Wales Centre for Public Policy
Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru

Briff Polisi
Awst 2024

# Mynd i’r afael â stigma sy’n gysylltiedig â thlodi

Awduron: Charlotte Morgan, Josh Coles-Riley ac Amanda Hill-Dixon

## Cefndir

Dangosodd ein **Tlodi ac Allgau Cymdeithasol: Adolygiad** (2022) fod mynd i’r afal â stigma yn flaenoriaeth bwysig i bobl â phrofiad bywyd o dlodi. Mae hyn am fod stigma tlodi’n niweidiol i iechyd meddwl pobl a gall effeithio ar eu mynediad at gymorth neu gyfranogiad llawn yn eu cymunedau. Yn dilyn y gwaith hwn a oedd yn amlygu agweddau ar iechyd meddwl a stigma sy’n gysylltiedig â thlodi, yn ogystal ag achosion niferus o stigma tlodi a amlygwyd yn ei **hymarferiad ymgynghori swyddogol**, penderfynodd Llywodraeth Cymru gynnwys yr angen i fynd i’r afael â stigma tlodi fel un o’r pum amcan yn ei Strategaeth Tlodi Plant (2024).

I adeiladu ar y gwaith hwn ar ran Llywodraeth Cymru ac i gynorthwyo gwasanaethau cyhoeddus i roi sylw i stigma tlodi, cychwynnwyd ar raglen waith yn 2023 i edrych ar stigma tlodi, gan adolygu ymchwil sydd ar gael eisoes, ymgysylltu â llunwyr polisi, ymarferwyr, academyddion, ac unigolion â phrofiad bywyd.

Ar ôl adolygu’r canfyddiadau cychwynnol hyn, cynhaliwyd cyfres o weithdai yn ystod Tachwedd a Rhagfyr 2023, mewn partneriaeth â’r Arsyllfa Polisi Cyhoeddus Rhyngwladol (IPPO), Lab Cyd-gynhyrchu Cymru, APLE Collective, a Chomisiwn Gwirionedd Tlodi Abertawe. Prif nod y gweithdai hyn oedd penderfynu ar gamau penodol y gallai CPCC ac eraill eu cymryd i gynorthwyo gwasanaethau cyhoeddus yng Nghymru i ddefnyddio’r dystiolaeth orau sydd ar gael i fynd i’r afael â stigma tlodi’n fwy effeithiol.

Mae’r briff hwn yn crynhoi prif negeseuon ein hadolygiad desg cychwynnol o’r ymchwil sydd ar gael. Ymhelaethir ar yr hyn a ddysgwyd yn sgil y gyfres o weithdai mewn **adroddiad ar wahân**.

Darllenwch y prif adroddiad yn **wcpp.org.uk/cy/cyhoeddi/codir-caead**

# Beth yw 'stigma tlodi'?

Diffiniodd y cymdeithasegwr Erving Goffman (1963) stigma fel ***'sefyllfa'r unigolyn sydd wedi'i ddatgymhwyso o gydnabyddiaeth gymdeithasol lawn'***. Mae Goffman yn gweld stigma fel perthynas rhwng pobl, sy'n digwydd o fewn ryngweithiadau cymdeithasol mewn gwahanol ffyrdd, o fynegiannau cynnil yr wyneb i fathau mwy amlwg o wahaniaethu, fel galw enwau. Gan ddefnyddio gwaith Goffman, diffiniwyd 'stigma' fel cyd-ddigwydd pedair proses o fewn dynameg pŵer:

- Labelu gwahaniaethau;
- Stereoteipio'r gwahaniaethau hynny;
- Gwahanu oddi wrth rai sydd wedi'u labelu fel 'gwahanol';
- Colli statws a gwahaniaethu yn erbyn y rhai sydd wedi'u labelu (Link a Phelan, 2001, t.363).

Gan ddefnyddio'r diffiniadau cyffredinol hyn, gellir gweld stigma tlodi fel math penodol o stigma lle mae pobl a chymunedau'n cael eu ***'dibrisio am eu bod yn byw mewn tlodi neu'n defnyddio gwasanaethau sydd wedi'u cynllunio i helpu pobl sy'n byw ar incymau isel'*** *(Grŵp Trawsbleidiol ar Dlodi Senedd yr Alban, 2023, t. 7)*. Fel rhan o'n Hadolygiad o Dlodi ac Allgau Cymdeithasol, cynhaliwyd cyfres o weithdai gennym â phobl â phrofiad bywyd o dlodi. Dangosodd y cyfranogwyr sut y mae stigma tlodi wedi effeithio ar eu hiechyd meddwl, eu llesiant a'u mynediad at wasanaethau a chymorth.

Disgrifiodd un cyfranogwr sut roedd stigma wedi effeithio ar y profiad o ddefnyddio banc bwyd: ***'Roeddwn i'n poeni pan fu'n rhaid i mi ffonio banc bwyd. Roeddwn i'n casáu hynny, â chas perffaith. Doeddwn i erioed wedi teimlo gymaint o gywilydd yn fy mywyd'*** *(cyfranogydd gweithdy, yn Roberts, 2021: 16)*.

Disgrifiodd un cyfranogwr sut yr oedd wedi defnyddio hylif cael gwared ar farnais ewinedd i ddileu'r dyddiad ar duniau bwyd a gafodd o fanciau bwyd: ***'pan fydd ffrindiau'n edrych yn eich cypyrddau ac yn gweld y dyddiadau, rydym yn meddwl 'aros am funud'. Nid eu bod yn mynd i falio am eu bod yn ffrindiau ond nid ydych yn meddwl hynny yn eich calon: rydych yn teimlo cywilydd. […] Ni ddylai fod yn rhaid imi […] Ond fel'na mae cymdeithas.'*** *(cyfranogwr gweithdy, fel uchod)*.

Dywedodd cyfranogwyr eraill fod cywilydd a stigma wedi cyfrannu'n sylweddol at effeithiau negyddol tlodi ar eu hiechyd meddwl:

***Cyfranogwr 1: "Mae morâl yn isel iawn. Ni allwch ddweud 'Mi gaf i dŷ ymhen blwyddyn neu ddwy. Mi gaf wyliau'r flwyddyn nesaf'."***

***Cyfranogwr 2: "Cywilydd y peth sy'n dweud arna i"***

***Cyfranogwr 1: "Rydych yn teimlo mor ddiwerth."***

***Cyfranogwr 2: "Ie, y cywilydd."***

*(cyfranogwyr gweithdy, fel uchod, t. 17)*

Fel y mae'r dyfyniadau uchod yn ei ddangos ac fel y dangosir gennym isod, mae stigma'n gymhleth ac yn aml-ddimensiwn, gan ddigwydd ar sawl lefel mewn cymdeithas, o'r rhyngbersonol i'r strwythurol. Gan amlygu dimensiynau cymdeithasol a rhyngbersonol stigma tlodi, mae Ruth Lister yn disgrifio tlodi ***'nid yn unig fel anfantais a chyflwr economaidd ansicr, ond hefyd perthynas gywilyddus a difäol'*** (2004).

# Gwahanol fathau o stigma (tlodi)

Er ei fod wedi datblygu o ddadansoddiad o stigma sy'n gysylltiedig â salwch meddwl yn hytrach na stigma tlodi'n benodol, mae'r fframwaith cysyniadol yn Nhabl 1 yn nodi rhai gwahaniaethau defnyddiol sy'n dangos sut mae stigma'n arddangos ei hun ac yn cael ei brofi.

Mae'r fframwaith hwn yn gwahaniaethu rhwng dau fath o stigma: stigma cyhoeddus: (stigma cymdeithasol neu dybiedig) a hunan-stigma (stigma mewnol) (Corrigan, Kerr a Knudsen, 2005). Mae'n dangos bod effaith stigma'n ddeublyg, sy'n cwmpasu stigma allanol a mewnol a brofir ar amryw o lefelau drwy stereoteipiau (credoau), rhagfarn (emosiwn a theimladau), a gwahaniaethu (ymddygiadau agored) (Corrigan a Watson, 2002).

*Math o stigma*

| Lefel/agwedd | **Stigma cyhoeddus** | **Hunan stigma** |
|---|---|---|
| **Stereoteip (Cred)** | Cred negyddol am grŵp (e.e. diogi, diffyg gallu) | Cred negyddol am eu hunain (e.e. gwendid, diffyg gallu) |
| **Rhagfarn (Emosiwn)** | Cytuno â'r gred a/neu adwaith emosiynol negyddol (e.e. dicter, ofn) | Cytuno â'r gred a/neu adwaith emosiynol negyddol (e.e. dicter, ofn) |
| **Gwahaniaethu (Ymddygiad)** | Arddangos rhagfarn drwy ymddygiad (e.e. cefnu, gwrthod help) | Ymateb ymddygiadol i ragfarn (e.e. hunan ynysu) |

*Table 1: Conceptual framework on public stigma and self stigma (adapted from Corrigan and Watson, 2002)*

Gan adleisio'r fframwaith cysyniadol yn Nhabl 1, mae ymchwilwyr wedi nodi pum prif fath o stigma tlodi (Inglis et al., 2022, t. 784):

1. **Stereoteipiau negyddol wedi'i mewnoli** (hunan-stigma), sy'n arwain at lefelau isel o hunan barch neu ymdeimlad o fethiant sy'n gysylltiedig â bod mewn tlodi;

2. **Credoau ynglŷn ag amlder stigma** (stigma tybiedig), fel credu bod eraill yn gweld tlodi fel canlyniad methiant personol a diogi;

3. **Disgwyliad o brofi stigma** (stigma disgwyliedig), lle mae unigolion yn disgwyl i eraill ddangos stigma yn eu herbyn boed hwy wedi cael profiad bywyd blaenorol o hyn nu beidio;

4. **Profiadau o wahaniaethu agored** (stigma a brofwyd), lle mae unigolion yn teimlo eu bod yn cael ei dibrisio neu eu trin yn annheg gan eraill oherwydd eu hamgylchiadau ariannol, boed hynny gan weithwyr proffesiynol, rhai yn y gymuned, neu hyd yn oed ffrindiau neu deulu;

5. **Arferion sefydliadol sy'n rhoi grwpiau penodol dan anfantais** (stigma cyfundrefnol). Gall hyn gynnwys y cyfryngau a naratifau gwleidyddol neu niweidiol, yn ogystal â chyfyngu ar fynediad unigolion at adnoddau cymdeithasol ac economaidd sy'n ategu cyfalaf iechyd a chymdeithasol sy'n seiliedig ar eu tlodi. Edrychir ar fathau eraill o stigma tlodi a ffyrdd o fynd ati i'w ddeall isod.

## Stigmâu sy'n croestorri

Mae arbenigwyr o blaid mabwysiadu 'ymagwedd groestoriadol' tuag at stigma, gan alluogi gweithwyr proffesiynol i feddwl yn gyfannol am effaith byw â sawl hunaniaeth sy'n profi stigma (Turan et al., 2019) a sut i ddeall sut mae stigma tlodi'n croestorri ac yn dwysau anghydraddoldebau sy'n bod eisoes (Tyler a Campbell, 2024). Gall grwpiau penodol sy'n agored i dlodi brofi sawl math o stigma a gwahaniaethu, ac mae effeithiau'r stigmâu hyn yn cael eu dwysau am eu bod yn croestorri (Grŵp Trawsbleidiol ar Dlodi Senedd yr Alban, 2023, t. 9). Mae grwpiau sy'n arbennig o agored i stigmâu sy'n croestorri'n cynnwys 'Pobl ddu a lleiafrifoedd ethnig, menywod, pobl â phroblemau alcohol a chyffuriau, pobl â phrofiad o'r system cyfiawnder troseddol, rhieni sengl a phobl anabl (Grŵp Trawsbleidiol ar Dlodi Senedd yr Alban, 2023, t.9). Mae croestoriad yr anfantais yn gallu dwysau effaith stigma ar unigolion a chymunedau.

## Lleoedd sy'n profi stigma

Nid yw stigma tlodi wedi'i gyfyngu i unigolion yn unig; gall cymunedau a mannau penodol gyda lefelau tlodi uwch hefyd ei brofi. Er enghraifft, mannau sy'n profi amddifadedd, mae ystadau tai cyngor, a thai cymdeithasol wedi cael eu hamlygu fel 'mannau problemus', 'cael eu disgrifio fel cynefin teuluoedd trafferthus, y tlodion anghyfiawn"... ac fel mannau sy'n ddibynnol ar fudd-daliadau lles' (Harrison et al., 2021). Mae Harrison et al. (2021) yn ystyried sut y mae lle a gofod yn arwyddocaol wrth iddynt gael eu cynrychioli gan y cyfryngau, a'u bod yn cael eu cysylltu â rhethreg wleidyddol sy'n portreadu 'Prydain Doredig' neu 'fannau sydd wedi eu gadael ar ôl'.

Yn gysylltiedig â hyn, mae canfyddiadau cymdeithas o ansawdd 'lle' yn ffactorau allweddol mewn trallod sy'n gysylltiedig â lle (Corcoran, 2023). Er enghraifft, mae Mynegeion Amddifadedd Lluosog yn cynnwys ystadegau swyddogol ar amddifadedd daearyddol, ond ni ddylai'r rhain fod yn sail i gasgliadau ar hapusrwydd os yw pobl yn byw'n hapus mewn mannau sy'n cael eu cyfrif yn 'swyddogol' fel ardaloedd o amddifadedd (ibid.).

Er hynny, gall ystadegau fel y rhain, ynghyd â stereoteipiau o fannau penodol, gynhyrchu stigma sy'n gysylltiedig â byw mewn ardaloedd 'tlawd'.

Gall hyn arwain at deimladau cyferbyniol o falchder a chywilydd mewn unigolion am yr ardal lle maent yn byw sydd wedi'i stigmateiddio, a all fod yn brofiad dryslyd lle mae stigma ehangach yn cael ei fewnoli (ibid.). Eglura Corcoran: ***'mae'r sbiral am i lawr o stigma lle i hunan-stigma yn rhagweladwy a gall esbonio peth o'r dicter a fynegir gan breswylwyr sy'n byw yn yr ardaloedd hynny, yn enwedig mewn rhai lle sonnir am 'adfywio cymdogaeth o'r brig i lawr'*** *(2023, t. 9).*

## Stigma tlodi mewn ardaloedd gwledig

Gall amryw o ffactorau lleol ddwysau stigma. Gall unigolion ag incymau isel mewn ardaloedd gwledig brofi anhawster cael trafnidiaeth gyhoeddus fforddiadwy a gwasanaethau sydd wedi'u dylunio i helpu pobl mewn tlodi, gan fod tybiaeth yn aml nad oes llawer o dlodi mewn ardaloedd o'r fath. Mae hyn yn gwaethygu eu profiad o stigma tlodi. Darganfu Grŵp Trawsbleidiol ar Dlodi Senedd yr Alban (2023) fod preswylwyr gwledig sy'n wynebu tlodi'n aml yn teimlo eu bod yn gorfod cuddio'u trafferthion ariannol. Er enghraifft, canfu ymchwil yng nghefn gwlad yr Alban fod 'gwelededd' uwch preswylwyr gwledig yn gallu cynyddu'r risg dybiedig o gywilydd a'r stigma cysylltiedig wrth ofyn am neu gael cymorth y wladwriaeth, sydd wedyn yn cuddio tlodi gwledig (Llywodraeth yr Alban, 2009).

# Achosion stigma tlodi

Yn ogystal â deall beth yw stigma tlodi a'i wahanol ffurfiau, mae'n bwysig gofyn, fel y gwna Imogen Tyler 'ble mae stigma'n cael ei gynhyrchu, gan bwy ac i ba ddiben?' (CITE). Wrth ystyried hyn, mae llawer o ysgolheigion stigma tlodi wedi cymryd golwg gymdeithasegol, gan edrych arno fel math o bŵer cymdeithasol sy'n galluogi grwpiau cymdeithasol pwerus i gyflawni nodau penodol, gan gynnwys manteisio ar a rheoli grwpiau dan anfantais (Inglis et al., 2022; Tyler a Slater, 2018). Drwy ein hymchwil gychwynnol ar stigma tlodi, rydym yn nodi pedwar ffactor allweddol sy'n ei alluogi:

- Dyluniad polisi sy'n stigmateiddio;
- Prosesau gofyn am gymorth a gwasanaethau sy'n fiwrocrataidd, sy'n feirniadol a/neu'n bychanu;
- Naratifau gwleidyddol ac yn y cyfryngau sy'n creu stereoteipiau, sy'n difrïo ac yn gwahaniaethu yn erbyn pobl, grwpiau neu leoedd lle mae incymau'n isel;
- Agweddau a rhagfarnau cymdeithasol o ran canfyddiadau o dlodi.

Edrychir ar bob un o'r rhain isod.

## *Dyluniad polisi sy'n stigmateiddio*

Er nad yw pob polisi cyhoeddus yn stigmateiddio'r derbynwyr, mae rhai wedi dadlau mai anaml y mae polisïau sy'n targedu tlodi wedi peidio â stigmateiddio, boed yn hyn fwriadol, drwy anwaith, neu drwy ***'anwybodaeth, esgeulustod neu ddiofalwch yn y broses dylunio polisïau'*** *(Walker, 2014, t. 62)*.

Mae rhai ysgolheigion wedi mynd ymhellach, gan haeru bod y stigma greddfol hwn yn chwarae rôl hanfodol sydd wrth wraidd gweinyddu budd-daliadau lles, gyda'r nod o beidio annog ac yn y diwedd ddadfeilio 'cymorth a benderfynir gan y llywodraeth ar gyfer system o'r crud i'r bedd' (Murray, 2009; Walker, 2014).

Enghraifft o ddyluniad polisi sy'n stigmateiddio sy'n gysylltiedig â thlodi yw polisi tai'r DU. Ers y 1970au bu canfyddiad o stigma sydd wedi'i normaleiddio'n gynyddol ac sy'n ymwneud â thai cymdeithasol ym Mhrydain, ac mae awgrym bod hyn wedi'i hyrwyddo gan wleidyddion, polisïau a hyd yn oed gan ddarparwyr tai cymdeithasol (Ejiogu a Denedo, 2021). Gan fod y tenantiaid tlotaf wedi cael blaenoriaeth mewn dyraniadau tai cymdeithasol ym mholisïau'r llywodraeth, ynghyd â'r gostyngiad parhaus yn nifer y tai cymdeithasol ac yn y modd yr hyrwyddwyd polisïau perchnogaeth tai, mae tai cymdeithasol yn cael eu portreadu fel ***'israddol, dros dro a deiliadaeth lle nad oes dewis arall'*** *(Ejiogu a Denedo, 2021, t. 6)*. Mae stigma tai cymdeithasol hefyd yn croestorri â meysydd polisi a stigmâu eraill heblaw tlodi, gan gynnwys troseddu, iechyd meddwl, hil, a mewnfudo.

Enghraifft arall o ddyluniad polisi sy'n stigmateiddio yw'r Rhaglen Troubled Families (TFP), a gyflwynwyd yn Lloegr gan Lywodraeth y DU yn 2012 mewn ymateb i derfysgoedd 2011. Mae'r rhaglen yn cynnwys model 'ymyrraeth deuluol' dwys i helpu 'teuluoedd cythryblus i 'wyrdroi' eu bywydau yng ngham cyntaf y rhaglen a'u helpu i wneud 'cynnydd' yn yr ail gam, mewn cyfnod o gyni a diwygio lles. Mae nifer o arbenigwyr wedi dadlau bod y rhaglen yn rhoi teuluoedd dan anfantais neu ar incymau isel neu sy'n byw mewn tlodi yn yr un cwch â theuluoedd sy'n ymddwyn yn wrthgymdeithasol a throseddol, gan stigmateiddio ymhellach y teuluoedd mae'n ceisio'u helpu (Crossley, 2018).

## Dyluniad a sut y darperir gwasanaethau cyhoeddus ac elusennol

Gall gwasanaethau cyhoeddus ac elusennol, ynghyd â'r prosesau maent yn eu dylunio a'u defnyddio i alluogi mynediad, achosi profiadau o stigma'n anfwriadol ymhlith y rhai sydd angen cymorth. Mae gwasanaethau a gysylltir yn aml â phrofiadau o'r fath yn cynnwys nawdd cymdeithasol, cymorth bwyd, ac ysgolion, ymhlith eraill.

Mae'r rhain ac enghreifftiau tebyg wedi arwain rhai ysgolheigion nid yn unig i ddisgrifio stigma fel bod yn 'endemig i'r rhan fwyaf o systemau nawdd cymdeithasol' (Baumberg, 2016) ond eu bod hefyd yn eu gweld fel techneg weinyddol fwriadol i reoli'r galw am nawdd cymdeithasol (Tyler, 2020) ac i 'symbylu' pobl sy'n cael cymorth lles i fod yn 'economaidd weithgar' (Walker, 2014). Yn wir, mae tystiolaeth dda bod stigma nawdd cymdeithasol yn cael ei ddefnyddio i atal pobl rhag gwneud cais am fudd-daliadau lles, fel y nodir yn yr adran ar effeithiau stigma tlodi isod.

## Nawdd cymdeithasol

Mae digonedd o dystiolaeth sy'n dogfennu profiadau o stigma sy'n gysylltiedig â nawdd cymdeithasol yn y DU. Mewn dwy astudiaeth ansoddol hydredol i brofiad uniongyrchol o ddiwygio lles, roedd cyfranogwyr yn disgrifio'r ffordd y gweinyddir budd-daliadau lles fel difrïol a diraddiol. Roeddent yn dweud eu bod yn teimlo eu bod yn edrych i lawr arnynt ac nad oedd ganddynt lais pan oeddent yn rhyngweithio â'r system nawdd cymdeithasol (Patrick, 2016; 2017). Yn yr un modd, rhannodd rhywun a gymerodd ran mewn astudiaeth yn 2019 ar stigma tlodi yn yr Alban eu profiad o gael nawdd cymdeithasol, gan ddweud, ***"Rwy'n credu bod sut mae Canolfannau Gwaith yn trin pobl sydd ar fudd-daliadau'n ofnadwy… hwy yw'r bobl sydd fwyaf tebygol o'ch beirniadu."*** *(Grŵp Trawsbleidiol ar Dlodi Senedd yr Alban, 2023)*. Mae safbwyntiau o'r fath wedi'u hadleisio mewn sawl astudiaeth sy'n tynnu sylw at y stigma sefydliadol sydd ynghlwm wrth hawlio budd-daliadau yn y DU. Mae'r rhain yn amrywio o adroddiadau am driniaeth ddifrïol mewn Canolfannau Gwaith (Jeffery et al., 2018) i'r profion modd israddol a'r prosesau biwrocrataidd cysylltiedig sy'n gwneud i bobl deimlo cywilydd (Walker a Chase, 2014). Hefyd, nodwyd fod amodau a chosbau budd-daliadau'n stigmateiddio hawlwyr fel rhai sy'n 'analluog o ran eu hymddygiad a'u bod felly'n annheilwng" i gael cymorth cymdeithasol' (Redman, 2020).

## Banciau bwyd

Mae banciau bwyd hefyd yn fannau lle mae stigma sy'n gysylltiedig â thlodi'n cael ei brofi, ei dybio neu ei ragweld. Mae astudiaeth ethnograffig o fanciau bwyd a stigma wedi nodi arferiad o'r hyn a elwir yn 'arwahanrwydd' (Garthwaite, 2016). Mynegodd preswylwyr mewn cymdogaethau mwy ffyniannus yn Stockton-on-Tees agweddau amrywiol tuag at fanciau bwyd, o gefnogaeth a chydymdeimlad i farn fwy negyddol, gan gynnwys haeru mai ***'cyffuriau, alcohol, sgiliau coginio gwael neu reolaeth ariannol wael'*** oedd yn gyfrifol am y defnydd o fanciau bwyd (Garthwaite, 2016, t. 284). Roedd teimlad hefyd bod banciau bwyd yn ***'magu dibyniaeth'***, sy'n adlewyrchu negeseuon gwleidyddol poblogaidd sy'n cynyddu'r stigmateiddio sy'n gysylltiedig â banciau bwyd (Garthwaite, 2016, p. 284).

Mae tystiolaeth hefyd sy'n dangos bod pobl sy'n defnyddio gwasanaethau banciau bwyd yn profi cryn dipyn o hunan stigma. Gall gwneud y penderfyniad i ddefnyddio banc bwyd fod yn un eithriadol o anodd oherwydd y cywilydd a'r stigma mae pobl yn ei deimlo drwy orfod dibynnu arno (The Trussell Trust, 2023). Mewn astudiaeth ethnograffig o fanc bwyd y Trussell Trust yng nghymoedd y De, disgrifiodd un a holwyd y teimlad o ***'gywilydd' o orfod defnyddio banc bwyd a'r teimlad o fod 'yr isaf o'r isel'*** *(Strong, 2020: 77)*.

Wrth ystyried pam fod y profiad o ddefnyddio banciau bwyd yn creu ymdeimlad o gywilydd o'i gymharu â ffyrdd eraill o gael bwyd am ddim, mae Strong (2020) wedi canfod cydadwaith rhwng angen a dewis. Mae defnyddwyr banciau bwyd yn gorfod gofyn am help tra mae eu 'cymhwystra' yn cael ei werthuso, yn hytrach na'i fod yn hawl naturiol. Mae'r gwahaniaethu hwn rhwng y rhai sy'n 'deilwng' ac 'annheilwng' a chyflawni'r broses yn lled-gyhoeddus yn cyfrannu at y stigma sydd ynghlwm wrtho. Mae astudiaethau ethnograffig yn datgelu mwy am sut y mae arferion gweinyddol banciau bwyd yn anfwriadol yn gwaethygu'r stigma i dderbynwyr y bwyd.

Er enghraifft, y defnydd o systemau atgyfeirio, sy'n seiliedig ar y ddamcaniaeth bod pobl yn teimlo ei bod yn haws gofyn am help gan 'weithiwr lles proffesiynol' maent yn eu hadnabod eisoes, ond mewn llawer o achosion mae hyn yn creu rhwystrau newydd ac ymdeimlad o gywilydd a theimlad anghyfforddus. Disgrifiodd y cyfranogwyr amharodrwydd i gysylltu ag ysgolion i gael talebau am eu bod yn ofni y bydd rhieni eraill yn dod i wybod neu am eu bod yn pryderu am effaith hynny ar eu perthynas â'r ysgol (May et al., 2019). Hefyd, mae derbynwyr yn gweld talebau banciau bwyd eu hunain fel arwyddion gweladwy o stigma (ibid).

## Ysgolion

Gall plant a theuluoedd brofi neu deimlo stigma mewn ysgolion ar sawl ffurf. Mae corff sylweddol o lenyddiaeth ar agweddau at dlodi yn y DU wedi amlygu naratif cyffredin o 'ddisgyblion difreintiedig', sy'n categoreiddio rhai mewn tlodi ar sail eu diffygion. Mae hyn yn aml yn arwain at ddulliau sy'n priodoli diffygion addysgol i'r unigolyn neu amgylchedd y cartref, yn hytrach na'r systemau o'u cwmpas (Reay, 2001; Smyth a Wrigley, 2013; Thompson et al., 2013). Gan adeiladu ar hyn, mae sawl astudiaeth yn dangos sut y gall polisïau ac arferion mewn ysgolion sydd â'r nod o helpu 'disgyblion difreintiedig' eu stigmateiddio'n anfwriadol ac ymyleiddio eu profiadau.

Er enghraifft, mae'r stigma sy'n gysylltiedig â'r ddarpariaeth prydau ysgol am ddim (FSM) yn ffactor allweddol pam mae rhai plant, pobl ifanc, neu eu rhieni'n dewis peidio eu hawlio. Datgelodd adroddiad gan Gymdeithas y Plant yn 2012 nad yw bron chwarter y plant sy'n byw mewn tlodi yn y DU yn hawlio'r prydau ysgol am ddim y mae ganddynt hawl iddynt oherwydd y stigma sydd ynghlwm wrth y ddarpariaeth hon (Cymdeithas y Plant, 2012).

Canfu adroddiad mwy diweddar ar ariannu prydau ysgol am ddim yng Nghymru fod yn well gan rai rhieni ddefnyddio banciau bwyd o'r tu allan i'w hardal leol yn hytrach na hawlio prydau ysgol am ddim (ap Gruffudd et al., 2017). Canfu'r astudiaeth hefyd fod hunan stigma'n waeth mewn ardaloedd gwledig, gyda rhieni'n fwy tebygol o wrthod eu hawl i brydau ysgol am ddim o ganlyniad i 'falchder gwledig' (ap Gruffudd et al., 2017).

Fodd bynnag, mae'r cyd-destun polisi sy'n gysylltiedig â phrydau ysgol am ddim yng Nghymru wedi newid yn ddiweddar. Fel rhan o'r Cytundeb Cydweithio rhwng Llywodraeth Cymru a Phlaid Cymru, mae prydau ysgol am ddim i bawb yn cael eu cyflwyno ledled Cymru. Cyn hyn, roedd prydau ysgol am ddim ar gael i deuluoedd ar incwm isel yn unig. Mae Llywodraeth Cymru'n awr yn cydweithio ag awdurdodau lleol i sicrhau y bydd holl ddisgyblion ysgolion cynradd yn cael prydau ysgol am ddim erbyn Medi 2024. Bydd y polisi hwn yn allweddol i gynyddu'r niferoedd sy'n manteisio ac i leihau'r stigma sydd ynghlwm wrth brydau ysgol am ddim.

Mae astudiaethau wedi nodi sawl strategaeth ymdopi a ddefnyddir gan blant mewn tlodi, sy'n ymwneud â chuddio neu beidio datgelu eu tlodi 'i gadw'u hunan barch, i gael eu derbyn ac i leihau'r ofn o stigma' (Reutter et al., 2009). Mae hyn yn mynd yn fwyfwy anodd ym myd cyhoeddus yr ysgol, lle mae'n rhaid i blant greu hunaniaeth gyhoeddus (Mazzoli Smith a Todd, 2019). Ridge (2011), ac mae eraill wedi dangos bod ysgolion yn mynd ati'n systematig i atal plant rhag cael yr opsiwn o beidio datgelu statws ariannol eu teuluoedd, yn enwedig drwy ystod o 'gostau'r diwrnod ysgol', sy'n ychwanegol ac nad ydynt yn aml yn cael eu cydnabod ond sy'n amlygu plant mewn teuluoedd na all eu fforddio.

Er enghraifft, er bod gwisg ysgol yn gallu lleihau gwahaniaethau gweladwy, gall gorfodi codau gwisg neu gyfyngu ar gyflenwyr leihau dewis ac arwain at gostau ychwanegol. Mae plant a phobl ifanc yn aml yn cyfeirio at wisgoedd ysgol fel 'prif ddangosydd incwm y teulu' a gall arwain at wawdio os ydynt yn anghywir (Y Grŵp Gweithredu ar Dlodi Plant, 2022).

Yng Nghymru, mae plant a phobl ifanc yn teimlo stigma ac allgau os na allant fynd ar dripiau ysgol a chymryd rhan mewn gweithgareddau allgwricwlar, gyda disgyblion yn cael eu hanfon i ddosbarth gwahanol lle byddant yn aros am yr wythnos os nad ydynt yn mynd ar dripiau ysgol (Grŵp Gweithredu ar Dlodi Plant, 2022). Er bod cymorth ar gael drwy'r Grant Datblygu Disgyblion, mi all amrywio o ysgol i ysgol, gyda llawer o dripiau'n dal i gael eu trefnu y tu allan i'r cwricwlwm craidd.

## Y cyfryngau a naratifau gwleidyddol

Bernir fod naratifau gwleidyddol ac yn y cyfryngau sy'n stereoteipio, difrïo, a gwahaniaethu yn erbyn pobl, grwpiau neu leoedd lle mae incymau'n isel gyda thermau fel 'sgownjars' neu 'dlodion annheilwng' yn niweidiol (Baumberg-Geiger, 2012, t. 7; Tyler, 2020). Canfu dadansoddiad o erthyglau ar fudd-daliadau mewn papurau newydd cenedlaethol rhwng 1995 a 2011 fod y cynnwys, yn gyffredinol, mewn storïau yn dueddol o ddangos gogwydd negyddol tuag at hawlwyr, gyda chanran uchel o'r storïau'n cyfeirio at 'dwyll' (a oedd yn amrywio o 21% i 39% rhwng pob teitl) (Baumberg-Geiger, 2012). Mae'n nodedig bod y maes gwleidyddol yn cael ei weld fel y brif ffynhonnell i storïau sy'n ymwneud â thwyll, gan bwysleisio'r cysylltiad agos rhwng sylw yn y cyfryngau a pholisi lles a gwleidyddiaeth i annog stigma cyhoeddus. Er enghraifft, mae Tyler (2020) yn dadlau bod rhai systemau llywodraethau penodol, gan gynnwys naratifau'r cyfryngau a gwleidyddion, ill dau'n cynhyrchu ac yn elwa ar stigma, ac ar yr un pryd yn ariannu ymgyrchoedd i ddileu stigma sy'n gysylltiedig ag iechyd meddwl.

## Agweddau cymdeithasol a rhagfarnau strwythurol ehangach

Mae Walker (2014, t. 52) yn dadlau bod disgwyl i bobl ymddwyn mewn ffordd wahaniaethol neu ragfarnllyd tuag at grwpiau penodol ***'yn unol â normau'r sefydliad neu gymdeithas yn gyffredinol'*** ac yn ogystal â hyn, mae strwythurau ehangach yn rhwystro cyfleoedd i herio stereoteipiau. Gall yr agweddau cymdeithasol arferol hyn arwain at gyfleodd anghyfartal o ganlyniad i ragfarn, fel rhagfarn yn erbyn ymgeisydd yn ystod proses recriwtio am swydd sy'n seiliedig ar eu cyfeiriad. Yn gysylltiedig â hyn, mae ymchwil yn dangos hyd yn oed os oedd gan unigolyn di-waith yr un cymwysterau a sgiliau ag ymgeisydd mewn gwaith, roedd siawns yr unigolyn di-waith o gael y swydd yn sylweddol is (Krug et al., 2019).

Mae astudiaeth ddiweddar hefyd yn awgrymu y gallai rhagfarn ddiarwybod fod yn cyfrannu at danberfformiad plant o gefndiroedd difreintiedig. Mae'n dangos bod darnau o waith sy'n union yr un fath â'i gilydd yn cael eu cyfrif fel rhai o ansawdd is os ydynt yn cael eu cyflwyno fel rhai a ysgrifennwyd gan blant â statws economaidd gymdeithasol is na gwaith a briodolir i blant â statws economaidd gymdeithasol uwch (Doyle et al., 2022).

# Effeithiau stigma tlodi

Fel y gwelir isod, i rai sy'n profi tlodi, gall stigmateiddio tlodi mewn cymdeithas arwain at deimladau o gywilydd, euogrwydd, arwahanrwydd, ac israddoldeb, sy'n arwain at iechyd meddwl gwael. Gall hefyd gyfyngu ar gyfranogiad cymdeithasol pobl a'u mynediad at gymorth.

## Iechyd meddwl

Gwelwyd fod stigma tlodi'n cael effeithiau negyddol ar iechyd meddwl ac y gallai fod yn fecanwaith pwysig sy'n cyfrannu at y berthynas ehangach rhwng byw mewn tlodi ac iechyd meddwl gwael (Inglis et al., 2022). Mae astudiaethau wedi dangos bod stigma nid yn unig gwneud i bobl beidio chwilio am help ond cyn gynted ag y bydd wedi cael ei gysylltu â chyflyrau a grwpiau o bobl – ac yn fwyaf arbennig rhai sy'n byw mewn tlodi… mi all achosi gorbryder, iselder a mathau eraill o salwch meddwl. Canfu adolygiad tystiolaeth diweddar fod stigma tlodi'n gysylltiedig â phedair agwedd ar iechyd meddwl gwael (Inglis et al., 2022):

- Hunan-werthuso negyddol e.e. hunan barch isel;
- Lefelau is o lesiant cymdeithasol e.e. ynysigrwydd cymdeithasol, unigrwydd;
- Effaith negyddol e.e. cywilydd, straen neu embaras;
- Salwch meddwl e.e. iselder, gorbryder, a meddyliau am hunanladdiad.

O ganlyniad, nid yn unig mae stigma tlodi'n cynyddu'r tebygrwydd o brofi iechyd meddwl gwael, ond mae hefyd yn gwneud yr her o dorri'n rhydd o dlodi'n anos.

## Llesiant cymdeithasol ac ynysigrwydd

Mae stigma hefyd yn effeithio ar amryw o ganlyniadau llesiant cymdeithasol (Inglis et al., 2022). Ar lefel bersonol, gall stigma achosi i bobl leihau eu cysylltiad cymdeithasol a chuddio eu hanawsterau ariannol, mynd yn ynysig yn gymdeithasol mewn ymdrech i osgoi gwahaniaethu cymdeithasol. Gall yr ynysigrwydd hwn gyfyngu ar fynediad at adnoddau cymdeithasol ac economaidd ehangach, sy'n arwain at lai o ymdeimlad o lesiant cymdeithasol. Mae astudiaethau ansoddol wedi edrych sut y gall unigolion sy'n profi tlodi gael eu hallgau'n gymdeithasol gan eu cymheiriaid, gyda chyfranogwyr yn dweud ***'maent yn peidio gofyn i chi ddod allan ac nid ydynt yn ymweld fel yr oeddent yn arfer ei wneud'*** *(Chase a Walker, 2013, t. 745)*.

## Mynediad at wasanaethau a chymorth

Fel y nodwyd yn yr adran ar achosion stigma tlodi uchod, gall naratifau cyhoeddus ynglŷn â phrosesau sy'n rhoi mynediad at wasanaethau i bobl mewn tlodi achosi stigma ac, yn aml, olygu rhwystrau ychwanegol wrth iddynt geisio cael cymorth. Er enghraifft, fel y dangosodd "tîm dylunio stigma tlodi" Sefydliad Joseph Rowntree, mae'r iaith ymosodol a ddefnyddir yn aml yn achos nawdd cymdeithasol a gwasanaethau cyhoeddus eraill, fel cyfeirio at angen 'i fynd i'r afael' â gwariant cyhoeddus ar Gredyd Cynhwysol, yn gallu atal unigolion sydd angen cymorth ond sy'n ofni'r canfyddiadau cymdeithasol sy'n gysylltiedig â manteisio ar wasanaethau o'r fath (Sefydliad Joseph Rowntree, 2023). Yn eu sylwadau i ymchwiliad i stigma sy'n gysylltiedig â thlodi gan Grŵp Trawsbleidiol ar Dlodi Senedd yr Alban yn 2023, nododd cynrychiolwyr elusen anabledd fod y naratif sy'n gysylltiedig â'r tlodion 'teilwng' yn arbennig o niweidiol i bobl anabl. Cyfeiriwyd at yr ofn o gael eu gweld fel 'annheilwng' fel rheswm cyffredin ymhlith pobl anabl i feddwl ddwywaith cyn ymgeisio am fudd-daliadau lles a chymorth anariannol arall.

Dywedodd aelodau'r cynghrair hefyd fod eu profiadau o stigma yn y gorffennol wrth ddelio â gwasanaethau cyhoeddus wedi cyfrannu'n sylweddol at eu hamharodrwydd i ddefnyddio'r gwasanaethau hyn (Grŵp Trawsbleidiol ar Dlodi Senedd yr Alban, 2023).

Mae astudiaeth a wnaed yn 2016 yn cadarnhau hyn. Canfu y byddai chwarter y rhai nad ydynt yn hawlio yn llai tebygol o hawlio budd-daliadau am resymau'n ymwneud â chywilydd, a dywed tua thraean y bobl sy'n cael budd-daliadau eu bod yn teimlo stigma sy'n gysylltiedig â budd-daliadau (Baumberg, 2016). Mynegwyd safbwyntiau tebyg mewn astudiaeth gan Inglis et al. (2019) lle dywedodd cyfranogwyr yn yr Alban nad ydynt yn hawlio budd-daliadau mae ganddynt hawl iddynt am eu bod yn teimlo y gallant gael eu beirniadu gan bobl eraill.

Mae astudiaethau wedi dangos hefyd sut mae stigma'n atal pobl rhag defnyddio gwasanaethau eraill ar gyfer pobl mewn tlodi, fel banciau bwyd. Fel y gwelwyd yn yr adran ar fanciau bwyd uchod, gall yr her hon gael ei dwysau gan y prosesau gweinyddol sy'n llywodraethu mynediad at fanciau bwyd, fel prosesau atgyfeirio a systemau talebau. Er enghraifft, gwelodd un gymuned yn Arfon, Gogledd Cymru, ostyngiad yn nifer y bobl a oedd yn gofyn am help pan symudodd banc bwyd o stryd gefn i'r stryd fawr, am nad oedd pobl eisiau cael eu gweld yn gofyn am help (Bevan Foundation, 2023b).

# Beth sy'n gweithio i atal stigma tlodi?

Mae tystiolaeth o'r berthynas rhwng tlodi a stigma, yn ogystal â thrafodaethau ag arbenigwyr, yn awgrymu y gallai'r dulliau canlynol fod yn addawol a'u bod yn haeddu ystyriaeth bellach:

## *Cynnwys pobl â phrofiad bywyd*

Awgrymwyd y byddai cynnwys pobl â phrofiad bywyd yn y broses o ddylunio, darparu a gwerthuso gwasanaethau, fel drwy'r Comisiynau Gwirionedd Tlodi, ymhlith y strategaethau mwyaf effeithiol i leihau stigma (Brewis a Wuitch, 2019). Gall cynnwys pobl â phrofiad bywyd mewn prosesau penderfynu a dylunio gwasanaethau leihau'r gagendor rhwng bwriadau a gweithredu prosesau polisïau i rai sy'n cael eu heffeithio. Mae'n arbennig o bwysig cynnwys pobl â phrofiad bywyd o stigma tlodi mewn dylunio a darparu gwasanaethau, gan fod y dull cynhwysol hwn yn gwbl groes i'r dull 'arwahanrwydd' y mae llawer o bobl sy'n profi tlodi'n dod ar ei draws.

Roedd y cyfranogwyr yn nau weithdy CPCC ar fynd i'r afael â stigma tlodi'n teimlo'n gryf bod cynnwys profiad bywyd drwy gydol y broses benderfynu a meithrin perthnasoedd proffesiynol â phobl sydd â phrofiad bywyd, yn bwysig wrth roi sylw i'r mater hwn.

## *Trosglwyddo ac incwm sylfaenol*

Mae tystiolaeth gyson i'w gweld mewn sawl astudiaeth bod dulliau sy'n cynnwys incwm sylfaenol sy'n mynd i'r afael yn uniongyrchol ag incwm isel, sydd wrth wraidd stigma tlodi i lawer o bobl, yn cael eu gweld fel rhai effeithiol i fynd i'r afael â stigma tlodi a gwella iechyd meddwl (Wilson a McDaid, 2021).

Fodd bynnag, o gofio'r cyfyngiadau cyllidol sy'n wynebu'r sector cyhoeddus yng Nghymru ar hyn o bryd, mi allai'r dull hwn fod yn rhy gostus i lywodraeth leol a gwasanaethau cyhoeddus yng Nghymru. Hefyd, byddai'n rhaid i ddyluniad a'r ffordd o weithredu dull o'r fath gael ei ddatblygu mewn ffordd na fyddai'n achosi stigma.

## *Ail-ddylunio nawdd cymdeithasol*

Mae ail-ddylunio neu ail-lunio nawdd cymdeithasol a gwasanaethau cymorth ehangach i sicrhau eu bod yn hygyrch, anfeirniadol, ac yn parchu urddas pobl yn strategaeth arall bosibl. Gallai hyn gynnwys hyfforddi staff mewn arferion anfeirniadol ac i osgoi prosesau sy'n creu gwahaniaethau rhwng pobl. Mae tystiolaeth yn awgrymu hefyd fod lleihau gofynion cydymffurfiad – lle mae derbynwyr yn gorfod dangos eu bod yn cydymffurfio â'r amodau derbyn – yng nghyd-destun rhaglenni budd-daliadau diweithdra'n arwain at wella llesiant seicolegol ymhlith hawlwyr (Baekgaard et al., 2021).

## Rhoi sylw i naratifau a sgyrsiau niweidiol

Gellid gwneud hyn drwy ymgyrchoedd yn y cyfryngau ac ymchwil, fel prosiect 'Talking About Poverty' Sefydliad Joseph Rowntree (JRF). Nod y gwaith cydweithredol hwn rhwng JRF a FrameWorks UK, sefydliad nid-er-elw sy'n arbenigo mewn cefnogi sefydliadau yw rhoi ymchwil cyfathrebu strategol ar waith, gyda'r nod o edrych ar dlodi yn y DU, gan ddefnyddio gwybodaeth sy'n deillio o ymchwil ag 20,000 o unigolion, a datblygu ffyrdd o siarad yn fwy effeithiol am dlodi. I herio'r naratifau niweidiol a ganfuwyd, datblygwyd strategaeth gyfathrebu sy'n seiliedig ar dystiolaeth – a elwir yn becyn cymorth fframio tlodi – i gynyddu dealltwriaeth o dlodi yn y DU ac i roi cymorth i fesurau i roi sylw iddo (Sefydliad Joseph Rowntree, 2019).

Yn yr un modd, roedd ymgyrch flaenorol y Poverty Alliance 'Stick Your Label's, a lwyddodd i ddenu cefnogaeth y sectorau cyhoeddus, preifat, a gwirfoddol, gyda'r nod o fynd i'r afael â stigma tlodi yn yr Alban, mythau cymdeithasol ehangach ynglŷn â thlodi, a'r iaith feirniadol a ddefnyddir gan y cyfryngau a rhai gwleidyddion, drwy ganolbwyntio'n hytrach ar realiti profiadau unigol o dlodi.

## Newid yr iaith sy'n creu stigma mewn rhaglenni cymorth

Er nad oes llawer o dystiolaeth empeiraidd ar hyn, mae sawl astudiaeth wedi canfod cysylltiad rhwng dadstigmateiddio'n fwriadol yr iaith a ddefnyddir mewn rhaglenni cymorth a chynnydd yn y nifer sy'n manteisio ar y rhaglenni hynny (Lasky-Fink a Linos, 2022; Schanzenbach, 2009).

Wrth edrych ar gymorth rhent a ddarperir gan y llywodraeth yn yr Unol Daleithiau, bu astudiaeth Lasky-Fink a Linos (2022) yn ystyried a oedd newidiadau cynnil yn y ffordd roedd y rhaglen yn cael ei fframio a'r iaith a ddefnyddir wedi arwain at gynnydd yn y niferoedd oedd yn manteisio arni. Roedd yr astudiaeth yn cynnwys y dylunio a rhoi prawf ar ymyriad cyfathrebu a oedd yn targedu stigma allanol a mewnol a oedd yn gysylltiedig â rhaglenni cymorth rhent mewn argyfwng mewn dau hap arbrawf maes. Fel rhan o'r arbrofion hyn, cafodd un grŵp naill ai wybodaeth am y rhaglen yn unig neu allgymorth gan ddefnyddio iaith nad oedd yn stigmateiddio. Yn achos y grŵp a amlygwyd i iaith nad oedd yn stigmateiddio, roedd negeseuon wedi'u llunio i symud y bai oddi arnynt hwy fel unigolion, gan gynnwys sylwadau fel 'nid ydych chi ar fai' a 'rydym yma i helpu pawb sy'n gymwys'. Canfu'r astudiaeth fod y dull a oedd yn dadstigmateiddio a gyflwynwyd drwy e-bost yn cynyddu ymgysylltiad â'r cais perthnasol am gymorth rhent 36% o'i gymharu â'r dull gwybodaeth yn unig.

## Hyfforddiant mewn cymhwysedd diwylliannol

Gellir cyflawni hyn drwy hyfforddiant ffoto-llais, astudiaethau achos, gweithgarwch yn y gymuned, ac efelychiadau tlodi. Mae efelychiadau tlodi wedi'u dylunio i fod yn brofiadau trwytho lle mae'r cyfranogwyr, fel ymarferwyr a llunwyr polisi, yn 'chwarae rhannau fel aelod o deulu incwm isel' a gwelwyd eu bod yn effeithiol i gynyddu gwybodaeth am, ac empathi tuag at, heriau byw mewn tlodi (Murray et al., 2022: 25).

Mae'r llenyddiaeth hefyd yn dangos effeithiolrwydd efelychiadau i newid agweddau mewn amgylcheddau proffesiynol.

Er enghraifft, gwnaed llawer o ddefnydd o'r Missouri Community Action Network Poverty Simulation (CAPS) ymhlith myfyrwyr nyrsio a gwelwyd fod cysylltiad rhwng cyfranogiad a dealltwriaeth fwy empathetig o dlodi sy'n cydnabod y prinder cyfleoedd a'r rhwystrau strwythurol mae rhai sy'n profi tlodi'n eu hwynebu. Defnyddiodd astudiaeth gan Murray et al. (2022) fformat efelychu lle bu cyfranogwyr yn chwarae rhan pedair wythnos rhywun sy'n byw mewn tlodi am gyfnod o awr. Dangosodd y canlyniadau fod agweddau tuag at dlodi yn enwedig o ran stigma a phersbectif strwythurol, yn cynyddu ar ôl yr efelychiad, er mai dim ond sgoriau stigma cymedrig oedd yn dangos gwelliant parhaol (Murray et al., 2022). Yn yr un modd, nododd cyfranogwyr fod efelychiadau tlodi'n arwain at 'deimladau o dosturi ac empathi' (Murray et al., 2022, p. 24).

# Casgliad

Mae'r brîff polisi hwn yn cyflwyno ei ganfyddiadau cychwynnol ar stigma tlodi'n dilyn ymchwil ddesg cwmpasu rhagarweiniol a sgyrsiau â rhanddeiliaid a chyfres o weithdai a gynhaliwyd yn ystod Gaeaf 2023. Cyhoeddwyd crynodeb o drafodaethau'r gweithdai ar wahân.

Mae ein hymchwil gwmpasu gychwynnol yn awgrymu sawl rheswm pam mae mynd i'r afael â stigma tlodi'n cael ei nodi'n gyson fel blaenoriaeth polisi gan bobl sydd â phrofiad uniongyrchol o dlodi. Mae ymchwil yn dangos sut mae stigma'n creu dimensiwn cwbl newydd i niwed tlodi, drwy niweidio iechyd meddwl a llesiant seicolegol pobl, eu hynysu oddi wrth eu cysylltiadau cymdeithasol a'u cyfraniad at y gymuned, a chyfyngu ar eu mynediad at wasanaethau a chymorth.

Hefyd, fel y mae'r brîff hwn yn ei ddangos, nid yw stigma tlodi'n nodwedd anorfod o dlodi na gwasanaethau sy'n gysylltiedig â thlodi. Yn wir, yn achos y cyfryngau a naratifau gwleidyddol, mae'n aml yn fwriadol – dadl sy'n cael ei hymestyn gan rai ysgolheigion yn y maes stigma tlodi i gynnwys dyluniad polisïau cyhoeddus, yn enwedig rhai sy'n ymwneud â llesiant a nawdd cymdeithasol. Hefyd, bod gwasanaethau a chymorth ar gyfer pobl mewn tlodi sydd â'r bwriadau gorau'n gallu achosi stigma a chreu rhwystrau'n anfwriadol. Yn olaf, er bod mwy o dystiolaeth erbyn hyn o'r hyn sy'n gweithio i fynd i'r afael â stigma tlodi, rydym yn tynnu sylw at rai o'r dulliau mwyaf addawol uchod i ymchwilio ymhellach iddynt. Rydym hefyd yn cydnabod o'n gwaith ymgysylltu cyhoeddus bod y penderfyniad i fynd i'r afael â stigma'n tyfu ymhlith llunwyr polisi, ymarferwyr, a phobl â phrofiad bywyd o dlodi. Bydd hwyluso cysylltiadau ag ymchwilwyr a thystiolaeth ymchwil yn hanfodol mewn polisi ac arferion gweithio yn y dyfodol i fynd i'r afael ag anghyfiawnder stigma tlodi.

# Ffynonellau


Baekgaard, M., Mikkelsen, K. S., Madsen, J. K. a Christensen, J. (2021). **Reducing compliance demands in government benefit programs improves the psychological well-being of target group members.** Journal of Public Administration Research and Theory, 1-16.

Barreto, M., Qualter, P., a Doyle, D. (2023). **Loneliness inequalities evidence review. Wales Centre for Public Policy.** Codwyd o: [www.wcpp.org.uk/wp-content/uploads/2023/08/WCPP-Loneliness-ineq](www.wcpp.org.uk/wp-content/uploads/2023/08/WCPP-Loneliness-ineq)

Baumberg, B. (2016). **The stigma of claiming benefits: a quantitative study.** Journal of Social Policy. 45(2): 181-199.

Baumberg Geiger, B., Bell, K., a Gaffney, D. (2012). **Benefits stigma in Britain.** Codwyd o: [www.turn2us.org.uk/T2UWebsite/media/Documents/Benefits-Stigma-in-Britain.pdf](www.turn2us.org.uk/T2UWebsite/media/Documents/Benefits-Stigma-in-Britain.pdf)

Bevan Foundation. (2023a). **A snapshot of poverty in Winter 2023.** Codwyd o: [www.bevanfoundation.org/wp-content/uploads/2023/02/Snapshot-of-poverty-in-winter-2023.pdf](www.bevanfoundation.org/wp-content/uploads/2023/02/Snapshot-of-poverty-in-winter-2023.pdf)

Bevan Foundation. (2023b). **Poverty in Arfon in the 21st century**: Modern solutions for an old challenge. Codwyd o: [www.bevanfoundation.org/wp-content/uploads/2023/08/Poverty-in-Arfon-draft-2.pdf](www.bevanfoundation.org/wp-content/uploads/2023/08/Poverty-in-Arfon-draft-2.pdf)

Brewis, A. a Wutich, A. (2019). **Lazy, Crazy, and Disgusting: Stigma and the Undoing of Global Health.** Baltimore, MD: JHU Press.

Carter, I., Hill-Dixon, A., a Roberts, M. (2022). **Poverty and social exclusion in Wales: Review of lived experience evidence.** WCPP. Available at: [www.wcpp.org.uk/wp-content/uploads/2022/09/WCPP-Review-of-lived-experience-evidence-September-2022-English-final-updated.pdf](www.wcpp.org.uk/wp-content/uploads/2022/09/WCPP-Review-of-lived-experience-evidence-September-2022-English-final-updated.pdf)

Chase, E., a Walker, R. (2013). **The co-construction of shame in the context of poverty Beyond a threat to the social bond**. Sociology, 47. 739-754.

Child Poverty Action Group (2022). **Reducing the cost of the school day in Wales**. Codwyd o: [cpag.org.uk/sites/default/files/files/policypost/CPAG%20-%20REDUCING%20THE%20COST%20OF%20THE%20SCHOOL%20DAY%20IN%20WALES%20-%202022.pdf](cpag.org.uk/sites/default/files/files/policypost/CPAG%20-%20REDUCING%20THE%20COST%20OF%20THE%20SCHOOL%20DAY%20IN%20WALES%20-%202022.pdf)

Clelland, D. a Hill, C. (2019). **Deprivation, policy and rurality: The limitations and applications of area-based deprivation indices in Scotland.** Local Economy 34(1), 33-50.

Corcoran, R. (2023). **Poverty, ACEs and stigmatised places: The application of psychology to the challenges of disadvantage.** Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice. 1-13.

Corrigan, P., Kerr, A. a Knudsen, L. (2005). **The stigma of mental illness: Explanatory models and methods for change.** Applied and Preventive Psychology, 11. 179-190.

Corrigan, P. W., a Watson, A, C, (2002). **Understanding the impact of stigma on people with mental illness.** World Psychiatry, 1(1). 16-20.

Crossley, S. (2018). **Troublemakers: The Construction of 'Troubled Families' As a Social Problem.** Bristol University Press.

Denedo, M. a Ejiogu, A. (2021). **Stigma and Social Housing in England.** Durham University. Codwyd o: [durham-repository.worktribe.com/output/1680888/stigma-and-social-housing-in-england](durham-repository.worktribe.com/output/1680888/stigma-and-social-housing-in-england)

Doyle, L., Easterbrook, M, J., Harris, P, R. (2022). **Roles of socioeconomic status, ethnicity and teacher beliefs in academic grading'.** British Journal of Educational Psychology, 93(1). 91-112.

Garthwaite, K. (2016). **Stigma, shame and 'people like us': an ethnographic study of foodbank use in the UK.** Journal of Poverty and Social Justice 24(3).

ap Gruffudd, G.S. et al. (2017). **REAP Rethinking Educational Attainment and Poverty – in Rural Wales Final Report**. Codwyd o: [www.researchgate.net/publication/327449559_ap_Gruffudd_GS_et_al_2017_REAP_Rethinking_Educational_Attainment_and_Poverty_-_in_Rural_Wales_Final_Report](www.researchgate.net/publication/327449559_ap_Gruffudd_GS_et_al_2017_REAP_Rethinking_Educational_Attainment_and_Poverty_-_in_Rural_Wales_Final_Report)

Goffman, E. (1963). **Stigma. Notes on the Management of Spoiled Identity.** London: Penguin Books.

Harrison, L, K., Raisborough, J. a Taylor, L. (2021). **From Streetscapes to Sofas: Representations of Place and Space in Britain's Benefit Blackspots.** Sociological Research Online, 26(2). 377-393.

Inglis, G., McHardy, F., Sosu, E., McAteer, J., Biggs, H. (2019). **Health inequality implications from a qualitative study of experiences of poverty stigma in Scotland.** Soc Sci Med, 232. 43-49.

Inglis, G., Jenkins, P., McHardy, F., Sosu, E., a Wilson, C. (2022). **Poverty stigma, mental health, and well-being: A rapid review and synthesis of quantitative and qualitative research.** *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 1– 24. doi.org/10.1002/casp.2677

Jeffery, B, Devine, D. a Thomas, P. (2018) **'There's nothing': Unemployment, attitudes to work and punitive welfare reform in post-crash Salford.** Sociological Research Online 23, 795–811.

Joseph Rowntree Foundation, (2023**). On the 'frontline' of poverty: how public services reinforce stigma.** Codwyd o: www.jrf.org.uk/blog/frontline-poverty-how-public-services-reinforce-stigma

Joseph Rowntree Foundation. (2019). **A framing toolkit: Talking about poverty.** Codwyd o: www.jrf.org.uk/political-mindsets/framing-toolkit-talking-about-poverty

Krug, G., Drasch, K. a Jungbauer-Gans, M. (2019). **The social stigma of unemployment: consequences of stigma consciousness on job search attitudes, behaviour and success.** Journal for Labour Market Research, 52(11). 1-27.

Lasky-Fink, J. a Linos, E. (2022). **It's not your fault: reducing stigma increases take-up of government programs.** Faculty Research Working Paper Series. Codwyd o: papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=4040234

Link, B. a Phelan, J. (2001). **Conceptualising Stigma.** Annual Review of Sociology, 27: 263-85.

**Lister, R. (2004). Poverty.** Cambridge: Polity Press.

May, J., Williams, A., Cloke, P. a Cherry, L., 2020. **Food banks and the production of scarcity.** Transactions of the Institute of British Geographers 45, 1, 208-222.

Mazzoli Smith, L. a Todd, L. (2019). **Conceptualising poverty as a barrier to learning through 'Poverty proofing the school day': The genesis and impacts of stigmatisation.** British Educational Research Journal 45, 2, 356-371.

Murray, C. (2009). **Stigma Makes Generosity Feasible.** AEIdeas. Codwyd o: www.aei.org/society-and-culture/stigma-makes-generosity-feasible/

Murray, P, M. Sepulveda, a A. Baird, J. (2022). **Longitudinal impact of a poverty simulation on healthcare practitioners' attitudes towards poverty.** Journal of Pediatric Nursing 64, 24-30.

Patrick, R. (2016). **Living with and responding to the 'scrounger' narrative in the UK: Exploring everyday strategies of acceptance, resistance and deflection.** *Journal of Poverty and Social Justice* 24, 3, 245–259.

Patrick, R. (2017). **Wither social citizenship? Lived experiences of citizenship in/exclusion for recipients of out-of-work benefits.** Social Policy and Society 16, 2, 293-304.

Reay, D. (2001). **Finding or losing yourself? Working-class relationships to education.** Journal of Education Policy, 16, 4, 333–346.

Redman, J. (2020). **The benefit sanction: a correctional device or a weapon of disgust?** Sociological Research Online 25, 1. Codwyd o: journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1360780419851132

Reutter, L., Stewart, M., Veenstra, G., Love, R., Raphael, D. a Makwarimba, E. (2009). **"Who do they think we are, anyway?": Perceptions of and responses to poverty stigma.** Qualitative Health Research 19, 3, 297-311.

Ridge, T. (2011). **The everyday costs of poverty in childhood: A review of qualitative research exploring the lives and experiences of low-income children in the UK.** Children & Society 25, 1, 73-84.

Ridley M, Rao G, Schilbach F, a Patel V. (2020). **Poverty, depression, and anxiety: Causal evidence and mechanisms.** Science 370, 6522, 1-12. Codwyd o: pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33303583/

Roberts, M. (2022). **Lived experience of poverty and social exclusion in Wales.** WCPP. Available at: www.wcpp.org.uk/publication/lived-experience-of-poverty-and-social-exclusion-in-wales/

Schanzenbach, D. W. (2009). **Experimental estimates of the barriers to food stamp enrolment. Institute for Research on Poverty, discussion paper no. 1367-09.** Codwyd o: irp.wisc.edu/publications/dps/pdfs/dp136709.pdf

Scottish Parliament Cross Party Group on Poverty. (2023). **An inquiry into poverty-related stigma in Scotland.** Codwyd o: www.povertyalliance.org/wp-content/uploads/2023/02/Report-of-the-inquiry-into-stigma-CPG-on-Poverty.pdf

Senedd Research (2022). **Poverty and mental health: It's a two way street.** Available at: research.senedd.wales/research-articles/poverty-and-mental-health-it-s-a-two-way-street/

Simons, A, M., Koster, A., Groffen, D, A. a Bosma, H. (2017). **Perceived classism and its relation with socioeconomic status, health, health behaviours, and perceived inferiority: the Dutch Longitudinal Internet Studies for the Social Sciences (LISS) panel.** International Journal of Public Health, 62. 433-440.

Smyth, J. a Wrigley, T. (2013). **Living on the Edge: Rethinking Poverty, Class and Schooling.** *New York: Peter Lang.*

Strong, S. (2020). **Towards a geographical account of shame: foodbanks, austerity, and the spaces of austere affective governmentality.** Transactions of the Institute of British Geographers 1, 46. 73-86.

The Children's Society. 2012. **Fair and Square: Free School Meals for all Children in Poverty.** The Trussell Trust. (2023). **Hunger in Wales.** Codwyd o: www.trusselltrust.org/wp-content/uploads/sites/2/2023/06/2023-Hunger-in-Wales-report.pdf

Thompson, I., McNicholl, J. a Menter, I. (2016). **Student teachers' perceptions of poverty and educational achievement.** Oxford Review of Education 42, 2, 214–229.

Turan, J, M., Elafros, M, A., Logie, C, H., Banik, S., Turan, B., Crockett, K, B., Pescosolido, B. a Murray, S, M. (2019). **Challenges and opportunities in examining and addressing intersectional stigma and health.** BMC Medicine 17:7. Codwyd o: bmcmedicine.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12916-018-1246-9

Tyler, I. (2020). **Stigma: The Machinery of Inequality.** London: Zed Books.

Tyler, I. a Campbell, S. (2024). **Poverty stigma: A glue that holds poverty in place. Joseph Rowntree Foundation.** Codwyd o: www.jrf.org.uk/stigma-power-and-poverty/poverty-stigma-a-glue-that-holds-poverty-in-place

Tyler, I. a Slater, T. (2018). **Rethinking the sociology of stigma.** The Sociological Review, 66. 721-743.

Walker, R. (2014). **The Shame of Poverty.** Oxford University Press.

Welsh Government. (2024). **Child Poverty Strategy for Wales 2024.** Codwyd o: www.gov.wales/child-poverty-strategy-wales-2024-html

Wilson, N. a McDaid, S. (2021). **The mental health effects of a Universal Basic Income: A synthesis of the evidence from previous pilots.** Social Science and Medicine, 287: 1-14.

## Ynghylch Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru

Yma yn y Ganolfan, rydym yn cydweithio ag arbenigwyr polisi blaenllaw er mwyn rhoi tystiolaeth o ansawdd uchel a chyngor annibynnol i weinidogion, y gwasanaeth sifil a gwasanaethau cyhoeddus sy'n eu helpu i wella penderfyniadau a chanlyniadau polisïau.

Mae'r Ganolfan, sy'n cael ei hariannu gan y Cyngor Ymchwil Economaidd a Chymdeithasol a Llywodraeth Cymru, a Phrifysgol Caerdydd, wedi'i lleoli ym Mhrifysgol Caerdydd ac mae'n aelod o Rwydwaith What Works y DU.

Am ragor o wybodaeth cysylltwch â:

**Charlotte Morgan**

+44 (0)29 2087 5345

*charlotte.morgan@wcpp.org.uk*

### Find out more

Am ragor o wybodaeth ewch i'n tudalen prosiect Stigma Tlodi:

[wcpp.org.uk/cy/prosiect/stigma-tlodi](wcpp.org.uk/cy/prosiect/stigma-tlodi)

**Wales Centre for Public Policy**

Cardiff University, Sbarc | Spark,
Maindy Road, Cardiff CF24 4HQ

www.wcpp.org.uk/cy
029 2087 5345
info@wcpp.org.uk
@WCfPP

Cardiff University / Prifysgol Caerdydd
Economic and Social Research Council
Llywodraeth Cymru / Welsh Government