



Health and Care
Research Wales
Evidence Centre

Canolfan Dystiolaeth
Ymchwil Iechyd a
Gofal Cymru

Beth yw'r ymyriadau mwyaf effeithiol i gefnogi plant a phobl ifanc sydd wedi profi profedigaeth oherwydd hunanladdiad yn y teulu: adolygiad cyflym

Medi 2023



Ymchwil Iechyd
a Gofal **Cymru**
Health and Care
Research **Wales**



Ariennir gan
Lywodraeth Cymru
Funded by
Welsh Government



Cynhaliwyd yr adolygiad gan Uned Arbenigol Tystiolaeth Adolygu

Cyfranwyr yr Adroddiad

Tîm Adolygu

Mala Mann, Meg Kiseleva, Lydia Searchfield, Francesca Mazzaschi, Rhiannon Jones, Kate Lifford, Alison Weightman, Ann John

Cyngor Methodolegol

Ruth Lewis

Rhanddeiliaid

Claire Cotter a'r Athro Ann John

Ystyriaethau Economaidd Tîm Adolygu

Rhiannon Tudor Edwards, Jacob Davies

Tîm y Ganolfan Dystiolaeth

Roedd Adrian Edwards, Ruth Lewis, Alison Cooper a Micaela Gal yn ymwneud ag ymgysylltu â rhanddeiliaid, adolygu'r adroddiad a golygu

Partner Cyhoeddus

Rashmi Kumar

Adolygiad wedi'i gyflwyno i'r Ganolfan Dystiolaeth: Mehefin 2023

Cyfarfod ymgynghori â Rhanddeiliad: Medi 2023

Adroddiad terfynol wedi'i gyhoeddi gan y Ganolfan Dystiolaeth: Medi 2023

Dylid dyfynnu'r adolygiad hwn fel: Canolfan Dystiolaeth Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru. Beth yw'r ymyriadau mwyaf effeithiol i gefnogi plant a phobl ifanc sydd wedi profi profedigaeth oherwydd hunanladdiad yn y teulu: adolygiad cyflym. (RR0007). Medi 2023

Ymwadiad: Safbwyntiau'r awduron yw'r safbwyntiau a fynegir yn y cyhoeddiad hwn, nid o reidrwydd Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru. Mae Canolfan Dystiolaeth Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru ac awduron y gwaith hwn yn datgan nad oes ganddynt unrhyw wrthdrawiad buddiannau.

Beth yw'r ymyriadau mwyaf effeithiol i gefnogi plant a phobl ifanc sydd wedi profi profedigaeth oherwydd hunanladdiad yn y teulu?

Rhif yr adroddiad – PR0007 (Medi 2023)

CRYNODEB GWEITHREDOL

Beth yw Adolygiad Cyflym?

Mae ein hadolygiadau cyflym (RR) yn defnyddio amrywiad ar y dull adolygu systematig, gan dalfyrru neu hepgor rhai cydrannau i gynhyrchu'r dystiolaeth i hysbysu rhanddeiliaid yn brydlon gan gadw sylw at ragfarn ar yr un pryd.

Ar gyfer pwy mae'r crynodeb hwn?

Gofynnwyd am yr adolygiad fel sail i un o amcanion strategaeth atal hunanladdiad Llywodraeth Cymru: "darparu gwybodaeth a chefnogaeth i'r rhai sydd mewn profedigaeth neu sy'n cael eu heffeithio gan hunanladdiad a hunan-niweidio", ac adeiladu ar yr ymgynghoriad diweddar ar gymorth "ôl-ymyrraeth" (profedigaeth oherwydd hunanladdiad) gyda'r bwriad o ddatblygu canllawiau ar ymateb i bobl ifanc sy'n cael eu heffeithio gan hunanladdiad.

Cefndir / Nod yr Adolygiad Cyflym

Mae profedigaeth drwy hunanladdiad yn wahanol i fathau eraill o brofedigaeth ac mae angen cymorth arbenigol. Mae plant a phobl ifanc sydd wedi colli anwyliad i hunanladdiad yn fwy tebygol o ddioddef proses brofedigaeth gymhleth a phrofi iechyd meddwl gwaeth. Nod yr adolygiad hwn yw asesu'r dystiolaeth ar gyfer **effeithiolrwydd ymyriadau i gefnogi plant a phobl ifanc** sydd wedi profi profedigaeth oherwydd hunanladdiad. Bydd y canfyddiadau'n llywio strategaeth Llywodraeth Cymru ac yn gweithio gydag asiantaethau ac elusennau sy'n cefnogi plant a phobl ifanc yn dilyn hunanladdiad aelod agos o'r teulu.

Canlyniadau

Adolygiad o'r sylfaen dystiolaeth

Roedd yr adolygiad yn cynnwys tystiolaeth oedd ar gael hyd at 29 Mawrth 2023.

Maint y sylfaen dystiolaeth

- Nodwyd tair astudiaeth: 2 astudiaeth cyn ac ar ôl heb eu rheoli ac 1 astudiaeth ar hap dan reolaeth.
- Adroddodd y tair astudiaeth ar **ymyriadau therapi grŵp** a barodd rhwng 10 a 14 wythnos.
- Roedd maint y sampl yn amrywio rhwng 5 a 75 (41 ar ôl i rai adael) o blant.
- Roedd y tair astudiaeth yn mesur newidiadau mewn canlyniadau iechyd meddwl ac o leiaf un canlyniad cymdeithasol neu ymddygiadol.
- Cynhaliwyd yr astudiaethau yng Nghanada, Unol Daleithiau America ac Iwerddon.
- **Mae cyffredinolrwydd y canlyniadau yn gyfyngedig** oherwydd maint bach y sampl a dyluniadau'r astudiaethau.

Canfyddiadau allweddol a sicrwydd y dystiolaeth

- Canfuwyd **gostyngiadau mewn pryder a symptomau iselder** ymhlith plant a dderbyniodd ymyriadau grŵp. Fodd bynnag, oherwydd y mathau o ddyluniadau astudiaeth a ddefnyddiwyd a chyfyngiadau'r astudiaethau dan sylw, **nid yw'n glir a ellir priodoli hyn i'r ymyriadau**, felly dylid bod yn ofalus wrth gyffredinol'i'r canlyniadau.
- Daeth y dystiolaeth gryfaf o astudiaeth ar hap dan reolaeth, lle cafodd wnaeth plant yn y grŵp ymyrraeth brofi gostyngiad sylweddol uwch o symptomau gor-bryder ac iselder o'i gymharu â phlant yn y grŵp rheoli. Fodd bynnag, roedd yr astudiaeth hon yn gyfyngedig oherwydd nifer y cyfranogwyr a gollwyd cyn gwaith dilynol.
- Cafodd rhai canlyniadau ymddygiadol a chymdeithasol, fel dicter ac ymddygiad aflonyddgar, eu mesur hefyd, ond mae'r canlyniadau'n fwy amhendant oherwydd maint bach y sampl a diffyg grŵp rheoli yn yr astudiaethau hynny.

Goblygiadau Ymchwil a Bylchau Tystiolaeth

Mae angen ymchwil pellach i ddatblygu ymyriadau i gefnogi plant a phobl ifanc sydd wedi profi profedigaeth drwy farwolaeth trwy hunanladdiad aelod o'r teulu. **Mae angen ymchwil ychwanegol i werthuso effeithiolrwydd a chost-effeithiolrwydd** ymyriadau cynlluniedig.

Goblygiadau Polisi ac Ymarfer

Mae'n anodd dod i gasgliadau pendant oherwydd y dystiolaeth gyfyngedig ac ansawdd isel yr astudiaethau dan sylw. Fodd bynnag, mae **arwyddion y gallai ymyriadau grŵp helpu i leihau symptomau pryder ac iselder** ymhlith plant sydd mewn profedigaeth oherwydd hunanladdiad. Bydd yn bwysig **datblygu canllawiau a safonau ymarfer** ar gyfer y gwasanaethau hyn yn seiliedig ar y dystiolaeth orau sydd ar gael. Rhaid i bob gwasanaeth o'r fath ddefnyddio mesurau canlyniadau wedi'u dilysu fel rhan o broses werthuso integrol a sefydlwyd o gychwyn gwasanaethau.

Ystyriaethau Economaidd (i'w hadolygu)

- Amcangyfrifir bod 300-350 o bobl yn marw trwy hunanladdiad yng Nghymru bob blwyddyn, gan gostio rhwng £760 miliwn ac £880 miliwn y flwyddyn i economi Cymru.
- Mae risgiau hunanladdiad yn cynyddu yn ystod cyfnodau o ddirwasgiad economaidd. Mae dirywiad economaidd sy'n cael ei gategoreiddio gan ddiweithdra cynyddol yn gwaethygu'r risg hon ymhellach.
- Canfuwyd bod marwolaeth gynnar rhieni (cyn 21 mlwydd oed) yn gysylltiedig yn gyson â risg uwch o fynd i'r ysbyty a defnyddio meddyginiaeth uwch ar gyfer anhwylderau iechyd meddwl yn ogystal â mwy o absenoldeb o'r gwaith oherwydd salwch pan yn oedolyn. Mae'r defnydd o adnoddau gofal iechyd uwch ac absenoldeb uwch ill dau yn cyfrannu at gostau uwch i gymdeithas.
- Mae potensial i ymyriadau i gefnogi plant a phobl ifanc sydd mewn profedigaeth oherwydd hunanladdiad fod yn gost-effeithiol iawn, ond mae hyn yn parhau i fod heb ei brofi ar hyn o bryd.

Darllenwch yr adroddiad llawn



Health and Care
Research Wales
Evidence Centre

Canolfan Dystiolaeth
Ymchwil Iechyd a
Gofal Cymru

Canolfan Dystiolaeth Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru

Mae ein timau ymroddedig yn cydweithio â Llywodraeth Cymru, y Gwasanaeth Iechyd, gofal cymdeithasol, sefydliadau ymchwil a'r cyhoedd i ddarparu ymchwil hanfodol i fynd i'r afael â heriau iechyd a gofal cymdeithasol sy'n wynebu Cymru.

Wedi'i hariannu gan Lywodraeth Cymru, drwy Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru, mae'r Ganolfan Dystiolaeth yn ateb cwestiynau allweddol i wella polisi a darpariaethau iechyd a gofal cymdeithasol ledled Cymru.

Ynghyd â'n partneriaid cyd-weithio, rydym ni'n cynnal adolygiadau o dystiolaeth bresennol ac ymchwil newydd, i lywio anghenion polisi ac ymarfer, gan ganolbwyntio ar sicrhau budd y byd go iawn a budd cyhoeddus sy'n cyrraedd pawb.

Cyfarwyddwyr: Yr Athro Adrian Edwards

Cyfarwyddwyr Cyswllt Dr Alison Cooper, Dr Natalie Joseph-Williams, Dr Ruth Lewis



@tystiolaethcym



healthandcareevidence@cardiff.ac.uk



www.researchwalesevidencecentre.co.uk/cy