ddim yn dod yn amlwg tan rai cyfarfodydd yn ddiweddarach”** – Gweithiwr cyswllt
- Cynnal gwybodaeth gyfoes o'r trydydd sector ac o ddarpariaeth gymunedol trwy ymarferion mapio lleol, ac yna gwneud y cysylltiadau a datblygu perthynas gref gyda phartneriaid cyfeirio. **“Mae gennym ni fasdata o fwy na 150 o sefydliadau ac ar ôl i'r gweithwyr cyswllt gysylltu ac egluro'r gwasanaeth roedd pobl yn awyddus iawn i ddweud ie”** – Rheolwr Mind Lleol
- Bod â sianelau cyfathrebu clir gyda chyfeirwyr at y gwasanaeth, sicrhau bod adborth rheolaidd ynghylch cyfeiriadau a chynnydd cleientiaid. **“Adeiladodd y tîm berthynas dda gyda'r gweithwyr cyswllt. Roedden ni'n cael adborth misol gan ein bod eisiau gwybod sut yr oedd wedi effeithio'n bositif neu fel arall gyda'u cysylltiadau.”** – Cyfeiriwr, meddyg teulu



4. Beth yw rôl rhagnodi cymdeithasol yn y system iechyd ehangach?

Daeth Sefydliad Iechyd a Gofal Cymdeithasol Cymru i'r casgliad fod rhagnodi cymdeithasol yn ddarpariaeth bwysig; yn cynnig cefnogaeth ehangach, fwy holistig na'r gwasanaethau iechyd meddwl traddodiadol.

“Mae rhagnodi cymdeithasol yn bwysig iawn. Fel Meddygon Teulu rydyn ni eisiau camu i ffwrdd o or-feddyginiaethu trwy'r amser. Y stwff cymdeithasol a'r stwff ffordd o fyw, mae'n mynd i ddatrys eich problemau yn y tymor hirach na'r ymgynghoriad deg munud sydd gennym ni ar hyn o bryd, ond mae'n hanfodol i iechyd a llesiant claf.”

– Meddyg Teulu sy'n Cyfeirio

Pan mae rhagnodi cymdeithasol yn cael ei gyfuno'n llwyddiannus yn y system iechyd, mae gan y gwasanaeth rôl bwysig i'w chwarae. Gellid cryfhau hyn pe byddai'r gwasanaeth yn ehangu'r llwybrau cyfeirio y tu hwnt i feddygfeydd teulu ac yn cynnwys amrywiaeth ehangach o bobl broffesiynol iechyd, gan gynnwys timau iechyd meddwl cymunedol ac arbenigwyr iechyd meddwl eraill.

Ond, o dan rai amgylchiadau, roedd rhanddeiliaid o'r farn y gellid cael rhagnodi cymdeithasol yn haws yn y gymuned. Roedd rhai meddygon teulu wedi mynegi'r gobaith, lle byddai'r gwasanaeth yn effeithiol yn y gymuned, y gallai leihau'r galw am eu gwasanaethau. Roedd darparu yn ystod y pandemig wedi dangos fod y model yn effeithiol ar Reng 1 a'i fod wedi gweithio'n dda gyda chleientiaid oedd wedi hunan gyfeirio at y gwasanaeth.

“Roedd y model gwasanaeth a ddatblygwyd gan Mind Cymru'n effeithiol wrth ei weithredu a phrofwyd fod yr elfennau craidd yn hyblyg pan oedd y gwasanaeth yn ymateb i'r pandemig.” – Adroddiad gwerthuso Sefydliad Iechyd a Gofal Cymdeithasol Cymru

Addasu'r gwasanaeth



Addasodd timoedd darparu Mind lleol i'r pandemig mewn nifer o ffyrdd.

- **Agorwyd llwybrau cyfeirio** ac, yn ogystal â chymryd cyfeiriadau gan feddygfeydd, roedden nhw'n derbyn hunan gyfeiriadau hefyd a chyfeiriadau gan wasanaethau cymunedol eraill.
- Nid oedd gweithwyr cyswllt yn gallu cyfarfod wyneb yn wyneb, felly **roedden nhw'n cysylltu dros y ffôn a'r rhyngwrwyd**, a oedd yn eu galluogi i gefnogi mwy o bobl.
- **Roedden nhw'n hyblyg o ran y cymorth roedden nhw'n ei ddarparu.** Roedd cleientiaid oedd yn cael eu cyfeirio at y gwasanaeth a addaswyd yn gallu cael un ai ymyriad rhagnodi cymdeithasol llawn (lle mae nodau eto i'w gosod a bod cefnogaeth i'w cyrraedd yn parhau am sawl wythnos), neu wasanaeth untro / argyfwng ar gyfer anghenion tymor byrrach, er enghraifft os mai dim ond angen defnyddio banc bwyd neu gasglu presgripsiwn fyddai cleient.
- Roedd **gwasanaethau'n cael eu mapio'n barhaus.** Roedd yn hanfodol fod y gweithwyr cyswllt yn gwybod pa wasanaethau oedd wedi cau mewn ymateb i'r pandemig neu a oedd wedi addasu eu darpariaeth, a sut. Roedd yn rhaid iddyn nhw hefyd fod yn gwybod pa grwpiau cymunedol lleol a oedd wedi dod i fodolaeth i ddarparu help ymarferol.
- Roedd canghennau o Mind lleol yn defnyddio'r gwasanaeth hwn fel eu **'drws ffrynt'** i ddarparu llwybr i gael mynediad i'w gwasanaethau eraill.
- Roedden nhw'n defnyddio cyllid ychwanegol i **gynnig mwy o gwnsela** a rheoli gorbryder.

Gwerthuso'r gwasanaeth

Cynhaliodd tîm Gwerthuso a Pherfformiad Mind werthusiad gwasanaeth arferol gan ddefnyddio amrywiol ddulliau i werthuso rhaglen rhagnodi cymdeithasol Mind Cymru o Fehefin 2020 – Medi 2021 er mwyn archwilio:

1. Cyrhaeddiad y gwasanaeth
2. Rhesymau pobl dros ddefnyddio'r gwasanaeth a'r mathau o wasanaethau roedden nhw wedi eu cyfeirio atyn nhw
3. Profiad pobl o ddefnyddio'r gwasanaeth, gan gynnwys beth oedden nhw'n ei hoffi / ddim yn ei hoffi
4. Effaith y gwasanaeth ar iechyd meddwl, llesiant a meysydd eraill o fywydau pobl yn dibynnu ar eu defnydd o wasanaeth (e.e. cymorth gyda chyllid, cymorth gyda chymdeithasu neu gymorth gyda thai)

Cafodd yr wybodaeth ei chasglu trwy fonitro'r gwasanaeth ac o'r data canlyniadau gan weithwyr cyswllt a chyfweliadau gyda naw o ddefnyddwyr gwasanaeth.

Cyrhaeddiad Cyffredinol y Rhaglen



2244 – cyfanswm y bobl a gefnogwyd
(Chwef 2019 – Medi 2021)



1838 – nifer o bobl a gefnogwyd yn ystod y pandemig (Ebrill 2020 – Medi 2021)

Cyrhaeddiad y rhaglen gan Mind Lleol (2019-2021)

Mind Lleol	Chwefror 2019 – Mawrth 2020 (cyn y pandemig)	Ebrill 2020 – Mawrth 2021 (Cyfnod 1af y pandemig)	Ebrill 2021 – Hydref 2021 (estyniad)	Cyfanswm
Cwm Taf Morgannwg	62	664	362	1088
Aberhonddu a'r Cylch	91	101	77	269
Ystradgynlais	51	258	65	374
Dyffryn Clwyd	202	200	111	513
Cyfanswm	406	1223	615	2244

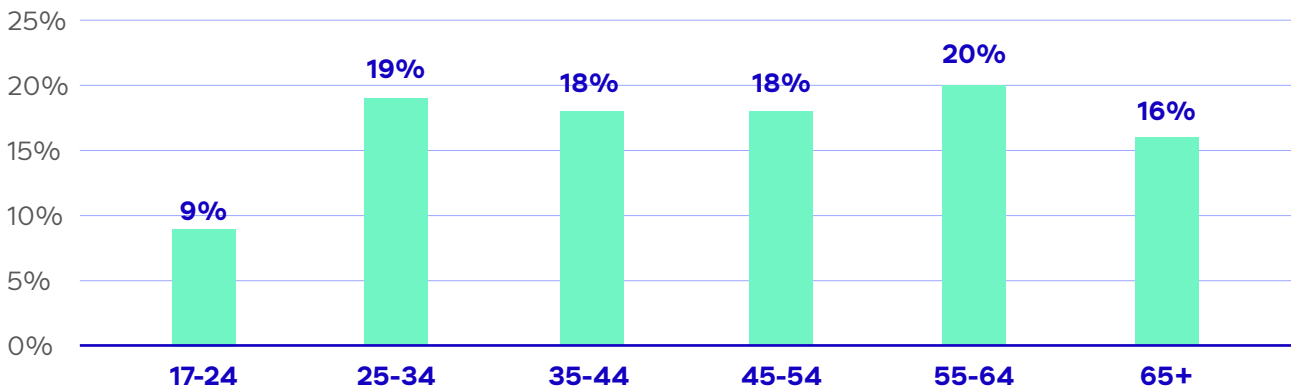
Mae'r prosiect wedi cefnogi cyfanswm o fwy na 2244 o bobl. Fodd bynnag, dim ond gan ddefnyddwyr gwasanaeth oedd wedi cytuno i ddarparu'r wybodaeth ar ôl i drefniadau gael eu sefydlu yn ystod y pandemig roedd data gwerthuso gwasanaeth yn cael ei gasglu.

Yn ystod y pandemig, darparodd gweithwyr cyswllt ffordd fer o gynnig cymorth yn ogystal â ffordd hirach, y model rhagnodi cymdeithasol llawn. Oni nodir yn wahanol, mae'r canlyniadau sy'n cael eu cyflwyno yma ynghylch pobl sy'n derbyn y gwasanaeth llawn, sy'n adlewyrchu'r model gwasanaeth a ddyluniwyd ar y cyd ac sy'n cael ei ddisgrifio yn Adran 3 uchod.

Proffil Defnyddwyr Gwasanaeth

590 o ddefnyddwyr gwasanaeth llawn wedi darparu o leiaf rhywfaint o ddata monitro a **578** wedi darparu o leiaf rhywfaint o ddata gwerthuso.³

Ffigwr 1: yn dangos ystod oedran y defnyddwyr gwasanaeth



- Roedd y rhan fwyf o'r defnyddwyr gwasanaeth yn wyn (**98%**), gyda dim ond canran fechan iawn o ddefnyddwyr gwasanaeth yn Asiaidd (**1%**) neu o ethnigrwydd Cymysg (**1%**).
- Roedd **4%** o'r defnyddwyr gwasanaeth yn siarad Cymraeg (**3% yn rhugl, 1% yn gallu siarad eithaf tipyn o Gymraeg**). Doedd y rhan fwyaf (**71%**) ddim yn gallu siarad Cymraeg.
- Roedd gan y rhan fwyaf o ddefnyddwyr gwasanaeth (**81%**) brofiad personol o broblemau iechyd meddwl, a **12%** wedi defnyddio gwasanaethau iechyd meddwl neu'n eu defnyddio ar hyn o bryd.
- Wrth eu holi am gyflyrau iechyd hir dymor neu wahaniaethau dysgu, dywedodd **61%** fod ganddyn nhw broblem iechyd meddwl, **17%** gyflwr iechyd neu nam corfforol, **2%** wahaniaeth cymdeithasol, cyfathrebu neu ddysgu ac **1%** nam ar y synhwyrau.
- Roedd y rhan fwyaf o ddefnyddwyr gwasanaeth yn ystyried eu hunain yn fenywaidd (**68%**) a **31%** yn wrywaidd.
- Roedd y rhan fwyaf yn ystyried eu hunain yn heterorywiol (**91%**), **3%** o ddefnyddwyr gwasanaeth yn ystyried eu hunain yn ddeurywiol, **2%** yn hoyw neu'n lesbaidd, gyda'n well gan **1%** hunan ddisgrifio ac yn well gan **3%** beidio â dweud.
- **1%** o'r defnyddwyr gwasanaeth oedd yn ystyried eu hunain, neu wedi ystyried eu hunain yn flaenorol, yn draws.



Roedd gan 81% brofiad personol o broblemau iechyd meddwl

Anghenion Defnyddwyr Gwasanaeth

Rhoddodd defnyddwyr gwasanaeth llawn ymatebion testun rhydd ynghylch eu prif resymau dros gysylltu â'r gwasanaeth. Y tri phrif reswm oedd:

1. Iselder (soniwyd amdano **283** o weithiau),
2. Gorbryder (soniwyd amdano **282** o weithiau), ac
3. Arwahanrwydd neu unigedd (soniwyd amdano **86** o weithiau).

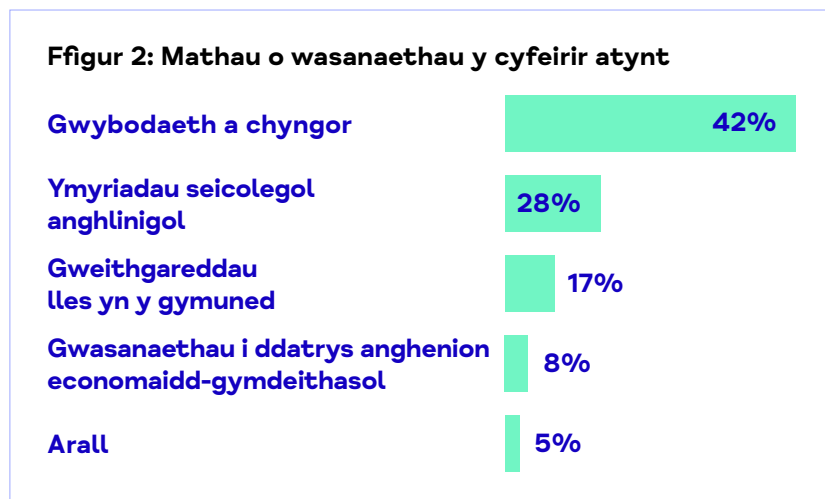
Soniodd **32 o ddefnyddwyr** gwasanaeth eu bod yn cysylltu â'r gwasanaeth am resymau mewn perthynas ag arian / incwm / budd-daliadau, a 27 am resymau mewn perthynas â thai / digartrefedd.

“Profiad o orbryder...trafferth cysgu, ychydig yn isel hefyd.. Felly, roeddwn i'n ceisio canfod rhywbeth y gallwn ei wneud, i geisio cael fy hun allan o'r patrwm hwnnw...newid beth oeddwn yn ei wneud, fel na fyddwn i'n gorfod cael y math yma o brofiad parhaus...dim ond yn chwilio am rhywbeth i fy helpu gyda hwnnw oeddwn i, ac roedd fy mywyd wedi bod yn wirioneddol brysus. Fel, gyda thri o blant a'r cyfnod clo a phopeth, roeddwn i'n teimlo'n...wirioneddol wedi fy ngwasgu, wyddoch chi” – Cyfwelai

³ O'r rhai'n darparu data gwerthuso, roedd 233 wedi cael y gwasanaeth trwy Ddyffryn Clwyd, 218 trwy Gwm Taf Morgannwg, 105 trwy Aberhonddu a'r Cylch, a 22 trwy Ystradgynlais.

Mathau o Wasanaeth y Cyfeiriwyd Ymlaen ato

Mae problemau ac anghenion pobl gydag iechyd meddwl yn gallu bod yn gymhleth. O ganlyniad, gallai defnyddwyr gwasanaeth cael eu cyfeirio ymlaen at sawl gwasanaeth. Mae'r canrannau yn Ffigwr 2 isod yn cyfeirio at nifer y gwasanaethau y cyfeirir atyn nhw ac nid at y nifer o ddefnyddwyr gwasanaeth.



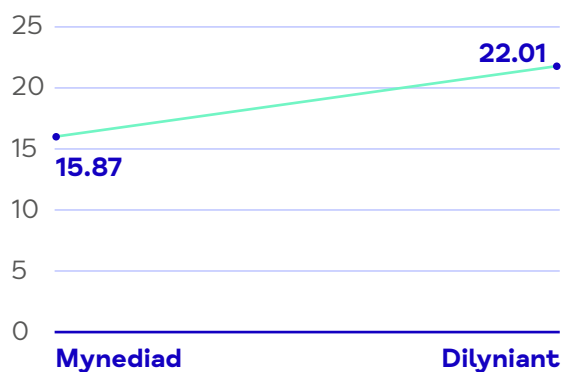
“Ffoniais y rhif...reddeu nhw’n dweud y byddai rhywun yn ffonio’n ôl atoch a daeth hynny o fewn yr awr, efallai hyd yn oed hanner awr...Roeddwn yn meddwl fod hynny’n rhagorol... dydw i ddim wedi cael problem cael mynediad at unrhyw beth. Ac alla i ddim gweithio allan pam oherwydd mae’n rhaid eich bod yn brysur iawn...mae yna lawer o bobl trwy’r pandemig yn eich defnyddio, bob amser wedi bod yn gymharol dda am gael mynediad at yr holl wasanaethau... nid wyf wedi gorfod aros na meddwl pam nad oes unrhyw un wedi fy ffonio yn ôl – Cyfwelai

Canlyniadau yn ystod y pandemig

Gofynnwyd i gyfranogwyr ddarparu data gwerthuso gwasanaeth yn ystod y pandemig i gwblhau'r Short Warwick Edinburgh Mental Wellbeing Scale (SWEMWBS), holiadur Likert 7 eitem a ddefnyddir i fesur llesiant. Cwblhaodd **571** o gyfranogwyr y SWEMWBS yn ystod eu sesiwn gyntaf gyda'r gweithiwr cyswllt, a chwblhaodd **309** y SWEMWBS mewn sesiwn dilyn i fyny.⁵

Dengys canfyddiadau fod y sgôr SWEMWBS ar gyfartaledd yn cynyddu o **15.87** pan oedd defnyddwyr gwasanaeth yn mynd i mewn i'r gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol i **22.01** wrth ddilyn i fyny. Mae'r canfyddiadau hyn yn awgrymu fod cysylltu gyda'r gwasanaethau rhagnodi cymdeithasol wedi cael effaith bositif ar lesiant y defnyddiwr gwasanaeth.

Ffigur 3: Sgoriau Cyfartalog SWEMWBS adeg mynediad ac yn y dilyniant



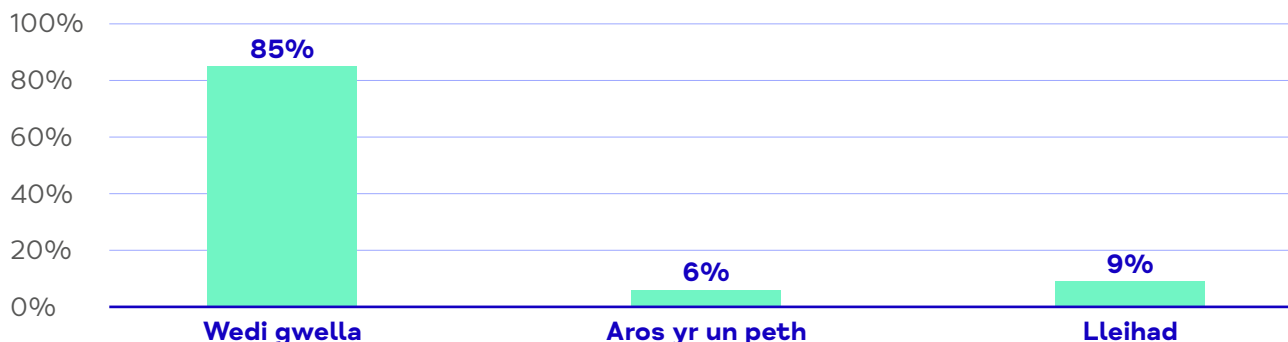
Ystod oedran	Canran mynediad	Dilyniant ar gyfartaledd	Pwyntiau Gwahaniaeth
17-24	16.51 (sylfaen= 51)	21.32 (sylfaen= 25)	4.81
25-34	16.89 (sylfaen= 107)	22.82 (sylfaen= 56)	5.93
35-44	15.9 (sylfaen= 104)	21.96 (sylfaen= 47)	6.06
45-54	14.63 (sylfaen= 101)	21.58 (sylfaen= 59)	6.95
55-64	14.54 (sylfaen= 111)	21.32 (sylfaen= 60)	6.78
65+	17.35 (sylfaen= 91)	22.46 (sylfaen= 56)	5.11

4 Short Warwick Edinburgh Mental Wellbeing Scale (SWEMWBS) © NHS Health Scotland, Prifysgol Warwick a Phrifysgol Caeredin, 2008, cedwir pob hawl

5 Chwe wythnos ar ôl mynd i mewn i'r gwasanaeth neu mor agos â phosibl os yn methu â chael gafael ar y cleient.

Roedd y gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol wedi gwella llesiant defnyddwyr gwasanaeth (ST1) yn arwyddocaol dros amser, gyda sgorau llesiant 85% o'r rhai oedd darparu data wedi gwella rhwng y pwynt mynediad i'r rhaglen a'r dilyniant.

Ffigur 4: Newidiadau yn sgorau SWEMWBS o'r pwynt mynediad i'r dilyniant



Ar gyfartaledd, roedden nhw'n graddio'r gwasanaeth yn 9.5 allan o 10

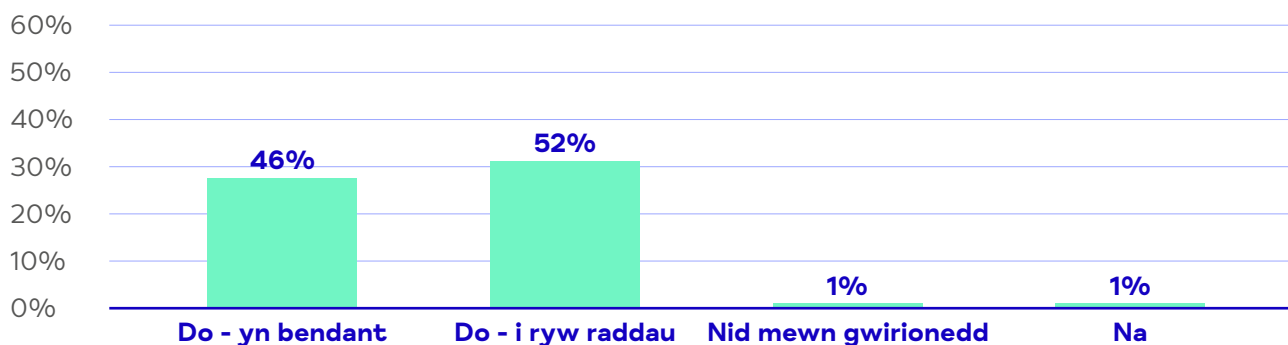
Doedd 45% o gleientiaid untro ddim yn gwybod at bwy y bydden nhw wedi mynd oni bai am y gwasanaeth hwn

99% wedi dweud y bydden nhw'n argymhell i deulu neu ffrindiau

Byddai 26% wedi mynd at eu meddyg teulu a 4% wedi mynd at wasanaethu iechyd meddwl y GIG

Roedd hefyd yn bwysig gwybod a oedd y cleientiaid yn cyflawni'r hyn roedden nhw eisiau ei gyflawni.

Ffigur 5: A wnaethoch chi gyflawni'r nodau a osodwyd yn y cynllun nodau?



Dywedodd 98% o ddefnyddwyr gwasanaeth eu bod wedi cyrraedd eu nodau, naill ai'n bendant neu i ryw raddau. Dim ond 2% o ddefnyddwyr gwasanaeth a ddywedodd nad oedden nhw wedi cyrraedd eu nodau, neu ddim mewn gwirionedd.

“Plis, plis cadwch ati i wneud beth rydych chi'n ei wneud. Plis daliwch ati i helpu pobl. Roeddwn i'n gwybod am Mind ond ddim yn gwybod 100% nes fy mod ei angen... Rwy'n gwybod ei fod yn anodd gyda chyllid a phethau... ond pe bydden nhw ond yn gallu dal ati i wneud beth maen nhw'n ei wneud a helpu pobl, maen nhw'n achub bywydau, maen nhw'n helpu pobl i drwsio eu bywydau neu o leiaf yn eu rhoi'n ôl ar drac unwaith eto.” – Cyfwelai

Effeithiau Eraill

Mae'r prosiect hefyd wedi gallu rhannu'r gwersi a ddysgwyd mewn sawl ffordd, gan gynnwys y canlynol:

- Poster a chyflwyniad academiaidd yn y gynhadledd Rhagnodi Cymdeithasol Rhyngwladol ym Mhrifysgol Westminster, 12 – 13 Gorffennaf 2019.
- Cyflwyniad yn yr Iwerddon (Monaghan) ar 24 Gorffennaf 2019 i rannu ymarfer da a helpu i gyflwyno gwybodaeth ar ddatblygu gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol newydd gwasanaeth iechyd meddwl yr awdurdod iechyd. Hefyd wedi cymryd rhan mewn cynhadledd Iwerddon gyfan fis Tachwedd 2019.
- Cyflwyniadau i gynadleddau wedi'u trefnu gan Gymdeithas Genedlaethol Gweithwyr Cyswllt, gan gynnwys cynhadledd Rheolwyr Rhagnodi Cymdeithasol ar 19 Mai 2021. Hefyd wedi cyfrannu at ffordron Cymru Gyfan ar 9 Mehefin 2021.
- Cyfarfod gyda swyddogion Cymru o Goleg Brenhinol y Meddygon Teulu i helpu i ffurfio eu cynnig 'Pen Dwfn' i Lywodraeth Cymru.
- Cyflwyniad i weithdy Cyfarfod Blynyddol Cyffredinol PAVO ar ragnodi cymdeithasol, 15 Tachwedd 2021.
- Digwyddiad dysgu cenedlaethol Mind Cymru ar 18 Tachwedd 2021.

Mae Cyfarwyddwr Mind Cymru'n aelod o Grŵp Tasg a Gorffen Gweinidogol sy'n goruchwyllo datblygu Fframwaith Rhagnodi Cymdeithasol i Gymru. Mae'r Uwch Swyddog Prosiect hefyd wedi cyfrannu at weithdai wedi'u trefnu gan Ysgol Ymchwil Rhagnodi Cymdeithasol Cymru fel rhan o hyn.



Ffocws ar dlodi



Un o feysydd blaenoriaeth strategol Mind yw brwydro dros iechyd meddwl pobl sy'n dioddef tlodi. Mae pobl gyda phroblemau iechyd meddwl yn debycach o fwy mewn tlodi ac mae pobl mewn tlodi'n debycach o fod â phroblemau iechyd meddwl.

Roedd mesur tlodi'n cael ei beilota am ychydig fisoedd yn ystod gwerthusiad y rhagnodi cymdeithasol i ganfod i ba raddau roedd y rhaglen cefnogi pobl sy'n byw mewn tlodi yn cyrraedd pobl gyda phroblemau iechyd meddwl. Gofynnwyd yr un cwestiynau i ddefnyddwyr ST1 ac ST2. Mae'r canfyddiadau wedi'u hamlinellu isod.

- **46%** ddim eisiau ateb cwestiynau am incwm.
- I'r rhai a oedd yn fodlon, y **grŵp incwm mwyaf cyffredin oedd £10,001-£20,000**.
- **Dim ond 2% o ddefnyddwyr gwasanaeth oedd ag incwm cyfun y cartref o £50,000 neu fwy.**
- **Roedd 56% a dderbyniodd y gwasanaeth yn derbyn budd-daliadau**, neu'n byw gyda rhywun a oedd.

Defnyddiwyd cwestiwn ar sail profiad i fesur y profiad o dlodi. Mae'r cwestiwn yn gofyn i gyfranogwyr ddewis o gyfres o ddatganiadau 'Rwyf / Rydym' (tabl 5). Dywedir fod y rhai sy'n ateb gyda datganiadau B, C neu D yn byw yn is na'r safon isafswm incwm neu'n dioddef tlodi.

- Yn gyffredinol, **roedd 44% yn byw'n is na'r safon isafswm incwm neu'n dioddef tlodi.**

Cafodd cyfartaledd sgoriau SWEMWBS wrth ddod i mewn i'r gwasanaeth ac mewn sesiynau dilyn i fyny eu hystyried, sef y gwahaniaethau rhwng y rhai a oedd y byw yn uwch ($n = 16$ wrth ddod i mewn, $n = 9$ adeg dilyn i fyny) ac yn is ($n = 21$ wrth ddod i mewn, $n = 13$ adeg dilyn i fyny) na'r safon isafswm incwm. Er bod y pwynt gwahaniaethu rhwng dod i mewn i'r gwasanaeth a'r adeg dilyn i fyny'n debyg yn y ddau grŵp (7.69 yn uwch na'r isafswm incwm, 7.42 yn is na'r isafswm incwm) roedd gan y rhai gydag incwm uwch na'r isafswm safon incwm sgoriau uwch ar gyfartaledd wrth ddod i mewn i'r gwasanaeth (17.75) ac adeg dilyn i fyny (25.44) na'r rhai yn byw o dan y safon incwm (15.43 wrth ddod i mewn, 22.85 adeg y dilyn i fyny).

Gwerthusiad cyffredinol o'r canfyddiadau allweddol

Cyrhaeddiad y gwasanaeth

- Roedd y gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol yn cael ei ddefnyddio gan amrywiaeth eang o bobl o wahanol grwpiau oedran gyda llawer o wahanol broblemau iechyd meddwl a llesiant oedd wedi cael y gwasanaeth trwy wahanol lwybrau cyfeirio. Mae hynny'n awgrymu **bod y gwasanaeth yn hygyrch ac yn briodol ar gyfer amrywiaeth o bobl gyda gwahanol anghenion.**

Elfennau o'r model a oedd yn gweithio'n dda

- Roedd y sgwrs 'beth sy'n bwysig' yn cael ei gwerthfawrogi'n fawr ac yn gydran effeithiol o'r model rhagnodi cymdeithasol, yn galluogi gweithwyr cyswllt i gyfeirio defnyddwyr gwasanaeth at wasanaethau a oedd yn briodol ar gyfer eu hanghenion, gan sicrhau fod defnyddwyr gwasanaeth yn wirioneddol deimlo eu bod yn cael gwrandawriad.
- Roedd y defnydd **o weithwyr cyswllt a oedd yn wybodus (am iechyd meddwl a gwasanaethau lleol)**, yn empathig ac yn agos atoch yn effeithio'n bositif ar ddarparu gwasanaeth a chanfyddiadau defnyddwyr gwasanaeth o'r rhaglen.

Effeithiau ar Iechyd Meddwl

- Roedd **y gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol wedi gwella llesiant defnyddwyr gwasanaeth yn arwyddocaol** dros amser, gyda sgoriau llesiant yn gwella i'r 85% o'r rhai a ddarparodd ddata rhwng mynd i mewn i'r rhaglen a dilyn i fyny.
- Roedd y gwasanaeth rhagnodi cymdeithasol yn **gallu datrys 96% o broblemau'r defnyddwyr gwasanaeth (ffurf fer).**
- Roedd y defnyddwyr gwasanaeth yn gwerthfawrogi'r help roedden nhw'n ei gael gan y rhaglen gyda 99% a 96% o ddefnyddwyr gwasanaeth llawn a defnyddwyr gwasanaeth ffurf fer yn argymhell y rhaglen i ffrindiau a / neu deulu.

Argymhellion i'r sector

Mae'r canfyddiadau'n dangos fod yna ofyn am gynnig rhagnodi cymdeithasol nad yw'n feddygol yng Nghymru, gyda'r arbenigedd i gyfarfod ag anghenion pobl gyda phroblemau iechyd meddwl. Llwyddodd rhaglen Mind Cymru i gyrraedd pobl gydag amrywiaeth o anghenion iechyd meddwl a llesiant (e.e. gorbryder, iselder, unigrwydd).

Mae'r canfyddiadau hefyd yn awgrymu y byddai model Rhagnodi Cymdeithasol Mind Cymru yn fodel effeithiol ar gyfer gwella llesiant pobl gyda phroblemau iechyd meddwl. Mae'r pwyntiau canlynol yn amlygu cydrannau pwysig y model y gellid eu sefydlu mewn gwasanaethau rhagnodi cymdeithasol i sicrhau eu bod yn cyfarfod ag anghenion pobl gyda phroblemau iechyd meddwl.

Dylai modelau rhagnodi cymdeithasol yn y dyfodol:

Gynnig ymyrraeth nad yw'n feddygol gyda llwybrau cyfeirio hyblyg

- Darparu gofal ar lefel gymunedol nad yw'n gofyn am gyfeiriad gan Feddyg Teulu na diagnosis ffurfiol gan sicrhau fod pobl yn gallu cael gafael ar y gefnogaeth maen nhw ei angen pryd maen nhw ei angen.
- Darparu gwasanaeth gyda sawl llwybr cyfeirio hyblyg (gan gynnwys hunan gyfeirio) a fyddai'n golygu fod defnyddwyr gwasanaeth yn cael cefnogaeth yn brydlon, gan osgoi rhestrau aros am driniaeth.

Cyflogi gweithwyr cyswllt gydag arbenigedd iechyd meddwl

- Mae'n rhaid sicrhau fod gan weithwyr cyswllt wybodaeth waith ddwfn o broblemau iechyd meddwl a gwybodaeth dda o wasanaethau a gweithgareddau er mwyn sicrhau fod anghenion defnyddwyr gwasanaeth yn cael eu cyfarfod a bod y gwasanaethau y maen nhw'n cael eu cyfeirio atyn nhw yn briodol ar gyfer eu hanghenion.
- Efallai y bydd gweithwyr cyswllt o fodelau rhagnodi cymdeithasol cyffredinol (h.y. nid iechyd meddwl yn benodol) angen hyfforddiant neu wella eu sgiliau ymwybyddiaeth iechyd meddwl e.e. Cymorth Cyntaf Iechyd Meddwl.
- Mae gweithwyr cyswllt angen amser / gallu i sefydlu perthynas dda ac adeiladu ymddiriedaeth gyda defnyddwyr gwasanaeth er mwyn gallu deall pa gefnogaeth sydd ei hangen ar gyfer eu problemau iechyd meddwl.

Sicrhau fod gan weithwyr cyswllt wybodaeth dda o gysylltiadau cymunedol

- Mae'n rhaid sicrhau fod gan weithwyr cyswllt wybodaeth waith ddwfn o broblemau

iechyd meddwl a chysylltiadau cymunedol (at wasanaethau ar gyfer cyfeirio) er mwyn sicrhau fod anghenion defnyddwyr gwasanaeth yn cael eu cyfarfod a bod y gwasanaethau maen nhw'n cael eu cyfeirio atyn nhw'n briodol ar gyfer eu hanghenion.

- Efallai bod gan bobl gyda phroblemau iechyd meddwl set cymhleth o anghenion – efallai bod angen iddyn nhw gael eu cyfeirio at nifer o wahanol wasanaethau i gyfarfod â'u hanghenion, gan gynnwys gwasanaethau megis rheoli gorbryder, Ymwybyddiaeth Ofalgar a chwmsela er mwyn eu helpu i reoli eu teimladau.
- Bydd gofyn i weithwyr cyswllt fod yn hyblyg er mwyn cynnig rhywbeth arall i ddefnyddwyr gwasanaeth nes eu bod yn cael eu derbyn ar gyfer y gwasanaeth priodol.

Mabwysiadu model sy'n hyrwyddo gofal sy'n canolbwyntio ar y person, gan gyflawni ymgysylltu'n effeithiol

- Mae mabwysiadu model sy'n galluogi gweithwyr cyswllt i dreulio amser yn cefnogi defnyddwyr gwasanaeth i gychwyn arni ar ôl cael eu cyfeirio at wasanaethau eraill, yn hanfodol i sicrhau canlyniad llwyddiannus, ac i ail asesu anghenion y defnyddiwr wrth symud ymlaen trwy'r rhaglen o gefnogaeth.

Mabwysiadu model darparu Hybrid, gan fod hynny'n gweithio'n dda

- Er y byddai'n well gan rai defnyddwyr gwasanaeth ddarpariaeth wyneb yn wyneb; i eraill roedd darpariaeth o bell (e.e. dros y ffôn) yn eu siwtio'n well. Dylai gwasanaethau gynnig gwasanaeth hybrid sy'n canfod y cydbwysedd rhwng ymarferoldeb darparu gwasanaeth a'r gwasanaeth sydd ei angen gan y defnyddiwr gwasanaeth.

Mae model Mind Cymru'n cynnig

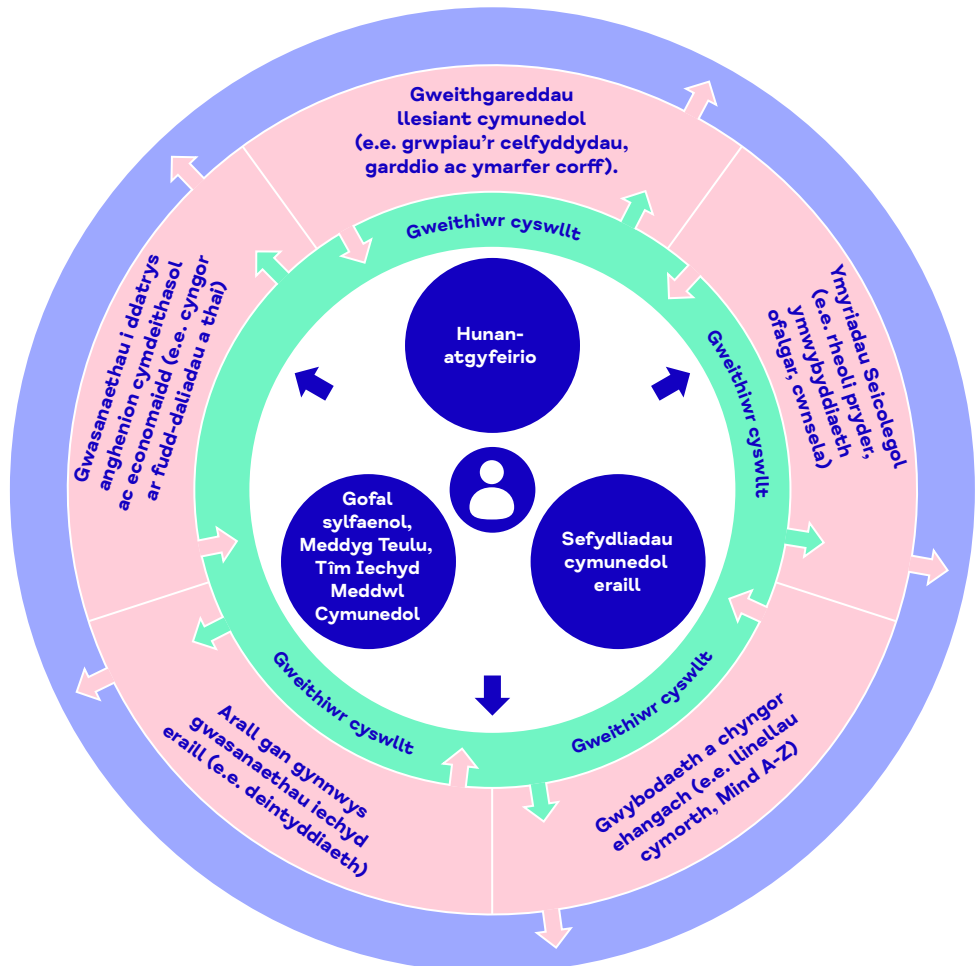
- cymorth ehangach, anfeddygol a mwy cyfannol o'i gymharu â gwasanaethau iechyd meddwl traddodiadol
- cymorth mwy arbenigol ar gyfer iechyd meddwl na gwasanaethau cyfeirio generig a 'chysylltwyr cymunedol'

Am ragor o wybodaeth a mynediad at yr adroddiadau llawn, ewch at y [tudalennau rhagnodi cymdeithasol ar wefan Mind](#).

Model Rhagnodi Cymdeithasol Mind Cymru

Gweithiwr Cyswllt Rhagnodi Cymdeithasol

- Dull o ganolbwyntio ar y person
- Canolbwyntio ar 'Beth Sy'n Bwysig'
- Adeiladu perthynas sy'n gweithio gyda chleient i nodi amcanion
- Gwybodaeth dda o wasanaethau a gweithgareddau lleol sy'n hyrwyddo llesiant
- Gallu gweld pa gefnogaeth sydd ei angen ar gyfer y problemau iechyd meddwl gwaelodol
- Cefnogi cleientiaid i dalu sylw i anghenion iechyd meddwl a chysylltu
- Cadw cysylltiad gyda'r cleient i wneud yn siŵr fod y gweithgareddau a'r gwasanaethau y rhai iawn



Cysylltwch

Mind Cymru,
Castlebridge 4,
Heol Ddwyreiniol y
Bont-Faen,
Caerdydd CF11 9AB

mind.org.uk/Cymru

@MindCymru

Galwch ni: 029 2039 5123



Rydym yn elusen gofrestredig yn Lloegr (rhif 219830)
ac yn gwmni cofrestredig (rhif 424348) yng Nghymru a Lloegr