



Wales Centre for Public Policy
Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru

Beth yw rôl tystiolaeth wrth lunio polisi atal hunanladdiad yng Nghymru?

Rosie Moore

Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru

Ebrill 2022

Ein Cenhadaeth

Mae Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru yn helpu i sicrhau gwella gwasanaethau cyhoeddus a'r broses o lunio polisiau trwy gefnogi Gweinidogion ac arweinwyr gwasanaethau cyhoeddus i gyrchu a chymhwyso tystiolaeth annibynnol drylwyr ynghylch yr hyn sy'n gweithio. Mae'n gweithio mewn partneriaeth ag ymchwilwyr ac arbenigwyr polisi blaenllaw i gyfuno a defnyddio tystiolaeth sydd eisoes yn bodoli a nodi bylchau lle mae angen cynhyrchu gwybodaeth newydd.

Mae'r ganolfan yn annibynnol ar y llywodraeth ond yn gweithio'n agos gyda llunwyr polisi ac ymarferwyr i ddatblygu syniadau newydd ynghylch sut i fynd i'r afael â heriau strategol ym meysydd iechyd a gofal cymdeithasol, addysg, tai, yr economi a chyfrifoldebau datganoledig eraill. Mae'n gwneud y canlynol:

- Cefnogi Gweinidogion Llywodraeth Cymru i nodi, cyrchu a defnyddio tystiolaeth awdurdodol ac arbenigedd annibynnol a all helpu i lywio a gwella polisiau;
- Gweithio gyda gwasanaethau cyhoeddus i gyrchu, cynhyrchu, gwerthuso a defnyddio tystiolaeth ynghylch yr hyn sy'n gweithio o ran mynd i'r afael â'r prif heriau economaidd a chymdeithasol;
- Defnyddio'i waith gyda Gweinidogion a gwasanaethau cyhoeddus i hybu dealltwriaeth o sut y gall tystiolaeth lywio a gwella gwasanaethau cyhoeddus a'r broses o lunio polisiau a chyfrannu at ddamcaniaethau mewn perthynas â llunio a gweithredu polisi.

Trwy secondiadau, lleoliadau Doethuriaeth a'i rhaglen Prentisiaethau Ymchwil, mae'r ganolfan hefyd yn helpu i feithrin gallu ymysg ymchwilwyr i ymgymryd ag ymchwil sy'n berthnasol i bolisiau sy'n cael effaith

I gael rhagor o wybodaeth, ewch i'n gwefan yn www.wcpp.org.uk/cy/

Arianwyr Craidd



Sefydlwyd Prifysgol Caerdydd ym 1883. Mae Caerdydd yn brifysgol uchelgeisiol ac arloesol sydd wedi'i lleoli mewn prifddinas ffyniannus, ac mae'n benderfynol o feithrin perthnasoedd rhyngwladol cadarn wrth iddi ddangos ei hymrwymiad i Gymru.



Mae'r Cyngor Ymchwil Economaidd a Chymdeithasol (ESRC) yn rhan o Ymchwil ac Arloesi yn y DU (UKRI), sef sefydliad newydd sy'n dwyn ynghyd saith cyngor ymchwil y DU, Innovate UK a Research England i sicrhau'r cyfraniad mwyaf posibl gan bob cyngor a chreu'r amgylchedd gorau i ymchwil ac arloesedd ffynnu.



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Llywodraeth Cymru yw llywodraeth ddatganoledig Cymru, sy'n gyfrifol am feysydd allweddol bywyd cyhoeddus, gan gynnwys iechyd, addysg, llywodraeth leol, a'r amgylchedd.

[Mae'n helpu i lunio polisi atal hunanladdiad yng Nghymru?](#)

Cynnwys

Crynodeb	5
Cyflwyniad	6
Cefndir	7
Cwestiynau ymchwil	10
Methodoleg	10
Y Sefyllfa o ran Polisi	11
Cymru	11
Canfyddiadau	16
C1. Beth yw'r sylfaen dystiolaeth ar gyfer y polisi atal hunanladdiad cenedlaethol presennol yng Nghymru?	16
Epidemioleg	16
Tystiolaeth Ansoddol	17
Hierarchaeth tystiolaeth	18
Casglu Tystiolaeth	19
RQ2. Pa fathau o dystiolaeth sy'n cael eu hystyried yn ddefnyddiol wrth lunio polisi atal hunanladdiad yng Nghymru - a pham?	20
Profiad bywyd	21
Epidemioleg	22
Tystiolaeth Weithredol	23
RQ3. Beth gellir ei wneud i annog y defnydd o dystiolaeth nas defnyddir yn ddigonol wrth lunio polisïau atal hunanladdiad?	25
Profiad bywyd	25
Synergedd mewn tystiolaeth Gymreig	26

Ehangu'r diffiniad	28
Prydlondeb	29
Casgliad	30
Cyfeiriadau	32
Manylion am yr Awduron	33

Crynodeb

- Nod y prosiect ymchwil hwn oedd **archwilio rôl tystiolaeth wrth lunio polisi atal hunanladdiad yng Nghymru** trwy ddadansoddi polisi a chyfweliadau ag actorion polisi allweddol yn y maes.
- Ar y cyfan, mae polisïau a gweithredwyr polisi atal hunanladdiad Cymru yn dangos ymrwymiad clir i ddefnyddio tystiolaeth i lunio polisi atal hunanladdiad yng Nghymru.
- Mae gweithredwyr polisi yn credu y dylai polisi atal hunanladdiad fod yn seiliedig ar **ystod eang o dystiolaeth**, gan gwmpasu epidemioleg, ymchwil academiaidd, cyngor arbenigol, a phrofiad bywyd.
- Ond er i'r cyfweleion nodi **tystiolaeth o brofiadau bywyd** fel y math mwyaf defnyddiol o dystiolaeth at ddibenion llunio polisïau atal hunanladdiad, yr elfen bennaf yn sylfaen dystiolaeth polisi atal hunanladdiad presennol Cymru – Beth am Siarad â Fi 2 – yw tystiolaeth feintiol, epidemiolegol.
- Mae'r adroddiad hwn yn argymhell, cyn yr adolygiad sydd ar ddod o Beth am Siarad â Fi 2, y dylai llunwyr polisi:
 1. Sefydlu grŵp llywio profiad bywyd i sicrhau bod profiad bywyd yn cael ei ddefnyddio'n effeithiol.
 2. Casglu mwy o dystiolaeth am sut mae hunanladdiad yn digwydd ar draws cwrs bywyd – er enghraifft, sut mae tuedd hunanladdol yn datblygu a sut y gellir ei hatal mewn dynion canol oed.
 3. Parhau i ddatblygu technoleg -gwyliadwriaeth hunanladdiad amser real i wella cywirdeb a dibynadwyedd data hunanladdiad.
 4. Cyhoeddi diweddariadau amlach am weithrediad polisi atal hunanladdiad cenedlaethol yng Nghymru.
 5. Mabwysiadu dealltwriaeth ehangach a mwy cyfannol o atal hunanladdiad, y tu hwnt i gylch gorchwyl iechyd meddwl.

Cyflwyniad

Hunanladdiad yw un o brif achosion marwolaeth ledled y byd (Sefydliad Iechyd y Byd, 2021). Ledled y byd, mae 800,000 o bobl yn marw trwy hunanladdiad bob blwyddyn, sy'n cyfateb i tua un farwolaeth trwy hunanladdiad bob 40 eiliad (WHO, 2021). Wrth ystyried nifer y teuluoedd, ffrindiau, a chymunedau mewn profedigaeth y tu ôl i bob un o'r marwolaethau hyn, mae effaith hunanladdiad ar ein byd yn aruthrol.

Mae Sefydliad Iechyd y Byd yn pwysleisio pwysigrwydd datblygu strategaethau atal hunanladdiad cenedlaethol clir a chydlynol wrth iddynt feithrin cyfrifoldeb ac atebolrwydd ymhlith rhanddeiliaid, nodi bylchau mewn deddfwriaeth a darpariaeth gwasanaethau, a nodi'r adnoddau dynol ac ariannol sydd eu hangen ar gyfer ymyrraeth (WHO, 2021). Mae Sefydliad Iechyd y Byd hefyd yn datgan y dylai strategaeth atal hunanladdiad genedlaethol ddarparu **'canllawiau awdurdodol ar weithgareddau atal hunanladdiad allweddol sy'n seiliedig ar dystiolaeth h.y. nodi[y] beth sy'n gweithio a beth nad yw'n gweithio'** (WHO, 2012).

Mae'r canllawiau hyn yn tynnu sylw at bwysigrwydd defnyddio tystiolaeth wrth lunio polisi atal hunanladdiad cenedlaethol. Fodd bynnag, mae hunanladdiad yn gyddestun heriol unigryw ar gyfer casglu tystiolaeth, gan fod data ar lefel poblogaeth yn aml yn hwyr ac yn anfanwl. Ar ben hynny, mae'r gwir reswm pam mae pob bywyd unigol yn cael ei golli oherwydd hunanladdiad - yn ôl ei union ddiffiniad - yn amhosibl. Felly, rhaid tynnu ar ystod eang o dystiolaeth, arweiniad, arbenigedd ac ymchwil i ateb yr hyn na ellir ei ateb.

At hynny, nid yw'r syniad o dystiolaeth wedi'i ddiffinio'n gyffredinol gan weithredwyr polisi, ac mae'r ddealltwriaeth o sut mae'r amrywiad hwn yn dangos ei hun yn y modd y caiff tystiolaeth ei defnyddio a'i gwerthfawrogi yn fan dall empirig (MacKillop, Quarmby a Downe, 2020). Yn ogystal, mae polisi atal hunanladdiad wedi bod yn destun ymchwiliad academiaidd cyfyngedig iawn, ac ychydig a wyddys am y broses o'i gynhyrchu, llawer llai am rôl tystiolaeth yn y broses honno.

Felly, drwy archwilio'r sylfaen dystiolaeth ar gyfer polisi atal hunanladdiad Cymru, a chyfweld â gweithredwyr polisi allweddol yn y maes, nod y prosiect hwn yw cael rhagor o wybodaeth am rôl tystiolaeth wrth lunio polisiau atal hunanladdiad yng Nghymru.

Cefndir

Gan barhau o waddol cyfundrefn 'Yr Hyn sy'n Gweithio' llywodraeth Lafur Newydd y 1990au, derbynnir yn gyffredinol ledled maes polisi cyhoeddus y DU y dylai polisi gael ei lunio a'i lywio gan dystiolaeth (Davies et al. 2004; Cairney 2016). Fodd bynnag, mae llawer o awduron ym maes astudiaethau polisi yn gwgu ar y gred y gall fod cysylltiad llinellol, di-broblem rhwng tystiolaeth a llunio polisi – gan ddisgrifio llunio polisi ar sail tystiolaeth (EBPM) fel 'term annelwig, llawn dyhead, yn hytrach na disgrifiad da o'r broses bolisi' (Cairney, 2016 t3).

Mewn gwirionedd, mae polisi cyhoeddus yn cael ei wneud o fewn rhesymoledd cyfyngedig amgylcheddau gwleidyddol, lle mae'n rhaid i lunwyr polisi lywio cyfyngiadau amser, agenda, adnoddau, a chyllid i wneud penderfyniadau polisi (Cairney, 2016). Yn ogystal, o fewn y systemau hyn, mae llawer o ffactorau a all hwyluso neu rwystro'r defnydd o dystiolaeth ymchwil gan lunwyr polisi, gan gynnwys nodweddion y gweithredwyr polisi eu hunain, cysylltiadau rhwng defnyddwyr ac ymchwil, a natur y maes polisi penodol (Nutley et al., 2014).

Daw'r berthynas gymhleth rhwng tystiolaeth a pholisi hyd yn oed yn fwy cymhleth wrth ei chymhwyso i gyd-destun penodol atal hunanladdiad, sydd ynddo'i hun yn digwydd 'o fewn gwe o gysylltiadau cymdeithasol, moesol a gwleidyddol sy'n cael eu cydnabod, ond nad ydynt yn cael eu hamlygu'n aml' (Fitzpatrick, 2021 t113). At hynny, er bod hunanladdiad ymhell o fod yn ffenomen newydd, mae maes llunio polisiâu atal hunanladdiad yn dal yn datblygu, gyda pholisiâu atal hunanladdiad cyntaf y DU wedi'u cyhoeddi dim ond ugain mlynedd yn ôl (Marzetti et al, 2022).

Gellid tybio y byddai ffenomen sydd wedi gwreiddio cymaint yn ein byd wedi arwain at ddealltwriaeth ac ymagwedd yr un mor gyffredinol gan y rhai sy'n ceisio astudio a datblygu gwybodaeth bellach ar y pwnc. Fodd bynnag, yn y llenyddiaeth, mae bron pob agwedd ar hunanladdiad, o'i union ddiffiniad, i'r ffordd y dylid ei astudio a'i atal - os ystyrir bod modd ei atal hynny yw - yn cael ei herio (Silverman, 2016; Marsh, 2016). Cymhlethir hyn ymhellach gan y realiti bod y gwir am pam mae unigolion yn lladd eu hunain yn dod yn amhosibl unwaith ei fod yn cael ei gyflawni. Felly, ar ei orau, amcangyfrif, neu ailgread o'r gwirionedd, yw'r sylfaen dystiolaeth o ran pam mae pobl yn lladd eu hunain.

Er y gellir dadlau bod y testun mwyaf arloesol am hunanladdiad – 'On Suicide' Durkheim (Durkheim, 1897) – wedi cadarnhau cymdeithaseg fel maes astudio annibynnol (Taylor, 1988), daw'r llais disgyblaethol amlycaf o fewn llenyddiaeth gyfoes am hunanladdiad o epidemioleg, seicoleg, a'r gwyddorau meddygol ehangach (Hjelmeland a Knizek, 2016). Nodweddir yr ymchwil hon gan ddefnyddio data

meintiol, epidemiolegol, hap-dreialon rheoledig, adolygiadau systematig, a modelu risg i ddeall pwy sy'n marw trwy hunanladdiad, a beth sy'n gweithio i atal hunanladdiad ar lefel poblogaeth.

Fodd bynnag, mae dibynadwyedd ac addasrwydd y dulliau hyn ar gyfer deall hunanladdiad wedi cael eu beirniadu'n eang yn y llenyddiaeth (Hjelmeland a Knizeck, 2016). Er enghraifft, ceir problemau a gydnabyddir yn eang gyda dibynadwyedd ac amseroldeb ystadegau lefel y boblogaeth am hunanladdiad oherwydd y prosesau hirfaith sydd ynghlwm wrth ddyfarnu marwolaeth fel hunanladdiad (Appelby et al, 2019). Mae hefyd yn anodd cymharu cyfraddau marwolaethau hunanladdiad ar draws gwahanol ranbarthau a gwledydd, oherwydd anghysondebau o ran sut mae crwneriaid yn diffinio ac yn categoreiddio marwolaethau drwy hunanladdiad (Llywodraeth Cymru 2015). Yn ogystal, mae problemau lle nad yw rhai marwolaethau hunanladdiad yn cael eu cofnodi fel hunanladdiad oherwydd stigma (Appelby et al, 2019).

Mae mathau eraill o ymholi academiaidd, a hyrwyddir gan seicoleg a'r gwyddorau clinigol ehangach, wedi canolbwyntio ar nodi ffactorau risg ar gyfer hunanladdiad, a chyfuno'r rheini i greu modelau cysyniadol o risg hunanladdiad sy'n anelu at helpu i ragweld pa unigolion sy'n fwy tebygol o weithredu ar eu meddyliau hunanladdol. ar lefel poblogaeth (O'Connor a Nock, 2014). Fodd bynnag, nid yw modelau risg damcaniaethol, lefel poblogaeth bob amser yn cael eu trosi'n hawdd i wybodaeth gymhwysol sy'n ddefnyddiol i ymarferwyr sy'n gweithio gyda chleientiaid hunanladdol unigol, yn enwedig gan fod risg hunanladdiad yn gysylltiedig â natur gymdeithasol, neu gefndir cymdeithasol-ddiwylliannol, pob unigolyn.

Yn hytrach na chanolbwyntio ar y lefel neu'r math o risg a berir i boblogaeth 'homogenaidd' fel defnyddwyr gwasanaeth, mae Hjelmeland a Knizek (2016) yn cynghori y dylai ymchwil hunanladdiad gymdeithasegol ganolbwyntio ar ddeall *sut* mae'r ffactorau risg hyn yn ymddangos i unigolion yn eu cyd-destun, gan ychwanegu at ein dealltwriaeth o pam mae rhai defnyddwyr gwasanaeth yn marw trwy hunanladdiad, ond nid eraill. I wneud hyn yn effeithiol, mae ymchwilwyr yn argymhell defnyddio dulliau ansoddol i astudio'r broses gymhleth o hunanladdiad sydd o fewn cyd-destun cymdeithasol-ddiwylliannol a chwrs bywyd yr unigolyn (Hjelmeland a Knizek, 2016).

Gall dulliau ansoddol o'r fath gynnwys cyfweld â'r rhai sydd â 'phrofiad bywyd' o ymddygiadau hunanladdol, megis ymgais flaenorol i gyflawni hunanladdiad, neu unigolion sydd wedi mynd trwy brofedigaeth oherwydd hunanladdiad. Mae'r dulliau hyn yn ychwanegu rhinwedd gynnil at ystadegau hunanladdiad ond maent yn gyfyngedig o ran eu gallu i gynnig mewnwelediadau cyffredinol. Yn ogystal, canfu Fincham et al. (2011) fod y ffordd y mae perthnasau yn llunio naratifau am

hunanladdiadau ar ôl marwolaeth yn ymwneud yn bennaf â llywio eu ffordd trwy fai ac euogrwydd, ac felly maent yn awgrymu bod unrhyw adroddiadau am yr ymadawedig gan anwyliaid yn debygol o fod yn ddetholus ac yn berfformiadol, er mwyn osgoi barn.

Mae'r oruchafiaeth hon mewn gwybodaeth glinigol yn y llenyddiaeth yn arwydd o drafodaeth ehangach, sy'n fframio hunanladdiad fel mater iechyd cyhoeddus ataliol (Jacob, 2008). Yn wir, mae hunanladdiad wedi dod mor gyfystyr ag iechyd meddwl a seicopatholeg fel bod cyfraddau hunanladdiad yn aml yn cael eu defnyddio fel dangosydd dirprwy o les y genedl (Taylor et al., 1997; Bray a Gunnell, 2006).

Gyda hunanladdiad yn cael ei fframio fwyfwy fel mater iechyd cyhoeddus, onid yw'n syndod bod ymchwil meintiol yn cael ei flaenoriaethu, oherwydd bod astudiaethau positiffaeth ar raddfa fawr, ym maes ymchwil iechyd cyhoeddus a meddygaeth sy'n seiliedig ar dystiolaeth, yn sefyll yn gadarn ar frig yr hierarchaeth gwybodaeth (Parkhurst ac Abeysinghe, 2016). Yn ogystal, mae'r oruchafiaeth hon mewn ymchwil meintiol yn adlewyrchu'r symudiad ehangach yn y gymuned ymchwil tuag at ymchwil y mae'n haws ei throsi'n effaith fesuradwy (Smith et al., 1993; Martin, 2011).

Gallai fframio hunanladdiad fel is-adran o iechyd meddwl, yn hytrach na mater eang, traws-sector, hefyd lywio'r ffordd y caiff polisi atal hunanladdiad ei lunio. Yn ôl 'model ffrydiau lluosog' Kingdon, rhaid i broblem ar yr un pryd gael a) sylw, b) llunwyr polisi gyda chymhellid a chyfle ac, yn hollbwysig, c) ateb sydd ar gael iddi wneud newid mewn polisi (Kingdon, 1984). Felly, mae meddwl am hunanladdiad fel problem gymdeithasol anniriaethol sy'n treiddio i bob maes polisi yn llawer llai buddiol i lunio polisi na chanolbwyntio ar y rhai sy'n lladd eu hunain mewn amgylchiadau y gellir dadlau sy'n fwy ataliadwy – mewn lleoliadau penodol ac yng nghyd-destun salwch meddwl.

Yn wir, mewn astudiaeth ddiweddar o'r dehongliad o hunanladdiad drwy bolisiâu atal hunanladdiad presennol y DU, canfu Marzetti et al. (2021) fod y dehongliad cul hwn o hunanladdiad fel mater iechyd cyhoeddus y gellir ei atal wedi'i barhau drwy'r polisiâu. Maent yn dadlau:

'Er bod gan bolisiâu atal hunanladdiad y potensial i feddwl y tu hwnt i ffiniau arfer clinigol, ac ystyried atal hunanladdiad yn fwy cyfannol, mae gan y polisiâu [...] ffocws cymharol gyfyng, sydd yn aml yn lleihau hunanladdiad i un weithred yn y foment ac yn canoli atal marwolaethau ar draul ystyried ffyrdd o wneud bywydau unigol yn fwy dymuno i'w byw'. (Marzetti et al., 2021 t1)

Yr hyn na wnaeth yr ymchwili hon ei ystyried yw sut mae'r dehongliad o hunanladdiad yn effeithio ar ac yn rhyngweithio â'r dystiolaeth a ddefnyddir i lunio a llywio polisi. Yn wir, nid oes unrhyw astudiaeth hyd yn hyn wedi archwilio rôl dystiolaeth o fewn y gwaith o lunio polisiâu atal hunanladdiad, a allai fod â mewnwleidiadau pwysig ar gyfer polisi, ymarfer, a'r byd academiaidd fel ei gilydd. Mae'r astudiaeth hon yn ceisio mynd i'r afael â'r man dall empirig hwn ac archwilio rôl dystiolaeth mewn polisi atal hunanladdiad yng Nghymru.

Cwestiynau ymchwili

Nod y prosiect ymchwili hwn yw **deall rôl dystiolaeth wrth lunio polisi atal hunanladdiad cenedlaethol yng Nghymru**. Mae'r cwestiynau ymchwili penodol i'w hystyried yn y prosiect hwn fel a ganlyn:

1. Beth yw'r sylfaen dystiolaeth ar gyfer y polisi atal hunanladdiad cenedlaethol presennol yng Nghymru?
2. Pa fathau o dystiolaeth sy'n cael eu hystyried yn ddefnyddiol wrth gynhyrchu polisi atal hunanladdiad yng Nghymru - a pham?
3. Beth gellir ei wneud i annog y defnydd o dystiolaeth nas defnyddir yn ddigonol wrth lunio polisiâu atal hunanladdiad?

Methodoleg

Mae hwn yn brosiect ymchwili dulliau cymysg, gan ddefnyddio cyfuniad o ddadansoddiadau dogfennol a chyfweliadau lled-strwythuredig. I fynd i'r afael â chwestiwn ymchwili 1, bu'r polisiâu atal hunanladdiad cenedlaethol presennol yng Nghymru, Lloegr, Gogledd Iwerddon a'r Alban yn destun dadansoddiad dogfennol gan ddefnyddio NVivo. Cafodd yr holl gyfeiriadau ymhlyg a chlir at ddefnyddio dystiolaeth eu nodi, eu codio, a'u dadansoddi i ddeall pa dystiolaeth a ddefnyddiwyd i lunio'r polisiâu.

Er mwyn mynd i'r afael â chwestiynau ymchwil 2 a 3, cynhaliwyd cyfweiliadau lled-strwythuredig â saith cyfrannwr polisi allweddol sy'n ymwneud â llunio polisi atal hunanladdiad yng Nghymru. Mae enwau a rolau penodol y cyfranogwyr wedi'u hepgor er mwyn bod yn ddienw ond roeddent yn cynrychioli ystod eang o sefydliadau gan gynnwys Iechyd Cyhoeddus Cymru, Llywodraeth Cymru, gwasanaethau cyhoeddus, a sefydliadau'r trydydd sector. Drwy gydol yr adroddiad, cyfeirir at y cyfweleion fel cyfranogwyr 1-7, sy'n cyfateb i dabl 1 isod (Tabl 1).

Roedd y cyfweiliadau'n archwilio dealltwriaeth a phrofiad y cyfranogwyr o'r defnydd o dystiolaeth wrth lunio polisi atal hunanladdiad. Cynhaliwyd cyfweiliadau o bell gan ddefnyddio Microsoft Teams neu Zoom, ac roedd pob un yn para tua 60 munud. Yna trawsgrifiwyd data cyfweiliadau a'i ddadansoddi yn ôl themâu gan ddefnyddio NVivo.

Tabl 1. Tabl i ddangos y sefydliadau a gynrychiolir gan gyfranogwyr y cyfweiliadau. Mae gwybodaeth yn fwriadol gyffredinol er mwyn sicrhau anhysbysrwydd cyfranogwyr.

Rhif y Cyfranogwr	Rôl wrth lunio polisiâu atal hunanladdiad
1	Llywodraeth Cymru (Swyddogol)
2	Awdurdod Lleol
3	Y Trydydd Sector
4	Y Trydydd Sector
5	Iechyd Cyhoeddus Cymru
6	Iechyd Cyhoeddus Cymru
7	Senedd (Swyddogol)

Y Sefyllfa o ran Polisi

Mae atal hunanladdiad yn rhan o gylch gwaith polisi iechyd a gofal cymdeithasol, sydd wedi'i ddatganoli. Felly, mae gan bob un o bedair gwlad y DU ei pholisi atal hunanladdiad ei hun. Datblygwyd y pedair strategaeth gan grwpiau cynghori cenedlaethol a oedd yn cynnwys rhanddeiliaid traws-sector, gan gynnwys llunwyr polisi, awdurdodau lleol, gwasanaethau brys, sefydliadau trydydd sector, ac academyddion. Mae enwau, termau, ac amlinelliad byr o sylfaen dystiolaeth pob un o'r polisiâu hyn wedi'u hamlinellu isod yn nhabl 2.

Cymru

Fel yr amlinellir yn Nhabl 2, y polisi atal hunanladdiad cenedlaethol presennol yng Nghymru yw 'Beth am Siarad â Fi 2: Strategaeth ar gyfer Atal Hunanladdiad a

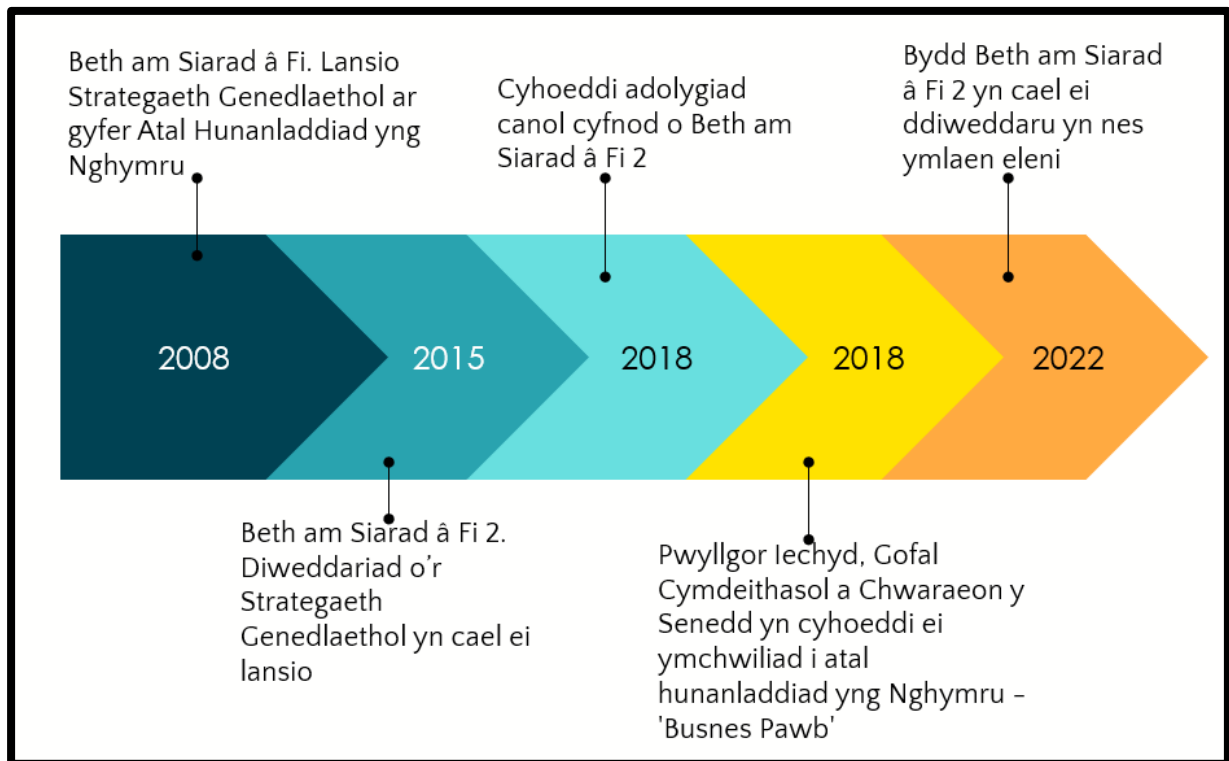
Hunan-niwed 2015-2020' (Llywodraeth Cymru, 2015). Disodlodd y polisi hwn 'Beth am Siarad â Fi: Cynllun Gweithredu Cenedlaethol i Leihau Hunanladdiad a Hunan-niwed yng Nghymru 2008-2013'.

Datblygwyd Beth am Siarad â Fi a Beth am Siarad â Fi 2 gan y Grŵp Cyngori Cenedlaethol (GCC), a gadeiriwyd gan yr Athro Ann John o Brifysgol Abertawe. Mae'r polisi'n disgrifio ei nod fel a ganlyn:

'Gosod y nodau a'r amcanion strategol i atal a lleihau hunanladdiad a hunan-niwed yng Nghymru dros y cyfnod 2015-2020. Mae'n nodi darparwyr gofal â blaenoriaeth i gyflawni camau gweithredu mewn rhai lleoedd blaenoriaeth er budd pobl flaenoriaeth allweddol ac yn cadarnhau'r camau gweithredu cenedlaethol a lleol sydd eu hangen' (Llywodraeth Cymru, 2015 t4).

Adolygwyd Beth am Siarad â Fi 2 yn fwyaf diweddar yn 2018. Yn bennaf, roedd yr adolygiad canol cyfnod hwn yn rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf am yr ymdrechion i roi'r strategaeth ar waith ond roedd hefyd yn cynnwys yr wybodaeth ddiweddaraf am y dystiolaeth epidemiolegol o hunanladdiad yng Nghymru. Roedd disgwyl i Beth am Siarad â Fi 2 gael ei ddiweddarau yn 2020 ond mae hwn bellach wedi'i estyn i 2022. Felly nid oes unrhyw ddiweddariadau na diwygiadau wedi'u gwneud i'r strategaeth ers 2018.

Yn 2018, cyhoeddodd Pwyllgor Iechyd, Chwaraeon a Gofal Cymdeithasol y Senedd adroddiad a oedd yn manylu ar ganfyddiadau ymchwiliad i ymdrechion atal hunanladdiad yng Nghymru, o'r enw 'Busnes Pawb'. Er bod y ddogfen hon y tu allan i ffiniau strategaeth genedlaethol ar gyfer atal hunanladdiad, gwnaeth argymhellion ar gyfer atal hunanladdiadau yng Nghymru ar lefel y boblogaeth. Felly, cynhwyswyd yr adroddiad hwn yn y dadansoddiad polisi, yn bennaf er mwyn darparu cymhariaeth â'r strategaeth genedlaethol.



Ffigur 1. Llinell amser i ddangos strategaethau atal hunanladdiad cenedlaethol Cymru.

Tabl 2. Tabl i amlinellu a chymharu strategaethau atal hunanladdiad cenedlaethol pedair gwlad y DU.

Gwlad:	Cymru	Lloegr	Gogledd Iwerddon	Yr Alban
Cyd-destun Polisi Presennol	Beth am Siarad â Fi 2. Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio	Atal Hunanladdiad yn Lloegr: Strategaeth canlyniadau traws-lywodraethol i achub bywydau	Diogelu Bywyd 2: Strategaeth ar gyfer atal hunanladdiad a hunan-niwed yng Ngogledd Iwerddon	Cynllun Gweithredu Atal Hunanladdiad: Mae Pob Bywyd yn Bwysig
Cyfnod:	2015-2022	2012-2022	2019-2024	2018-2021
Datblygwyd gan:	Llywodraeth Cymru a'r Grŵp Cynghori Cenedlaethol	Yr Adran Iechyd a Grŵp Cynghori'r Strategaeth Genedlaethol ar Atal Hunanladdiad	Corff Gweithredu Strategaeth yr Adran Iechyd a Hunanladdiad	Llywodraeth yr Alban a rhanddeiliaid allweddol – gan ffurfio'r Grŵp Arwain Atal Hunanladdiad Cenedlaethol yn ddiweddarach
Defnydd o dystiolaeth	- Data epidemiolegol wedi'i ddyfynnu'n helaeth drwy gydol yr adolygiad strategaeth a chanol cyfnod - Tystiolaeth ansoddol a ddefnyddiwyd hefyd (e.e. adolygiadau marwolaethau plant) - Dim cyfeiriad at ddata profiad byw - Mae'r rhestr gyfeirio yn bennaf yn cynnwys astudiaethau o'r gwyddorau seiciatrig a chlinigol	- Data epidemiolegol wedi'i ddyfynnu'n helaeth a'i flaenoriaethu trwy gydol y strategaeth a'r holl ddiweddariadau dilynol - Dim data ansoddol wedi'i gyfeirio'n benodol - Mae'r rhestr gyfeirio yn bennaf yn cynnwys astudiaethau o'r gwyddorau seiciatrig a chlinigol	- Dyfynnwyd data epidemiolegol - Tystiolaeth ansoddol a ddefnyddiwyd hefyd (e.e. data galwadau ChildLine, profiad byw) - Cyd-destun diwylliannol wedi'i ddarparu ac ychydig o ddata lleol wedi'i ddyfynnu - Tystiolaeth economaidd ar gyfer baich ariannol hunanladdiad wedi'i chynnwys mewn adroddiad atodiad ar wahân	- Dim adran benodol wedi'i neilltuo i'r sylfaen dystiolaeth, ond trafodir amrywiaeth o fathau o dystiolaeth drwy gydol y strategaeth - Defnyddir dyfyniadau profiad bywyd yn amlwg trwy gydol y strategaeth - Defnyddir iaith gyfannol, gynhwysfawr drwy gydol y strategaeth

Diweddariadau polisi:	Cyhoeddwyd yr adolygiad canol cyfnod yn 2018.	Cyhoeddwyd pum diweddariad rhwng 2012 a 2021.	Cyhoeddwyd yr adolygiad canol cyfnod yn 2022.	Cyhoeddwyd adolygiad dwy flynedd yn 2021

Canfyddiadau

C1. Beth yw'r sylfaen dystiolaeth ar gyfer y polisi atal hunanladdiad cenedlaethol presennol yng Nghymru?

Mae'n amlwg o'r strategaethau atal hunanladdiad cenedlaethol a ddadansoddwyd bod pedair gwlad y DU yn dangos ymrwymiad i lunio polisiâu ar sail tystiolaeth. Er enghraifft, yng Nghymru, mae Beth am Siarad â Fi a Beth am Siarad â Fi 2 yn cyfeirio'n aml at bwysigrwydd defnyddio tystiolaeth i ddeall mater hunanladdiad ac i ganfod beth sy'n gweithio i atal hunanladdiadau.

Epidemioleg

Mae'r defnydd o dystiolaeth o fewn polisiâu atal hunanladdiad Cymru, sef Beth am Siarad â Fi (2008) a Beth am Siarad â Fi 2 (2015), yn adlewyrchu maes ehangach hunanladdiad, yn yr ystyr bod gwybodaeth feintiol, glinigol yn cael ei ffafrio dros dystiolaeth ansoddol. Yn benodol, y math amlycaf o dystiolaeth a ddefnyddir ym mhob rhan o bolisiâu atal hunanladdiad Cymru yw data epidemiolegol ar gyfraddau hunanladdiad a derbyniadau i'r ysbyty oherwydd hunan-niwed, ac yn aml caiff ei rannu'n gategorïau gwahanol, megis rhyw, oedran, cefndir economaidd-gymdeithasol, lleoliad, neu fath o ddull a ddefnyddir.

Casglwyd y dystiolaeth hon yn bennaf gan yr ONS, Arsyllfa Iechyd Cyhoeddus Cymru, a'r Ymchwiliad Cyfrinachol Cenedlaethol i Hunanladdiad a Hunan-niwed. Defnyddiwyd y setiau data hyn yn gyffredin hefyd yn strategaethau atal hunanladdiad ehangach gwledydd y DU. Yn ogystal, yng Nghymru (SIDCymru), yr Alban a Gogledd Iwerddon mae cronfeydd data pwrpasol ar gyfer data atal hunanladdiad

Defnyddir tystiolaeth feintiol, ac yn enwedig amllder achosion o ymddygiad hunanladdol, i gyfleu maint a brys y broblem o hunanladdiad, a'i chadarnhau fel blaenoriaeth genedlaethol. Trwy gydol Beth am Siarad â Fi, Beth am Siarad â Fi 2 a Busnes Pawb, gwnaed hyn dro ar ôl tro trwy gymharu ystadegau hunanladdiad a chyffredinolrwydd â rhai materion cymdeithasol ac iechyd cyhoeddus eraill yr ystyrir yn eang eu bod yn broblemau cyffredin neu bwysig, megis damweiniau traffig ar y ffyrdd, canser, a chlefyd y galon:

'Hunanladdiad yw un o'r achosion mwyaf o farwolaethau ymhlith pobl ifanc yng Nghymru. Mae dwywaith cynifer o farwolaethau ymhlith

pobl o bob oed bob blwyddyn o ganlyniad i hunanladdiad nag o ganlyniad i ddamweiniau traffig ffyrdd' (Llywodraeth Cymru, 2008 t.6)

'Gwyddom fod meddyliau ac ymddygiad hunanladdol mor gyffredin fel y dylid rhoi'r un ffocws ar hyfforddiant ar gyfer staff gwasanaethau cyhoeddus â mathau eraill o hyfforddiant. Er enghraifft, clywsom fod meddygon teulu yn llawer mwy tebygol o ddod i gysylltiad â phobl sy'n cael meddyliau hunanladdol nag i bobl sydd angen CPR'
(Senedd, 2018 t21)

Tystiolaeth Ansoddol

Er gwaethaf pa mor flaenllaw yw tystiolaeth feintiol ac epidemiolegol, roedd tystiolaeth ansoddol yn cael ei defnyddio ym mholisiâu Beth am Siarad â Fi yng Nghymru, ac enghraifft arbennig o nodedig o hyn yw canfyddiadau'r rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant. Cynhaliodd y rhaglen hon adolygiad thematig o bob adolygiad o farwolaethau trwy hunanladdiad ymhlith plant a phobl ifanc yng Nghymru a roddodd fewnwelediadau defnyddiol - yn enwedig ar gyfer ymarfer.

Hepgoriad nodedig o'r polisiâu Beth am Siarad â Fi oedd unrhyw dystiolaeth profiad bywyd, naill ai gan unigolion a oedd wedi cael profedigaeth oherwydd hunanladdiad, neu'r rhai sydd wedi goroesi ymdrechion hunan-niweidio neu hunanladdiad. Mewn polisiâu atal hunanladdiad gwledydd eraill y DU, defnyddiwyd tystiolaeth profiad bywyd i gyfleu trasiedi hunanladdiad, i archwilio cymhlethdod hunanladdiad yn fanylach.

Yn benodol, bu Llywodraeth yr Alban yn hyrwyddo'r defnydd o dystiolaeth profiad bywyd yn ei phroses polisi atal hunanladdiad, trwy sefydlu panel profiad bywyd. Mae'r panel wedi'i ffurfio o unigolion a oedd naill ai wedi mynd trwy brofedigaeth oherwydd hunanladdiad neu wedi cael profiad personol o feddyliau hunanladdol, ac mae'r panel yn gweithredu fel grŵp llywio polisi ar y cyd â'r paneli cynghori a gweithredu academaidd. Darperir eu defnydd o dystiolaeth profiad bywyd yn benodol fel enghraifft o fewn canllawiau gweithredu'r WHO ar gyfer polisiâu atal hunanladdiad (WHO, 2021 t87).

Yn wahanol i Beth am Siarad â Fi a Beth am Siarad â Fi 2, roedd adroddiad 'Busnes Pawb' y Senedd yn cynnwys mewnwelediadau defnyddiol gan unigolion mewn profedigaeth a gwnaeth argymhelliad penodol yn eu hadroddiad i'r Grŵp Cynghori Cenedlaethol benodi aelod o brofiad bywyd:

'Dylai pob gweithgaredd atal hunanladdiad gael ei gyd-gynhyrchu â'r rhai sydd â phrofiad personol o hunanladdiad. Mae hyn yn cynnwys clinigwyr, er enghraifft, sydd â phrofiad proffesiynol

perthnasol yn ogystal â phobl sydd wedi mynd trwy brofedigaeth bersonol oherwydd hunanladdiad. Yn bwysig, dylai hyn hefyd gynnwys y rhai sydd wedi profi syniadau am hunanladdiad eu hunain, gan gynnwys goroeswyr ymdrechion hunanladdiad [...] Mae'n hanfodol bod eu lleisiau'n cael eu clywed ar y lefel uchaf. Dylai'r Grŵp Cyngori Cenedlaethol a fforymau rhanbarthol ymgysylltu â'r grwpiau hyn i sicrhau bod yr holl weithgarwch atal hunanladdiad yn cael ei lywio gan brofiadau bywyd.' (Senedd, 2018 t52)

Yn ogystal, rhoddodd ymarferwyr a darparwyr gwasanaethau eraill sydd ar y rheng flaen o ran atal hunanladdiad dystiolaeth i ymchwiliad y Senedd i roi mewnwelediad penodol i arfer da a drwg, a materion o fewn eu sefydliadau – gan egluro sut y gall y materion hyn gyfrannu at farwolaethau hunanladdiad.

'Tad i fachgen 17 oed a aeth i wneud synnwyr o farwolaeth ddiweddar iawn ei fab, a oedd yn ymddangos fel hunanladdiad, ac o fewn ychydig ddyddiau dywedodd y meddyg teulu wrtho, 'Nawr, gallaf ddweud hyn wrthyfch mai dyma'i drydedd ymgais.' Ac yntau'n methu credu hyn, dywedodd y tad, 'Pam na allech chi ddweud wrthyf o'r blaen?', ac atebodd y meddyg teulu'n syml, acyn yn eithaf ymddiheurol, 'Cyfrinachedd.'" (Senedd, 2018 t.34)

Hierarchaeth tystiolaeth

Trwy gydol y polisiau Beth am Siarad â Fi, ceir cyfeiriadau amlwg ac ymhlyg at hierarchaeth tystiolaeth, lle mae tystiolaeth feintiol yn cael ei ffafrio dros dystiolaeth ansoddol. Er enghraifft, yn Beth am Siarad â Fi 2:

'Dylai lefel y dystiolaeth sy'n sail i effeithiolrwydd ymyriad fod yn dryloyw. Er enghraifft, mae arolygon o wybodaeth ac agweddau ymatebwyr ar ôl hyfforddiant yn darparu tystiolaeth lefel is na threialon rheoledig ar hap ar gyfer ymyriadau i leihau ymddygiadau hunan-niweidio.' (Llywodraeth Cymru, 2015 t14)

Mae'r hierarchaeth hon hefyd yn cael ei hadlewyrchu yn y semanteg a geir yn yr adroddiad ynghylch tystiolaeth, sy'n awgrymu bod 'tystiolaeth' yn cael ei deall i fod yn gyfystyr â 'data', a bod 'data' yn gyfystyr â gwirionedd gwrthrychol, neu ffaith. Er enghraifft, yn Beth am Siarad â Fi (2008), teitl yr adran sy'n manylu ar y data epidemiolegol ynghylch cyfraddau hunanladdiad yw 'Hunanladdiad a Hunan-niwed yng Nghymru – Y Ffeithiau' (Llywodraeth Cymru, 2008 t6). Mae hyn yn gwrthgyferbynnu'n uniongyrchol â'r alwad am ymgynghoriad cyhoeddus ar ddiwedd y

strategaeth Beth am Siarad â Fi, lle cyfeirir at ymgynghoriad cyhoeddus fel 'sylwadau', 'meddyliau', a 'barn' yn hytrach na 'data' neu 'dystiolaeth'.

Mae'n ddiddorol nodi bod y syniad bod ystadegau am gyfraddau hunanladdiad a hunan-niwed yn ffeithiau anodd yn parhau i gael ei gynnal, hyd yn oed ar ôl y soniwyd yn glir yn nogfennau'r polisi am ffaeledigrwydd y data hwn. Mae Beth am Siarad â Fi yn cydnabod bod ffigurau hunan-niweidio, yn ôl pob tebyg, yn amcangyfrif rhy isel o'r broblem oherwydd nad yw llawer o bobl sy'n hunan-niweidio yn ceisio cymorth neu'n cael eu trin mewn cleifion allanol. Er gwaethaf y cyfaddefiad hwn o anghywirdeb, rhoddwyd y gyfradd hunan-niweidio fel rhan o'r adran 'Hunanladdiad a Hunan-niwed yng Nghymru – Y Ffeithiau' (Llywodraeth Cymru, 2015 t7).

Nid oedd unrhyw gyfeiriad penodol nac ymhlyg at hierarchaeth dystiolaeth yn adroddiad 'Busnes Pawb' y Senedd. Cyfeiriwyd yn gyson trwy gydol yr adroddiad at ddata meintiol a mewnwelediadau ysgrifenedig a llafar a gyflwynwyd gan sefydliadau ac unigolion fel 'tystiolaeth'.

Mae'r hierarchaeth hon o dystiolaeth, a'r defnydd o ddata cyfraddau hunanladdiad epidemiolegol i fonitro cynnydd, hyd yn oed yn fwy amlwg yn y strategaeth atal hunanladdiad genedlaethol ar gyfer Lloegr. Yn wir, roedd strategaeth Lloegr yn cyfeirio'n benodol at ymyriadau wedi'u teilwra ar gyfer rhai grwpiau arbennig o agored i niwed wedi'u hepgor o'r polisi, gan ei bod yn anodd mesur eu heffaith yn ystadegol:

'Ystadegau hunanladdiad dibynadwy, amserol a chywir yw sylfaen unrhyw strategaeth atal hunanladdiad ac maent o bwysigrwydd iechyd cyhoeddus aruthrol.' (Llywodraeth EM, 2012 t12)

'Mae yna grwpiau eraill y gallai eu risg fod yn uchel, megis lleiafrifoedd ethnig, ond mae cyfyngiadau ar y data sydd ar gael yn golygu ei bod yn anodd amcangyfrif eu risg neu nid oes unrhyw ffordd o fonitro cynnydd o ganlyniad i fesurau atal hunanladdiad.'
(Llywodraeth EM, 2012 t13)

Casglu Tystiolaeth

Yng Nghymru, roedd yn ymddangos bod dystiolaeth ymchwil wedi'i chasglu a'i brocera gan gadeirydd y Grŵp Cynghori Cenedlaethol, yr Athro Ann John, sy'n cynrychioli cysylltiad rhwng llunio polisiâu a lleoliadau data allweddol am atal hunanladdiad, trwy ei gwaith gyda sefydliadau amrywiol megis Prifysgol Abertawe ac Iechyd y Cyhoedd, Cymru. Mae Mignone et al (2020) yn nodi bod y dull hwn o roi uwch-arbenigwr i weithio ar wraidd problem polisi yn gyffredin mewn polisi iechyd ac

iechyd y cyhoedd – sef, fel y gwelsom, lle mae llywodraethau'n dosbarthu atal hunanladdiad yn bennaf.

Mae'r llais disgyblu a gynrychiolir ym mholisiâu Beth am Siarad â Fi Cymru yn hynod glinigol, sydd, unwaith eto, yn arwydd o'r drafodaeth bresennol sy'n fframio atal hunanladdiad fel mater iechyd meddwl. Gellir gweld hyn yn ei restr o gyfeiriadau, sy'n dod yn bennaf o gyfnodolion seiciatrig, seicolegol a meddygol. Yn wir, soniwyd yn gyson am iechyd meddwl trwy'r ddau bolisi. Mae Beth am Siarad â Fi 2 yn trafod sut y gellir lleihau'r stigma ynghylch hunanladdiad trwy llythrennedd iechyd meddwl a chael gwared ar y stigma sy'n gysylltiedig â salwch meddwl.

Gallai'r ffocws hwn ar hunanladdiad yng nghyd-destun iechyd meddwl fod o ganlyniad i'r adolygiad o Beth am Siarad â Fi yn argymhell bod nodau'r polisi yn rhy eang ac y dylid cael gwared arnynt.

'Canfu'r adolygiad [o Beth am Siarad â Fi], er bod cynnydd da wedi'i wneud o ran rhai o'r ymrwymadau, teimlwyd bod cynnwys nifer mawr o gamau ategol yn y cynllun wedi lleihau'r ffocws ar gyflawni camau gweithredu penodol i atal hunanladdiad a hunan-niwed.'

(Llywodraeth Cymru, 2015, atodiad 1)

RQ2. Pa fathau o dystiolaeth sy'n cael eu hystyried yn ddefnyddiol wrth lunio polisi atal hunanladdiad yng Nghymru - a pham?

Yn yr adran hon, cyflwynir a thrafodir canfyddiadau o'r cyfweiliadau ag actorion polisi allweddol o bob rhan o'r maes llunio polisiâu atal hunanladdiad.

Fel y soniwyd uchod, mae strategaeth Beth am Siarad â Fi 2 i Gymru yn adlewyrchu'r hierarchaeth dystiolaeth gynhenid sy'n bodoli yn y llenyddiaeth ehangach lle mae data meintiol ac epidemiolegol yn cael ei ffafrio dros dystiolaeth ansoddol, megis data profiad bywyd.

Mewn cyferbyniad â hyn, nododd cyfweleion yn gyson fod yn rhaid ystyried pob math o dystiolaeth sydd ar gael wrth lunio polisi atal hunanladdiad - gan gynnwys ymchwil academiaidd, cyngor arbenigol, tystiolaeth weithredol, a phrofiad bywyd - a bod pob un yr un mor bwysig wrth lunio polisi. Er enghraifft:

'Fel person polisi, rwy'n meddwl fy mod yn ceisio rhoi pwysau cyfartal i bob darn o'r dystiolaeth beth bynnag.. Ac rwy'n defnyddio'r term tystiolaeth i olygu ein hymgysylltiad â defnyddwyr gwasanaethau, ein hymgysylltiad â rhanddeiliaid, gan edrych ar wybodaeth weithredol ac yna edrych ar yr ymchwil gyhoeddedig.'
(Cyfranogwr 1)

Bu dau o'r cyfweleion hyd yn oed yn myfyrio'n benodol ar hierarchaeth y dystiolaeth, a sut maent yn ystyried nad yw o reidrwydd yn berthnasol i faes llunio polisi'au atal hunanladdiad:

'Rydych yn amlwg yn edrych ar adolygiadau systematig yn gyntaf ac yn gweld beth yw'r dystiolaeth ond wedi dweud hynny, gallwch gael darn da iawn o ymchwil ansoddol sydd mewn gwirionedd yn addysgiadol iawn.' (Cyfranogwr 4)

'Ond hefyd, o ran tystiolaeth, mae adolygiadau achos yn ddefnyddiol iawn, ac rwy'n gwybod bod hynny fel 'pen isaf' yr hierarchaeth dystiolaeth' (Cyfranogwr 6)

Profiad bywyd

Ar ben hynny, yn wahanol i'r ddogfen bolisi ei hun, nododd bron pob un o'r cyfranogwyr profiad bywyd fel y math mwyaf defnyddiol o dystiolaeth ar gyfer creu polisi atal hunanladdiad - yn enwedig o ran darganfod beth sy'n gweithio o ran ymyrraeth ac ymateb gwasanaeth:

'Ac mewn gwirionedd, mae'r dystiolaeth, os byddaf yn ei galw'n dystiolaeth gan y bobl sydd â phrofiad bywyd, mae'r hyn y maent wedi'i ddweud wrthym yn rhywbeth nad wy'n meddwl y gallem byth ei gael o'r ymchwil a gyhoeddwyd. [...] Rwy'n meddwl bod yr wybodaeth profiad bywyd mwy na thebyg wedi bod yn llawer mwy defnyddiol i ni nag unrhyw beth y byddem yn ei weld yn y llenyddiaeth gyhoeddedig ar hyn o bryd. Oherwydd ei bod wedi rhoi'r pwyntiau cyffwrdd i ni i gyd lle yr effeithir arnynt.' (Cyfranogwr 1)

Mae hyn yn adlewyrchu cydnabyddiaeth gynyddol yn y llenyddiaeth ehangach o bwysigrwydd profiad bywyd mewn ymchwil a llunio polisi (Mcintosh a Wright 2018). Fodd bynnag, er bod profiad bywyd yn aml yn cael ei gyflwyno fel ymarfer mewn hawliau dynol ac eiriolaeth ar gyfer cymunedau ymylol, nododd gweithredwyr polisi yma fod clywed gan y rhai yr effeithir arnynt yn uniongyrchol gan hunanladdiad yn hanfodol nid yn unig o safbwynt cyfiawnder cymdeithasol, ond fel ffordd o gael

mewnwelediad pragmatig, defnyddiol ar gyfer llunio polisi na ellid ei gyflawni trwy ymholiad academiaidd traddodiadol yn unig:

'Os nad ydym yn gwrando ar bobl sy'n derbyn ein gwasanaethau a'u profiadau, sut rydym ni'n gwybod ein bod ni'n gwneud pethau'n iawn? Sut rydyn ni'n gwybod bod gennym ni'r gwasanaethau cywir neu'r ymateb cywir? Sut rydyn ni'n gwybod ein bod ni'n gwneud gwahaniaeth? Sut rydyn ni'n gwybod ble mae'r bylchau oni bai ein bod ni'n siarad â phobl mewn gwirionedd? [...] flynyddoedd yn ôl, roedd gennym ni'r agwedd dadol hon, roedden ni'n meddwl mai ni oedd yn gwybod orau, onid ni? – a doedden ni ddim! Felly, rwy'n meddwl ein bod ni o'r diwedd yn dod i sylweddoli mai'r ffordd orau o lywio ein cynlluniau strategol a'r ffordd orau o ddysgu gwersi yw siarad â phobl sydd â phrofiad bywyd.' (Cyfranogwr 2)

Yn ogystal, nododd cyfranogwr 4 fod clywed hanesion unigolion yr effeithiwyd arnynt yn uniongyrchol gan hunanladdiad – naill ai drwy eu brwydrau eu hunain ag ymddygiad hunanladdol neu drwy brofedigaeth – wedi rhoi arlliw cyfoethog ychwanegol a oedd yn ategu'r data epidemiolegol sydd gennym am hunanladdiad:

'Os ydych chi'n gwneud paentiad, y strociau bras, dyna fyddai eich cefndir meintiol ac yna pan fyddwch chi'n ychwanegu llygaid pobl a'r manylion bach ar eu hwynebau, dyna fyddai eich elfen ansoddol oherwydd ei fod yn ychwanegu rhagor o ansawdd a manylder. . [...]

Ni allwch siarad â phobl farw, ac ni allwch glywed eu straeon, ond gallwch siarad â phobl sy'n meddwl am ladd eu hunain ac sydd wedi goroesi hynny ac sy'n dal i'w oroesi. Felly, byddai clywed y lleisiau hynny a chael y mewnwelediad hwnnw yn gallu helpu i lywio ymyrraeth a pholisi hefyd.) (Cyfranogwr 4)

Epidemioleg

Nododd pob cyfranogwr fod data epidemiolegol yn rhan hanfodol a phwysig o'r sylfaen dystiolaeth am atal hunanladdiad, gan ei fod yn helpu i ddangos graddfa hunanladdiad a chanfod ble i dargedu ymyrraeth. Yn ogystal, esboniodd cyfranogwr 2 fod ystadegau am boblogaethau agored i niwed a nifer yr atgyfeiriadau yn angenrheidiol, gan eu bod yn cael eu defnyddio gan Lywodraeth Cymru i ddyrannu cyllid ac adnoddau:

'Rydyn ni'n gwybod ein bod ni wedi gweld mwy o gynnydd ar ôl y pandemig yn ein hatgyfeiriadau iechyd meddwl ond er mwyn i mi gael adnoddau ychwanegol roedd yn rhaid i mi ddangos nifer yr

atgyfeiriadau, roedd yn rhaid i mi ddangos lle mae'r boblogaeth fwyaf agored i niwed er mwyn gallu cael yr adnodd hwnnw ac i gynllunio strategaethau ymyrryd.' (Cyfranogwr 2)

Fodd bynnag, nodwyd gan bron bob cyfranogwr nad yw'r ystadegau am hunanladdiad ar eu ffurf bresennol mor ddefnyddiol ag y gallent fod, oherwydd y problemau o ran cywirdeb, amseriad, a hygyrchedd y data. Croesawyd datblygiad data 'gwyliadwriaeth amser real' am hunanladdiad gan lawer o gyfranogwyr, ac roeddent yn optimistaidd y byddai'r gallu i ddeall epidemioleg hunanladdiad yng Nghymru mewn amser real yn cael effaith gadarnhaol ar effeithiolrwydd polisi ac arfer:

'Mater y data ydyw. Mae'n ymwneud â'r amser ar gyfer derbyn gwybodaeth. Rwy'n meddwl mai dyna sy'n ei gwneud hi'n anodd iawn. Oherwydd bod data'r SYG wedi dyddio tua blwyddyn erbyn iddo gael ei gyhoeddi. [...] Felly, nid yw fel mewn unrhyw faes polisi arall, byddai gennym ddata cyfredol iawn [...] Felly, cam mawr i ni ar hyn o bryd yw datblygu'r system gwyliadwriaeth amser real yng Nghymru.' (Cyfranogwr 1)

Y tu hwnt i'r problemau gyda dibynadwyedd, roedd rhai cyfranogwyr hefyd o'r farn bod epidemioleg yn elfen lai defnyddiol o'r sylfaen dystiolaeth, gan na all ddarparu gwybodaeth ynghylch pam mae marwolaethau hunanladdiad yn digwydd. Disgrifiwyd ystadegau fel 'man cychwyn' pwysig (Cyfranogwr 4), ond na all rhagdybiaethau ynghylch yr hyn sy'n gweithio i atal hunanladdiadau gael eu tynnu o'r data yn unig:

Rwy'n meddwl bod cyfyngiadau yn y data sydd ar gael hefyd, mewn data swyddogol. Dydw i ddim yn meddwl ei fod yn rhywbeth y gallwch chi dynnu tybiaethau ohono. Rwy'n meddwl bod angen i chi ei glywed, mewn gwirionedd, gan bobl. Ni waeth faint o arian y gellid ei roi i mewn, neu faint o wasanaethau sy'n cael eu datblygu, os nad ydynt yn gweithio i'r bobl sydd eu hangen, os na allan nhw gael mynediad iddynt, neu os nad yw'n ofal priodol iddynt, os nad yw'n ofal priodol os nad yw'n gweithio, [...] Ond dwi'n meddwl gyda hunanladdiad, allwch chi ddim cael darlun llawn o'r ffigurau. [...] Rwy'n meddwl bod angen y data arnoch, ond mae angen i chi wir ddeall sut yr effeithir ar fywydau pobl, ac ni allwch gael hynny o'r data.' (Cyfranogwr 7)

Tystiolaeth Weithredol

Mynegodd y llunwyr polisi y cyfwelwyd â nhw bryder bod diffyg cysylltiad rhwng y polisi atal hunanladdiad cenedlaethol, a'r gweithgarwch rheng flaen i atal

hunanladdiadau yng Nghymru. Felly, tynnwyd sylw at bwysigrwydd casglu tystiolaeth gan ymarferwyr eu hunain am yr hyn sy'n gweithio 'ar lawr gwlad', er mwyn sefydlu dolen adborth fwy effeithiol rhwng polisi ac arfer atal hunanladdiad yng Nghymru:

'Un o'r pethau yr ydym yn ei glywed yn eithaf cyson yw bod bwlch yn aml rhwng strategaeth a pholisi, a'r hyn sy'n digwydd mewn gwirionedd ar lawr gwlad. Felly, nid yw byth yn ddigon i glywed o ochr y polisi, "Wel, oes, mae gennym ni hyn, a dyma ein strategaeth, a'r hyn rydym yn ei wneud." Mae angen i chi glywed sut mae hynny'n cyfieithu i lawr gwlad'. (Cyfranogwr 7)

'Nid wy'n meddwl bod gennym y dystiolaeth bod y dystiolaeth yn cyrraedd y manau cywir. Felly, pe baech yn gofyn i glinigydd am ganllawiau NICE, a fyddai pob un ohonynt yn gwybod y dylent fod yn dilyn canllawiau NICE ac yn cynnal asesiad seicolegol o'r person ifanc hwn? Neu a yw'n gwybod ond nid oes gnaddo ddigon o amser, neu mae'r person ifanc eisoes wedi gadael erbyn iddo fynd yn ôl i'w wneud - dydyn ni ddim yn gwybod'. (Cyfranogwr 4)

Nododd sawl cyfranogwr fod adolygiadau o farwolaethau trwy hunanladdiad yn ffynhonnell werthfawr o dystiolaeth ar arferion atal hunanladdiad ar draws gwahanol sectorau ac asiantaethau, ac y gallent helpu i lenwi'r bwlch yn y ddolen adborth rhwng polisi ac arfer. Fodd bynnag, nodwyd mai dim ond adolygiadau marwolaeth sy'n ymwneud â phlant a phobl ifanc yng Nghymru ar hyn o bryd sy'n cael eu hadolygu'n rheolaidd a'u dadansoddi'n thematig, a bod adolygiadau o farwolaethau drwy hunanladdiad ymhlith oedolion yn ffynhonnell dystiolaeth sy'n cael ei hanwybyddu:

'Dydw i ddim yn meddwl pe byddech chi'n edrych ar y ddamcaniaeth o beth ddylai rhywun ei wneud, fydddech chi byth yn deall y methiannau yn yr arfer ac eithrio trwy edrych ar achos unigol [...] Felly mae gwerth mawr ynghlwm wrth edrych ar achosion go iawn a cheisio, mewn ffordd adeiladol, lunio pwyntiau dysgu o adolygiadau, ac rwy'n meddwl ei fod yn beth ymchwil gwerthfawr iawn i'w wneud hefyd.' (Cyfranogwr 3)

'Felly, rwy'n meddwl, yn enwedig ar gyfer adolygiadau marwolaethau plant, y byddwn yn dweud ein bod yn ceisio defnyddio adolygiadau marwolaeth fel tystiolaeth i lunio argymhellion neu gyfleoedd ar gyfer atal. Nid wy'n ymwybodol o unrhyw beth sy'n digwydd o ran dysgu o farwolaethau hunanladdiad ymhlith oedolion, o ran yr adolygiadau sydd wedi'u gwneud.' (Cyfranogwr 6)

Mae hyn yn arwydd o gyfaddefiad ehangach gan gyfranogwyr bod tystiolaeth am blant a phobl ifanc yn fwy defnyddiol a hyd yn oed yn bwysicach na thystiolaeth am hunanladdiad mewn oedolion. Mae hyn yn syndod, o ystyried y dystiolaeth bod hunanladdiad yn fwyaf cyffredin ymhlith dynion canol oed (Samariaid 2019). Mae cyfranogwr 5 yn esbonio bod y gred hon yn seiliedig ar nifer y blynyddoedd bywyd a gollwyd:

'Pe baech yn edrych ar yr effaith o ran y blynyddoedd bywyd a gollwyd, byddai'n gweld bod [hunanladdiad] yn cael effaith fawr iawn, ond os edrychwch ar ganserau, neu beth bynnag, yna y duedd yw i bobl tua diwedd eu hoes sy'n gwneud hyn. [...] Mae'n un eithaf anodd, ond rydw i bron â dweud nad yw marwolaeth mewn person 75 oed cynddrwg â marwolaeth mewn person 35 oed. Mae potensial y bywyd da rydych yn ei golli yn llawer mwy mewn rhywun iau.'

RQ3. Beth gellir ei wneud i annog y defnydd o dystiolaeth nas defnyddir yn ddigonol wrth lunio polisiau atal hunanladdiad?

Profiad bywyd

Nododd y rhai sy'n gweithredu polisi y bu ymdrech ar y cyd yn y blynyddoedd diwethaf i gynnwys unigolion â phrofiad ymarferol o lunio polisiau mewn ffyrdd a oedd yn fwy ystyrlon nag y buont yn y gorffennol:

'Ar ôl bod yn ymwneud â'r gwaith hwn am amser hir, mae'n llawer llai tocenistaidd nag yr oedd. Gallaf feddwl yn ôl i ni wahodd rhywun â phrofiad bywyd i gyfarfod strategol ac roedd hi bron cystal â dweud 'rydym wedi gwneud ein rhan nawr, rydym wedi eu gwahodd''. (Cyfranogwr 5)

Yn wir, ers rhyddhau 'Busnes Pawb' a'r adolygiad canol cyfnod o Beth am Siarad â Fi 2, mae unigolion sydd â phrofiad o brofedigaeth drwy hunanladdiad wedi'u recriwtio i'r Grŵp Cynghori Cenedlaethol. Fodd bynnag, mynegodd rhai cyfranogwyr bryder ynghylch y ffordd bresennol hon o weithio, a chynghorwyd y gallai datblygu panel profiad bywyd ar wahân neu grŵp llywio ganiatáu i brofiad bywyd gael ei ddefnyddio'n fwy effeithiol:

Yn y Grŵp Cynghori Cenedlaethol mae gennym ni rai pobl â phrofiad bywyd y mae ganddynt y safbwynt hwnnw ond rwy'n meddwl bod yn rhaid i ni fod yn ofalus iawn [...] Rwy'n meddwl yn aml iawn bod pobl yn dod o le mor drist fel ei fod yn wirioneddol anodd iddyn nhw weld y darlun ehangach weithiau. Felly er bod y lleisiau hynny'n amlwg yn bwysig iawn, mae'n rhaid i ni fod yn ofalus nad ydyn ni'n closio at syniad un person o ran beth fyddai'n helpu oherwydd efallai ei fod wedi helpu yn ei sefyllfa ef/hi ond [...] rwy'n meddwl pe bai gennych grŵp llywio, efallai y gallech gael pump neu chwech neu efallai fwy o bobl ac yna byddai ganddynt wahanol safbwyntiau ond gallent weithio gyda'i gilydd. Fodd bynnag, os oes gennych un neu ddau sydd â - nid agenda eu hunain oherwydd dyw hynny ddim yn deg – ond rydych chi'n gwybod beth rwy'n ei feddwl, eu profiad eu hunain ac efallai nad yw hynny'n eang iawn ac felly, ie, mae hynny'n gallu bod ychydig yn anodd weithiau.' (Cyfranogwr 4)

Yn ogystal, roedd yr argymhellion ymarferol a wnaed gan gyfranogwyr yn cynnwys datblygu cyfnod sefydlu ar gyfer pob aelod newydd o'r Grŵp Cynghori Cenedlaethol, gan gynnwys y rhai a recriwtiwyd fel profiad byw, er mwyn gallu rhannu'r holl dystiolaeth yn adeiladol, yn briodol ac yn ddiogel. Ar ben hynny, roedd cyfranogwr 2 yn dadlau'n angerddol dros ganfyddiadau ynghylch tystiolaeth o brofiad bywyd i symud oddi wrth ei hystyried fel darn ar wahân o'r sylfaen dystiolaeth tuag at fodel cydgynhyrchu, sy'n sail i bob lefel o lunio polisi atal hunanladdiad.

Synergedd mewn tystiolaeth Gymreig

Yn ystod y cyfweiliadau, roedd llunwyr polisi yn unfrydol yn eu rhwystredigaeth ynghylch natur dameidiog y dystiolaeth am atal hunanladdiad yng Nghymru. Gan fod atal hunanladdiad yn fater mor eang, traws-sector, nodwyd bod nifer o asiantaethau yng Nghymru sy'n casglu data defnyddiol am hunanladdiad fel mater o drefn, ond nid yw hyn yn cael ei ledaenu'n effeithiol:

'Rydyn ni'n gwybod bod oedi wrth roi gwybodaeth gan y crwner. Rydyn ni'n gwybod bod gan yr heddlu rywfaint o wybodaeth, felly mae yna wybodaeth ym mhobman ond a oes gennym ni ddarlun clir o'r sefyllfa yng Nghymru, y niferoedd, a phroffil yr unigolion hynny? Dim eto, dwi ddim yn credu.' (Cyfranogwr 2)

Galwodd y cyfranogwyr am ddatblygu ystorfa Gymreig o dystiolaeth am atal hunanladdiad, a fyddai'n hygyrch i lunwyr polisi, ymarferwyr, a'r rhai yr effeithir yn uniongyrchol arnynt gan atal hunanladdiad yng Nghymru. Disgrifiodd cyfranogwr 4 y sylfaen dystiolaeth ar gyfer atal hunanladdiad fel un 'llethol' a chredai y byddai

darparu gwefan neu gronfa ddata hygyrch yn ganolog yn galluogi ymarferwyr a llunwyr polisi fel ei gilydd i nodi'r dystiolaeth fwyaf defnyddiol a pherthnasol ar gyfer eu hanghenion:

'Mewn ffordd sy'n teimlo ei bod hi'n rhy gudd i bobl allu cyrchu'r dystiolaeth, os oes gennych chi reolwr rhanbarthol sy'n gweithio gyda grŵp aml-asiantaeth yn un o'r tair ardal yng Nghymru ac maen nhw'n gallu dweud bod y darn newydd hwn o ymchwili wedi cael ei gyhoeddi sy'n wirioneddol berthnasol, yna rwy'n meddwl y byddai hynny'n ddefnyddiol iawn. ' (Cyfranogwr 4)

'Rwy'n meddwl y dylai fod rhyw fath o ystorfâ lle mae tystiolaeth, lle mae man canolog lle gall pobl ddod o hyd i bethau'n haws. Rwy'n meddwl bod yna wahanol bobl yn gwneud pethau gwahanol. Nid oes un lle yn unig lle mae'n hawdd dod o hyd i bethau. Rwy'n meddwl mai dyna'r anhawster hefyd.' (Cyfranogwr 6)

Yn ogystal, nododd llawer o'r gweithredwyr polisi y cyfwelwyd â hwy y byddai uno a lledaenu data a gesglir yn rheolaidd yng Nghymru a thystiolaeth o farwolaethau drwy hunanladdiad yng Nghymru yn ddefnyddiol i wneud y polisi cenedlaethol yn fwy perthnasol yn ddiwylliannol. Priodolwyd yr heriau o ddadansoddi data penodol i Gymru i'r boblogaeth is, gan arwain at samplau llai:

'Maent yn eithaf heriol i ymchwilio iddynt, yn aml oherwydd y lefelau cymharol isel o bobl sy'n lladd eu hunain ar unrhyw un safle penodol. Felly, mae'n haws ymchwilio i ba mor dda y mae rhwystrau'n gweithio ar Bont Golden Gate, oherwydd bod cynifer o bobl yn lladd eu hunain oddi yno, nag ydyw i ddeall pa mor bwysig yw hynny ar bont dros draffordd yng Nghymru, ond rwy'n meddwl y dylem wneud mwy o waith ynglŷn â hynny.' (Cyfranogwr 6)

Roedd cydnabyddiaeth ymhlith yr holl weithredwyr polisi y cyfwelwyd â hwy bod y broses o gasglu a lledaenu tystiolaeth yng Nghymru wedi gwella'n sylweddol ers penodi'r Athro Ann John yn gadeirydd y Grŵp Cyngori Cenedlaethol, a chymeradwywyd hi gan yr holl gyfranogwyr am ei hymdrechion i sicrhau bod atal hunanladdiad yng Nghymru yn seiliedig ar dystiolaeth.

'Rwy'n meddwl ein bod ni'n well, rwy'n meddwl bod yr Athro Ann John wedi gwneud gwahaniaeth enfawr. Mae hi'n wych. Mae hi'n cael ei gweld fel rhyw fath o arweinydd, nid yn unig yng Nghymru ond ledled y DU. Mae hi wedi cael gwahoddiad i gynadleddau rhyngwladol i

siarad. Rwy'n meddwl ei bod wedi gwneud llawer iawn i ni.'
(Cyfranogwr 2)

Ehangu'r diffiniad

Roedd y ffordd y bu i weithredwyr polisi drafod, diffinio a lleoli atal hunanladdiad fel maes polisi yn arwydd o'r drafodaeth ehangach am y syniad mai mater iechyd meddwl yn bennaf yw hunanladdiad. Er enghraifft, pan ofynnwyd iddynt am eu rôl mewn polisi atal hunanladdiad, trafododd bron pob un o'r cyfranogwyr eu cyfranogiad presennol neu flaenorol â pholisi iechyd meddwl. Yn ogystal, disgrifiodd y cynrychiolydd o Lywodraeth Cymru atal hunanladdiad fel rhywbeth sy'n cael ei gadw o fewn cylch gwaith polisi iechyd meddwl:

'Felly, mae mewn briff polisi iechyd meddwl i raddau helaeth [...] Mae yna bob math o ffactorau sy'n arwain at rywun yn cael ei hun yn y sefyllfa honno. Mae'n llawer ehangach nag iechyd meddwl. Mae'n faterion cymdeithasol, lles, pob math o faterion fel 'na. Ond, rwy'n meddwl ei fod yn rhywbeth sy'n cael ei gynnal ym maes iechyd meddwl.' (Cyfranogwr 1)

Roedd yn ymddangos bod y farn hon yn cael ein mynegi gryfaf gan gyfranogwr 2 a'i gylch gorchwyl oedd gweithredu darpariaeth gwasanaethau cyhoeddus ac ymateb i hunanladdiad:

'I mi, mae'n ymwneud â ble mae'r lle gorau i ymateb i hyn mewn gwirionedd, dyna beth sy'n hollbwysig. Ble mae'r set sgiliau, ble mae'r wybodaeth a'r profiad a ... ble mae pobl yn fwyaf tebygol o gael ymateb cywir a fydd yn eu hatal rhag lladd eu hunain - dyna wasanaethau iechyd meddwl byddwn i'n dadlau.' (Cyfranogwr 2)

Yn ogystal, roedd y rhai a gymerodd ran yn aml yn siarad am y diweddariad sydd ar ddod o Beth am Siarad â Fi 2 fel petai'n gyfystyr â diweddariad y strategaeth iechyd meddwl genedlaethol 'Law yn Llaw at Iechyd Meddwl'. Mynegodd cyfranogwr 4 bryder mawr am hyn, ac roedd yn poeni y gallai'r diffiniad cul hwn o hunanladdiad arwain llunwyr polisi i anwybyddu tystiolaeth sydd y tu allan i gylch gorchwyl iechyd meddwl ond sy'n berthnasol i atal hunanladdiad:

'Rwyf ychydig yn bryderus am yr iteriad nesaf hwn oherwydd bod y gwerthusiad wedi'i gyfuno â'r strategaeth Law yn Llaw at Iechyd Meddwl hefyd, felly rwy'n poeni y bydd atal hunanladdiad yn cael ei ymyleiddio o fewn hynny hefyd. Mae'n bwysig iawn bod gennym ein

strategaeth ein hunain ar gyfer atal hunanladdiad oherwydd bod pethau allweddol sy'n arbennig o wahanol i atal hunanladdiad ac nid i iechyd meddwl. [...] Mae'r rhan fwyaf o hunanladdiadau'n digwydd y tu allan i'r system iechyd meddwl i ddechrau, felly mae'n rhaid i ni fod yn ofalus rhag ofn bod iechyd meddwl, sy'n faes mor enfawr, yn cymryd drosodd gan adael atal hunanladdiad fel rhyw bwnc bach ar yr ochr oherwydd ei fod ar wahân ac yn wahanol, ac mae'n rhaid i ni ddal gafael ar hynny.' (Cyfranogwr 4)

Yn ogystal, pwysleisiodd cyfranogwr 4 y gallai'r ffordd yr ydym yn diffinio atal hunanladdiad ei hun effeithio ar y ffordd y deïllir llwyddiant polisiâu atal hunanladdiad – gan alw am lunwyr polisi i ehangu eu diffiniad o lwyddiant mewn atal hunanladdiad:

'...Rhaid i ni fod yn ofalus nad yw'r strategaeth atal hunanladdiad Beth am Siarad â Fi 2 yn cael ei hystyried fel polisi aflwyddiannus oherwydd bod y gyfradd hunanladdiad wedi codi. Nid oes modd profi nad ydyn ni wedi atal hyn a hyn o bobl sy'n marw trwy hunanladdiad oherwydd y polisiâu rydyn ni'n rhoi ar waith. [...] Faint o bobl yng Nghymru sydd â rhif llinell gymorth [a] yn eu ffonau - dyna fesur o llwyddiant. Ydyn nhw'n gwybod i ble y gallant fynd i gael cymorth - mae hynny'n fesur o llwyddiant. Ydyn nhw'n gwybod y gallant gael cwnsela a bod hyn ar gael iddynt ar-lein a bod llawer o sefydliadau sy'n gallu helpu? Ie, felly mae'r rhain yn fesurau o llwyddiant.' (Cyfranogwr 4)

Prydlondeb

Yn olaf, nododd cyfranogwyr mai un o'r prif resymau pam mae tystiolaeth o atal hunanladdiad yn aml yn cael ei heithrio o'r polisi yw amseru. Pan holwyd cyfranogwr 1 am y sylfaen dystiolaeth ar gyfer y diweddariad o Beth am Siarad â Fi 2 sydd ar ddod, dywedodd:

'Rydym eisoes wedi cytuno i ddau neu dri darn o ymchwil sydd ar y gweill ar hyn o bryd, a fyddai'n dylanwadu'n uniongyrchol ar bolisi oherwydd y pwnc a'r amseru, mae'n debyg. Achos bod hynny bob amser yn anodd iawn i ni. Mae'r cylch polisi yn rhedeg dros nifer o flynyddoedd, ynte? Felly, mae'n amseriad hollbwysig yn awr oherwydd rydym yn mynd i fod yn datblygu strategaeth newydd. Felly, mae gwybodaeth o dystiolaeth yn bwysig iawn i ni nawr.' (Cyfranogwr 1)

Felly, awgrymwyd pe bai Cymru yn mabwysiadu model tebyg i Loegr ac yn cyhoeddi adolygiadau amlach o'r sylfaen dystiolaeth ar gyfer atal hunanladdiad rhwng

diweddariadau'r polisi cenedlaethol, yna byddai mwy o le i'r polisi cenedlaethol adlewyrchu'r dystiolaeth ynghylch heriau presennol. .

Yn wir, mae'r adolygiad diweddaraf o strategaeth atal hunanladdiad Lloegr yn adlewyrchu effaith COVID-19 ar atal hunanladdiad, maes nad yw Beth am Siarad â Fi 2 na'i adolygiad yn ymdrin ag ef, oherwydd y'u cyhoeddwyd cyn y pandemig. Fodd bynnag, nododd cyfranogwyr fod tystiolaeth o effaith COVID-19 eisoes wedi'i thrafod gan y Grŵp Cyngori Cenedlaethol, ac felly nad oedd y strategaeth genedlaethol yn adlewyrchu amseroldeb casglu tystiolaeth yng Nghymru.

Casgliad

Mae tystiolaeth yn amlwg yn chwarae rhan bwysig iawn wrth lunio polisi atal hunanladdiad cenedlaethol i Gymru. Mae'r dogfennau polisi eu hunain a gweithredwyr polisi allweddol yn y maes yn dangos ymrwymiad i ddefnyddio ystod eang o dystiolaeth i ganfod beth sy'n gweithio, o ran atal hunanladdiadau a defnyddio hyn i lywio a llunio polisi cenedlaethol. Mae hyn yn rhannol oherwydd gwaith unigolion sy'n aelodau o'r Grŵp Cyngori Cenedlaethol, y cydlynwyr cenedlaethol newydd eu penodi ac – yn benodol – yr Athro Ann John, yr oedd ei gweithredoedd i greu, casglu a lledaenu tystiolaeth at ddiben atal hunanladdiad yn cael eu canmol yn fawr gan yr holl weithredwyr polisi y cyfwelwyd â hwy.

Fodd bynnag, er gwaethaf y gwaith da hwn, gellid gwneud mwy i ddefnyddio ystod ehangach o dystiolaeth mewn polisi atal hunanladdiad yng Nghymru yn y dyfodol, gan gynnwys yr iteriad o Beth am Siarad â Fi 2 sydd ar ddod. Un maes arbennig y gellid ei wella yw defnyddio tystiolaeth profiad bywyd. Argymhellir bod y Grŵp Cyngori Cenedlaethol yn myfyrio ar sut mae unigolion sydd â phrofiad bywyd yn rhan o'r broses llunio polisi ar hyn o bryd, ac o bosibl yn recriwtio grŵp llywio profiad bywyd cynrychiadol ar wahân i oruchwylio diweddariadau polisi yn y dyfodol, yn dilyn llwyddiant panel profiad bywyd yr Alban (WHO). 2021). Yn ogystal, gellid ymgorffori **cwrs sefydlu neu hyfforddiant** yn y model Grŵp Cyngori Cenedlaethol, er mwyn cymhathu'r rhai sydd â phrofiad bywyd yn well â nodau, amcanion, a chylch gorchwyl cyfarfodydd y Grŵp Cyngori Cenedlaethol, gan ganiatáu am fewnbwn tystiolaeth mwy adeiladol a defnyddiol gan bob parti.

Roedd cydnabyddiaeth bod tystiolaeth o brofiadau bywyd wedi gwella'n sylweddol yn ystod y blynyddoedd diwethaf, a bod cynnwys y lleisiau hynny bellach yn llawer llai tocenistaidd. Fodd bynnag, roedd cyfranogwyr yn dadlau o blaid newid diwylliant o ran llunio polisiâu tuag at fodel o gydgyhyrchu, fel nad yw profiad bywyd yn cael ei weld fel ffurf ar wahân o dystiolaeth ond yn hytrach yn bersectif a ddylai fod yn sail i'r broses gyfan ar bob lefel.

Nododd gweithredwyr polisi hefyd broblemau sylweddol gyda'r data epidemiolegol ynghylch hunanladdiad ac atal hunanladdiad, gan gynnwys yr oedi sylweddol o ran amser oherwydd prosesau ynghylch dyfarniadau crwneriaid. Roedd yn galonogol clywed am ddatblygiad **gwyladwriaeth hunanladdiad amser real** a fydd yn darparu ystadegau hunanladdiad mwy cywir a defnyddiol. Dywedodd y cyfranogwyr y byddai'r system wyladwriaeth hon yn cael ei rhoi ar waith erbyn mis Ebrill 2022 ac y byddai'n rhan annatod o'r diweddariad sydd i ddod o Beth am Siarad â Fi 2.

Nodir bod polisi atal hunanladdiad Cymru wedi blaenoriaethu tystiolaeth am farwolaethau hunanladdiad ymhlith plant a phobl ifanc. Argymhellir bod **mwy o dystiolaeth yn cael ei chasglu o bob rhan o'r cwrs bywyd**, er enghraifft, i fynd i'r afael â nifer yr achosion o hunanladdiad ymhlith dynion canol oed. Gellid gwneud mwy yn y diweddariad sydd ar ddod o Beth am Siarad â Fi 2 i ymgorffori dysgu o adolygiadau marwolaethau oedolion, megis Adolygiadau Ymarfer Oedolion (AYO) amlasiantaethol, ochr yn ochr â mewnwleidiadau helaeth o'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant.

Yn ogystal, gellid gwneud gwelliannau i sicrhau bod tystiolaeth gyfredol, benodol i Gymru am atal hunanladdiad ar gael ac yn hygyrch i bob rhanddeiliad. Dylai Llywodraeth Cymru ddilyn esiampl Lloegr a **chyhoeddi diweddariadau amlach sydd ar gael i'r cyhoedd ar weithrediad y strategaeth genedlaethol** a'r heriau presennol. Argymhellir hefyd bod tystiolaeth a data a gesglir ledled Cymru gan academyddion ac asiantaethau rheng flaen yn cael eu casglu a'u storio mewn lleoliad canolog, megis gwefan neu gronfa ddata fel y gellir ei ddosbarthu'n fwy effeithiol.

Yn olaf, argymhellir bod Llywodraeth Cymru a'r Grŵp Cyngori Cenedlaethol yn **mabwysiadu dealltwriaeth ehangach o hunanladdiad ac atal hunanladdiad** ac i hynny gael ei adlewyrchu yn y diweddariad o Beth am Siarad â Fi 2 sydd ar ddod. Mae atal hunanladdiad yn faes polisi eang, cymhleth a chynnil, gyda'i heriau penodol ei hun na ddylai ymbarél ehangach iechyd meddwl eu hegluro.

Cyfeiriadau

Bray, I., a Gunnell, D. (2006). **Suicide rates, life satisfaction and happiness as markers for population mental health.** Seiciatreg Gymdeithasol ac Epidemioleg Seiciatrig, 41(5), 333-337.

Cairney, P. (2016). **The Politics of Evidence-Based Policy Making.** Llundain: Palgrave Macmillan.

Appleby, L. (2021). **Beth fu effaith Covid-19 ar gyfraddau hunanladdiad?** BMJ, 834.

Appleby, L., Turnbull, P., Kapur, N., Gunnell, D., a Hawton, K., (2019). **New standard of proof for suicide at inquests in England and Wales.** BMJ, 14745.

Davies, H., Nutley, A.S., a Smith, P. (2000). **What works? Evidence-based policy and practice in public services.** Arg 1af. Bryste: Policy Press.

Durkheim, E. (2002) **Suicide** Ail argraffiad, Llundain: Routledge.

Fincham, B., Langer, S., Scourfield, J., a Shiner, M. (2011). **Understanding Suicide.** Basingstoke: Palgrave Macmillan.

Fitzpatrick, S. (2021). **The moral and political economy of suicide prevention.** Journal of Sociology, 58(1), 113-129.

Llywodraeth EM. (2012). **Preventing suicide in England.** Tynnwyd o: https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/430720/MASH.pdf(Cyrchwyd 22.02.2022)

Hjelmeland, H., a Knizek, B. (2016). **Time to Change Direction in Suicide Research,** yn: O'Connor, R. a Pirkis, J. gol: **The International Handbook of Suicide prevention,** 696-709.

Jacob, N. (2008). **Understanding Suicide: Conversations with the Bereaved.** Traethawd Doethuriaeth. Prifysgol Caerdydd

MacKillop, E., Quarmby, S., a Downe, J. (2020). **Does Knowledge Brokering Facilitate Evidence-Based Policy? A Review of Existing Knowledge and an Agenda for Future Research.** Policy & Politics, 48, 335-353

Marsh, I. (2016). **Critiquing contemporary suicidology,** Yn White, J., Marsh, I., Kral, M.J., a Morri, J. (Gol), **Critical Suicidology: Transforming Suicide Research and Prevention for the 21st Century.** Vancouver: Gwasg UBC, 15-30.

Martin, B. (2011). **The Research Excellence Framework and the 'impact agenda': Are we creating a Frankenstein monster?** *Gwerthusiad Ymchwil*, 20(3), 247-254.

Marzetti, H., Oaten, A., Chandler, A., a Jordan, A. (2021). **Self-inflicted. Deliberate. Death-intentioned. A critical policy analysis of UK suicide prevention policies 2009-2019.** *Journal of Public Mental Health*, 21(1), 4-14.

Mcintosh, I., a Wright, S. (2018). **Exploring what the Notion of 'Lived Experience' Offers for Social Policy Analysis.** *Journal of Social Policy*, 48(03), 449-467.

Gwasanaeth Ymchwil a Gwybodaeth Cynulliad Gogledd Iwerddon. (2019). **Suicide statistics and strategy in Northern Ireland: update – research matters.** Tynnwyd o: <https://senedd.wales/laid%20documents/cr-ld11947/cr-ld11947-w.pdf> (Cyrchwyd 22.02.2020).

Cynulliad Cenedlaethol Cymru. (2018). **Busnes Pawb: Adroddiad ar atal hunanladdiad yng Nghymru.** Tynnwyd o: <https://senedd.wales/laid%20documents/cr-ld11947/cr-ld11947-w.pdf> (Cyrchwyd 22.02.2022 [https://senedd.wales/laid documents/cr-ld11947/cr-ld11947-e.pdf](https://senedd.wales/laid%20documents/cr-ld11947/cr-ld11947-e.pdf)

Nutley, S., Davies, H., a Walter, I. (2014). **Using evidence: How research can inform public services.** Bryste, DU: Policy Press.

Y Swyddfa Ystadegau Gwladol. (2019). **Suicides in the UK: 2018 registrations.** Tynnwyd o: <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/birthsdeathsandmarriages/deaths/bulletins/suicidesintheunitedkingdom/2018registrations> (cyrchwyd 22.02.2022)

O'Connor, R., a Nock, M. (2014). **The psychology of suicidal behaviour.** *The Lancet Psychiatry*, 1(1), 73-85.

Parkhurst, J., ac Abeysinghe, S. (2016). **What Constitutes “Good” Evidence for Public Health and Social Policymaking? From Hierarchies to Appropriateness.** *Social Epistemology*, 30(5-6), 665-679.

Y Samariaid. (2019). **Suicide statistics report: latest statistics for the UK and Republic of Ireland.** Tynnwyd o: https://media.samaritans.org/documents/SamaritansSuicideStatsReport_2019_Full_report.pdf (Cyrchwyd 22.02.2022).

Llywodraeth yr Alban. (2018). **Every life matters: Scotland's suicide prevention action plan.** Tynnwyd o: www.gov.scot/Publications/2018/08/8874 (Cyrchwyd 22.02.2022).

Silverman, M.M. (2016). **Challenge to defining and classifying suicide and suicidal behaviours**, yn O'Connor, RC a Pirkis, J. (Gol.), **The International Handbook of Suicide prevention**, 2il arg., Wiley Blackwell, 11-35

Taylor, S., Kingdom, D., a Jenkins, R. (1997). **Sut mae cenhedloedd yn ceisio atal hunanladdiad? Dadansoddiad o strategaethau atal hunanladdiad cenedlaethol**. Acta Psychiatrica Scandinavica, 95(6), 457-463.

Llywodraeth Cymru. (2008). **Beth am Siarad â Fi: Cynllun Gweithredu Cenedlaethol i Leihau Hunanladdiad a Hunan-niwed yng Nghymru 2008-2013**

Llywodraeth Cymru. (2015). **Beth am Siarad â Fi 2: Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niweidio Cymru 2015-2020** Tynnwyd o: [https://gov.wales/sites/default/files/publications/2019-08/talk-to-me-2-suicide-and-hun-harm-prevention-strategy-for-wales-2015-2020 .pdf](https://gov.wales/sites/default/files/publications/2019-08/talk-to-me-2-suicide-and-hun-harm-prevention-strategy-for-wales-2015-2020.pdf) (Cyrchwyd 4 Mawrth 2022).

Sefydliad Iechyd y Byd. (2019). **Taflen Ffeithiau Hunanladdiad**. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide> (Cyrchwyd 22.02.2022)

Sefydliad Iechyd y Byd. (2012). **Camau Iechyd y Cyhoedd i Atal Hunanladdiad**. Tynnwyd o: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241503570> (Cyrchwyd 22.02.2022)

Sefydliad Iechyd y Byd. (2021). **LIVE LIFE. Canllaw gweithredu ar gyfer atal hunanladdiad mewn gwledydd**. Tynnwyd o: <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1350957/retrieve> (Cyrchwyd 22.02.2020).

Manylion am yr Awduron

Mae Rosie Moore yn fyfyrwraig Doethurol ym Mhrifysgol Caerdydd lle mae'n cynnal prosiect wedi'i ariannu gan ESRC o'r enw 'Learning lessons: Informing suicide prevention from a documentary analysis of Child Practice Reviews and Adult Practice Reviews. Ym mis Ebrill 2022, cwblhaodd Rosie interniaeth tri mis yng Nghanolfan Polisi Cyhoeddus Cymru yn archwilio rôl tystiolaeth ym mholisi atal hunanladdiad Cymru.

I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â:
Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru
info@wcpp.org.uk

OGL Mae'r adroddiad hwn wedi'i drwyddedu o dan delerau'r Drwydded Llywodraeth Agored