



Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Older People's Commissioner for Wales

**Gwella'r gefnogaeth a'r
gwasanaethau i ddynion
hŷn sy'n cael eu cam-drin
yn ddomestig**

**Llais ac eiriolwr annibynnol
ar gyfer pobl hŷn**

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru yn llais ac yn eiriolwr annibynnol ar gyfer pobl hŷn ledled Cymru.

Mae'r Comisiynydd yn gweithredu i diogelu a hyrwyddo hawliau pobl hŷn, rhoi diwedd ar oedraniaeth a gwahaniaethu ar sail oedran, atal cam-drin pobl hŷn, a galluogi pawb i heneiddio'n dda.

Mae'r Comisiynydd yn gweithio i sicrhau Cymru lle mae pobl hŷn yn cael eu gwerthfawrogi, lle mae hawliau'n cael eu cynnal a lle nad oes neb yn cael ei adael ar ôl.

Sut i gysylltu â'r Comisiynydd:

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Adeiladau Cambrian
Sgwâr Mount Stuart
Caerdydd
CF10 5FL

Ffôn: 03442 640670
E-bost: gofyn@comisiynyddph.cymru
Trydar: @comisiwnphcymru

Gwefan: www.comisiynyddph.cymru

Fformatau Hygyrch

Of hoffech dderbyn y cyhoeddiad hwn mewn fformat arall ac/neu iaith arall, cysylltwch â ni.

Cynnwys

Rhagair	04
Cefndir	06
Methodoleg	07
Adolygiad llenyddiaeth	10
Cyd-destun polisi	18
Darganfyddiadau	21
Natur, graddfa, a maint cam-drin dynion hŷn	21
Rhwystrau a heriau y mae goroeswyr gwrywaidd hŷn yn eu hwynebu wrth gael mynediad at wasanaethau	30
Gwella mynediad i gymorth ac ymarfer effeithiol	37
Casgliadau ac Argymhellion Allweddol	41
Atodiad 1: Astudiaethau Achos	44
Atodiad 2: Crynodeb o fethodoleg	60
Cyfeiriadau	61

Rhagair

Mae cam-drin domestig yn cael effaith ddinistriol ar fywydau pobl, a dyna pam mai un o fy mhrif flaenoriaethau fel Comisiynydd yw rhoi diwedd ar gam-drin pobl hŷn.

Ers i mi ddechrau yn y swydd, rwyf wedi bwrw ymlaen â rhaglen waith sylweddol sy'n canolbwyntio ar roi diwedd ar gam-drin, gan gynnwys gweithio mewn partneriaeth â dros 30 aelod o'm Grŵp Gweithredu ar Atal Cam-drin a sefydlais yn 2020 er mwyn gweithredu i wella gwasanaethau a chymorth ledled Cymru ar gyfer pobl hŷn sydd mewn perygl o gael eu cam-drin neu sy'n cael eu cam-drin.

Ochr yn ochr â chydabod mai menywod yw'r mwyafrif o bobl sy'n cael eu cam-drin, a'r angen i gynyddu'r nifer o adnoddau'n sylweddol i sicrhau bod menywod yn dianc rhag camdriniaeth yn gallu cael y cymorth sydd eu hangen arnynt, roedd ymgysylltu ag aelodau'r grŵp gweithredu hefyd wedi tynnu sylw at bryderon am y dystiolaeth a'r data cyfyngedig iawn sydd ar gael am brofiadau dynion o gam-drin, er yr amcangyfrifir mai dynion yw 1 o bob 4 o ddiodefwyr cam-drin domestig, a bod risg uwch i ddynion hŷn.

Dyna pam y gwnes i gomisiynu'r ymchwil y mae'r adroddiad hwn yn seiliedig arni: casglu tystiolaeth gan oroeswyr gwrywaidd am eu profiadau o gam-drin a defnyddio gwybodaeth ac arbenigedd y rhai sy'n darparu gwasanaethau i ganfod ac archwilio'r rhwystrau a'r heriau y gall dynion eu hwynebu wrth gael cymorth.

Mae'r adroddiad yn edrych ar y gwahanol ffyrdd y gall dynion gael eu cam-drin, y rhwystrau a'r heriau y mae dynion yn eu hwynebu wrth geisio cael gafael ar gymorth, a'r ffyrdd y gellid gwella gwasanaethau a chymorth yng Nghymru.

Cynhaliwyd yr ymchwil ar fy rhan i gan Opinion Research Services (ORS), a gasglodd dystiolaeth drwy gyfweiliadau manwl â dynion dros 50 oed sydd wedi goroesi camdriniaeth, yn ogystal â gweithwyr proffesiynol yn gweithio ar draws amrywiaeth o wasanaethau cam-drin domestig a gwasanaethau cyhoeddus eraill ledled Cymru.

"Rwy'n diolch o galon i'r holl ddynion hŷn a gymerodd ran yn yr ymchwil, am siarad mor agored a gonest am y profiadau yr aethant drwyddynt er mwyn helpu dynion hŷn eraill a allai eu cael eu hunain mewn sefyllfaoedd tebyg, a hynny drwy ddarparu tystiolaeth hollbwysig ynglŷn â pham mae angen newid a gwella. Hoffwn ddiolch hefyd i'r holl sefydliadau rhanddeiliaid a gymerodd ran, nid yn unig am rannu cymaint o wybodaeth a thystiolaeth ddefnyddiol am brofiadau'r bobl maen nhw'n eu cefnogi, a gwybodaeth hanfodol am sut gellid gwella gwasanaethau, ond hefyd am y cymorth maen nhw'n ei roi i bobl hŷn ledled Cymru.

Yn olaf, hoffwn ddiolch i'r tîm ymchwil yn ORS am gasglu'r dystiolaeth hon ac am weithio gyda chyfranogwyr mewn ffordd mor sensitif a chefnogol drwyddi draw.

Mae'r canfyddiadau isod, sydd hefyd yn tynnu ar yr ymchwil a'r llenyddiaeth gyfyngedig sydd ar gael, yn dangos bod dynion hŷn sy'n profi cam-drin domestig yn wynebu heriau a rhwystrau sylweddol wrth geisio cymorth a chefnogaeth, sy'n golygu efallai na fyddant o bosib yn gallu



dianc rhag perthnasoedd camdriniol, rhywbeth sy'n eu rhoi mewn perygl o niwed corfforol a seicolegol.

Hefyd, mae'r canfyddiadau'n dangos y gallai dynion hŷn fod yn gyndyn o ofyn am gymorth oherwydd y stigma o fod yn ddyn sy'n dioddef cam-drin, a bod y nifer fach o wasanaethau cam-drin domestig sydd wedi'u targedu'n benodol at ddynion yn brin o adnoddau, sy'n golygu bod y gymorth maen nhw'n gallu ei ddarparu yn aml yn gyfyngedig iawn.

Rwyf wedi nodi cyfres o argymhellion sydd wedi'u dylunio i fynd i'r afael â'r materion sydd wedi'u nodi yn yr adroddiad hwn, ac rwy'n galw ar Lywodraeth Cymru a chyrrff a gwasanaethau cyhoeddus eraill i weithredu ar draws y meysydd allweddol canlynol:

- Gwella gwasanaethau a chymorth
- Gwella ymwybyddiaeth ac ymatebion gwasanaethau i ddynion hŷn drwy hyfforddiant
- Codi ymwybyddiaeth a gwella dealltwriaeth o brofiadau dynion hŷn
- Gwella'r gwaith o gasglu data a thystiolaeth i sicrhau bod y polisi'n adlewyrchu profiadau ac anghenion dynion hŷn

Fel Comisiynydd, rydw i eisoes wedi dechrau gweithio gyda rhanddeiliaid allweddol – sy'n cynnwys gweinidogion a swyddogion Llywodraeth Cymru, cyrrff cyhoeddus yng Nghymru, Comisiynydd Cam-drin Domestig Cymru a Lloegr, a Chomisiynydd Dioddefwyr Cymru a Lloegr – i fwrw ymlaen â'r camau gweithredu angenrheidiol a gwella'r cymorth sydd ar gael i ddynion hŷn sy'n profi cam-drin neu mewn perygl o gael eu cam-drin.

Drwy fy ngwaith parhaus gydag aelodau fy Ngrwpiau Llywio a Gweithredu ar Gam-drin – sy'n cynnwys dros 30 o sefydliadau – byddaf hefyd yn nodi ffyrdd ychwanegol o fwrw ymlaen â'm hargymhellion.

Ochr yn ochr â hyn, byddaf yn parhau i ymgysylltu â dynion hŷn sydd wedi goroesi profiadau o gam-drin, a sefydliadau sy'n gweithio gyda dynion hŷn, i gasglu rhagor o dystiolaeth a gwella dealltwriaeth o gam-drin, yn ogystal â chodi ymwybyddiaeth a hyrwyddo ffynonellau cymorth.

Mae cynllun gweithredu arfaethedig Llywodraeth Cymru i roi diwedd ar gam-drin ac esgeuluso pobl hŷn yng Nghymru hefyd yn gyfrwng pwysig i sicrhau newid ystyrion, a bydd yr adroddiad hwn yn fy helpu i barhau i ddylanwadu a siapio ei gynnwys cyn iddo gael ei gyhoeddi.

Yn yr un modd, mae'r gwaith sy'n mynd rhagddo i fwrw ymlaen â'r Strategaeth Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (VAWDASV), a'r is-grŵp sy'n canolbwyntio ar bobl hŷn, yn cynnig cyfleoedd i gynnwys dynion hŷn fel y gall eu lleisiau a'u profiadau ddylanwadu ar bolisiau, arferion a gwasanaethau ledled Cymru.

Bydd cyflawni'r camau rwy'n galw amdanynt yn hanfodol oherwydd, yn seiliedig ar y canfyddiadau isod, mae angen gwneud llawer mwy i sicrhau bod gan Gymru'r gefnogaeth a'r gwasanaethau cywir er mwyn i bawb yng Nghymru – gan gynnwys dynion hŷn – allu cael yr help sydd ei angen arnynt os ydynt yn cael eu cam-drin neu mewn perygl o gael eu cam-drin.

Heléna Herklots CBE
Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Cefndir

Mae cam-drin yn cael effaith ddinistriol ar fywydau pobl, ac mae'n hanfodol bod pawb sy'n profi cam-drin yn gallu cael yr help a'r gefnogaeth sydd ei angen arnyn nhw, sydd, mewn rhai achosion, yn gallu achub bywydau.

Er bod y data'n gyfyngedig iawn, mae ffigyrau'n dangos bod tua chwarter y bobl sy'n profi cam-drin yn ddynion a bod dioddefwyr gwrywaidd yn tueddu i fod yn hŷn, â'r gyfran uchaf o'r rheiny yr effeithir arnyn nhw'n 75 oed neu'n hŷn.

Er gwaethaf hyn, fodd bynnag, ychydig iawn o ymchwil sy'n archwilio profiadau dynion y mae cam-drin yn effeithio arnyn nhw, yn enwedig profiadau dynion hŷn.

Felly comisiynodd y Comisiynydd Wasanaethau Ymchwil Barn (ORS) i gynnal ymchwil ar ei rhan i archwilio profiadau dynion hŷn o gam-drin domestig a'r rhwystrau sy'n gallu eu hatal rhag chwilio am gymorth, a gynhaliwyd rhwng mis Tachwedd 2021 a mis Mehefin 2022.

Bwriad y Comisiynydd oedd i'r ymchwil adeiladu ar y gwaith y mae wedi'i wneud yn ystod blynyddoedd diweddar i sicrhau bod y gwasanaethau a'r cymorth cywir yn eu lle i bob unigolyn hŷn sydd mewn perygl o gam-drin domestig ac sy'n ei ddiodef.

Methodoleg

At ddiben yr ymchwil, caiff “dynion hŷn” eu diffinio fel y rheiny 50 oed a hŷn¹.

Mae “cam-drin domestig” yn cynnwys cam-drin gorfforol, rywiol, ariannol, seicolegol, ac emosiynol, ac ymddygiad rheolaethol, gorfodaethol, treisgar, neu fygythiol. Gall ddigwydd rhwng partneriaid sy’n briod neu sy’n cyd-fyw neu gynbartneriaid (gan gynnwys y rheiny sydd mewn perthynas o’r un rhyw/a arferai fod mewn perthynas o’r un rhyw) neu aelodau o’r teulu. Ni archwiliwyd cam-drin gan weithwyr proffesiynol (fel staff gofal) mewn lleoliadau domestig fel rhan o’r prosiect hwn.

Trosolwg o’r Prosiect

Roedd y prosiect yn cynnwys:

- Dau weithdy, un â Grŵp Llywio Cam-drin y Comisiynydd, ac un â Grŵp Gweithredu Cam-drin y Comisiynydd²
- Adolygiad llenyddiaeth
- Galwad am dystiolaeth
- Cyfweiliadau manwl â rhanddeiliaid / darparwyr gwasanaethau
- Cyfweiliadau manwl â dynion sydd wedi goroesi cam-drin domestig, a oedd 50 oed a hŷn.

Gellir canfod gwybodaeth bellach am y fethodoleg yn Atodiad 2.

Cyfweiliadau goroeswyr

Samplu a recriwtio

Gwirfoddolodd rhai goroeswyr i gymryd rhan mewn cyfweiliadau trwy ymateb i hysbyseb ar gyfrifon cyfryngau cymdeithasol y Comisiynydd, tra bod darparwyr gwasanaethau ar ran ORS wedi cysylltu â rhai eraill yn bersonol. Cafodd pob un o’r goroeswyr gynnig e-daleb £30 fel arwydd bach o ddiolch am roi o’u hamser a chymryd rhan.

Recriwtiwyd 11 o oroeswyr i gyd, a gymerodd ran mewn cyfweiliadau manwl i rannu eu profiadau’n uniongyrchol â’r ymchwilyr.

Er bod yr hysbysebion wedi’u targedu at ddynion oedd yn byw yng Nghymru, cysylltodd dynion sydd wedi goroesi o bob cwr o’r DU â’r ymchwilyr, oherwydd eu bod yn awyddus i leisio eu barn. Golygai hyn, o’r 11 oroeswr a gymerodd ran, bod tri yn byw yng Nghymru, saith yn byw yn Lloegr ac roedd un yn byw yn yr Alban.

¹ Cysylltodd nifer o ddynion yn eu 50au â’r tîm ymchwil, a oedd eisiau cymryd rhan a rhannu eu profiadau. Felly ehangwyd cwmpas yr ymchwil i gynnwys dynion yn y grŵp oedran hwn.

² Mae gwybodaeth am Grwpiau Gweithredu a Llywio Atal Cam-drin y Comisiynydd ar gael yma: <https://comisiynyddph.cymru/grwp-gweithredu-ar-atal-cam-drin/>

Mae'n bwysig nodi bod y goroeswyr a gymerodd ran mewn cyfweiliadau i gyd yn eu pumdegau a'u chwedegau, ac mewn nifer o achosion digwyddodd y cam-drin gwnaethan nhw ei brofi dros flynyddoedd lawer, weithiau'n dechrau cyn eu bod yn ddynion 'hŷn'. Mae'n debygol nad oedd dynion yn eu saithdegau a'u hwythdegau yn gallu neu'n barod i gymryd rhan yn rhannol oherwydd rhai o'r rhwystrau a archwilir isod, fel peidio â chydabod bod cam-drin yn digwydd, neu'n teimlo embaras am gael eu cam-drin.

Serch hynny, mae'r profiadau a rannwyd yn rhoi mewnwelediad gwerthfawr iawn i natur y cam-drin y gall dynion, gan gynnwys dynion hŷn, ei hwynebu, yn ogystal â'r rhwystrau sy'n gallu eu hatal rhag ceisio a chael mynediad at gymorth a chefnogaeth, a allai fod hyd yn oed yn fwy i ddynion hŷn, fel y'u harchwilir isod. Mae'r profiadau hyn hefyd yn dangos sut y gall cam-drin ar unrhyw oedran gael effaith barhaus ar fywydau dynion wrth iddyn nhw dyfu'n hŷn.

Er bod y goroeswyr a gafodd eu cyfweild wedi'u lleoli ledled y DU, sy'n golygu y gallai eu profiadau penodol o ganfod a chael cymorth fod wedi bod yn wahanol oherwydd eu hamgylchiadau a rhai gwahaniaethau mewn polisi ac ymarfer mewn gwahanol wledydd y DU, rhannodd eu profiadau lawer o ffactorau cyffredin o ran yr anawsterau a'r heriau yr oedden nhw wedi'u hwynebu, sy'n cael eu hystyried isod. Ar ben hynny, mae'n ymddangos bod profiadau'r goroeswyr sydd wedi'u lleoli yng Nghymru yn adlewyrchu profiadau'r holl oroeswyr yn fras.

Diogelu a chefnogi

Cymerodd ORS y camau canlynol i dawelu meddyliau a diogelu'r goroeswyr y gwnaethon nhw gyfweild â nhw:

- Darparu gwybodaeth fanwl am y gwaith ymchwil a'r cyfweiliad ymlaen llaw, gan gynnwys manylion yr asiantaethau cymorth perthnasol
- Sicrhau caniatâd ysgrifenedig i gymryd rhan
- Cynnig dewis cyfwelydd gwrywaidd neu fenywaidd, a chymryd rhan yng Nghymraeg neu Saesneg
- Cynnig y dewis i gael ffrind, gweithiwr cymorth, neu aelod o'r teulu yn bresennol yn ystod y cyfweiliad
- Eu sicrhau na fydden nhw'n cael eu hadnabod yn yr adroddiad na'r astudiaethau achos a ysgrifennodd ORS
- Eu sicrhau nad oedd yn rhaid iddyn nhw ateb unrhyw gwestiwn nad oedden nhw eisiau; gallen nhw atal y cyfweiliad ar unrhyw adeg; ac fe allen nhw newid eu meddwl am gymryd rhan, hyd yn oed ar ôl y cyfweiliad.

Ynglŷn â'r adroddiad

Mae'r darganfyddiadau a'r materion y tynnwyd sylw atyn nhw o fewn yr adroddiad hwn wedi'u seilio ar leisiau a phrofiadau dynion sydd wedi goroesi a gofnodwyd yn ystod y cyfweiliadau. Yn ogystal, cofnodwyd tystiolaeth yn ystod cyfweiliadau â rhanddeiliaid / darparwyr gwasanaeth, gan gynnwys cynrychiolwyr o wasanaethau cymorth cam-drin dynion, gwasanaethau cymorth cam-drin ehangach, a sefydliadau eraill sy'n darparu gwasanaethau a chefnogaeth i bobl hŷn yn lleol ac yn genedlaethol. Mae'r adrannau isod yn cynnwys dyfyniadau perthnasol gan y rheiny a gymerodd ran.

Mae'r adroddiad yn darparu adolygiad o'r llenyddiaeth ar ddynion hŷn a cham-drin domestig, ynghyd ag adran sy'n nodi'r cyd-destun polisi yng Nghymru a'r DU.

Mae'r adroddiad hefyd yn cynnwys cyfres o argymhellion ar sail darganfyddiadau'r ymchwil, sy'n nodi'r gweithredu sydd ei angen gan lywodraethau a chyrff cyhoeddus i fynd i'r afael â'r materion a nodwyd a gwella'r gefnogaeth sydd ar gael i ddynion hŷn sy'n profi, neu mewn perygl o gael eu cam-drin yng Nghymru.

Adolygiad Llenyddiaeth

Cyflwyniad

Yn ystod blynyddoedd diweddar bu ymwybyddiaeth gynyddol o'r risgiau y mae dynion hŷn yn eu hwynebu mewn perthynas â cham-drin domestig, ac ymchwil pellach i oroeswyr gwrywaidd o drais partner y mae merched yn gyfrifol amdano (Machado, Hines, a Douglas, 2020). Er hynny, er gwaethaf llenyddiaeth helaeth ar gam-drin domestig yn fwy cyffredinol, mae llai o astudiaethau i gefnogaeth sy'n darparu'n benodol ar gyfer anghenion dynion sydd wedi ei brofi neu sydd mewn perygl ohono – a llai fyth ar ddynion hŷn yn y cyd-destun hwn. Oherwydd bod y mater yn cael ei dan-archwilio, mae maint ac effeithiau cam-drin yn erbyn dynion, a dynion hŷn yn benodol, yn cael eu deall yn wael (Perryman ac Appleton, 2016).

Natur, graddfa, a maint cam-drin dynion hŷn

Mae sawl ffurf ar gam-drin

Mae nifer o wahanol fathau o gam-drin domestig, gan gynnwys trais rhywiol; aflonyddu a cham-fanteisio; ymddygiad gorfodaethol a rheolaethol; a cham-drin ariannol. Mae'r olaf yn amrywio o ddwyn arian ac eiddo neu'n cael eu twyllo, i roi unigolyn o dan bwysau mewn perthynas ag arian neu eiddo (Barry a Bowen-Davies, 2021).

Ar ben hynny, ac fel y tynnir sylw ato yn y bennod nesaf, roedd tua hanner yr un ar ddeg o oroeswyr a gafodd eu cyfweld ar gyfer yr astudiaeth hon wedi profi gorfodaeth neu gam-drin atgenhedlu, sy'n cael ei ddiffinio fel:

“Ymddygiad sy'n ymyrryd â dewisiadau atal cenhedlu a beichiogrwydd merched ac weithiau dynion. Mae hyn yn cynnwys taseilio rheoli cenhedlu (dinistrio dull atal cenhedlu o ddewis dynes yn fwriadol, pwysau o ran beichiogrwydd, (ymddygiadau i orfodi beichiogrwydd yn erbyn dymuniadau rhywun), a gorfodaeth beichiogrwydd (bygythiadau i gyfarwyddo canlyniad beichiogrwydd)” (Park et al., 2016)

Mae gorfodaeth neu gam-drin atgenhedlu yn tueddu i gael ei ddisgrifio fel rhywbeth sy'n gyfan gwbl, neu bron bob amser, yn rhywbeth y mae dynion yn ei wneud yn erbyn merched. Fodd bynnag, mae rhywfaint o gydnabyddiaeth y gall dynion fod yn ddioddefwyr hefyd, ynghyd â chydabyddiaeth mai ychydig iawn o ymchwil sy'n bodoli sy'n archwilio cam-drin atgenhedlu yn erbyn dynion (Grace a Anderson, 2018).

Mae'n bwysig nodi hefyd bod dioddefwyr hŷn yn fwy tebygol o brofi a goddef gwahanol fathau o gam-drin oherwydd eu hoedran yn syml. Er enghraifft, mae SafeLives (2016) yn dweud bod dioddefwyr 61+ oed 38% yn fwy tebygol o brofi cam-drin gan aelod o'r teulu sy'n oedolyn; ac maen nhw 41% yn llai tebygol o geisio gadael eu tramgwyddwr yn y flwyddyn cyn cael cymorth.

Data'n ymwneud â phrofiadau dynion o gam-drin

Yn ôl y llenyddiaeth a adolygwyd, mae'n anodd nodi natur, graddfa, a maint y cam-drin yn erbyn dynion hŷn. Mae data am niferoedd y bobl hŷn sy'n profi cam-drin yn brin, ac mae'r data sy'n bodoli yn anghyson. Mae'r diffyg diffiniad y cytunwyd arno o unigolyn 'hŷn', gwahanol

ddiffiniadau o 'gam-drin', a than-adrodd yn cymhlethu pellach y broses o nodi pa mor gyffredin yw cam-drin yn erbyn dynion hŷn (Baker et al., 2016).

Mae SafeLives (2016) yn amcangyfrif bod tua 120,000 o unigolion 65+ oed yn y DU wedi profi o leiaf un math o gam-drin yn 2016, fel y dangosir yn y tabl drosodd. Mae'r tabl hefyd yn dangos bod cleientiaid gwrywaidd yn cyfrif am 4% yn unig o gleientiaid 60 oed ac iau, ond 21% o'r rheiny dros 60 oed.

Proffil y Cleientiaid	O dan 60	Dros 60
Partner presennol yw'r cyflawnwr	28%	40%
Cleientiaid gwrywaidd	4%	21%
Oedolyn sy'n aelod o'r teulu yw'r prif gyflawnwr	6%	44%
Mwy nag un cyflawnwr	9%	7%
Wedi ceisio gadael y cyflawnwr	68%	27%
Cyfnod y cam-drin ar gyfartaledd	4 mlynedd	6.5 mlynedd
Iechyd corfforol ac iechyd meddwl	6 & 7	6 & 6
Cam-drin corfforol	69%	69%
Cam-drin rhywiol	25%	10%
Stelcio ac aflonyddu	73%	57%
Ymddygiad sy'n dangos arwydd o genfigen a rheolaeth dros rywun	83%	73%

Ffynhonnell: SafeLives National Insights Dataset 2015-2016.

Mae amcangyfrifon o niferoedd y bobl hŷn yng Nghymru sy'n profi cam-drin yn amrywio o ddegau o filoedd (Barry a Bowen-Davies, 2021) i dros 143,000 mewn pŵl piniwn Hourglass 2021. Byddai'r ffigwr olaf yn golygu y gallai 1 o bob 5 unigolyn hŷn fod yn profi cam-drin (mae Sefydliad Iechyd y Byd (2017) yn amcangyfrif 1 o bob 6 ledled y byd).

Mae gwybodaeth ymarferwyr o'r diffiniadau sy'n ymwneud â cham-drin domestig yn darparu gwybodaeth ar gyfer eu hymarferion ac yn gallu creu anghysondebau wrth adrodd ar ddata. Er enghraifft, nid adroddir ar gam-drin ariannol gan berthynas y dioddefwr bob amser fel cam-drin domestig (yn ddiddorol, nid yw'n cael ei gynnwys yn y tabl uchod), gan arwain at asesiadau risg anghywir ac ymatebion amhriodol.

Canfuwyd hefyd bod ymarferwyr yn ansicr am y mathau a lefel yr wybodaeth y gallan nhw ei chofnodi; ac mae gwahaniaethau o ran sut mae 'niwed arwyddocaol' yn cael ei ddehongli wedi achosi amrywiadau mewn penderfyniadau trothwy ar draws awdurdodau lleol. Yn ogystal â hyn, weithiau mae canfyddiad er mwyn cofnodi cam-drin domestig felly, mae'n rhaid iddo gael ei gyflawni gan rywun sy'n byw â'r dioddefwr, ond nid yw hyn yn wir, oherwydd bod cam-drin domestig yn cyfeirio at y ffactorau perthynol sy'n gysylltiedig yn hytrach na'r lleoliad (Arolygiaeth Cwnstabiliaeth a Gwasanaethau Tân ac Achub Ei Mawrhydi, 2019; Lazenbatt, Devaney, a Gildea, 2013).

Ffactorau risg

Nododd astudiaeth yn cwmpasu saith gwlad Ewropeaidd fod dynion hŷn sy'n cael eu haddysgu i lefelau uwch, gweithwyr coler glas a dynion sy'n byw mewn llety rhent yn ddiodefwr yn fwy aml na'r rheiny sy'n llai addysgedig, yn weithwyr coler wen isel ac yn berchnogion tai. Ymhlith y ffactorau eraill mae'r astudiaeth hon yn dangos bod cael anabledd corfforol a/neu symptomau gorbryder yn cynyddu'r tebygolrwydd o gael eu cam-drin. (Melchiorre et al., 2016).

Mae bod o gefndir lleiafrif ethnig, neu gael anabledd neu ddemencia, hefyd wedi'u nodi fel ffactorau sy'n cynyddu'r risg o gam-drin (SafeLives, 2016).

Ar ben hynny, ychydig sy'n hysbys am sut mae poblogaethau lleiafrifol eraill yn profi cam-drin ac yn cael mynediad at wasanaethau, yn enwedig oedolion hŷn sy'n lesbiaidd, hoyw, deurywiol, trawsryweddol, cwiar, cwestiynu, ac 'ace' (LGBTQ+) (Bloemen et al., 2019; Machado et al., 2020).

Nifer yr achosion yn cynyddu

Mae ymchwil presennol yn cydnabod, wrth i'r boblogaeth dyfu a heneiddio, bod cam-drin yn erbyn dynion hŷn - a phobl hŷn yn fwy cyffredinol - yn debygol o gynyddu (Arolygiaeth Cwnstabiliaeth a Gwasanaethau Tân ac Achub Ei Mawrhydi, 2019). Mae'n ymddangos bod pandemig COVID-19 wedi gwaethygu'r sefyllfa, gan arwain at gynnydd mewn achosion o ddynladdiadau domestig diodefwr hŷn er enghraifft. Cynyddodd cyfran y bobl hŷn y mae aelod o'r teulu, nad oedd yn bartner, wedi'u lladd o 35% i 43%, a chynyddodd cyfran y bobl hŷn y mae eu partner wedi'u lladd gan raddau mwy fyth, o 9% i 18% (Hoeger et al., 2022).

Rhwystrau a heriau y mae goroeswyr gwrywaidd hŷn yn eu hwynebu wrth ddatgelu a chael mynediad at wasanaethau

Gellir priodoli'r diffyg data o ran dynion hŷn sy'n profi, neu mewn perygl, o gam-drin domestig i nifer o achosion sy'n gorgyffwrdd, yn bennaf bod yna rwystrau sy'n eu hatal rhag dod ymlaen i ddatgelu a cheisio cefnogaeth. Mae'r rhain yn cynnwys eu cywilydd mewnol eu hunain; yr ofn o gael eu gwawdio gan ffrindiau a theulu a / neu'r angen i gynnal ymdeimlad o wrywdod; yr ofn o fod ar eu pen eu hunain mewn henaint, ymsefydliad cymdeithasol ac ystyron 'cartref'; diffyg gwybodaeth ynghylch darpariaeth gwasanaethau a phrosesau diogelu; ac yn syml peidio â chydabod bod perthynas yn difriol yn y lle cyntaf (Hogan et al., 2021; Bates, 2019; Wydall a Zerk, 2017; Wallace et al., 2019).

Mae adroddiad gan Lywodraeth Cymru a Chomisiynydd Pobl Hŷn Cymru (OPCW) wedi nodi rhwystrau personol eraill i bobl hŷn: efallai y byddan nhw'n wynebu stigmatiddio ac agweddau oedraniaethol; yn meddu ar ofnau y bydd datgelu'n gwaethygu'r cam-drin, a / neu syniadau o breifatrwydd yn y cartref a pherthnasau personol; yn ffyddlon i'r tramgwyddwr; yn meddu ar broblemau o ran annibyniaeth neu hunan-barch; neu ddiffyg hyder o ran beth y gall gwasanaethau cymorth ei ddarparu mewn gwirionedd (Llywodraeth Cymru ac OPCW, 2017).

Yn fwy ymarferol, mae Wallace et al., (2019) yn tynnu sylw at sawl mater a allai ddylanwadu ar benderfyniad dynion i gael cefnogaeth i adael perthynas difriol, fel cyswllt â phlant (sy'n debygol o effeithio ar ddynion hŷn yn eu pumdegau yn enwedig); rhwymedigaethau ariannol i forgeisi

neu denantiaethau ar y cyd gan ei gwneud yn anodd cael mynediad at lety arall a'r modd i gefnogi byw bob dydd; a chyflogaeth, sy'n rhwystr rhag cael mynediad at wasanaethau cymorth a chymorth ychwanegol fel budd-dal tai a chymorth cyfreithiol.

Tybiaethau am ddynion hŷn

Un o'r canfyddiadau cryfaf i ddeillio o'r cyfweliadau a gynhaliwyd â goroeswyr, darparwyr gwasanaethau a rhanddeiliaid ar gyfer y prosiect hwn (fel yr adroddir yn y bennod nesaf) oedd y tybir yn aml mai dynion hŷn yw'r tramgwyddwyr, nid y dioddefwyr. Adlewyrchir y canfyddiadau hyn yn y llenyddiaeth, sy'n nodi normau cymdeithasol sy'n pennu canfyddiadau o ferched fel dioddefwyr a dynion fel tramgwyddwyr – sy'n golygu bod llawer o oroeswyr gwrywaidd yn ofni y byddan nhw'n profi (ac yn profi mewn gwirionedd) amheuaeth, barn, a gwahaniaethu wrth ddatgelu cam-drin a / neu geisio cael mynediad at gymorth (e.e., Hogan et al., 2021; Wydall a Zerk, 2017; Bates, 2019; Wallace et al., 2019).

Yn wir, wrth gysylltu â gwasanaethau statudol a chymorth, bu adroddiadau bod dynion yn cael eu trin mewn ffordd sy'n stereoteipio ar sail rhywedd oherwydd y dybiaeth mai dynion yw'r cam-drinwyr bob amser a byth y dioddefwyr (Hogan et al., 2021). Yn astudiaeth Hogan et al. roedd hyn yn arbennig o wir mewn perthynas â'r heddlu, â llawer o ddynion yn rhwystredig â'r ffordd y deliwyd â'u herledigaeth, gan arwain at deimladau o gywilydd ac embaras (er y dylid nodi, o bryd i'w gilydd, fod yr heddlu wedi bod yn allweddol wrth helpu dioddefwyr gwrywaidd i gydnabod eu perthynas fel un difriol).

Dod o hyd i gymorth

Ochr yn ochr â diffyg darpariaeth gwasanaeth cyffredinol ar gyfer dynion sy'n goroeswyr cam-drin domestig, nid yw llawer o arolygon ac astudiaethau wedi cynnwys dioddefwyr cam-drin domestig dros 60 oed (SafeLives, 2016) ac yn anaml y mae ymgyrchoedd codi ymwybyddiaeth, hyrwyddiadau a'r cyfryngau yn canolbwyntio ar brofiadau pobl hŷn yn eu delweddau neu eu hiaith; yn hytrach maen nhw'n canolbwyntio ar ddiodeswyr a thramgwyddwyr iau. Mae hyn wedi arwain at y dybiaeth nad yw gwasanaethau cymorth cam-drin yn darparu ar gyfer anghenion diodeswyr hŷn - yn enwedig dynion - a diffyg cydnabyddiaeth o'r ffyrdd y gellir effeithio ar bobl hŷn, gan achosi i lai o bobl hŷn chwilio am gymorth a chyngor (Barry a Bowen-Davies, 2021; Wallace et al., 2019). Caiff hyn ei gymhlethu gan y ffaith bod dynion hŷn, ynghyd â gwahaniaethu ar sail rhyw, hefyd yn wynebu problemau gwahaniaethu ar sail oedran gan ymarferwyr wrth geisio cymorth neu ddefnyddio gwasanaethau cam-drin (Wydall a Zerk, 2017).

Yn ogystal, ar draws y llenyddiaeth amlygir nad oes gan bobl hŷn lais o ran datblygu gwasanaethau, gan arwain at beidio ag ystyried eu profiadau cam-drin. Mae hyn yn golygu mai ychydig iawn o wasanaethau sydd wedi'u haddasu er mwyn canolbwyntio'n benodol ar anghenion pobl hŷn, ac yn arbennig dynion hŷn, sy'n diodesf, neu mewn perygl o gael eu cam-drin.

Goroeswyr â nodweddion gwarchoddedig

Gall rhai nodweddion olygu bod dynion hŷn sy'n profi, neu mewn perygl o gam-drin domestig yn wynebu rhwystrau ychwanegol sy'n eu hatal rhag cael mynediad at gymorth. Gall yr un nodweddion hyn hefyd olygu eu bod mewn mwy o berygl o ddiodesf cam-drin yn y lle cyntaf.

Gall byw ag anabledd a/neu ddibynnu ar ofal leihau gallu unigolyn i amddiffyn ei hun, a chydabod cam-drin, adrodd arni a dianc rhagddi. Hefyd mae amgylcheddau ffisegol a hygyrchedd yn rhwystro hyn. Mae dioddefwyr hŷn yn llawer mwy tebygol o feddu ar anabledd, ac i un o bob tri bydd hwn yn gorfforol (SafeLives, 2016).

Mater cyffredin arall i bobl hŷn yw dementia, a sut y gall hyn achosi i ddynion hŷn gael eu gormesu a rhwystro eu gallu i ddianc o sefyllfa ddifriol (McCausland et al., 2016).

Mewn cymunedau Du, Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig mae yna dan-adrodd hyd yn oed yn fwy dwys o ran cam-drin domestig. Mae dioddefwyr o'r cefndiroedd hyn - gan gynnwys dynion hŷn - yn fwy tebygol o ddrwgdybio'r heddlu ac asiantaethau eraill, a gallan nhw wynebu rhwystrau iaith neu hyd yn oed broblemau â'u statws mewn fudo petaen nhw'n chwilio am gymorth ffurfiol (BAWSO, 2020).

Yn gyffredinol, mae pobl hŷn LHDTTC+ "ar y cyfan yn anweledig yn y system gymorth prif ffrwd" (Lovatt et al., 2020) â dim ond 2.5% o ddiodefwyr yn cyrchu gwasanaethau cymorth cam-drin domestig sy'n nodi eu bod yn LHDTTC+ (SafeLives, 2018). Ar ben hynny, gall y gwasanaethau eu hunain fod yn llai tebygol o ganfod cam-drin domestig ymhlith dynion hŷn LHDTTC+, oherwydd bod cam-drin yn parhau i gael ei gamddeall i raddau helaeth fel profiad hetero-normadol a rhyweddedig ac mae dynion sy'n cael eu cam-drin yn herio'r syniadau hyn (Wallace et al., 2019).

Effaith Covid-19

Mae pandemig COVID-19 wedi gwaethygu rhwystrau, oherwydd mae llawer o wasanaethau cymorth wedi gorfod addasu i roi cymorth ar-lein neu dros y ffôn. Gall hyn fod yn fwy o her i bobl hŷn gael mynediad. Cydnabuwyd hefyd bod cyswllt wyneb-yn-wyneb yn fwy effeithiol i nodi sefyllfaoedd difriol a gwahaniaethu dynameg dioddefwr-tramgwyddwr a/neu achosion o ddylanwadu, ac er mwyn i ymarferwyr sefydlu perthynas â'r dioddefwr er mwyn sicrhau bod y cymorth yn cael ei arwain ganddyn nhw (Barry a Bowen-Davies, 2021). Yn ogystal, mae amser i ffrwd o'r tramgwyddwr yn rhoi cyfleoedd i ddatgelu mwy a chynllunio ar gyfer diogelwch, ac mae mesurau diogelwch COVID-19 wedi rhwystro'r cyfan, gan ei gwneud yn ofynnol i bobl aros gartref. Mewn gwirionedd, adroddodd yr heddlu y bu cynnydd 9% yng nghyfanswm y troseddau sy'n gysylltiedig â cham-drin domestig, a dyblodd cyfradd y dynladdiadau domestig ers dechrau'r pandemig (Grierson, 2020).

Gwella mynediad i gymorth ac ymarfer effeithiol

Yr achos dros newid

Mae'r llenyddiaeth yn glir bod dynion hŷn (ac yn wir pobl hŷn yn ehangach) angen i ymarferion newid fel eu bod yn gallu gwneud dewisiadau gwybodus a sicrhau bod eu blaenoriaethau yn ganolog mewn prosesau gwneud penderfyniadau (Wydall a Zerk, 2017).

Ar ben hynny, mae angen mynd i'r afael â'r diffyg gwybodaeth eang am y gefnogaeth sydd ar gael a'r disgwyliad cyffredinol nad yw'r ddarpariaeth sy'n bodoli yn addas i ddynion, neu'n annhebygol o'u helpu – yn ogystal â 'normaleiddio' profiad y dioddefwr gwrywaidd fel ei bod yn cael ei hystyried yn dderbyniol i geisio cefnogaeth, bod eu profiadau'n ddigon difrifol a phwysig i wneud hynny, ac na fydd ceisio cymorth yn bygwth eu hunaniaeth wrywaidd (Wallace et al., 2019).

Mae Wallace et al. (2019) yn cynnig enghraifft o'r gwahaniaeth trwy gael darpariaeth bwrpasol, gweladwy a sefydledig ar gyfer dynion, sy'n dyfynnu'r nifer isel o ddynion sy'n cyrchu darpariaeth cam-drin domestig yn gyffredinol - ac eithrio pedwar gwasanaeth y buon nhw'n astudio a oedd â chyfeiriadau cyson, galwadau ymholiad ac ymgysylltu â dioddefwyr/goroeswyr gwrywaidd. Roedd gan y gwasanaethau hyn ddarpariaeth hygyrch ac wedi'i thargedu ar waith.

Cymorth a gwasanaethau cyfannol, wedi'u cynhyrchu ar y cyd

Mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn gosod 'oedolion mewn perygl' ar sail statudol ac yn creu dyletswyddau newydd ar gyfer awdurdodau lleol. Ochr yn ochr â hyn, mae Deddf Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (Cymru) 2015 yn mynd i'r afael â sut mae cyrff y sector cyhoeddus yn ymateb i gam-drin domestig ac yn cyflwyno dull mwy strategol o weithredu (Wydall et al., 2018). Mae'r ddwy fenter hyn yn hyrwyddo cydweithio ac ymateb integredig rhwng gwasanaethau cymorth; ac yn cymryd safiad ymyrraeth fwy rhagweithiol. Fel y dywedodd un ymarferydd, "Byddwn yn hapusach i gael fy holi pam y gwnes i wthio fy nhrwyn i mewn nag y byddwn mewn cwest Crwner yn dweud pam na wnes i" (Wydall et al., 2015). Cafodd barn goroeswyr ar ddarpariaeth gwasanaethau eu cynnwys wrth ddatblygu'r strategaethau, er bod rhai pryderon nad oedd y rhain yn cael eu cynrychioli'n ddigonol. (Wydall et al., 2018).

Yn gyffredin mae elfennau o ymarfer da sy'n cael eu cydnabod drwy gydol y llenyddiaeth yn canolbwyntio ar gyd-gynhyrchu â phobl hŷn i ddarparu'r gofal cyfannol, eiriolaeth bendant, ac adeiladu ymddiriedaeth a fydd yn eu galluogi a'u grymuso i archwilio opsiynau a phenderfynu ar eu datrysiadau eu hunain. Mae dull o weithredu cydgysylltiedig, sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn, yn cael ei gydnabod gan yr holl lenyddiaeth ar y pwnc hwn fel yr un mwyaf buddiol ac ymarferol wrth ymateb i anghenion unigol trwy hwyluso ymgysylltu, atal niwed pellach a defnyddio adnoddau staff mewn ffordd effeithlon. Mae gweithio â'r dioddefwr ym mhob cam o'r broses yn hanfodol yn hyn o beth.

Dull anfeirniadol o weithredu

Mae rhai dynion yn cael profiadau negyddol wrth geisio cymorth, lle maen nhw'n cael eu hamau a'u dirmygu, ond mae rhai eraill wedi canfod bod profiadau cadarnhaol wrth geisio cymorth wedi eu hwyluso i gydnabod eu perthynas fel un difriol – gan ddylanwadu ar eu penderfyniad i adael neu ofyn am gymorth pellach (Hogan et al., 2021). Mae hyn yn dangos yr angen i ymarferwyr fod yn anfeirniadol wrth gynorthwyo dynion hŷn.

Dywedodd y dynion yn astudiaeth Hogan et al. (2021) eu bod yn ei chael hi'n anodd dod o hyd i bobl y gallen nhw siarad â nhw ac ymddiried ynddyn nhw, hyd yn oed o fewn eu rhwydweithiau cymorth eu hunain, oherwydd nad oedd teulu a ffrindiau yn gwybod sut i ymateb, neu nad oedden nhw'n dilysu eu profiadau, felly'n tanseilio eu gallu eu hunain i gydnabod eu perthynas fel un difriol. Yn aml, ar ôl ymateb negyddol cychwynnol i ymgais i siarad am eu profiadau, penderfynodd y dynion i beidio â siarad am y peth eto.

Roedd pwysigrwydd cael dim ond un unigolyn arall sy'n eich credu, ac yn cynnig dim beirniadaeth, yn arbennig o arwyddocaol i'r dioddefwyr gwrywaidd yn astudiaeth Hogan et al., (2021). Mae hyn yn atgyfnerthu pwysigrwydd sefydlu perthnasau ac ymddiriedaeth â dioddefwyr i greu cynlluniau cymorth dan arweiniad pobl, fel y trafodwyd uchod.

Hyfforddiant a chefnogaeth i staff

Prin yw'r gwasanaethau cymorth sy'n darparu'n benodol ar gyfer anghenion dynion hŷn, ond mae yna wasanaethau prif ffrwd sy'n darparu cefnogaeth gyffredinol. Fodd bynnag, mae angen i'r rhain ehangu hyfforddiant staff i gael mwy o hyblygrwydd i ymateb i anghenion dynion hŷn sy'n profi, neu mewn perygl o gam-drin domestig yn benodol (Wallace et al., 2019).

Mae'r llenyddiaeth yn tynnu sylw at y ffaith bod ymarferwyr gofal iechyd fel meddygon teulu ac ymwelwyr iechyd mewn sefyllfa ddelfrydol i nodi cam-drin domestig ymhlith dynion hŷn oherwydd lefel eu cyswllt â phobl hŷn a'r gallu i gyfeirio a darparu gwybodaeth (Perryman ac Appleton, 2016). Fodd bynnag, ceir pryderon bod y cyfleoedd hyn yn cael eu colli oherwydd nad ydyn nhw'n cychwyn deialogau ystyrlon, ac oherwydd bod eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth o drothwyon yn anfoddfaol. Mewn gwirionedd, ceir rhywfaint o dystiolaeth o weithwyr iechyd proffesiynol yn tybio bod cam-drin domestig yn "stopio tua 50 oed" (Lazenbatt, Devaney, a Gildea, 2013).

Lle cynhaliwyd hyfforddiant staff helaeth, mae wedi dangos dealltwriaeth fwy soffistigedig ac arlliwiedig o gam-drin mewn pobl hŷn. Mae'n bwysig buddsoddi yn hyn fel y gall systemau cyfredol ddod yn hyblyg ac ymgorffori anghenion dynion hŷn sy'n profi, neu mewn perygl o gam-drin domestig (Wydall et al., 2015).

Cefnogaeth mewn grwpiau / dan arweiniad cyfoedion

Mae Hogan et al. (2021) yn awgrymu y gallai gwasanaethau cymorth mewn grwpiau ar gyfer dioddefwyr gwrywaidd roi lle 'diogel' i ddynion rannu eu profiadau a llywio rhai o'r heriau y mae normau a disgwyliadau gwrywaidd yn eu cyflwyno. Dywedodd y dynion a gymerodd ran yn yr astudiaeth eu bod yn gwerthfawrogi rhannu eu profiadau â rhywun a oedd wedi bod trwy brofiad tebyg, a bod cyfarfod â dynion eraill mewn amgylchiadau tebyg iddyn nhw wedi normaleiddio eu profiadau a lleihau eu hofn o fod yn 'yr unig un'.

Gwasanaethau i grwpiau lleiafrifol

Fel yr amlygwyd yn gynharach, mae profiadau cam-drin y rheiny sy'n hunaniaethu fel LHDTTC+ bron yn cael eu hanwybyddu'n llwyr, a phobl LHDTTC+ hŷn hyd yn oed yn fwy felly. Ychwanegwch 'wrywaidd' at hyn ac mae'n amlwg bod rhagdybiaethau hetero-normadol cam-drin domestig ar sail rhywedd ac oedran yn gwbl hen ffasiwn a bellach yn rhwystri'r bobl hyn gael mynediad at gymorth.

Dylid cydnabod heriau unigryw cam-drin dynion hŷn mewn cymunedau gwledig, yn ogystal â'r angen i ddarparu gwasanaethau yn Gymraeg.

Mae ymchwil yn awgrymu bod oedran dioddefwyr hŷn, ymgorfforiad cymdeithasol a rhyng-gysylltrwydd â theulu'n cymhlethu'r anawsterau y maen nhw'n eu hwynebu wrth geisio cymorth, sy'n golygu bod eu hystod yn gyfyngedig a gall ansawdd a math y cymorth a ddarperir fod yn llai nag ar gyfer grwpiau eraill. Mae hwn yn fater cyffredin sylweddol i ddynion hŷn sy'n byw mewn ardaloedd gwledig, lle mae daearyddiaeth ffisegol hefyd yn cyfyngu ar ba wasanaethau y maen nhw'n gallu eu cyrchu (Wydall a Zerk, 2017).

Mae dystiolaeth hefyd yn dangos bod peidio â darparu gwasanaethau yn y Gymraeg i'r rheiny sy'n well ganddyn nhw eu derbyn yn arwain at ganlyniadau iechyd a lles gwaeth (Harries a

Bryer, 2021). Yn unol â hynny, mae yna fframweithiau strategol yn eu lle sy'n ceisio cryfhau darpariaeth y Gymraeg, fel Mwy na Geiriau (Llywodraeth Cymru, 2016).

Mae'n rhaid ymrwymo i sicrhau adnoddau ar gyfer gwelliannau

Yn olaf, ni fydd modd cyflawni'r un o'r uchod heb ymrwymiad llawn ag adnoddau i wella gwasanaethau a chynyddu nifer y dynion sy'n teimlo eu bod yn gallu datgelu a cheisio cefnogaeth. Heb hyn, ni fydd y cylch parhaol - niferoedd isel o ddynion sy'n ceisio cymorth, gan effeithio ar y dystiolaeth o angen i wneud cais am gyllid i ddatblygu gwasanaethau newydd neu ychwanegol i ddynion, gan arwain at ddarpariaeth gyfyngedig a nifer isel o ddynion sy'n chwilio am gefnogaeth - byth yn cael ei dorri (Wallace et al., 2019).

Cyd-destun Polisi

Mae materion cam-drin domestig yn cael sylw mawr trwy arena bolisi VAWDASV (Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol). Mae polisi a deddfwriaeth sy'n gysylltiedig â cham-drin domestig yng Nghymru, yn cael eu gwneud mewn dwy ffordd. Yn gyntaf, mae'r system cyfiawnder troseddol ac awdurdodaeth gyfreithiol Cymru a Lloegr yn faterion sydd wedi'u cadw yn ôl, sydd heb eu datganoli. Mae hyn yn golygu bod rhywfaint o ddeddfwriaeth VAWDASV a wnaed yn San Steffan (yn arbennig yn ymwneud ag unrhyw agweddau troseddol ar VAWDASV), felly'n siapiro ac effeithio ar ymarfer yng Nghymru. Yr enghraifft ddiweddaraf o ddeddfwriaeth VAWDASV a wnaed gan Lywodraeth y DU, a'r hyn sy'n berthnasol i Gymru yw Deddf Cam-drin Domestig 2021.

Ceisiodd Deddf Cam-drin Domestig 2021 gynyddu'r amddiffyniad ar gyfer dioddefwyr VAWDASV, trwy wella'r system cyfiawnder troseddol. Cyflwynodd, er enghraifft, Hysbysiad Cam-drin Domestig (DAPN), a'r bwriad oedd rhoi amddiffyniad uniongyrchol i ddioddefwyr ar ôl digwyddiad a Gorchymyn Diogelu Cam-drin Domestig (DAPO), a gynlluniwyd i roi amddiffyniad tymor hwy. Newidiodd y ffyrdd roedd dioddefwyr yn rhoi tystiolaeth yn y llys a cheisiodd gynyddu dealltwriaeth o natur aml-ddimensiwn cam-drin domestig, trwy greu diffiniad newydd, statudol o gam-drin domestig. Roedd y diffiniad hwn yn mynegi'n glir bod llawer o ymddygiadau yn gyfystyr â cham-drin domestig, gan gynnwys cam-drin corfforol, cam-drin emosiynol, ymddygiad rheolaethol a gorfodaethol a cham-drin ariannol ac economaidd. Yn bwysig iawn, mae'r Ddeddf yn sefydlu swyddfa'r Comisiynydd Cam-drin Domestig mewn cyfraith, sy'n gwasanaethu Cymru a Lloegr. Mae'r Comisiynydd Cam-drin Domestig yn gyfrifol am godi ymwybyddiaeth o faterion yn ymwneud â cham-drin domestig a galw cyrff cyhoeddus i gyfrif am eu gwaith mewn perthynas â VAWDASV.

Yn ail, bu cynnydd mewn corff neilltuol o ddeddfwriaeth benodol i Gymru ers 2006, pan roddwyd y pŵer i Lywodraeth Cymru wneud mesurau a phasio deddfau mewn meysydd datganoledig penodol. I ail-adrodd, er nad yw materion cyfiawnder troseddol wedi'u datganoli; mae VAWDASV yn effeithio ar sawl maes arall y mae Llywodraeth Cymru yn gyfrifol amdany'n nhw'n sylfaenol ac felly'n gallu deddfu (ymhlith y meysydd hyn mae tai, iechyd a gwasanaethau cymdeithasol).

Roed 'Deddf Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (Cymru) (Cymru) (2015), yn adeiladu ar 'Strategaeth yr Hawl i fod yn Ddiogel' 2010 ac roedd yn gofyn i Weinidogion, awdurdodau lleol a byrddau iechyd baratoi strategaethau ar gyfer gweithredu, i fynd i'r afael â materion cam-drin, cam-drin domestig a thrais rhywiol. Arweiniodd y ddeddfwriaeth at 'Strategaeth Genedlaethol ar Drais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol – 2016-2021' Llywodraeth Cymru, a amlygodd amcanion allweddol sy'n gysylltiedig ag atal cam-drin ac amddiffyn a chefnogi dioddefwyr. Roedd yr amcanion hyn yn canolbwyntio'n niferus ar godi ymwybyddiaeth o VAWDASV; galw tramgwyddwyr i gyfrif; blaenoriaethu atal ac ymyrraeth gynnar; hyfforddiant ymarferwyr, a chamau gweithredu i sicrhau ansawdd gwasanaethau VAWDASV.

Cefnogwyd gweithredu'r Ddeddf trwy ddarpariaeth canllawiau statudol a roddwyd i awdurdodau perthnasol (er enghraifft, ar gomisiynu gwasanaethau VAWDASV). Roedd datblygu Dangosyddion VAWDASV Cenedlaethol a Strategaeth Gyfathrebu VAWDASV Genedlaethol,

a gynhyrchodd ymgyrchoedd fel “Croesi'r Llinell” a “Paid Cadw'n Dawel”, hefyd yn rhan o'r fframwaith gweithredu cyffredinol. Sefydlwyd Fframwaith Ymgysylltu â Goroeswyr Cenedlaethol i sicrhau bod profiadau byw goroeswyr/dioddefwyr yn dylanwadu ar gamau gweithredu. Hefyd, cafodd y rheiny y mae VAWDASV wedi effeithio arnyn nhw eu cefnogi trwy gyllid Llywodraeth Cymru ar gyfer y 'Llinell Gymorth Byw Heb Ofn' (sy'n darparu cymorth, cyngor a chefnogaeth frys i ddioddefwyr VAWDASV), cyllid Ymgynghorwyr Trais Domestig Annibynnol (IDVAs) ac Ymgynghorwyr Trais Rhywiol Annibynnol (ISVAs) a thrwy'r fenter 'Gofyn a Gweithredu', a gyflwynwyd ledled yr awdurdodau perthnasol (sef awdurdodau lleol, byrddau iechyd lleol, yr Awdurdodau Gwasanaethau Tân ac Achub ac Ymddiriedolaethau GIG).

Cafodd y strategaeth VAWDASV wedi'i hadnewyddu ei chyhoeddi ym mis Mai 2022 a bydd yn rhedeg hyd at ddiwedd y cyfnod gweinyddu presennol (hynny yw, tan 2026). Mae nifer o amcanion allweddol yn sail i'r strategaeth 'Cymru Gyfan' hon, y mae sawl egwyddor sylfaenol yn ei hategu. Mae'r egwyddorion hyn yn cynnwys er enghraifft, yr angen i ddatblygu dull “cymdeithas gyfan” o fynd i'r afael â VAWDASV (gwneud materion sy'n ymwneud â thrais a cham-drin yn fusnes i bawb). Nod y strategaeth hefyd yw mynd i'r afael â'r agweddau a'r ystrydebau negyddol sy'n gweithio i gyfreithloni VAWDASV, ac sydd felly'n hwyluso ei barhad.

Yn arwyddocaol, mae'r strategaeth yn ceisio cymryd cam-drin domestig o'r byd preifat, domestig a mynd i'r afael ag ef yn y byd cyhoeddus; felly, mae ffocws ar “Aflonyddu ar y Stryd ac yn y Gweithle”. Mae hefyd yn ceisio cynyddu ymwybyddiaeth o berthnasoedd iach ymhlith plant a phobl ifanc; mynd i'r afael â thrangwyddo a hyrwyddo newid ymddygiad; gwneud atal ac ymyrraeth gynnar yn flaenoriaeth; gwella'r hyfforddiant (ac felly dealltwriaeth a chymhwysedd ymarferwyr y rheng flaen); a sicrhau digonolrwydd gwasanaethau cynhwysol sy'n cael eu harwain gan anghenion.

Caiff y strategaeth ei gweithredu trwy 'fodel glasbrint'; “cynllun gweithredu sy'n dwyn ynghyd gwahanol sefydliadau i ddarparu dull system gyfan o weithredu ar y cyd” o ran mater a nodwyd. Cynigir strwythur llywodraethu newydd er mwyn goruchwyllo gwaith y strategaeth. Mae hyn yn cynnwys Bwrdd Partneriaeth Gweinidogol wedi'i gyd-gadeirio, a fydd yn gweithredu fel fforwm i fod yn gyfryngwr i benderfyniadau a meithrin cydweithio ac ymrwymiad ymhlith partneriaid aml-rhyngasiantaethol. Bydd y Bwrdd Partneriaeth Gweinidogol yn goruchwyllo gwaith sawl is-ffrwd, gan gynnwys: 'aflonyddu ar y stryd / diogelwch mewn mannau cyhoeddus'; 'aflonyddu yn y gweithle'; 'taclo tramgwyddo / newid ymddygiad' a 'chomisiynu cynaliadwy'. Yn dilyn galwadau gan Gomisiynydd Pobl Hŷn Cymru, mae Llywodraeth Cymru bellach wedi cytuno i sefydlu is-ffrwd sy'n canolbwyntio'n benodol ar 'Bobl hŷn a VAWDASV'. Rhagwelir y bydd yr is-ffrwd hon yn darparu cyfleoedd hanfodol ar gyfer codi ymwybyddiaeth o'r materion a'r heriau penodol y mae pobl hŷn sydd mewn perygl o, neu'n profi VAWDASV, yn eu hwynebu a sicrhau bod anghenion pobl hŷn yn cael eu cydnabod yn benodol mewn meysydd eraill o ddatblygu polisi (er enghraifft wrth gomisiynu gwasanaethau VAWDASV arbenigol).

Mae'n bwysig cydnabod bod cam-drin domestig yn un elfen o'r cam-drin y gall pobl hŷn ei brofi a bod pobl hŷn yn gallu profi gwahanol fathau o gam-drin gan y rheini nad oes ganddyn nhw berthynas bersonol â nhw. Felly, mae polisi VAWDASV a pholisi Llywodraeth Cymru sy'n ymwneud â phobl hŷn, yn delio â materion sy'n ymwneud â 'cham-drin pobl hŷn' (gan gynnwys cam-drin domestig). Wrth gwrs, mae'n bwysig bod y gwahanol feysydd polisi hyn yn cael eu cyfuno er mwyn helpu i sicrhau bod y polisiâu'n cael eu gweithredu'n effeithiol.

Er enghraifft, mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi ei 'Strategaeth ar gyfer Cymdeithas Sy'n Heneiddio'¹. Mae'r Strategaeth yn cydnabod yr anghydraddoldebau cymdeithasol, dwfn y mae llawer o bobl hŷn yn eu hwynebu (a amlygwyd gan bandemig Covid-19), ac yn gwneud ymrwymiad i fynd i'r afael â'r rhwystrau sy'n atal rhai pobl hŷn rhag byw'n dda o fewn cymdeithas. Yn hollbwysig, mae'r Strategaeth yn cydnabod niwed sylweddol pob math o gam-drin ar fywydau pobl hŷn ac yn gwneud ymrwymiad i weithio gyda'r Comisiynydd Pobl Hŷn ac eraill, i lunio 'Cynllun Gweithredu Cenedlaethol i Atal Cam-drin Pobl Hŷn', y mae drafft ohono bellach wedi'i gyhoeddi ar gyfer ymgynghoriad.

1 Cymru o blaid pobl hŷn: ein strategaeth ar gyfer cymdeithas sy'n heneiddio | LLYW.CYMRU [Cyrchwyd 08/07/22].

Darganfyddiadau

Natur, graddfa, a maint cam-drin dynion hŷn

Mae nodi natur, graddfa, a maint cam-drin dynion hŷn yn heriol

Fel nodwyd yn y llenyddiaeth, mae'n anodd nodi natur, graddfa, a maint y cam-drin yn erbyn dynion hŷn. Mae data am niferoedd y bobl hŷn sy'n profi cam-drin yn brin, ac mae'r data sy'n bodoli yn anghyson. Ategodd gyfweiliadau rhanddeiliaid a darparwr gwasanaeth darganfyddiadau hyn. Nodwyd bod gwahaniaethau rhwng dulliau asiantaethau o gofnodi a chategoreiddio cam-drin domestig yn ei gwneud hi'n anodd cydnabod i ba raddau y mae'n bodoli yn erbyn dynion hŷn.

“Rydym wedi cael problem o ran nifer yr achosion a mesur nifer yr achosion ... Bydd [asiantaethau] yn rhestru meysydd emosiynol, corfforol, rhywiol, seicolegol a phum maes penodol, ond dydyn nhw ddim hyd yn oed yn sôn am reolaeth drwy orfodaeth ... Mae'r systemau rheoli data ar draws gwahanol awdurdodau lleol ac ar draws yr heddlu, maen nhw i gyd yn wahanol, dydyn nhw ddim yn siarad â'i gilydd, a dydyn nhw ddim yn dadgyfuno'r data.”

Rhanddeiliaid / darparwr gwasanaeth

Mater pellach a gododd rhanddeiliaid a darparwyr gwasanaethau oedd bod Arolwg Troseddau Cymru a Lloegr yn cynnwys pobl hyd at 74 oed yn unig, tan yn ddiweddar. Fe wnaethan nhw hefyd dynnu sylw at y ffaith nad oedd data manwl yn ymwneud â natur, graddfa a maint y cam-drin yn erbyn dynion hŷn ar gael yn gyhoeddus ac weithiau dim ond trwy geisiadau Rhyddid Gwybodaeth y gellir ei gael.

Mae'r diffyg diffiniad y cytunwyd arno o unigolyn “hŷn”, gwahanol ddiffiniadau o “gam-drin”, a than-adrodd cam-drin yn cymhlethu pellach y broses o nodi pa mor gyffredin yw cam-drin yn erbyn dynion hŷn, yn ôl y llenyddiaeth (Baker et al., 2016), a'r rhanddeiliaid a darparwyr gwasanaeth a gyfwelwyd.

“Beth mae dyn ‘hŷn’ yn ei olygu?... Dydyn ni ddim yn coladu'r wybodaeth honno. Ond fydddech chi'n dosbarthu dyn hŷn fel gwahanol oedrannau i ddynes hŷn? [sic.] ... Bydd gan wahanol asiantaethau ddiffiniadau gwahanol... Mae grwpiau iau yn cael eu dosbarthu, felly pam na fyddai'r un peth yn wir i'r unigolyn hŷn? Mae angen oed safonol arnon ni fel bod pobl yn gallu bod yn gweithio tuag at yr un nod. Mae angen iddo fod yn gyfatebol.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Caiff cam-drin dynion hŷn ei dan-adrodd

Gan adleisio darganfyddiadau'r adolygiad llenyddiaeth, roedd y rhan fwyaf o randdeiliaid a darparwyr gwasanaethau yn teimlo ei bod yn anodd deall natur, graddfa, a maint cam-driniaeth dynion hŷn ar hyn o bryd. Credid yn bennaf bod hyn oherwydd tan-adrodd oherwydd y ffactorau rhyng-gysylltiedig canlynol:

Stigma, cywilydd, ac embaras. Roedd hyn yn gysylltiedig â safbwyntiau mwy traddodiadol am wrywod

“Mae dynion yn cael eu nodweddu fel unigolion sydd heb fregusrwydd. Y naratif o gwmpas dynion yw eu bod yn gymwys ac yn abl. Mae'n un o'r pethau y mae dioddefwyr gwrywaidd ar draws y sbectwm oedran yn ei wynebu fel her; bod disgwyl iddyn nhw fod yn iawn yn draddodiadol a gallu ymdopi a bod cael eich targedu am gam-driniaeth yn fynegiant o fregusrwydd.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Nid yw goroeswyr yn sylweddoli eu bod yn profi cam-drin

“Dwi dal ddim 100% yn siŵr ei bod yn cael ei chydabod ... os... roedd fy mam wedi ymosod ar fy nhad, fyddai fy nhad heb gydnabod hynny fel cam-drin domestig. Bydde fe jyst yn meddwl bod e'n rhywbeth oedd wedi digwydd, a busnes neb arall oedd e.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Ofn hollti teuluoedd, cael aelodau o'r teulu mewn trwbl, a / neu golli mynediad i blant. Dywedwyd bod hyn (fel yn achos rhai ffactorau eraill) yn arwain goroeswyr i ddal yn ôl rhag datgelu cam-drin nes iddo ddod yn ddifrifol iawn.

“Os aelod o'r teulu sy'n eu cam-drin, fe fyddan nhw'n gwneud popeth o fewn eu gallu i'w diogelu. Y cyfan maen nhw eisiau yw'r cam-drin i stopio ... Maen nhw'n ofni y byddan nhw'n colli eu plant os ydyn nhw'n datgelu. Y rhan fwyaf o'r amser byddai dynion yn amddiffyn y cam-driniwr nes ei fod yn mynd mor ddrwg nad ydyn nhw'n gallu ymdopi mwyach.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Dibyniaeth ar y tramgwyddwr ar gyfer gofal, sy'n gysylltiedig â chael llai o gyfle a / neu allu i roi gwybod am gam-drin. Gwelwyd bod y rôl gofalu yn cuddio cam-drin gan rai rhanddeiliaid a darparwyr gwasanaethau.

“Os oes gennych chi bartner sy'n abl yn gorfforol ac mae eich gallu'n lleihau, byddan nhw... yn cael ei drin fel y gofalwr. Mae hynny'n creu rhwystr i chi wrth ofyn am help, oherwydd yn y bôn nhw yw eich drws i'r byd.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Stori Clive

Cafodd Clive, sy'n byw yng Nghymru ac sydd yn ei 60au hwyr, ei gam-drin yn seicolegol, yn emosiynol, yn ariannol ac yn gorfforol gan ei wraig drwy gydol eu 30 mlynedd o briodas.

Nid oedd Clive yn gallu cael gafael ar gymorth lloches priodol y tu allan i oriau pan adawodd ei wraig am y tro cyntaf. Roedd hyn yn golygu bod yn rhaid iddo ddychwelyd at ei wraig, ond fe adawodd go iawn pan roedd mewn sefyllfa o berygl uniongyrchol.

Aeth Clive i dŷ ffrind i ddechrau. Dywedodd ei ffrind wrtho am gysylltu â Gwasanaeth Tai Brys yr Awdurdod Lleol. Cafodd ei roi mewn hostel dros dro lle'r oedd yn teimlo'n ddiogel. Pan oedd yn chwilio am lety mwy parhaol, cynigiwyd llety iddo tua 100 milltir i ffwrdd i ddechrau, rhywle nad oedd yn gallu ei gyrraedd gan nad oedd ganddo'r arian na'r cludiant i fynd yno.

Rhoddodd wybod i'r heddlu am y cam-drin hefyd, a dywedodd eu bod yn arbennig o barod eu cymwynas: roedden nhw'n gwrando ac yn ei gredu, yn holi am ei les tra'r oedd yn aros yn yr hostel ac yn cynnig arestio ei gyn-wraig.

Rhwystrau a heriau

Y prif rwystr a oedd yn atal Clive rhag gofyn am gymorth oedd yr ofn o beidio â chael ei gredu. Rhwystr arall oedd peidio â chael mynediad i ffôn na'r rhyngwyd gartref i'w alluogi i ddatgelu'r gamdriniaeth neu ofyn am gymorth.

Hefyd, nid oedd erioed wedi gweld cefnogaeth i ddynion sydd wedi goroesi camdriniaeth yn cael ei hysbysebu mewn manau cyhoeddus – felly nid oedd yn gwybod ble i fynd i gael help ar ôl iddo adael ei gartref. Canfu hefyd nad oedd gan wasanaethau ddigon o adnoddau i gefnogi dynion hŷn sydd wedi goroesi.

Gwella cefnogaeth

Mae Clive yn teimlo bod angen mwy o hysbysebion a rhai gwell yn benodol ar gyfer dynion hŷn i'w hannog i ddatgelu eu bod yn cael eu cam-drin.

Mae hefyd yn teimlo y dylai fod 'gwasanaeth achub' ar waith fel bod y rhai sy'n gadael yn sydyn yn cael lloches ddiogel lle nad yw'r sawl sy'n eu cam-drin yn gallu dod o hyd iddyn nhw.

Mae Clive hefyd yn argymhell y dylai asiantaethau cymorth gael hyfforddiant arbenigol i sicrhau bod ganddynt y wybodaeth, y sgiliau a'r profiad priodol i ganfod cam-drin, ac i gefnogi dynion hŷn heb gamddealltwriaeth na barn.

Mae rhagor o fanylion am brofiadau Clive ar gael yn yr astudiaeth achos lawn ar dudalen 44.

Gwasanaethau ddim yn datgelu cam-drin oherwydd rhagdybiaethau neu ragfarn

“Dydy pobl ddim wir yn deall y syniad o gam-drin domestig yn erbyn pobl hŷn nac yn ei weld fel agwedd ar gam-drin domestig. Mae pobl hŷn yn dal i gael eu gweld mewn safbwyntiau oedraniaethol mewn sawl ffordd ac yn cael eu hystyried fel y dioddefwr delfrydol, ond hefyd nid fel grŵp dioddefwyr sydd angen sylw.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Ofn colli sicrwydd ariannol

“Yr ofn o golli popeth maen nhw wedi gweithio amdano. Gyda lot o'r bobl hŷn ry'n ni wedi siarad â nhw, mae ganddyn nhw oes o bethau maen nhw wedi eu hadeiladu a cholli popeth sydd yno.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Mae cam-drin dynion hŷn yn amlweddog

Dywedodd y rhanddeiliaid a darparwyr gwasanaeth a gafodd eu cyfweld mai cam-drin ariannol a chorfforol, rheolaeth drwy orfodaeth, ac esgeulustod yw'r mathau mwyaf cyffredin o gam-drin a adroddwyd arno gan ddynion hŷn, neu ar eu rhan. Tynnodd un sylw at yr angen i ystyried y gwahaniaeth rhwng cam-drin domestig dynion hŷn sy'n fwriadol ac wedi'i gynllunio, a hynny sy'n deillio o straen gormodol ar deuluoedd. Mae'r ddau yn anghywir, dywedwyd, ond mae cydnabod y gwahaniaethau hyn yn dylanwadu ar y mathau o ddulliau o weithredu y dylid eu dilyn i gefnogi goroeswyr a'u teuluoedd.

“Mae'n rhaid i chi feddwl am gam-drin mewn dwy ffordd; y cam-drin sy'n ystrywgar, yn fwriadol, wedi'i gynllunio, yn orfodaethol; [a] y sefyllfaoedd anoddach, heriol, anffodus â straen a phwysau a chyfrifoldebau gofalu ... Mae'r cam-drin a allai ddigwydd yno yn anfwriadol, ond mae'n dal i ddigwydd... Dyw'r cymhlethdodau byth yn dod i ben, ac mae'n anodd iawn ond mae 'na opsiynau a phethau y gellir eu gwneud. Dydy'r ffaith ei bod hi'n anodd ddim yn golygu na ddylen ni geisio helpu.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Roedd pob un ac eithrio un o'r goroeswyr a gafodd eu cyfweld ar gyfer y prosiect hwn wedi profi sawl math o gam-drin, gan amlaf cyfuniad o ymddygiad rheolaethol, gorfodaethol, treisgar, neu fygythiol; a cham-drin ariannol, corfforol, emosiynol a seicolegol. Dim ond un oedd wedi profi cam-drin rhywiol (ynghyd â mathau eraill o gam-drin), ac un arall wedi profi cam-drin corfforol yn unig. Ymhob achos ond un, gwraig neu gyn-wraig y goroeswr oedd y tramgwyddwr. Yn yr achos sy'n weddill, mab y goroeswr oedd y tramgwyddwr.

Amlinellir isod enghreifftiau o'r gwahanol fathau o gam-drin a brofodd y goroeswyr a gafodd eu cyfweld:

Ymddygiad rheolaethol, gorfodaethol, treisgar, neu fygythiol

Roedd hyn yn aml yn cynnwys tramgwyddwyr yn ynysu goroeswyr o'u ffrindiau, eu teulu, a'u plant; eu hatal rhag defnyddio'r ffôn neu'r rhyngwyd neu graffu ar eu defnydd o'r ffôn a'r rhyngwyd; bygwth niweidio eu hunain neu bobl eraill oni bai bod goroeswyr yn cydymffurfio â'u dymuniadau; difrodi neu ddinistrio eiddo; ac adrodd ar gam am oroeswyr i'r heddlu am ymosod.

“Roedd yn rhaid i mi dorri cysylltiad â’r teulu i gyd ac felly doedd fy rhieni ddim yn y llun ... Faint o weithiau mae’r plant wedi fy ffonio i ddweud, ‘Mae angen i ti ddod adref. Mae Mam yn ceisio lladd ei hun os na fyddi di’n dod adre’... Roedd y cwbl yn rheolaethol iawn.”

Goroeswr

Cam-drin ariannol

Yn aml, roedd cyflogau goroeswyr yn cael eu talu’n uniongyrchol i gyfrifon banc tramgwyddwyr, gan adael goroeswyr yn brin o arian byth a hefyd. Hefyd roedd tramgwyddwyr yn trefnu bod eiddo ac asedau yn cael eu trosglwyddo iddyn nhw heb wybodaeth na chaniatâd goroeswyr.

“Yn y diwedd, pan dwi’n gweithio’r cwbl allan, fe wnaeth [y tramgwyddwr] gymryd £536,000 gen i. Erbyn hyn, dwi £40,000 mewn dyled a dwi heb weithio ers tair blynedd. Mae ganddi ein cartref [ac] mae ganddi dŷ â phedair ystafell wely hefyd... a dwi’n byw mewn fflat nad yw’n eiddo i mi.”

Goroeswr

Cam-drin corfforol

Adroddodd goroeswyr eu bod wedi cael eu brifo’n gorfforol gan dramgwyddwyr, yn aml o ddifrif ac o flaen eu plant.

“Roedd fy iPad ymlaen, ac roedd yn wynebu’r bwrdd, felly doedd hi ddim yn gwybod fy mod i’n ei recordio ar fideo... Sefais i fyny efo fo a dweud wrthi fy mod i’n ei recordio ac rydych chi’n ei gweld yn hyrddio ar draws y bwrdd, ond mae’r iPad yn mynd i fyny yn yr awyr, a dydych chi ddim yn ei gweld hi’n fy mhwnio yn fy wyneb ac yna’n codi’r gwpan ac yn stopio’i hun rhag ei thorri yn erbyn fy mhen.”

Goroeswr

Cam-drin emosiynol a seicolegol

Disgrifiodd goroeswyr eu bod yn cael eu gwaradwyddo, eu bychanu, eu hafionyddu, a’u bygwth gan eu tramgwyddwyr.

“Y ffordd fyddwn i’n ei ddisgrifio fe, yw ei fod fel byw â’r bwli ysgol gwaethaf. Allech chi byth ddianc rhagddo. Byddai hi’n fy mychanu am y ffordd dwi’n siarad, y ffordd dwi’n edrych, y ffordd dwi’n cerdded, â phwy dwi’n cysylltu.”

Goroeswr

Gorfodaeth / cam-drin atgenhedlu

Adroddodd goroeswyr am gael eu taer gymell i gael plentyn yn erbyn eu hewyllys. Mewn un achos, cafodd hyn ei gyfuno â cham-drin rhywiol.

“Cefais fy nghloi mewn ystafelloedd a chael fy ngham-drin yn rhywiol â gwrthrychau ... Cefais fy nhrefisio a chenhedlu fy mhedwerydd plentyn...”

Goroeswr

Amlygodd nifer fach o randdeiliaid a darparwyr gwasanaeth hefyd fod rhai o'r dynion hŷn y maen nhw'n eu cefnogi neu wedi'u cefnogi yn profi "cam-drin o chwith", lle'r oedd dynion wedi cyflawni cam-drin gynt, ond eu bod wedi dod yn ddiweddefwyr yn ddiweddarach yn eu bywydau.

Efallai bod cam-drin dynion hŷn yn cynyddu

Er gwaethaf cydnabod diffyg data clir o ran tueddiadau tystiolaeth, roedd y rhan fwyaf o randdeiliaid a darparwyr gwasanaeth gafodd eu cyfwrdd yn teimlo bod cam-drin ymhlith dynion hŷn yn fwy cyffredin nag sy'n cael ei sylweddoli, ac ar gynydd.

"Wrth i bobl fynd yn hŷn a derbyn mwy o driniaeth feddygol, [mae] cynnydd yn nifer y dioddefwyr gwrywaidd mewn cyfrannedd â'r dioddefwyr benywaidd. Os edrychwch chi ar bobl o dan 55-60 oed, rydych chi'n gweld cyfran llawer uwch o ferched i ddynion, ac os edrychwch chi ar yr ystod dros 60 oed, mae nifer y dynion sy'n profi cam-drin yn cynyddu. Dyna fu ein profiad ni a'r profiad o... gwledydd eraill."

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Cafodd y canfyddiad hwn ei ategu gan rai goroeswyr, a'i cysylltodd yn bennaf â'r cywilydd a'r stigma sy'n gysylltiedig â datgelu a thrafod cam-drin.

"Rwy'n eithaf argyhoeddedig bod cam-drin yn digwydd i ddynion lawer iawn mwy nag yr ydym yn clywed amdano oherwydd bod dynion, a dweud y gwir, mewn embaras i siarad amdano."

Goroeswr

Ffactorau risg a ffactorau amddiffynnol

Myfyriodd rhanddeiliaid a darparwyr gwasanaethau ar ba ffactorau all gynyddu a lleihau'r tebygolrwydd y byddai dynion hŷn yn cael eu cam-drin. Roedd y rhan fwyaf o ffactorau'n gysylltiedig â rhwystrau i adrodd ac i gael mynediad at wasanaethau, ac yn cynnwys:

Anabledde neu salwch corfforol a meddyliol

"Mae pobl sy'n byw ar ôl ymddeol, o dan yr un to, ac yn profi heriau fel anghenion iechyd annisgwyl neu salwch cronig, lle mae'n rhaid iddyn nhw gymryd rhan mewn gofal personol ag unigolyn ... yn gallu cynyddu'r tebygolrwydd o fregusrwydd a cham-drin yn y lleoliad hwnnw."

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Ynysigrwydd cymdeithasol

"Eu cymorth gan gymheiriaid ydyw a faint o'u ffrindiau sy'n dal yn fyw. P'un a oes ganddyn nhw deuluoedd mawr. Eu lleoliad hefyd a'r cyfleusterau sydd ganddyn nhw o gwmpas. Cael llawer o bethau i fynychu a gwneud gerllaw; bowlio, llengoedd, canolfannau cymunedol."

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Stori Siôn

Mae Siôn yn ei 50au hwyr ac yn byw yng Nghymru. Mae'n cael ei gam-drin yn gorfforol, yn emosiynol ac yn eiriol gan ei fab. Roedd yn rhaid i Siôn ffonio'r heddlu pan gafodd ei fygwth gan ei fab â chylllell, a chyrhaeddodd yr heddlu o fewn hanner awr i'w helpu. Cadwodd yr heddlu fanylion y sefyllfa ar ffeil, a oedd yn golygu eu bod yn gallu ymateb yn gyflym i ddigwyddiadau diweddarach.

Ni ddangosodd mab Siôn fawr o edifeirwch a chafodd y teulu eu hatgyfeirio at y gwasanaethau cymdeithasol. Fe wnaethon nhw roi cyngor defnyddiol i Siôn ar sut i ddelio'n well ag ymddygiad ei fab a'i gyfeirio at nifer o gyrsiau ar-lein sy'n cael eu rhedeg gan elusen leol, a oedd yn rhoi sylw i strategaethau ymdopi a datblygu plant. Roedd un cwrs penodol – Blame it on the Brain – yn ddefnyddiol iawn.

Hefyd, atgyfeiriodd y Gwasanaethau Cymdeithasol ei fab i gael ei asesu gan Wasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS). Fodd bynnag, ni aeth hyn ymhellach gan fod ei fab wedi gwrthod cydweithredu.

Rhwysterau a heriau

Yr her fwyaf a wynebodd Siôn oedd y ffaith bod ei fab yn gwrthod cydweithredu â'r gwasanaethau, a oedd yn cyfyngu ar yr opsiynau cymorth a oedd ar gael.

Roedd Siôn hefyd yn poeni ei fod ef ei hun ar fai i ryw raddau gan ei fod wedi gwrthod cynnig yr heddlu i arestio ei fab gan nad oedd eisiau i'w fab fod mewn trwbwl. Teimlodd y gallai noson mewn cell yr heddlu fod wedi gwneud i'w fab ystyried a chymryd cyfrifoldeb dros ei ymddygiad.

Gwella cefnogaeth

Ar y cyfan, roedd Siôn yn teimlo bod y gwasanaethau priodol ar gael i'w helpu, ond fel y nodwyd uchod roedd yr opsiynau a oedd ar gael i ddal ei fab i gyfrif am y cam-drin yn gyfyngedig.

Dywedodd hefyd byddai mwy o gymorth gan gymheiriaid yn ddefnyddiol i rieni sy'n cael eu cam-drin gan eu plant – boed hynny naill ai drwy gwblhau'r cyrsiau ar-lein, neu drwy grwpiau cymorth, er mwyn i bobl allu rhannu eu profiadau a dysgu o brofiadau pobl eraill.

Mae rhagor o fanylion am brofiadau Siôn ar gael yn yr astudiaeth achos lawn ar dudalen 53.

Hanu o gefndir lleiafrifol ethnig

“Efallai bod gan grwpiau [lleiafrifoedd ethnig] bryderon am fewnfudo, mynd tuag at awdurdodau.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Bod yn LHDTC+

“Dynion LHDT+, yn enwedig os ydyn nhw’n ddynion hŷn, efallai eu bod nhw wedi tyfu i fyny’n ofni’r heddlu ... ofnau hyd yn oed ynghylch defnyddio’r GIG oherwydd diffyg dealltwriaeth o gwmpas ... materion hoyw ... ni atebwyd materion trawsryweddol o gwbl ... mae hynny’n stigma maen nhw wedi bod yn byw ag ef trwy gydol eu bywyd, fydd yn eu gwneud nhw’n llai tebygol o fynd i gael mynediad i wasanaethau cymorth.”

Rhanddeiliaid / darparwr gwasanaeth

Incwm isel neu amddifadedd ariannol

“Y rheiny sydd ag incwm ac adnoddau isel iawn: mae hynny’n rhoi llai o lwybrau dianc iddyn nhw [sic.] ... Os nad oes gennych lwybr dianc, yna bydd y cam-drin yn parhau oherwydd nad oes gennych ddewis ond aros.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Dywedodd nifer o randdeiliaid a darparwyr gwasanaethau y bydd codi ymwybyddiaeth a sicrwydd y byddan nhw’n cael eu cymryd o ddifrif a’u cefnogi pan fyddan nhw’n datgelu cam-drin yn helpu i amddiffyn dynion hŷn rhag erledigaeth a’u hannog i adrodd arno, yn ôl sawl rhanddeiliaid / darparwr gwasanaeth.

“Gadael iddyn nhw wybod ei fod yn iawn i beidio â bod yn iawn. Gallwch godi llais; dylet ti allu cael dy drin yn dda. Ni ddylet ti gael dy amharchu. Addysg o’i gwmpas.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Roedd hyfforddiant ac addysg i ganfod a herio cam-drin hefyd yn cael ei ystyried yn hanfodol wrth atal dynion hŷn rhag dod yn ddiodefwr. Dylai staff a chyflogwyr gwasanaethau allu canfod cam-drin domestig a deall prosesau atgyfeirio ar gyfer gwasanaethau cymorth, a dylid gwneud y cyhoedd yn fwy ymwybodol o sut i ganfod ymddygiad o’r fath tuag at ddynion hŷn, dywedwyd. Ar ben hynny, dylai darparwyr gwasanaethau addysgu pobl ifanc i hyrwyddo perthnasoedd iach a herio’r naratif ynghylch cam-drin domestig.

“Mae un o’n darparwyr gwasanaeth ... wedi dechrau gwneud gwaith â phobl ifanc iawn o 11-12 oed i fyny, lle maen nhw mewn perthnasau difriol ... Os byddwn ni’n allweddol i addysgu pobl ifanc bod y ddau ohonoch chi’n agored i ddiodef y math yna o gam-drin...”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Yn unol â'u hadborth bod dynion hŷn sy'n ynysig yn gymdeithasol mewn mwy o berygl o gael eu cam-drin, roedd rhanddeiliaid / darparwyr gwasanaeth yn teimlo bod y rheiny sydd â rhwydweithiau cymdeithasol mwy datblygedig yn llai tebygol o fod yn ddioddefwyr. Dywedwyd bod dynion hŷn sydd â chefnogaeth gymdeithasol well yn llai agored i niwed, ac yn cael mwy o gyfle i ddatgelu a cheisio cefnogaeth am gam-drin, na'r rheiny sy'n fwy ynysig.

“Rhywun sy'n dal i gymryd rhan... yn meddu ar swydd neu mewn gweithgareddau cymunedol, chwaraeon, mynd i'r lleoliad cymdeithasol lleol. Mae'r peth yna am gael eich cysylltu yn hytrach na bod yn ynysig yn bendant yn ffactor amddiffynnol.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Rhwystrau a heriau y mae goroeswyr gwrywaidd hŷn yn eu hwynebu wrth gael mynediad at wasanaethau

Nododd goroeswyr a rhanddeiliaid / darparwyr gwasanaeth amrywiaeth o rwystrau a heriau y mae dynion hŷn yn eu hwynebu wrth gael mynediad i wasanaethau. Roedd y rhain yn aml yn gorgyffwrdd â'r rhesymau a roddwyd am dan-adrodd cam-drin, fel y trafodwyd mewn manau eraill yn yr adroddiad hwn.

Mae dynion hŷn yn aml yn gyndyn o adrodd am gam-drin a chwilio am gefnogaeth

Dywedodd rhai rhanddeiliaid a darparwyr gwasanaeth bod amharodrwydd i roi gwybod am gam-drin yn rhwystr cyffredin y mae dynion hŷn sy'n profi cam-drin yn ei wynebu. Roedd y rheiny gafodd eu cyfweld yn cysylltu hyn â'r materion a nodwyd isod, a godwyd hefyd yn y llenyddiaeth (e.e., Bates, 2020; Hogan et al., 2021; Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru a Llywodraeth Cymru, 2019; Wydall a Zerk, 2017).

Disgwyl i beidio â chael eu credu, cael eu gwawdio, neu eu barnu

Y rhwystr cyntaf yw'r un yn eu pennau. Bod yn barod i ofyn a chredu y bydd rhywun yn eich credu. Yr ail rwystr fydd cael eich credu mewn gwirionedd. Mae ganddyn nhw amheuaeth ac yna pan fyddan nhw'n cymryd y naid o'r diwedd, ac roedden nhw'n iawn... dydyn nhw ddim yn cael eu credu. Gall hynny yrru rhywun yn ôl i sefyllfa ddifriol oherwydd eu bod yn meddwl... 'Fe wnes i wynebu'r perygl, a does dim byd'.

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Teimladau o gywilydd neu stigma, yn aml yn gysylltiedig â'r ffaith fod y tramgwyddwr yn fenywaidd

“Am gyfnod hir, wnes i ddim trio cael mynediad at unrhyw beth, yn rhannol oherwydd fy mod i'n gwadu ac yn teimlo embaras, yn enwedig oherwydd ei bod yn ddynes. O'n i'n teimlo'n gaeth.”

Goroeswr

Ofn dial gan eu cam-driniwr

“Penderfynais i beidio [ag adrodd i'r heddlu am y cam-drin] oherwydd... o'n i jyst eisiau cael popeth wedi'i sortio ac o'n i'n meddwl bydde hynny jyst yn procio pethau a jyst yn codi ei gwrychyn.”

Goroeswr

Pryder am wasanaethau neu ddrwgdybiaeth ohonyn nhw

Dywedodd nifer fach o oroeswyr fod ganddyn nhw brofiad cyfyngedig o ymgysylltu â gwasanaethau statudol, felly roedden nhw'n teimlo'n bryderus wrth geisio cael gafael ar gymorth ganddyn nhw.

“Pan ges i gefnogaeth am y tro cyntaf, roedd yn hynod o frawychus, a bu'n rhaid i mi gael llawer o sicrwydd.”

Goroeswr

Roedd rhai rhanddeiliaid a darparwyr gwasanaeth yn credu bod hyn yn arbennig o amlwg ymhlith dynion hŷn o gefndiroedd LHDTC+.

“Un o'r meysydd anoddaf ydi os ydych chi hefyd yn LHDTC+, ac rydych chi mewn sefyllfa lle rydych chi'n profi cam-drin domestig ac mae yna ymateb gan yr heddlu. Oherwydd... fe gawsoch chi eich magu mewn cyfnod pan oedd bod yn hoyw o bosib yn drosedd... mae 'na amharodrwydd go iawn... i ofyn am gymorth gan yr heddlu... Er y gallai rhai ohonyn nhw ymgysylltu â'r swyddogion cyswllt LGBTQ+, maen nhw'n tueddu i dynnu'n ôl cyn gynted ag y maen nhw'n teimlo eu bod nhw efo rhywun nad ydyn nhw'n LHDTC+ ac sy'n methu uniaethu â'u profiadau.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Ddim eisiau cael eu cam-driniwr i drwbwl

“Efallai fy mod i ar fai hefyd oherwydd doeddwn i ddim eisiau [yr heddlu] i'w arestio pan osododd arna i â chylllell... Dylwn i fod wedi rhoi gwybod i'r heddlu amdano. Petai o wedi cael noson mewn cell neu rywbeth yna... ”

Goroeswr

Ddim eisiau bod yn faich nac yn achos pryder

“Dwi'n meddwl ei fod o'n beth cenhedlaethol hefyd i beidio â bod eisiau bod yn broblem. Ni fydd llawer o bobl hŷn yn mynd at y meddyg teulu os byddan nhw'n sâl. Fyddan nhw ddim yn mynd i'r adran DacAB, dydyn nhw ddim yn codi llais: maen nhw jyst yn trio delio â phethau eu hunain.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Pryderon am symud i ffwrdd o'r ardal leol. Gallai hynny arwain at golli lleoedd ar restrau aros y GIG, yn ôl un rhanddeiliaid / darparwr gwasanaeth.

“Os yw rhywun yn aros yn hirdymor ar restr aros am ddarpariaethau iechyd ar gyfer pethau fel llawdriniaethau ac rydym yn eu symud nhw allan o ardal, mae hynny'n mynd i fod yn rhwystr arall.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Mae dynion hŷn yn cael trafferth derbyn eu bod yn ddiodefwr cam-drin

Dyweddodd nifer o randdeiliaid, darparwyr gwasanaethau, a goroeswyr fod rhwystr sy'n aml yn atal goroeswyr gwrywaidd hŷn rhag adrodd am gam-drin a chael mynediad at gymorth yw cydnabod a derbyn eu bod yn cael eu cam-drin yn y lle cyntaf.

“Doedd rhai dynion, fel fi, ddim yn sylweddoli beth oedd yn digwydd ac mewn gwirionedd eich bod wedi cael eich cam-drin yn emosiynol ac wedi dioddef ymddygiad gorfodaethol a rheolaethol; i gael esboniad am ddibwyllo ac am fondiau trawma.”

Goroeswr

Efallai bod hyn yn arbennig o amlwg ymhlith dynion hŷn o gymunedau LHDTTC+ a lleiafrifoedd ethnig, yn ôl rhai rhanddeiliaid a darparwyr gwasanaeth.

“Os ydyn ni'n ei chael hi'n anodd cofnodi'r hyn y gallech chi ei alw'n brif ffrwd, beth am bobl ar y llinellau ochr? A oes digon o ymwybyddiaeth yn y cymunedau hyn? Ydyn ni'n rhannu'r neges ar led? Ydy'r bwch yn yr addysg yn y cymunedau yma?”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Nid yw dynion hŷn yn gwybod pa gefnogaeth sydd ar gael

Dyweddodd nifer o oroeswyr nad oedden nhw'n gwybod, i ddechrau, ble na sut i gael gafael ar gymorth ar gyfer y cam-drin yr oedden nhw'n ei brofi. Roedd rhai yn cysylltu hyn â nhw'n “cuddio i ffwrdd” neu'n teimlo'n anobeithiol neu'n ddiymadferth o ganlyniad i'w trawma.

“Am y cwpl o fisoedd cyntaf ... Doedd gen i ddim yr egni neu doeddwn i ddim yn gwybod beth i'w wneud na phwy i droi ato. Doeddwn i ddim yn gwybod a oedd unrhyw help.”

Goroeswr

Gan adleisio adborth goroeswyr, roedd y rhan fwyaf o randdeiliaid a darparwyr gwasanaeth a gafodd eu cyfweid yn teimlo nad yw rhai dynion hŷn yn gwybod am y gwasanaethau sydd ar gael i'w cefnogi oherwydd hysbysebu a hyrwyddo sy'n ddiffygiol neu'n amhriodol - gan eu gadael yn teimlo eu bod ar eu pennau eu hunain.

Adlewyrchwyd y canfyddiad hwn hefyd yn y llenyddiaeth, a nododd mai anaml y bydd ymgyrchoedd codi ymwybyddiaeth, hyrwyddiadau a'r cyfryngau yn canolbwyntio ar, neu'n cynnwys, profiadau pobl hŷn yn eu delweddau neu iaith, gan ganolbwyntio yn hytrach ar ddiodefwr a thramgwyddwyr iau. Mae hyn wedi arwain at y dybiaeth nad yw gwasanaethau cymorth cam-drin yn darparu ar gyfer anghenion dioddefwr hŷn a diffyg cydnabyddiaeth o'r ffyrdd y gellir effeithio ar bobl hŷn, gan achosi i lai o bobl hŷn chwilio am gymorth a chyngor (Barry a Bowen-Davies, 2021).

Fel y nodwyd eisoes, gall namau neu anabledau olygu bod dynion hŷn yn llai abl i gael gwybod am gymorth a chael mynediad ato. Roedd y rheiny a gafodd eu cyfweld yn cysylltu hyn â pheidio â chael y symudedd i ddianc o'u cartref, diffyg llety priodol hygrych, a llai o allu gwneud penderfyniadau.

Nodwyd hefyd efallai na fydd dynion LHDTTC+ hŷn yn adnabod yr enfys neu ddelweddau gweledol ac eiconau eraill sy'n cael eu defnyddio gan gymunedau LHDTTC+, felly efallai nad ydyn nhw'n deall bod y gwasanaethau sy'n eu defnyddio yn eu deunydd marchnata yn briodol ar eu cyfer.

Roedd rhanddeiliaid, darparwyr gwasanaeth, a goroeswyr hefyd yn teimlo y gallai rhai dynion hŷn ei chael hi'n anodd darganfod pa gefnogaeth sydd ar gael iddyn nhw oherwydd nad ydyn nhw'n hyddysg mewn cyfrifiadura. Efallai y bydd eu cam-driniwr yn craffu ar eu symudiadau, galwadau ffôn, a'u defnydd o'r rhyngwyd ac yn cyfyngu'r rhain.

Yn aml, gwneir rhagdybiaethau am ddynion hŷn sy'n chwilio am gefnogaeth

Dywedodd nifer o oroeswyr eu bod yn teimlo eu bod yn cael eu barnu gan asiantaethau cymorth, neu fod rhagdybiaethau wedi'u gwneud am eu ffordd o fyw a/neu gyfeiriadedd rhywiol.

“Fe wnes i adrodd am y cam-drin i'r heddlu, ac yn llythrennol roedd gen i heddwas gwrywaidd ifanc yn eistedd yn fy nhŷ ac yn chwerthin arna i. Roedd yn ofnadwy.”

Goroeswr

Dywedodd un goroeswr mai dim ond pan oedd yn gallu darparu tystiolaeth ysgrifenedig gan ei feddyg teulu ei fod yn profi Anhwylder Straen Wedi Trawma (PTSD) o ganlyniad i'r cam-drin yr oedd wedi'i ddiodef y cafodd gynnig cefnogaeth.

Mae'n bwysig nodi, fodd bynnag, nad oedd y mathau hyn o brofiadau yn gyffredinol i'r goroeswyr: roedd rhai eraill wedi cael ymwneud mwy cadarnhaol â'r heddlu a gwasanaethau cyhoeddus eraill, a gymrodd y materion a godwyd o ddifrif a darparodd gyngor a chefnogaeth.

Amlygodd bron pob un o'r goroeswyr, rhanddeiliaid a darparwyr gwasanaeth a gafodd eu cyfweld hefyd fod rhagdybiaethau yn aml yn cael eu gwneud bod dynion yn dramgwyddwyr cam-drin, rhywbeth yr oedden nhw'n teimlo oedd yn cael ei barhau gan y cyfryngau, diffyg dealltwriaeth o fewn rhai asiantaethau cymorth, a barn cymdeithas ar bobl hŷn. Roedd nifer o oroeswyr hefyd wedi dod ar draws deunydd cyhoedduswydd a negeseuon yr oedden nhw'n teimlo eu bod yn atgyfnerthu'r farn hon.

“Mae'n fy ngwneud i'n sâl achos mae'n siarad â fi fel petawn i'n dramgwyddwr a dydw i ddim. Roedd yn teimlo'n anghywir. Roedd fel petai popeth i'r gwrthwyneb, ac nid oedd hyn o gymorth. Felly, i mi mae llawer o'r llenyddiaeth, deunyddiau a'r mantra yn dweud... mai dynion yw'r broblem. Dynion yw'r rhai treisgar a... y tramgwyddwr felly peidiwch â'u credu, a drwgdybiwch nhw, a gwrandewch arnyn nhw ond peidiwch â gwneud dim am y peth mewn gwirionedd... dyna fu fy mhrofiad byw.”

Goroeswr

A number of stakeholders / service providers also highlighted examples of men being ‘screened’ Tynnodd nifer o randdeiliaid / darparwyr gwasanaeth hefyd sylw at enghreifftiau o ddynion yn cael eu ‘sgrinio’ fel camdrinwyr posib wrth geisio cefnogaeth, rhywbeth yr awgrymon nhw y gallai atgyfnerthu’r farn hon.

“Mae [gwasanaethau cymorth] yn mynd trwy restr wirio [pan fydd goroeswyr gwrywaidd yn cysylltu â nhw]... mae’r cwestiynau fel, ‘Wyt ti wedi talu’r pwyth yn ôl? Wyt ti wedi codi dy lais? Wyt ti wedi dal arian yn ôl?’ Maen nhw’n cael eu barnu, fel bod modd eu symud i gategori tramgwyddwyr. Dyw hi ddim yn deg bod dynion yn cael eu sgrinio.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Fodd bynnag, dywedodd un rhanddeiliaid fod sgrinio dynion hŷn sy’n ymddangos fel dioddefwyr yn hanfodol i ganfod a oedden nhw hefyd yn cyflawni cam-drin er mwyn sicrhau eu bod yn gallu cael mynediad at y cymorth sydd ei angen arnyn nhw.

“Y peth gwaethaf... yw rhywun sy’n dod atoch ac yn dweud eu bod yn dioddef cam-drin domestig ac yna’n sydyn rydych chi’n sylweddoli tair neu bedair wythnos i lawr y llinell, maen nhw’n bod yn ddifriol. Mae yna wastad ffordd o wybod... mae gennym yr offer i’w wneud... does dim byd o’i le ar rywun sy’n dod a chael sgwrs ac yn sylweddoli efallai mai rhan o’r broblem mewn gwirionedd yw eu bod yn gwneud rhywbeth o’i le oherwydd yna mae angen gwasanaethau arnom i’w helpu i weithio drwy hynny.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Nododd rhai rhanddeiliaid a darparwyr gwasanaeth, er bod cynnydd wedi’i wneud tuag at ddelio â’r materion a’r rhagdybiaethau hyn, bod peth ffordd i fynd o hyd cyn iddyn nhw gael eu dileu yn gyfan gwbl.

“Mae’r rhagfarn ar sail oedran sylweddol, systemig yna sy’n golygu nad yw pobl yn gwrando ar ddynion hŷn, neu o reidrwydd yn poeni amdanyn nhw.”

Rhanddeiliad / Darparwr Gwasanaeth

Rhwystrau ehangach sy’n gallu atal dynion hŷn rhag ceisio cefnogaeth

Diffyg gwasanaethau cefnogi sydd wedi’u targedu at ddynion

Roedd cytundeb ar draws yr holl randdeiliaid a darparwyr gwasanaeth a gafodd eu cyfweld nad yw gwasanaethau cymorth yn canolbwyntio’n ddigonol ar anghenion dynion, yn enwedig dynion hŷn, ac awgrymwyd y gallai hysbysebu a chyhoeddusrwydd sydd wedi’u hanelu at ddynion hŷn, yn ogystal â gwasanaethau penodol yn benodol ar gyfer goroeswyr gwrywaidd, annog mwy o ddynion i geisio cymorth.

Dywedwyd hefyd bod diffyg data am ba mor gyffredin y mae cam-drin domestig yn erbyn dynion hŷn yn ei gwneud hi’n anoddach i alw gwasanaethau i gyfrif, sefydlu a yw agweddau ar eu darpariaeth yn effeithiol ac, yn y pen draw, dylunio gwasanaethau sy’n gallu diwallu anghenion dynion hŷn.

Stori James

Mae James, sy'n byw yng Nghymru ac sydd yn ei 60au hwyr, yn dioddef rheolaeth drwy orfodaeth ac mae'n cael ei gam-drin yn gorfforol, yn emosiynol ac yn seicolegol gan ei wraig. Mae hefyd wedi dioddef camdriniaeth/gorfodaeth atgynhyrchiol.

Gofynnod James am gefnogaeth ar ôl i'w wraig ei anafu'n ddifrifol, ond mae'n poeni y byddai gadael yn gwneud iddi golli ei thymher a niweidio ef neu'r plentyn.

Mae James wedi gofyn am gymorth emosiynol a chyfreithiol gan sawl sefydliad, gan gynnwys y Samariaid a Parents Matter, sydd wedi siarad ag ef pan oedd yn teimlo'n isel, ac sydd bellach yn ei helpu i gynllunio ei gamau nesaf ymlaen mewn bywyd.

Rhwystrau a heriau

I ddechrau, penderfynodd James beidio â gofyn am gymorth gan ei fod yn poeni nad yw gwasanaethau'n credu nac yn cymryd dynion sydd wedi goroesi o ddifrif, ac na fyddai'r gwasanaethau hyn yn gallu darparu ar gyfer ei anghenion fel dyn.

Wrth i'w wraig geisio rhyng-gipio ei negeseuon e-bost a'i alwadau ffôn, mae James hefyd yn teimlo bod rhwystrau posibl yn bodoli o ran cyfathrebu â gwasanaethau.

Mae cost cymorth cyfreithiol i gael gwarchodaeth o'i blentyn hefyd yn gwneud pethau'n anoddach i James: ar hyn o bryd mae'n gweithio oriau hir dim ond i dalu'r biliau ac nid yw'n gymwys i gael cymorth cyfreithiol.

Gwella Cefnogaeth

Teimla James ei bod yn bwysig bod cam-drin domestig yn erbyn dynion yn cael ei gymryd yn fwy o ddifrif ar draws gwasanaethau a chyrrff cyhoeddus, a bod angen mwy o adnoddau ar wasanaethau i gefnogi dynion hŷn. Mae hefyd yn teimlo bod angen gwneud mwy i herio'r syniad mai dynion sy'n cam-drin ac mai nad nhw yw'r dioddefwyr.

Hoffai James weld canllawiau cynhwysfawr o ansawdd uchel yn cael eu rhoi ar waith ar gyfer dynion hŷn sydd wedi goroesi ynghylch sut a ble i gael help, drwy ddatblygu un pwynt cyswllt ar eu cyfer.

Ar ben hynny, mae am i'r system cymorth cyfreithiol gael ei hadolygu a'i diwygio i'w gwneud yn decach i ddynion hŷn sydd wedi goroesi.

Mae rhagor o fanylion am brofiadau James ar gael yn yr astudiaeth achos lawn ar dudalen 47.

“Nid yw’r gwasanaethau cymorth wedi’u paratoi ar gyfer na’u teilwra tuag at ddioddefwr/goroeswr hŷn. Llauer o’r broblem yn bennaf yw gorfod amcangyfrif faint o ddioddefwyr/goroeswyr sydd yno.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Yn aml, nid yw gwasanaethau yn gallu canfod cam-drin

Awgrymwyd gan ychydig o randdeiliaid / darparwyr gwasanaeth a goroeswyr y gallai cyfleoedd i ganfod cam-drin a chefnogi goroeswyr gwrywaidd hŷn gael eu methu oherwydd diffyg gwybodaeth benodol a chyfredol o fewn rhai gwasanaethau.

“Wnaeth neb erioed ddweud ei bod hi’n anghywir, beth oedd yn digwydd i mi. Roedd hi bron fel, ‘Wel, dwyt ti jyst ddim yn ymdopi yn dy briodas’... Doedd rheolaeth drwy orfodaeth ddim yn derm a ddefnyddiwyd. O’n i jyst yn trio cyfleu’r hyn oedd wir yn digwydd a sut oedd o’n gwneud i fi deimlo, ond dealltwriaeth dyn yn y sefyllfa yna, dwi ddim yn meddwl ei fod yna.”

Goroeswr

Awgrymodd y rheiny a gafodd eu cyfweld y dylid mynd i’r afael â bylchau mewn gwybodaeth trwy hyfforddiant cychwynnol cynhwysfawr a pharhaus i’r holl staff ar y ffordd orau o gefnogi dynion hŷn, er y dywedwyd bod hwn yn anodd dod o hyd iddo.

Mae’r llenyddiaeth hefyd yn awgrymu bod tebygolrwydd gwasanaethau o ganfod cam-drin wedi ei leihau gan bandemig COVID-19, oherwydd bod llawer wedi gorfod rhoi cymorth ar-lein neu dros y ffôn. Cydnabuwyd bod cyswllt wyneb-yn-wyneb yn fwy effeithiol i nodi sefyllfaoedd difriol a gwahaniaethu dynameg dioddefwr-tramgwyddwr a/neu achosion o ddylanwadu, ac er mwyn i ymarferwyr sefydlu perthynas â’r dioddefwr er mwyn sicrhau bod y cymorth yn cael ei arwain ganddyn nhw (Barry a Bowen-Davies, 2021).

Gwella mynediad i gymorth ac ymarfer effeithiol

Dyweddod bob un o'r goroeswyr eu bod yn ceisio cael mynediad at sawl math o gefnogaeth, a oedd yn cynnwys yn amlaf:

- Cefnogaeth emosiynol;
- Cyngor cyfreithiol (e.e., ar gyfer preswyl plant; i atal tramgwyddwyr rhag cysylltu; i amddiffyn goroeswyr rhag niwed);
- Cyngor a chymorth ariannol (e.e., sefydlu cyfrifon banc; cyngor am gam-drin ariannol neu dwyll; incwm a budd-daliadau);
- Help i ddod o hyd i lety addas; a
- Chymorth ymarferol â byw bob dydd.

Dyweddod goroeswyr eu bod wedi gofyn am gymorth trwy amrywiaeth o sefydliadau a gwasanaethau cyhoeddus - fel sefydliadau cam-drin domestig, awdurdodau lleol / gwasanaethau cymdeithasol, meddygon teulu / GIG, yr heddlu, cyngor ar bopeth, sefydliadau trydydd sector, cyfreithwyr a banciau - ond eu bod yn aml wedi wynebu anawsterau o ran cael mynediad at y gefnogaeth oedd eu hangen arnyn nhw.

“... Mae hyn am ddeg o'r gloch y nos ... dywedodd [brocer cymorth], ‘Mae yna asiantaeth hwn a hwn, ond dydyn nhw ddim ar agor tan naw o'r gloch y bore, neu hwn a hwn ond dim ond ar ddydd lau tan ddydd Gwener maen nhw ar agor. Aeth drwy'r rhestr i gyd a doedd dim byd yno am ddeg o'r gloch y nos...”

Goroeswr

Wrth adlewyrchu ar y ffaith nad oedd llawer o wasanaethau - gan gynnwys gwasanaethau cam-drin domestig mewn rhai achosion - yn aml yn gymwys i ddiwallu anghenion dynion hŷn, disgrifiodd goroeswyr a rhanddeiliaid / darparwyr gwasanaeth y ffactorau yr oedden nhw'n teimlo sy'n cyfrannu at effeithiolrwydd y gefnogaeth sydd ar gael i ddynion sy'n profi cam-drin. Manylir ar y rhain isod.

Creu lle anfeirniadol, diogel lle mae dynion yn teimlo eu bod yn credu

Mae creu rhywle lle mae dynion yn teimlo eu bod yn cael eu credu, eu derbyn, ac yn ddiogel i siarad yn rhydd am eu profiadau yn bwysig, yn ôl goroeswyr, rhanddeiliaid, a darparwyr gwasanaeth. Dywedwyd bod dull anfeirniadol, cefnogol, ond eto gonest yn hanfodol.

Cyfeiriodd rhai rhanddeiliaid a darparwyr gwasanaeth at Siediau Dynion fel enghraifft dda o le hygyrch, cynhwysol, a deniadol i ddynion lle gallan nhw ryngweithio'n anffurfiol â dynion eraill. Awgrymodd y gallai hynny fod yn gyfle da i rannu gwybodaeth am gymorth cam-drin domestig, petai dynion ei angen.

Dwi erioed wedi clywed unrhyw beth drwg am Siediau Dynion; cyfleoedd i'r bois ddod at ei gilydd â diddordeb cyffredin, rydych chi'n dechrau gwneud ffrindiau a siarad. Ond hefyd, cyfleoedd i roi gwybod iddyn nhw am wasanaethau â gwybodaeth a chyngor a llinellau cymorth sydd ... ddim yn benodol am gam-drin, ond gallwch siarad a rhannu eich pryderon a'ch problemau, a gall rhywun geisio helpu.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Er mwyn cefnogi ac annog dynion hŷn i ddatgelu cam-drin, dywedwyd bod angen i wasanaethau adeiladu eu hymddiriedaeth dros amser, a defnyddio geirfa briodol wrth drafod y cam-drin.

“Mae hefyd yn anodd iawn i ymarferwyr fynd i mewn i [gartref lle mae cam-drin domestig yn digwydd] ... mae'r unigolyn yn debygol o encilio os yw'n cael ei labelu'n gam-drin domestig neu reolaeth drwy orfodaeth ... pan fyddwn ni'n mynd i mewn i'r lleoliadau hynny, rydyn ni'n defnyddio'r term mae'r unigolyn hŷn yn ei ddefnyddio. Maen nhw'n ymwybodol o'r rheolaeth sydd yno ac maen nhw'n ymwybodol o'r sefyllfa, a dwi'n meddwl dim ond pan fyddwch chi wedi adeiladu'r ymddiriedaeth honno dros amser, ac mae angen amser arnoch chi i ymgysylltu ag unigolyn hŷn, byddwch chi'n cael datgeliadau eraill.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Mae cael yr un gweithiwr cymorth dros amser hefyd yn helpu i adeiladu ymddiriedaeth â goroeswyr sydd, yn ei dro, yn gallu eu hannog i drafod eu profiadau'n fwy agored, meddai nifer o randdeiliaid, darparwyr gwasanaeth, a goroeswyr.

Gweithio mewn partneriaeth aml-asiantaeth

Amlygodd rhanddeiliaid a darparwyr gwasanaeth fod gwaith partneriaeth cryf ar draws a rhwng amrywiaeth o sefydliadau gwahanol yn allweddol i ategu gwasanaethau effeithiol, amserol i gefnogi dynion hŷn sydd wedi eu cam-drin. Dywedwyd y dylai asiantaethau gydweithio i adolygu eu darpariaeth gan ddilyn dull achos-wrth-achos o weithredu er mwyn darparu'r gefnogaeth orau posib. Cyfeiriwyd at Dewis Choice gan nifer o randdeiliaid a darparwyr gwasanaeth fel enghraifft dda o wasanaeth cydgysylltiedig, aml-asiantaeth sydd â'i wreiddiau mewn diogelu.

Disgrifiodd darparwr gwasanaeth arall sut maen nhw'n gweithio mewn partneriaeth ag asiantaethau eraill i gefnogi dynion hŷn mewn ffyrdd creadigol, cynnil na all tramgwyddwyr eu canfod.

“Mae'n rhaid i ni beiriannu ffyrdd o'u cefnogi. Gallen ni fynd at feddygon teulu neu ddarganfod [â] beth mae asiantaethau eraill yn eu cefnogi a chysylltu â nhw a chynnal ymweliad neu apwyntiad ar y cyd.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Dywedwyd hefyd bod gwasanaethau effeithiol yn cyfathrebu â'i gilydd pan nad yw'r ddarpariaeth wedi bod yn ddigon da i drafod sut y gellir gwneud gwelliannau - a bod cydleoli gwasanaethau cymorth i gynnig sawl math o gymorth yn diwallu anghenion goroeswyr yn well, yn ôl rhai rhanddeiliaid, darparwyr gwasanaeth, a goroeswyr.

“Mae cael rhyw fath o siop-un-stop lle mae gennych chi ymarferwyr sydd â'r gallu a'r amser i ymateb i amrywiaeth o ran angen... yn wirioneddol hanfodol o ran [goroeswyr] yn cael y gallu i wneud dewisiadau da, ond hefyd i hyrwyddo eu lles.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Ymyrryd yn gynnar i ganfod cam-drin a chynnig cymorth

Er mwyn darparu cymorth effeithiol, dylai asiantaethau ganfod cam-drin yn brydlon a chynnig cymorth amserol, priodol, yn ôl rhanddeiliaid a darparwyr gwasanaethau. Wrth wneud hynny, mae'n bwysig cydnabod y gallai'r cam-drin fod yn hir dymor ac y gallai fod wedi cael effeithiau lluosog a dwys ar y goroeswr.

“Mae ymyrraeth gynnar yn golygu mynd i mewn yna ar gyfer [goroeswyr] - er efallai eu bod nhw'n 70 oed. Mae rhywbeth yn ein pennau sy'n dweud bod ymyrraeth gynnar yn digwydd yn yr ysgol neu yn eu 20au. ond nid yw hyn yn wir; mae cynnar fel golygu yn ystod llwybr y broblem hon, yn hytrach nag [yn gynnar yn] llwybr eu bywyd.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Fe wnaeth goroeswyr hefyd dynnu sylw at yr angen i wasanaethau ymyrryd yn gynt na'r hyn sy'n digwydd ar hyn o bryd.

“[Pan adawais i fy ngham-driniwr] doedd gen i ddim arian ac yn llythrennol roedd gen i fy nghar a'r dillad ro'n i'n sefyll i fyny ynddyn nhw a do'n i heb unman i fynd, ac yn ffodus o'n i'n gallu mynd at fy mrawd. Petawn i heb gael hynny, yna mae'n gas gen i feddwl... yr hyn y gallwn fod wedi'i wneud. Dyna pam dwi eisiau gweld newid.”

Goroeswr

Cefnogaeth dan arweiniad cyfoedion

Dywedwyd bod cefnogaeth dan arweiniad cyfoedion – a gynigir fel arfer trwy grwpiau cymorth ar-lein ac wyneb-yn-wyneb, grwpiau WhatsApp, a systemau “cyfaill” – yn arbennig o werthfawr gan rai goroeswyr, rhanddeiliaid, a darparwyr gwasanaeth. Roedd goroeswyr yn arbennig yn croesawu'r dull anffurfiol, cyfeillgar y mae cefnogaeth dan arweiniad cyfoedion yn ei gynnig, yn enwedig lle mae'n cael ei ddarparu gan gyd-oroeswr.

“Dwi'n meddwl bod y stwff cyfaill yn cysylltu mwy â dynion sydd wedi mynd trwyddo neu sy'n mynd trwy amser anodd a dim ond y math yna o fondio a sicrwydd a'r cyngor yna ydyw. A hefyd bod pobl yn gwybod bod eich stori yn ofnadwy a byddan nhw'n gwranddo arno ac yn ceisio helpu cyn belled ag y maen nhw'n gallu, ond yna hefyd yn dweud, '[Goroeswr], mae angen i ti fynd allan a rhedeg neu fynd am a pheidio meddwl amdano am gyfnod'.”

Goroeswr

Fodd bynnag, nid oedd llawer o'r goroeswyr a gafodd eu cyfweld wedi gallu cael mynediad at gefnogaeth dan arweiniad cyfoedion a gwnaethon nhw ddweud y bydden nhw'n croesawu mwy o gyfleoedd i ymgysylltu'n anffurfiol â dynion (a merched) â phrofiadau tebyg.

Cefnogaeth hygyrch dan arweiniad anghenion, sy'n seiliedig ar hawliau

Fe wnaeth nifer o randdeiliaid a darparwyr gwasanaeth dynnu sylw at y ffaith bod anghenion dynion yn eu 50au a'r rheiny yn eu 80au yn debygol o fod yn wahanol iawn. Felly mae'n rhaid i wasanaethau weithio â dynion hŷn i ddeall eu hanghenion a pharatoi cefnogaeth sy'n eu cyfarfod.

Dywedwyd hefyd bod yn rhaid i oroeswyr allu cael mynediad at gymorth yn annibynnol, yn gyfrinachol, ac mewn ffordd sy'n gyfleus iddyn nhw. Credwyd bod cynnig llinellau cymorth cyfrinachol am ddim yn arbennig o effeithiol, yn ogystal â chynnig dewis o staff cymorth gwrywaidd neu fenywaidd.

Nododd rhai rhanddeiliaid, darparwyr gwasanaethau, a goroeswyr mai dim ond dros y tymor byr y mae cymorth yn cael ei gynnig yn aml, tra y gallai goroeswyr fod ag anghenion tymor hwy. Yn ogystal, bydd anghenion cymorth yn newid dros amser, a dylid adlewyrchu hyn yn yr hyn sydd ar gael.

“Mae dynion eisiau pethau gwahanol gan wasanaeth ar adegau gwahanol. Er y gallen nhw geisio cefnogaeth a sicrwydd emosiynol nad ydyn nhw ar eu pennau eu hunain ac mae cam-drin domestig yn gyffredin, mae opsiynau ar eu cyfer, rwy'n credu ei fod mewn gwirionedd yn ymwneud â rhoi opsiynau ymarferol a phragmatig iawn iddyn nhw mewn perthynas â'r rheiny sy'n ceisio cymorth. Mae'n ymwneud â rhoi amrywiaeth o gyfleoedd; pethau y gallan nhw eu cyrchu a dewisiadau amgen nad ydyn nhw o reidrwydd yn perthyn i rai o'r un categorïau ag y byddai merched yn eu ceisio.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Roedd sicrhau bod goroeswyr yn teimlo eu bod mewn rheolaeth o'u sefyllfa a bod ganddyn nhw'r lefel gywir o fewnbwn i wneud penderfyniadau gan rai rhanddeiliaid a darparwyr gwasanaeth i fod yn bwysig o ran darparu cefnogaeth effeithiol iddyn nhw. Roedd osgoi gwneud tybiaethau ynglŷn â'r hyn y gallai dynion hŷn fod ei eisiau a'i angen hefyd yn cael ei ystyried yn hanfodol er mwyn darparu gwasanaeth effeithiol sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn.

“Rydym yn blaenoriaethu dymuniadau pobl hŷn a hefyd eu hawliau dynol. Nid yw'n ymwneud ag anghenion yn unig ond am hawliau ac osgoi babaneiddio pobl hŷn a chymryd y dewis hwnnw oddi wrthyn nhw.”

Rhanddeiliad / darparwr gwasanaeth

Casgliadau ac Argymhellion Allweddol

Gwella'r gwaith o gasglu data ac ychwanegu at y dystiolaeth

Yn unol â'r gwaith ymchwil prin sydd ar gael yn y maes hwn ar hyn o bryd, mae canfyddiadau'r gwaith ymchwil hwn yn tynnu sylw at yr angen am well data i bennu pa mor gyffredin yw cam-drin dynion hŷn a beth yw natur y cam-drin a brofir gan ddynion hŷn.

Argymhellion:

- Dylai Llywodraeth Cymru a'r Swyddfa Ystadegau Gwladol sicrhau bod y data a gesglir am drais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol (VAWDASV) yn adlewyrchu profiadau dynion ym mhob grŵp oedran. Dylid casglu data am ddynion hŷn a menywod hŷn mewn grwpiau perthnasol o 60 oed ymlaen.
- Dylai sefydliadau gwasanaethau cymorth arbenigol anelu at gasglu a monitro data sy'n gysylltiedig ag oedran am ddynion hŷn a menywod hŷn sy'n defnyddio eu gwasanaethau.
- Dylid cynnal rhagor o ymchwil i brofiadau dynion hŷn sydd mewn perygl o gael eu cam-drin neu sy'n cael eu cam-drin, er mwyn cofnodi amrywiaeth y boblogaeth hŷn o ddynion.

Codi ymwybyddiaeth a gwella dealltwriaeth o brofiadau dynion hŷn

Nid yw llawer o ddynion hŷn yn gofyn am gymorth pan fyddant yn dioddef cam-drin domestig am nad ydynt yn cydnabod eu bod yn dioddef camdriniaeth neu, os ydynt, am nad ydynt yn gwybod ble i gael cymorth. Mae angen codi ymwybyddiaeth a gwella dealltwriaeth.

Argymhellion:

- Dylai Llywodraeth Cymru, gwasanaethau cyhoeddus a sefydliadau trydydd sector gynnal ymgyrchoedd ymwybyddiaeth a gwybodaeth wedi'u targedu ar gam-drin pobl hŷn, gan gynnwys cam-drin dynion hŷn. Dylai'r rhain gynnwys sicrhau bod gwybodaeth ar gael yn rhwydd i bobl hŷn mewn mannau fel meddygfeydd meddygon teulu, fferyllfeydd, archfarchnadoedd, tafarndai a chlybiau.
- Dylai pob sefydliad sy'n darparu gwasanaethau a chymorth i ddioddefwyr cam-drin domestig, gan gynnwys dynion hŷn, sicrhau bod iaith a delweddau eu gwybodaeth a'u deunyddiau cyhoeddusrwydd yn gynhwysol ac yn adlewyrchu eu cefnogaeth i ddynion hŷn.
- Dylai sefydliadau sy'n gweithio gyda dynion hŷn ystyried sut gallant wella dealltwriaeth ac ymwybyddiaeth o gam-drin a sut gallant helpu dynion hŷn i ddod ymlaen i gael cymorth.

Gwella ymwybyddiaeth ac ymatebion gwasanaethau i ddynion hŷn drwy hyfforddiant

Mae'n bwysig codi ymwybyddiaeth o gam-drin dynion hŷn ymysg y gweithwyr proffesiynol y daw dynion hŷn i gysylltiad â nhw – gan gynnwys gweithwyr proffesiynol ym maes gofal ac iechyd, a'r heddlu. Dylid eu cefnogi gyda hyfforddiant i ddeall arwyddion posibl cam-drin a meddu ar y sgiliau a'r cymhwysedd i gynnal trafodaethau sensitif, er mwyn annog datgelu. Mae ymwybyddiaeth dda o'r gwasanaethau sydd ar gael hefyd yn hanfodol er mwyn sicrhau eu bod yn cael eu cyfeirio'n briodol at y sefydliadau cywir.

Argymhellion:

- Dylai Fframwaith Hyfforddi Cenedlaethol VAWDASV gynnwys modiwlau hyfforddi sy'n seiliedig ar dystiolaeth i godi ymwybyddiaeth ymarferwyr o gam-drin pobl hŷn, ac yn benodol i godi ymwybyddiaeth o gam-drin dynion hŷn.
- Dylai'r Fframwaith Safonau Cenedlaethol ar gyfer Hyfforddiant Diogelu gynnwys canlyniadau sy'n ymwneud â cham-drin pobl hŷn (gan gynnwys canlyniadau i ddatblygu cymhwysedd ymarferwyr wrth weithio gyda dynion hŷn sydd mewn perygl o gael eu cam-drin neu sy'n cael eu cam-drin).
- Dylai cyfleoedd i gynnwys hyfforddiant ar gam-drin dynion hŷn ac i rannu arferion da gael eu datblygu gan Rwydwaith Diogelu GIG Cymru, Coleg Brenhinol y Nyrsys, a Choleg Brenhinol y Meddygon Teulu.
- Dylid cynnwys cam-drin dynion hŷn wrth i Gyngor Cenedlaethol Prif Swyddogion yr Heddlu ddatblygu'r portffolio ar sail oed fel rhan o'i waith o ddatblygu strategaeth genedlaethol a dylid ei gynnwys mewn hyfforddiant.

Gwella Gwasanaethau a Chymorth

Mae dynion hŷn sydd mewn perygl o gael eu cam-drin neu sy'n cael eu cam-drin yn ei chael hi'n anodd dod o hyd i wasanaethau a chymorth i ddiwallu eu hanghenion a'u hamgylchiadau.

Argymhellion:

- Dylai comisiynwyr a darparwyr gwasanaethau VAWDASV adolygu sut gall gwasanaethau ddiwallu amgylchiadau dynion hŷn yn well, gan gynnwys sicrhau nad yw polisïau a gweithdrefnau'n mynd ati'n anfwriadol i gymell neu atal dynion hŷn rhag cael gafael ar gymorth.
- Dylid annog a chefnogi darparwyr gwasanaethau i ystyried datblygu gwasanaethau a dulliau gweithredu penodol ar gyfer dynion hŷn, gan gynnwys cefnogaeth therapiwtig a chefnogaeth gan gymheiriaid.

Polisiau

Anaml iawn y mae dynion hŷn wedi cael eu cynnwys ym mholisiau VAWDASV, os o gwbl, sy'n golygu bod eu hanghenion wedi cael eu hanwybyddu.

Argymhellion:

- Dylai gweithredu'r strategaeth VAWDASV newydd, yn enwedig 'cynnig gwasanaeth da' y strategaeth, sicrhau bod anghenion dynion hŷn sydd mewn perygl o gael eu cam-drin neu sy'n cael eu cam-drin yn cael eu diwallu.
- Dylai Cynllun Gweithredu Cenedlaethol Llywodraeth Cymru i atal cam-drin pobl hŷn gynnwys ymrwymiad penodol i wella ymwybyddiaeth ac ymateb i gam-drin dynion hŷn, a chamau gweithredu i gyflawni hyn.

Camau Gweithredu gan Gomisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Yn rhinwedd fy rôl fel Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru, byddaf yn:

- Cyhoeddi a hyrwyddo canfyddiadau'r gwaith ymchwil hwn ac yn nodi sut gellir bwrw ymlaen â'r argymhellion drwy drafodaethau gyda fy Ngrwpiau Llywio a Gweithredu ar Atal Cam-drin a thrwy gynnal gweminar yn yr hydref.
- Sicrhau cefnogaeth ac ymrwymadau i fwrw ymlaen â chamau gweithredu o gyfarfod â rhanddeiliaid allweddol gan gynnwys swyddogion a gweinidogion Llywodraeth Cymru, cyrff cyhoeddus yng Nghymru, Comisiynydd Cam-drin Domestig Cymru a Lloegr, a Chomisiynydd Dioddefwyr Cymru a Lloegr.
- Estyn allan ac ymgysylltu â dynion hŷn sydd wedi goroesi camdriniaeth, a chyda sefydliadau sy'n gweithio gyda dynion hŷn, i barhau i ddatblygu dealltwriaeth o gam-drin, ac i hybu ymwybyddiaeth a ffynonellau cymorth.
- Monitro cynnydd o ran bwrw ymlaen â'r argymhellion yn yr adroddiad hwn, a chyhoeddi adroddiad cynnydd yn 2023.

Atodiad 1: Astudiaethau Achos

{Names have been changed to protect identities}

Clive

Mae Clive (nid dyna'i enw iawn) yn byw yng Nghymru ac mae yn ei chwedegau hwyr. Bu'i gyn-wraig yn ei reoli drwy orfodaeth ac yn ei gam-drin yn seicolegol, yn emosiynol, yn ariannol ac yn gorfforol drwy gydol eu perthynas a barhaodd am 30 mlynedd.

Chwilio am gymorth

Pan gefnodd Clive ar ei briodas am y tro cyntaf, doedd dim modd iddo ddod o hyd i loches addas. Bu'n rhaid iddo felly ddychwelyd at y sawl oedd yn ei gam-drin. Yn y pen draw, fe gefnodd ar y berthynas am byth ar ôl canfod ei hun mewn gwir berygl. Ar y dechrau, roedd ar Clive angen lle diogel i aros ynddo, ynghyd â rhywfaint o gyngor ariannol a chyfreithiol.

“Ar y pryd, meddwl am orosi oeddwn i... yr help mwyaf oedd cael rhywle i aros am wythnos neu ddwy, efallai, rhywle lle gallwn i eistedd i lawr, pwysu a mesur pethau, a phenderfynu, ‘Beth ydw i am ei wneud?’. Ond roedd angen rhywle diogel arna’ i.”

Y cymorth sydd wedi'i roi

Mae Clive wedi cael cymorth gan y canlynol:

- Ffrindiau a theulu
- Corff cynrychioladol sy'n gysylltiedig â'i gyn-gyflogwr
- Cynllun Dyn
- Ei fanc a'i gwmni pensiwn
- Yr heddlu
- Y Llinell Gymorth Genedlaethol ar gyfer Digartrefedd
- Gwasanaethau tai mewn argyfwng yr awdurdod lleol

Beth wnaeth weithio'n dda?

Pan adawodd Clive ei wraig yn barhaol, aeth i dŷ ffrind i ddechrau, a sôn wrtho am ei sefyllfa. Cyngor ei ffrind oedd y dylai Clive ffonio Gwasanaeth Tai mewn Argyfwng yr Awdurdod Lleol, a rhoddodd y gwasanaeth hwnnw Clive mewn hostel dros dro, lle teimlai'n ddiogel ac yn saff.

Teimlai Clive fod yr heddlu yn enwedig wedi bod yn gymorth pan roddodd wybod iddyn nhw am y cam-drin. Fe wnaethon nhw wrando ar Clive a'i gredu; gofalu am ei les tra roedd yn yr hostel; a chynnig arestio ei gyn-wraig.

“Felly, fe ddaeth plismones ata' i... Chwarae teg iddi, fe eisteddes i am awr yng nghefn y car ... Fe ddywedais i bopeth wrthi, ac fe lifodd y cyfan o fy ngheg. Fe eglurais bopeth ... ac yna dywedodd hi, ‘Dewch, fe awn ni i'r orsaf heddlu ac fe gymera’ i ddatganiad gennych i ... ac fe wna’ i ofalu ei bod hi dan glo heno’.”

Aeth Clive hefyd at Gynllun Dyn i weld sut y gallen nhw helpu. Er nad chafodd unrhyw gymorth ymarferol gan Gynllun Dyn, fe wnaethon nhw ei helpu i gydnabod ei fod wedi dioddef o gam-drin domestig.

“Mae’n siŵr mai’r peth gorau [drwy Gynllun Dyn] oedd y cadarnhad a ges i nad oedd fy achos i’n unigryw.”

Beth na wnaeth weithio cystal?

Fel y soniwyd, pan adawodd Clive ei berthynas y tro cyntaf, doedd dim modd iddo gael lloches i ddynion y tu allan i oriau.

Pan gefnodd yn barhaol ar ei briodas maes o law, cysylltodd Clive â gwasanaeth tai arall, a chynigiodd y rheini lety iddo tua 100 milltir i ffwrdd. Teimlai Clive na allai fynd yno gan nad oedd ganddo arian na ffordd o gyrraedd yno.

Y rhwystrau a’r heriau

Y prif rwystr a oedd yn stopio Clive rhag chwilio am gymorth oedd yr ofn na fyddai neb yn ei gredu.

“Rwy’n credu mai’r broblem fwyaf yw nad yw rhywun, yn gyntaf oll, yn credu ar y pryd bod neb ar gael a all eich helpu. Hyd yn oed pan ymosododd hi arna’ i ryw ddwywaith, a phobl yn dweud ... ‘Pam nad est ti at yr heddlu?’ a byddwn i’n dweud, ‘Doeddwn i ddim yn sicr a fydden nhw’n fy nghredu’.”

Mae Clive hefyd yn teimlo bod goroeswyr sy’n ddynion hŷn yn fwy tebygol o dderbyn eu ffawd wrth gael eu cam-drin, gan eu bod nhw’n teimlo:

“Fy nghawl i yw hyn, ac mae’n fater o ddygymod â hynny.”

Rhwyrstr arall oedd peidio â gallu defnyddio’r ffôn na’r rhyngwyd gartref er mwyn gallu rhoi gwybod i bobl ei fod yn cael ei gam-drin a chwilio am gymorth. At hynny, nid oedd erioed wedi gweld cymorth i oroeswyr gwrywaidd yn cael ei hysbysebu mewn mannau cyhoeddus, felly ni wyddai ble i chwilio am help ar ôl gadael ei wraig.

“Penderfynais fy mod am ei gadael, ond cofiwch nad oedd ffôn gen i. Roedd gliniadur yn y tŷ, ond pryd bynnag y byddwn i’n ei ddefnyddio, byddai hi’n arfer cadw golwg dros fy ysgwydd, felly doedd dim modd o gwbl imi chwilio am ddim byd ar y gliniadur heb iddi hi weld hynny ... nid yw’n ymddangos bod llawer o hysbysebion na phosteri na phethau felly ar gael, yn benodol ar gyfer dynion.”

Mae Clive hefyd yn dweud nad oes digon o gapasiti gan ddarparwyr gwasanaethau i helpu goroeswyr sy’n ddynion hŷn. Er enghraifft, cafodd fraw wrth ddarganfod mai dim ond un cynrychiolydd sydd gan Gynllun Dyn ar gyfer Cymru gyfan.

Cymorth yn y dyfodol

Mae Clive yn teimlo bod angen mwy o hysbysebu, a hysbysebu gwell, sy'n benodol ar gyfer dynion hŷn er mwyn eu hannog i ddatgelu eu bod yn cael eu cam-drin.

Mae'n teimlo hefyd y dylai 'gwasanaeth achub' fod ar gael er mwyn i'r rheini sy'n gadael eu cartrefi'n sydyn gael llety lloches diogel lle na all y sawl sy'n eu cam-drin ddod o hyd iddyn nhw.

“Mae angen y cymorth cychwynnol ar rywun, a gan amlaf, fel yn fy achos i, roedd yn fater o redeg i lawr yr hewl. Felly, ar ôl gwneud hynny ... i ble'r ewch chi nesaf? Mae angen rhyw fath o rif ffôn yn rhad ac am ddim neu rywbeth tebyg, ac yn syml, rhywun i ddod i'ch casglu ... a mynd â chi i rywle diogel.”

Mae Clive yn argymhell y dylai asiantaethau cymorth fod yn cael hyfforddiant arbenigol i sicrhau bod ganddyn nhw'r wybodaeth, y sgiliau a'r profiad iawn i ganfod achosion o gam-drin, ac i helpu dynion hŷn heb eu camddeall na'u beirniadu.

“Os oes ganddyn nhw ofalwyr neu weithwyr cymdeithasol sy'n dod i'r tŷ, a ydyn nhw'n ddigon effro i sylweddoli? Ac os byddan nhw'n gweld unrhyw beth, a fyddan nhw'n gwneud rhywbeth am y peth, go iawn?”

James

Mae James yn ei chwedegau hwyr ac mae'n byw yng Nghymru. Mae wedi cael ei reoli drwy orfodaeth a'i gam-drin yn atgenhedlol. Mae ei wraig hefyd yn dal i'w gam-drin a'i reoli drwy orfodaeth yn gorfforol, yn emosiynol ac yn seicolegol.

Chwilio am gymorth

Chwiliodd James am gymorth ar ôl i'w wraig ei anafu'n ddifrifol, ond mae'n pryderu y bydd ei gadael yn achosi iddi golli'i thymher a'i anafu neu anafu'u plentyn.

“[Fe chwiliais i am gymorth] oherwydd all hyn ddim parhau. Mae'n effeithio arna' i ac yn effeithio ar [fy mhlentyn]. [Fe dorrais asgwrn] un tro, ac roedd hynny'n boenus; doedd dim modd imi wneud dim am rai misoedd. Mae'r sefyllfa ddigon difrifol nes bod yn rhaid imi wneud rhywbeth.”

Y cymorth sydd wedi'i roi

Mae James wedi chwilio am gymorth emosiynol a chyfreithiol gan nifer o sefydliadau. Mae wedi cysylltu â'r Samariaid ambell dro er mwyn gallu sgwrsio â rhywun pan fydd yn teimlo'n isel ei ysbryd, ac mae hynny wedi helpu.

“Dim ond yno i wrando a chyfeirio pobl [y mae'r Samariaid]. Dydyn nhw ddim yn rhoi cyngor, a doeddwn i ddim yn chwilio am gyngor ... Doeddwn i ond eisiau rhywun i sgwrsio â nhw, a chael y peth o fy system.”

Mae James hefyd yn ymwneud â'r elusen Both Parents Matter - Families Need Fathers er mwyn ei helpu i gefnu ar ei briodas a chael gwarchodaeth dros ei blentyn.

“Roeddwn i am iddyn nhw helpu i ganfod llwybr ymlaen: camau i'w cymryd, ac yna'n syml, fy arwain drwy'r broses. Fy nghyflwyno i'r bobl berthnasol – y cyfreithiwr ac ati. Gan eu bod nhw wedi delio â chynifer o achosion, maen nhw mewn sefyllfa dda i fy arwain drwy'r broses.”

Beth wnaeth weithio'n dda?

Mae James yn canmol Both Parents Matter - Families Need Fathers yn fawr, elusen sy'n defnyddio'i phrofiad helaeth yn helpu dynion mewn sefyllfa debyg i gynllunio'u camau nesaf.

“Fe wnaeth [Both Parents Matter - Families Need Fathers] dreulio amser yn gwranddo. Maen nhw wedi wynebu hyn sawl gwaith o'r blaen, felly roedd ganddyn nhw'r profiad i ddelio â'r mater ac roedd modd iddyn nhw lunio llwybr pendant ymlaen.”

Beth na wnaeth weithio cystal?

Mae James wedi ceisio cysylltu â ManKind ond nid yw wedi gallu eu cyrraedd drwy'r llinell gymorth.

Y rhwystrau a'r heriau

Mae James yn teimlo mai i fenywod yn hytrach na dynion y mae'r cymorth sydd ar gael i oroeswyr cam-drin domestig, ac nad yw asiantaethau yn credu goroeswyr gwrywaidd, neu'n eu cymryd o ddifrif. Ar y dechrau, golygodd hyn nad oedd wedi trafferthu chwilio am gymorth.

“Mae'r system gymorth yn gogwyddo'n drwm tuag at ddiodefwyr benywaidd, ac mae rhywun yn clywed straeon brawychus mewn grwpiau cymorth ac ar y rhyngwyd am ddiodefwyr gwrywaidd lle nad yw'r awdurdodau [neu'r] gwasanaethau cymdeithasol wedi'u credu. Felly yn betrus iawn yr es ati i chwilio am gymorth.”

Er bod James yn canmol Both Parents Matter - Families Need Fathers, mae'n dweud nad oes ganddyn nhw ddigon o arian na staff i helpu'r holl ddynion hŷn y mae angen cymorth arnyn nhw. Mae'n teimlo bod y pandemig wedi gwaethygu'r sefyllfa hon.

“Mae angen mwy o arian [arnyn nhw] i gael mwy o bobl i helpu, oherwydd rwy'n credu eu bod nhw'n brin iawn o bobl sy'n gallu delio ag achos. Yn syml, dim ond un unigolyn sydd ar gael, ac roedd hwnnw'n sôn y diwrnod o'r blaen, yn sgil y cyfnodau clo, fod ei lwyth achosion wedi treblu. Felly mae angen mwy o help arnyn nhw i helpu mwy o bobl.”

Mae James yn crybwyll bod ei wraig wedi ceisio rhyng-gipio ei negeseuon e-bost a'i alwadau ffôn. Mae'n teimlo y gall hyn hefyd rwystro dynion hŷn eraill rhag chwilio am gymorth a'i gael.

“Mae'n bosibl ymyrryd â llinellau cyfathrebu, a gallai fod dynion hŷn [eraill] mewn sefyllfa o'r fath. Felly mae angen ystyried a oes modd iddyn nhw gyfathrebu'n ddiogel.”

Bydd hi'n anodd i James ddygymod â'r gost o gael cymorth cyfreithiol i gael gwarchodaeth dros ei blentyn. Mae'n egluro ei fod ar hyn o bryd yn gweithio oriau hirion er mwyn dal dau ben llinyn ynghyd, ond mae'n rhy hen i gael credydau pensiwn ac yn anghymwys i gael cymorth cyfreithiol.

“Pe bawn i'n rhoi'r gorau i weithio, allwn i ddim hawlio'r Credyd Cynhwysol, hyd yn oed. Dyna pam mae'n rhaid imi barhau i weithio. Rwy'n credu bod angen edrych ar fudd-daliadau i bobl hŷn, oherwydd mae pensiwn y wladwriaeth yn bitw ... dyma un o'r pethau sy'n fy mhryderu wrth feddwl am symud ymlaen.”

Cymorth yn y dyfodol

Mae James yn credu bod angen i Lywodraeth Cymru, y gwasanaethau cymdeithasol, a'r heddlu gymryd cam-drin domestig yn erbyn dynion yn fwy o ddifrif. Mae'n teimlo eu bod yn glynu wrth y syniad mai dynion sy'n cyflawni cam-drin domestig, ac mai menywod sy'n dioddef.

“Fe gynhaliwyd adolygiad diweddar o'r ddeddfwriaeth neu'r cymorth sydd ar gael i ddiodefwyr benywaidd, ond roedd yr elfen gyfatebol wrywaidd ... yn dal i edrych ar ddynion fel cyflawnwyr, yn hytrach na diodefwyr. Dyna ddangos beth yw'r feddylfryd swyddogol.”

Awgrymodd James y dylai fod comisiynydd cam-drin domestig annibynnol sydd wedi'i hyfforddi a'i ariannu i hyrwyddo achos goroeswyr gwrywaidd, ac i wella'r cymorth sydd ar gael iddyn

nhw. Yn ogystal â hyn, mae'n argymhell creu canllawiau trylwyr, o ansawdd da, i oroeswyr sy'n ddynion hŷn er mwyn iddyn nhw wybod sut a ble i gael cymorth. Dylid gwneud hyn drwy gronfa wybodaeth neu bwynt cyswllt canolog, a hwnnw'n hygyrch i ddynion hŷn.

“Mae angen rhestr drylwyr o sefydliadau a phobl y mae modd cysylltu â nhw. Yn ail, mae angen dangos y camau clir y mae angen eu cymryd. Yn drydydd, mae angen canllawiau clir ynghylch y cymorth ariannol ac o bosibl elusennau a fyddai'n helpu dynion hŷn.”

At hynny, mae James yn galw am adolygu'r system cymorth cyfreithiol er mwyn ei gwneud yn fwy teg i oroeswyr sy'n ddynion hŷn, ac mae'n pwysleisio pwysigrwydd sicrhau bod staff cymorth yn dangos empathi ac yn credu ac yn cefnogi dynion hŷn.

“Efallai y bydd ... dementia ar ddynion hŷn, ac na fyddan nhw cyn gryfed yn feddyliol ac yn gorfforol ag oedden nhw. Felly mae angen eu gwarchod, ac mae angen rhywun cyfeillgar i'w harwain a chlust garedig i wrando. Nid rhywun i gydymdeimlo – nid cydymdeimlad ydyn ni'i angen – ond rhywun i ddangos empathi.”

Michael

Mae Michael yn ei bumdegau hwyr ac mae'n byw yn Lloegr. Yn ystod eu priodas, bu'i wraig yn ei gam-drin a'i reoli drwy orfodaeth yn seicolegol, yn emosiynol, yn rhywiol ac yn atgenhedlol.

Chwilio am gymorth

Chwiliodd Michael am gymorth ar ôl gadael ei briodas. Dioddefodd o Anhwylder Straen Ôl-drawmatig (PTSD); roedd yn hunan-niweidio; chwalodd ei nerfau; ac yn y pen draw ceisiodd gyflawni hunanladdiad yn sgil y cam-drin. Roedd yn chwilio am le diogel, cefnogol i sôn am ei brofiadau, yn ddelfrydol gyda phobl eraill oedd wedi dioddef profiadau tebyg.

“Roeddwn i'n chwilio am linell gymorth a chyfaill, gweithiwr sy'n rhoi cymorth i gymheiriaid, ac o bosibl gweithiwr cymdeithasol. Pobl i siarad â nhw oedd wedi profi'r hyn roeddwn i wedi'i brofi.”

Y cymorth sydd wedi'i roi

Am bum mlynedd, mae Michael wedi chwilio am gymorth gan nifer o sefydliadau, ond wedi'i chael hi'n anodd cael y cymorth y mae ei angen arno. Mae Michael wedi chwilio am gymorth gan y sefydliadau canlynol:

- Alpha Vesta
- ManKind
- Mind Spring (UDA)
- New Pathways
- Y GIG (meddyg teulu, seicotherapydd, a seiciatrydd)
- Respect
- Y Samariaid
- Y Rhwydwaith Trais, Cam-drin ac Iechyd Meddwl (VAMHN)

Beth wnaeth weithio'n dda?

Soniodd Michael wrth ei feddyg teulu am y cam-drin y mae wedi'i brofi. Roedd hi'n gefnogol, ac mae hi'n dal i fod felly, gan gadw mewn cysylltiad i gynnis cymorth emosiynol pryd bynnag y mae hynny'n bosibl.

“Fe gafodd hi ganiatâd arbennig gan y GIG imi aros yn ei chlinig, gan ei bod hi'n gwybod pe bawn i'n gadael, byddwn i'n marw ... Rydyn ni wedi cyrraedd y pwynt olaf hwnnw lle mae'r berthynas â'r meddyg mor gryf o ran y cymorth emosiynol, meddyliol a chorfforol, pe bai'r berthynas yn dod i ben, fydd dim byd yn weddill.”

Cyfeiriodd meddyg teulu Michael hefyd at seicotherapi drwy'r GIG. Cyfeiriodd y seicotherapydd Michael at y Samariaid. Helpodd y Samariaid Michael drwy wrando heb feirniadu a'i helpu i beidio ag achosi mwy o hunan-niwed. Mae Michael ar hyn o bryd yn perthyn i grŵp cymorth i gymheiriaid o'r Unol Daleithiau sy'n cyfarfod ar-lein, a hynny drwy Mind Spring, ac mae hwn yn ddefnyddiol.

Beth na wnaeth weithio cystal?

Pan gysylltodd Michael â VAMHN a New Pathways, roedden nhw'n gallu cydymdeimlo, ond yn dweud mai dim ond menywod a merched maen nhw'n eu cynorthwyo. Cyfeiriodd y ddau sefydliad Michael at ManKind. Roedd ManKind yn deall y sefyllfa. Fe wnaethon nhw gyfeirio Michael at rywffaint o lenyddiaeth gefnogol, a chynnig rhywfaint o hyfforddiant iddo, ond ni allen nhw gynnig unrhyw gymorth uniongyrchol. Mae Michael yn teimlo bod hyn oherwydd diffyg cyllid.

Gofynnodd Respect i Michael dalu bron i £200 i ddod yn aelod cyn y gallen nhw ei gynorthwyo, er nad oedd ganddo incwm rheolaidd. O ganlyniad, mae'n teimlo y dylai gwasanaethau cymorth helpu goroeswyr, waeth beth yw eu hamgylchiadau.

“Pan gysylltais â nhw, ces fy llorio. Roeddwn i'n teimlo fy mod i ar fy mhen fy hun, roedd arna' i ofn, [a wyddwn i ddim] sut y byddwn i'n ymdopi ... Ffoniais y llinell gymorth a dweud 'Plîs', ac fe ddywedon nhw, 'Dydyn ni ddim yn estyn allan ac yn cynorthwyo pobl jest fel yna – mae'n ... wasanaeth i aelodau, a dweud y gwir'.”

Er bod Michael yn croesawu'r cymorth y mae'n ei gael drwy Mind Spring, gan fod y sefydliad wedi'i leoli yn yr Unol Daleithiau, mae'r grwpiau'n cael eu cynnal gyda'r nos oherwydd y gwahaniaeth amser â'r Deyrnas Unedig.

Y rhwystrau a'r heriau

Mae Michael yn syml yn teimlo nad oes digon o gymorth ar gael i oroeswyr gwrywaidd. Mae'n priodoli hyn i ddiffyg adnoddau ar gyfer gwasanaethau i ddynion; y diffyg gwybodaeth ymhlith gweithwyr proffesiynol ynghylch sut i gynorthwyo goroeswyr gwrywaidd; y stigma sy'n gysylltiedig â dynion sy'n chwilio am gymorth yn sgil cam-drin domestig; a rhagfarn yn erbyn goroeswyr gwrywaidd.

“Fy argraff i oedd bod drws agored ac... y byddai pobl yno a allai fy nghefnogi a fy helpu, ond mewn gwirionedd, doedd dim byd... Mae delwedd wrol gan ddynion o hyd, a dydyn nhw ddim eisiau dweud, 'Rydw i wedi cael fy nhreisio'... Dydy dynion ddim eisiau rhannu eu hemosiynau na'u teimladau.”

Mae'n dweud hefyd bod gwasanaethau'n llwyr dargedu menywod a merched, a'u bod yn canolbwyntio ar ddynion iau wrth geisio atal hunanladdiad. O ganlyniad, mae'n teimlo nad yw dynion hŷn yn cael digon o sylw.

“Mae gen i hawl i ddweud, a minnau'n hŷn, fod pobl wedi anghofio amdanon ni. Beth ydyn ni i fod i'w wneud? Ein lladd ein hunain? Rydyn ni wedi wynebu cymaint o gam-drin a thrawma, ond rydyn ni wedi cyrraedd man bellach lle rydyn ni eisiau mwynhau gweddill ein bywydau. Hoffwn i eistedd gyda rhywun tebyg, sydd gobeithio yr un oedran â mi, dros 50, 60, 70, a sgwrsio am y peth.”

Cymorth yn y dyfodol

Mae Michael yn teimlo y dylid ymgynghori mwy â goroeswyr sy'n ddynion hŷn am y cymorth y mae ei angen arnyn nhw. Mae'n dweud y dylai gwasanaethau i ddynion hŷn fod ar gael yn gynharach, yn hytrach na phan fydd hi'n argyfwng yn unig. Mae angen digon o gyllid a staff ar wasanaethau hefyd er mwyn rhoi cymorth uniongyrchol i bobl. At hynny, mae Michael yn teimlo y dylai gwasanaethau fod ar gael i ddynion hŷn pan fydd angen hynny arnyn nhw, ledled y Deyrnas Unedig. Dylid eu hysbysebu'n sensitif, a'u darparu mewn lleoliadau diogel ac addas..

“Mae angen lle diogel ... grŵp [yn Lloegr], grŵp yng Nghymru, grŵp yn yr Alban, y gallwn fynd iddyn nhw'n ddiogel neu fynd ar Zoom i sgwrsio ... bydd dynion yn barod i fynychu os bydd hyn yn cael ei wneud mewn ... ffordd ystyriol, ddiplomataidd. Peidiwch â rhoi poster ar Google ... mae angen gweithio gyda chwmni marchnata sy'n gallu delio ag elfennau o'r fath a bod yn ystyriol o hynny. Fydd hyn ddim yn gweithio unrhyw ffordd arall.”

Awgrymodd Michael y byddai pobl hŷn a goroeswyr yn gwneud staff cymorth da, gan eu bod yn llwyr ddeall y problemau y mae goroeswyr hŷn yn eu hwynebu, a thawelu'u meddyliau. Ym mha bynnag ffordd, dywedodd y dylai holl staff gwasanaethau gael hyfforddiant cyfredol i sicrhau bod ganddyn nhw'r wybodaeth, y sgiliau a'r profiad i ganfod achosion o gam-drin, ac i helpu dynion hŷn heb eu camddeall na'u beirniadu.

“Mae angen hyfforddiant ac addysg yn hynny o beth. Os bydd rhywun yn mynd i'r ysbyty ac yn gwaedu o'r pen-ôl neu â phroblem â'r caill ... [y] cwestiwn cyntaf yw, 'O, wyt ti'n heterorywiol ynteu'n hoyw?', yn y llais tawel yna... Mae angen rhoi sylw meddyliol [ac] emosiynol yn yr ystafell, ac mae angen y GIG arnon ni.”

Siôn

Mae Siôn (nid dyna'i enw iawn) yn ei bumdegau hwyr ac mae'n byw yng Nghymru. Mae ei fab yn ei gam-drin yn gorfforol, yn emosiynol ac ar lafar.

Chwilio am gymorth

Pan wnaeth ei fab ei fygwth â chylllell, gorfodwyd Siôn i ffonio'r heddlu. Ar ôl y digwyddiad, cyfeiriwyd y teulu at y gwasanaethau cymdeithasol. Trafododd Siôn hefyd y cam-drin ag ysgol ei fab oherwydd pryderon y gallai fod yn risg i'r staff a'r disgyblion eraill.

“Aeth yr heddlu ati i edrych ar yr adroddiad, ynghyd â'r gweithwyr cymdeithasol a'r ysgol, ac roeddwn i'n pryderu y byddai'n anafu disgyblion eraill yn yr ysgol neu'r athrawon.”

Y cymorth sydd wedi'i roi

Ar ôl yr alwad, cyrhaeddodd heddweision gartref Siôn o fewn hanner awr i'w helpu. Serch hynny, ni ddangosodd ei fab brin ddim edifeirwch.

Cyfeiriodd y gwasanaethau cymdeithasol fab Siôn i gael asesiad gan y Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed. Serch hynny, gwrthododd ei fab gydweithredu.

“Roedd y ffaith nad oedd yn cyfaddef bod problem ganddo [yn golygu] na allen nhw wneud dim pellach.”

Rhoddodd y gwasanaethau cymdeithasol gyngor i Siôn ynghylch sut i fynd i'r afael ag ymddygiad ei fab gan ei gyfeirio at nifer o gyrsiau ar-lein sy'n cael eu cynnal gan elusen leol. Roedd y rhain yn rhoi sylw i ddatblygiad plant a strategaethau ymdopi.

Beth wnaeth weithio'n dda?

Ar ôl i'r heddlu alw y tro cyntaf, fe wnaethon nhw gadw manylion yr achos ar ffeil. Galluogodd hyn nhw i ymateb yn gyflym i ddigwyddiadau diweddarach.

“Roedd modd imi ffonio'r heddlu yn rhwyddach, oherwydd roedden nhw'n ei roi ar ffeil ac roedd ganddyn nhw'r holl wybodaeth yn barod.”

Roedd gan Siôn sylwadau cadarnhaol am y cyrsiau roedd wedi'u dilyn. Dywedodd mai cwrs o'r enw “Blame it on the Brain” oedd y mwyaf buddiol wrth ei helpu i ddeall ac ymateb yn addas i ymddygiad ei fab.

“Y cwrs gorau erioed imi ei ddilyn oedd ‘Blame it on the Brain’. [Roedd yn rhoi sylw i'r hyn] sy'n mynd drwy ... feddyliau ac ymenyddiau pobl ifanc rhwng eu bod yn bump ac yn chwech ar hugain oed... Mae ‘Blame it on the Brain’ yn anhepgor i bobl sy'n cael eu cam-drin ... gan eu plant.”

Rhoddodd y gwasanaethau cymdeithasol gyngor i Siôn ynghylch sut i fynd i'r afael ag ymddygiad ei fab gan ei gyfeirio at nifer o gyrsiau ar-lein sy'n cael eu cynnal gan elusen leol. Roedd y rhain yn rhoi sylw i ddatblygiad plant a strategaethau ymdopi.

“Rwy’n asesu ei broblemau bellach, ac os bydda’ i’n ei weld yn gwylltio, dywedodd y gwasanaethau cymdeithasol wrtha’ i i’w adael am sbel, yn lle wynebu’r llid fy hun... gadael iddo ymdawelu. Cyn hynny, arferwn i aros ble’r oeddwn i a’i weld yn cynddeiriogi gan wynebu’r canlyniadau fy hun.”

Beth na wnaeth weithio cystal?

Er bod gan Siôn sylwadau cadarnhaol am y cyrsiau roedd wedi’u mynychu, teimlai y bydden nhw wedi bod yn well pe bai mwy o rieni mewn sefyllfaoedd tebyg wedi rhannu’u profiadau.

“Y broblem oedd na ddaeth neb arall i mewn ... pe bai mwy o bobl wedi bod yn rhyngweithio mwy ar y rhaglen, byddai pawb wedi elwa ... ond roedd braidd yn unochrog ... y gwasanaethau cymdeithasol ar un ochr i Zoom a dim ond fi ar yr ochr arall. Fe wnaethon nhw’u gorau, ond gan bobl sydd wedi wynebu profiadau tebyg y cewch chi’r wybodaeth orau.”

Y rhwystrau a’r heriau

Yr her fwyaf y mae Siôn wedi’i hwynebu wrth gael cymorth yw’r ffaith bod ei fab yn gwrthod cydymffurfio â’r gwasanaethau. O ganlyniad, nid yw ei fab wedi cael unrhyw gymorth.

“Rwy’n credu bod y ffaith na wnaeth gydymffurfio [yn golygu] na chwanson ni bopeth y gallen ni fod wedi’i gael ... Mewn ffordd, does dim byd fel pe bai’n ei ddychryn, ac nid yw’n deall difrifoldeb y sefyllfa.”

Pan gyrhaeddodd yr heddlu gartref Siôn i ymateb i’r helynt, fe gynigion nhw arestio ei fab. Ar y pryd, doedd Siôn ddim eisiau i hynny ddigwydd, gan nad oedd am i’w fab fynd i drafferthion. Ers hynny, fodd bynnag, mae’n teimlo y gallai cael ei arestio fod wedi rhwystro’i fab rhag parhau i’w gam-drin.

“Efallai fy mod innau ar fai hefyd, gan nad oeddwn i am i’r [heddlu] ei arestio pan ymosododd arna’ i â chylllell ... Dylwn fod wedi gwneud cyhuddiad yn ei erbyn. Pe bai wedi treulio noson mewn cell neu rywbeth tebyg ... a minnau’r un oed, roedd gweld heddwas yn fy [mrawychu].”

Cymorth yn y dyfodol

Yn gyffredinol, teimlai Siôn fod y gwasanaethau priodol yn bodoli i’w helpu. Fel y soniwyd, teimlai mai’r broblem oedd na allai gwasanaethau orfodi ei fab i dderbyn ei fod yn cam-drin ei dad nac i ddewis cael cymorth i newid ei ymddygiad.

“Rwy’n credu bod y cyfan yn ei le ... daeth y gweithwyr cymdeithasol ac asesu ein cartref a phob un ohonon ni, ond yna mae’n esgus [sut] mae’n ymddwyn ... yn hytrach na bod yn agored ac yn onest ... Dylai fod rhywbeth ar gael i’r sawl sy’n achosi’r niwed ... ond os nad yw’n barod i ymwneud â neb ... does dim all neb ei wneud am y peth.”

Dyweddodd Siôn hefyd y dylid rhoi mwy o gymorth gan gymheiriaid i rieni sy'n cael eu cam-drin gan eu plant. Teimlai y byddai grwpiau cymorth i rieni rannu eu profiadau yn help..

“Mewn ffordd, mae'n debyg i gyfarfodydd AA, lle byddwch chi'n siarad yn eich tro mewn grŵp, ac yn cyfaddef eich bod chi'n alcoholig. Fe allai pobl siarad yn eu tro a chyfaddef eu bod nhw'n dioddef trais dan law pobl eraill.”

Scott

Mae Scott (nid dyna'i enw iawn) yn ei bumdegau ac mae'n byw yn Lloegr. Mae'n cael cymorth gan sefydliadau yng Nghymru a Lloegr ar ôl i'w wraig ei gam-drin a'i reoli drwy orfodaeth yn gorfforol, yn seicolegol ac yn emosiynol dros nifer o flynyddoedd.

Chwilio am gymorth

Mae Scott yn dweud iddo orfod dilyn "tipyn o siwrnai" er mwyn cael gafael ar gymorth. Ar y dechrau, nid oedd yn sicr pa gymorth yr oedd ei angen arno, na ble i'w gael.

"Rwy'n credu bod y ffaith eich bod chi mewn sefyllfa lle nad ydych chi'n gwybod beth yn y byd sy'n digwydd, er eich bod chi'n gwybod bod angen cymorth arnoch chi ... Doeddwn i erioed wedi wynebu dim tebyg yn fy mywyd ... Roedd angen cymorth arna' i i symud ymlaen, ond wyddwn i ddim pa fath o gymorth. Fe chwalodd fy mywyd. Roeddwn i'n teimlo'n fregus, ac rwy'n dal i deimlo felly. Wn i ddim pwy sydd yno i fy helpu, a phwy sydd yno i dicio blwch yn unig."

Sylweddolodd wedyn fod angen cymorth cyfreithiol arno er mwyn gallu aros mewn cysylltiad â'i blant. Chwiliodd am gymorth emosiynol hefyd i'w helpu i brosesu a goresgyn ei brofiadau trawmatig.

Y cymorth sydd wedi'i roi

Ar y dechrau, cysylltodd Scott â gwasanaeth cynghori lleol (sy'n cael nawdd gan yr awdurdod lleol) er mwyn cael rhywfaint o gymorth emosiynol, cyngor ymarferol, a chymorth cyfreithiol. Cynigion nhw help i Scott i ddod o hyd i lety, ond nid oedd angen hynny arno. Mae Scott hefyd yn amau bod ei wraig wedi cael cymorth drwy'r gwasanaeth hwn, a allai fod wedi achosi gwrthdaro buddiannau iddyn nhw.

"Allai'r gwasanaeth cynghori lleol ddim fy helpu gan eu bod nhw'n rhoi lloches a chyngor, ond ar ôl i rywun adael [y cartref], allan nhw ddim helpu o gwbl mewn gwirionedd. Fe allan nhw wrando, ond dyna ni. Felly i mi... nid oedd eu cynnig nhw'n addas... Allen nhw ddim fy nghyfeirio at neb arall chwaith... galwad ffôn neu ddwy, a dyna ni."

Cyfeiriodd Respect Scott at nifer o wasanaethau cymorth yr oedd eisoes wedi rhoi cynnig arnyn nhw, a oedd yn canolbwyntio ar fenywod. Roedd eu holl ddeunyddiau cymorth hefyd yn rhai i fenywod. Ceisiodd gysylltu â ManKind hefyd, ond ni allai eu cyrraedd drwy'r llinell gymorth.

Cyfeiriwyd Scott maes o law gan yr heddlu at elusen leol sy'n rhoi cymorth cyfreithiol. Rhoddodd yr elusen gyngor i Scott ynghylch sut i gael gweld ei blant, ei helpu â'i waith papur, ac ariannu bargyfreithiwr ar gyfer ei wrandawiadau yn y llys.

"Roedd angen cymorth cyfreithiol arna' i i weld fy mhiant ac felly fe wnaeth y gwasanaeth hwnnw... roi sylw i fy achos yn weddol gyflym, a gofynnais am eu barn am beth roedd angen imi'i wneud... Fe wnaethon nhw... ddrafftio'r datganiad sefyllfa ar fy rhan... adolygu fy ngwaith papur, ac yna fe gyflwynais i'r rheini i lys. Ers hynny, maen nhw wedi parhau i roi cymorth, ac wedi talu am fargyfreithiwr ar gyfer pob un gwrandawriad, bron iawn, hyd yma."

Roedd ffrindiau a theulu Scott yn gefnogol iawn, ond fe wnaethon nhw'i helpu i sylweddoli bod angen cymorth proffesiynol arno i'w helpu gyda'r trawma roedd wedi'i brofi. Yna fe gafodd gwnsela preifat drwy gyswllt personol. Ar hyn o bryd, mae ar restr y GIG i gael rhagor o gwnsela.

Mae Both Parents Matter - Cymru wedi rhoi cymorth emosiynol a rhagor o gyngor cyfreithiol i Scott. Ar y dechrau, fe wrandawodd y sefydliad ar achos Scott, a chadarnhau'n ysgrifenedig ei fod yn rhywun sydd wedi goroesi cam-drin domestig. Mae Scott hefyd yn mynychu cyfarfodydd cynghori wythnosol ac yn cael cymorth emosiynol drwy system cyfaill.

“Maen nhw wedi cynnal asesiad... ac wedi dweud fy mod i'n rhywun sydd wedi dioddef cam-drin domestig, a dyna'r unig ddarn o bapur sydd wedi mynd ati i enwi fy nghyn-bartner ac wedi dweud beth mae hi wedi'i wneud. Mae'n swnio'n od, ond y teimlad oedd, 'Waw, mae rhywun wedi ysgrifennu hyn ar ddarn o bapur ac wedi fy nghredu go iawn'.”

Beth wnaeth weithio'n dda?

Mae Scott yn croesawu dull diffwdan Both Parents Matter o weithio, a'r cymorth hyblyg ar sail anghenion mae'n ei gael ganddyn nhw. Mae Scott hefyd yn teimlo bod y cymorth anffurfiol gan gyfaill hefyd yn tawelu'i feddwl ac yn rhoi cysur iddo.

“Er eich bod chi mewn sefyllfa anodd, dydyn nhw ddim yn rhoi siwgr ar y bilsen. Dydyn nhw ddim yn palu celwyddau nac yn gwneud ichi deimlo'n dda. Yn hytrach, maen nhw'n ymarferol ac mae'u traed ar y ddaear... chi sy'n adnabod eich achos orau mewn cyd-destun cyfreithiol, ac mae'n rhaid ichi gael cymorth emosiynol.”

Cafodd Scott yr help angenrheidiol yn gyflym gan yr elusen leol y gofynnodd iddyn nhw am gymorth cyfreithiol. Fe wnaeth ei gwnselydd hefyd ei helpu i feithrin yr adnoddau yr oedd ei angen arno i'w helpu i ymdopi â'i brofiadau. Fe wnaeth hi hefyd ei gyfeirio at ragor o gymorth.

“Yn y bôn, roedd hi'n hollbwysig wrth fy sefydlogi a fy sadio. Fe roddodd gyngor imi chwilio am ragor o gymorth ym maes trawma a cham-drin mewn perthnasau, ac fe wnaeth [hi] ddangos imi ble i ddod o hyd i gymorth cwnsela addas.”

Beth na wnaeth weithio cystal?

Pan gysylltodd â man cyswllt yr awdurdod lleol, dim ond cyfeirio Scott at asiantaethau eraill a wnaed (ac roedd Scott eisoes wedi cysylltu â'r rhan fwyaf o'r rheini). Ni allen nhw roi unrhyw gymorth eu hunain. O ganlyniad, mae'n teimlo y dylai asiantaethau gydweithio i sicrhau bod goroeswyr gwrywaidd yn cael y cymorth y mae ei angen arnyn nhw.

“Rydych chi'n ffonio un asiantaeth ac yna'n cael rhestr o dri neu bedwar o bobl i gysylltu â nhw, ac mae'n rhaid ichi ddod o hyd i'r egni wedyn i wneud hynny, cyn gorfod gwneud yr un peth drachefn, ac mae rhywun yn teimlo, 'Wel dyna wastraff amser'. Felly, dydych chi ddim yn cyrraedd unman, gan fod y cyfan yn teimlo fel drysle. Mae gwahanol asiantaethau'n cael eu sefydlu, ac maen nhw'n ceisio cyddynnu, ond rwy'n credu bod rhai pobl yn syrthio drwy'r craciau.”

Roedd yr elusen leol sy'n rhoi cymorth cyfreithiol a ddefnyddiodd Scott yn rhy brin o adnoddau i roi gwasanaeth llawn, sy'n golygu y bu'n rhaid iddo ysgrifennu deunydd cymhleth ei hun. Ni allai'r elusen chwaith ymrwymo i roi cymorth hirdymor. Yn hytrach, dim ond cynorthwyo Scott fesul gwrandawriad oedd yn bosibl, yn sgil diffyg cyllid.

Y rhwystrau a'r heriau

Am gyfnod hir, nid oedd Scott yn credu ei fod yn rhywun a oedd wedi dioddef cam-drin domestig, ac fe wnaeth hynny ei atal rhag chwilio am gymorth.

“Nid oeddwn i'n cydnabod y peth mewn unrhyw fodd dan haul. Roeddwn i wedi clywed am y peth, ond doeddwn i ddim yn credu y byddai'n digwydd i mi.”

Pan gysylltodd Scott â'r gwasanaeth cynghori, fe wnaethon nhw ofyn cwestiynau hynod o bersonol am ei blant a chanolbwyntio ar eu diogelwch nhw, yn hytrach nag anghenion cymorth Scott.

Roedden nhw am gael enwau, dyddiadau geni a lleoliadau'r plant ac ati. Roeddwn i'n teimlo y dylai hynny, efallai, fod wedi bod yn rhan o'r sgwrs, ond dyna oll y siaradwyd amdano, ac roedd hynny'n anghymesur â fy anghenion i. Fe wnaeth hyn waethygu fy ofnau a fy mhryderon, a chymerodd ddiwrnodau lawer imi adennill fy nghryfder.”

Gwelodd hefyd fod gwasanaethau cymorth yn canolbwyntio ar fenywod yn hytrach na dynion, a'u bod o'r farn mai dynion sy'n cyflawni ac mai menywod yw'r dioddefwyr ym maes cam-drin domestig.

“Fy mhrofiad cyffredinol i yw bod gorddarpariaeth a gorbwyslais ar gynorthwyo menywod, a thuedd anferth i'r cyfeiriad hwnnw ym mhob sefydliad, bron iawn ... Pe bawn i'n fenyw sydd wedi'i churo, gyda phlant, yna dyna roi 'tic' a byddwn i wedi cael cymorth yn syth bin. Ond nid dyna pwy oeddwn i, a doeddwn i ddim yn cydfynd â'r proffil ar gyfer yr hyn roedden nhw'n ei gynnig.”

Er bod modd i Scott fforddio cwnsela preifat ar y dechrau, roedd yn rhaid i hyn ddod i ben pan ddaeth yn ddi-waith. Mae bellach ar restr aros “aruthrol o hir” i gael cwnsela gan y GIG.

Cymorth yn y dyfodol

Mae Scott yn galw am ddull siop-un-stop wrth ddefnyddio gwasanaethau, fel nad yw goroeswyr gwrywaidd yn gorfod cysylltu ag asiantaethau niferus dro ar ôl tro, a hynny'n aml gan gael eu cyfeirio'n ddi-fudd at asiantaethau eraill heb gael y cymorth y mae ei angen arnyn nhw. At hynny, hoffai Scott pe bai mwy o grwpiau sy'n rhoi cymorth gan gymheiriaid er mwyn iddo ddod i gyswllt â dynion eraill sydd wedi cael profiadau tebyg.

“Un o'r pethau a oedd ar goll oedd cymorth gan gymheiriaid. Sut mae cysylltu'n ddiogel â phobl eraill sydd wedi cael profiadau tebyg, a theimlo'n ddigon cyfforddus i fod yn chi'ch hun, gan anadlu ochenaid o ryddhad gan nad oes yn rhaid ichi esgus eich bod chi'n dygymod, na gwisgo masgiau dirifedi i roi darlun o rywbeth nad yw'n gwbl wir. Mae modd diosg y masgiau a bod yn chi'ch hun, gan sgwrsio â phobl sy'n gwrandao ac yn deall go iawn.”

Mae ymyrryd yn gynnar hefyd yn rhywbeth y byddai Scott yn hoffi'i weld yn y dyfodol. Ar hyn o bryd, mae'n teimlo mai dim ond pan fydd hi'n argyfwng ar bobl y bydd gwasanaethau'n ymyrryd.

“Mae angen i [ddynion hŷn] deimlo bod eu lleisiau'n cael eu clywed a theimlo sicrwydd nad ydyn nhw'n colli'u pwyll, gan gael cymorth i ymdopi â chyfres anodd iawn o emosiynau sy'n gysylltiedig â wynebu'r sawl sy'n eich cam-drin, [gan] gydnabod y cam-drin rydych chi wedi'i brofi ... a'r boen emosiynol sy'n gysylltiedig â defnyddio eich plant fel arfau a'r boen barhaus y mae hynny'n ei achosi ... Sut mae cael gafael ar bobl sydd yn y fath sefyllfa cyn i bethau droi'n wir argyfwng arnyn nhw, a hwythau'n sefyll ar ymyl dibyn, neu mewn sefyllfa lle na allan nhw fwrw ymlaen?”

Dywedodd Scott hefyd y gallai fod angen mwy o gymorth yn y dyfodol i helpu asiantaethau i gyrraedd mwy o oroeswyr, a mwy o gydnabyddiaeth gyffredinol bod dynion hefyd yn oroeswyr ac nad nhw sydd wastad yn cyflawni cam-drin domestig. At hynny, mae'n teimlo y dylai gwasanaethau ddangos empathi a gwrando ar oroeswyr sy'n ddynion hŷn, gan helpu i gael gwared ar y rhwystrau ychwanegol y mae nifer yn eu hwynebu wrth gael cymorth.

“Mae angen i awdurdodau statudol ac anstatudol ynghyd ag elusennau gydnabod bod dynion hefyd yn dioddef cam-drin domestig ... Mae dynion hŷn fel ni yn ei chael hi'n fwy anodd byth wynebu'r hyn sydd wedi digwydd, oherwydd mae fymryn yn fwy anodd codi yn ôl ar eich traed ar ôl digwyddiadau na phan oedden ni'n iau ... Mae angen gwasanaethau ar ddynion hŷn sy'n mynd y filltir ychwanegol, sy'n cydgerdded â ni pan fyddwn ni'n teimlo'n isel ein hysbryd, yn unig, ar goll, yn bryderus, ac yn anobeithiol. Heb wasanaethau sydd wedi'u seilio ar dosturi, pobl i roi cefn inni, anogaeth barhaus, a chymorth ymarferol, cyfreithiol, ac emosiynol sydd wedi'i seilio ar anghenion, bydd mwy ohonon ni'n syrthio drwy'r craciau.”

Atodiad 2: Crynodeb o fethodoleg

Dull	Disgrifiad	Ymatebion
Gweithdai â Grŵp Gweithredu a Grŵp Llywio Cam-drin OPCW	Dwy sesiwn ryngweithiol o bell (ym mis Rhagfyr 2021 a mis Ionawr 2022) lle cyflwynodd ORS yr ymchwil a gwahoddwyd y mynychwyr i fwydo'n ôl ar natur, graddfa, a maint y cam-drin yn erbyn dynion hŷn; ymarferion effeithiol a bylchau mewn cefnogaeth sydd ar gael i ddynion hŷn sy'n cael eu cam-drin; ac unrhyw ymchwil perthnasol yn y maes hwn	Grŵp Llywio (Rhagfyr 2021): 13 mynychwr Grŵp Gweithredu (Ionawr 2022): 21 mynychwr
Adolygiad llenyddiaeth	Adolygodd ymchwilwyr ORS y llenyddiaeth academaidd sy'n cyd-fynd â nodau'r ymchwil	Adolygwyd 19 o ffynonellau (nid yw pob un wedi'u hymgorffori'n benodol yn yr adroddiad hwn)
Galwad am dystiolaeth	Ym mis Ionawr 2022, dosbarthodd ORS dempled i ddarparwyr gwasanaeth a rhanddeiliaid o sefydliadau cymorth yng Nghymru i rannu eu barn ar y gefnogaeth sydd ar gael i ddynion hŷn sydd wedi eu cam-drin	10 ymateb (naw trwy e-bost; un dros y ffôn)
Cyfweliadau â rhanddeiliaid / darparwyr gwasanaeth	Cyfweliadau manwl o bell ag amrywiaeth o ddarparwyr gwasanaethau a rhanddeiliaid o sefydliadau cymorth yng Nghymru rhwng Chwefror a Mai 2022. Cymerodd y cyfweliadau tuag awr yr un gan archwilio barn am y gefnogaeth sydd ar gael i ddynion hŷn sydd wedi'u cam-drin	Cynhaliwyd 12 cyfweliad ar Microsoft Teams
Cyfweliadau â goroeswyr	Cyfweliadau manwl o bell â dynion sydd wedi goroesi cam-drin domestig rhwng Mawrth a Mai 2022. Roedd y cyfweliadau'n cymryd rhyw awr yr un ac yn archwilio barn am y gefnogaeth roedden nhw wedi'i chael	Cynhaliwyd 11 cyfweliad ar Microsoft Teams, Zoom, neu dros y ffôn

Cyfeiriadau

Baker, P. R. A., Francis, D. P., Hairi, N. N., Othman, S., and Choo, W. Y. (2016). Interventions for preventing abuse in the elderly (Review). Cochrane Database of Systematic Reviews 2016, Issue 8, Art. No. CD010321. DOI: 10.1002/14651858.CD010321.pub2.

Barry, N., and Bowen-Davies, R. (2021). Gwasanaethau Cymorth i Bobl Hŷn sy'n Profi Camdriniaeth yng Nghymru. Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru. Ar gael yn: <https://olderpeople.wales/wp-content/uploads/2022/08/Gwasanaethau-Cymorth-i-Bobl-Hyn-syn-Profi-Camdriniaeth-yng-Nghymru.pdf>

Bates, E. A. (2020) "No one would ever believe me": An exploration of the impact of intimate partner violence victimisation on men. *Psychology of Men & Masculinities*, 21(4), pp.497–507. <https://doi.org/10.1037/men0000206>

Bloemen, E. M., Rosen., T., LoFaso, V., Lasky, A., Church, S., Hall, P., Weber, T., and Clark, S. (2019). Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender Older Adults' Experiences with Elder Abuse and Neglect. *Journal of the American Geriatrics Society*, 67, pp. 2338-2345.

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru a Llywodraeth Cymru (2019). Gwybodaeth a chanllawiau ar gam-drin domestig: Diogelu pobl hŷn yng Nghymru. Ar gael yn: <https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-06/diogelu-pobl-hn-yng-nghymru.pdf>

Grace, K. T., and Anderson, J. C. (2018). Reproductive Coercion: A Systematic Review. *Trauma, Violence, and Abuse*, 19 (4), pp. 371-390. <https://doi.org/10.1177/1524838016663935>

Harries, S. and N. Bryer (2021). Gwerthusiad o 'Mwy na geiriau' y fframwaith strategol olynol ar gyfer gwasanaethau Cymraeg mewn ieuchyd, gwasanaethau cymdeithasol a gofal cymdeithasol, 2016-2019: Adroddiad Terfynol. Caedydd: Llywodraeth Cymru, nifer adroddiad GSR 55/2021. Ar gael yn: <https://llyw.cymru/gwerthusiad-o-mwy-na-geiriau-adroddiad-terfynol>

Her Majesty's Inspectorate of Constabulary and Fire and Rescue Services (2019). The poor relation: The police and CPS response to crimes against older people. London: HMICFRS. Available at: The poor relation: The police and CPS response to crimes against older people (justiceinspectors.gov.uk)

Hoeger, K., Bates, L., Perry, P., Phan, T. T. N., and Whitaker, A. (2022). Domestic Homicide Project Spotlight Briefing #2: Older Victims. Vulnerability Knowledge & Practice Programme.

Lazenbatt, A., Devaney, J. and Gildea, A. (2013) 'Older women living and coping with domestic violence', *Community Practitioner: The Journal of the Community Practitioners' & Health Visitors' Association*, 86 (2), pp. 28–32.

Machado, A., Hines, D., and Douglas, E. M. (2020). Male victims of female-perpetrated partner violence: A qualitative analysis of men's experiences, the impact of violence, and perceptions of their worth. *Psychology of Men & Masculinities*, 21(4), pp.612-621.

- Melchiorre, M.G., Di Rosa, M., Lamura, G., Torres-Gonzales, F., Lindert, J., Stankunas, M., Ioannidi-Kapolou, E., Barros, H., Macassa, G., and Soares, J. J. F. (2016) Abuse of Older Men in Seven European Countries: A Multilevel Approach in the Framework of an Ecological Model. PLoS ONE, 11(1): e0146425. doi:10.1371/journal.pone.0146425
- Park, J., Nordstrom, S. K., Weber, K. M., Irwin, T. (2016). Reproductive coercion: uncloaking an imbalance of social power. American Journal of Obstetrics and Gynecology, 214 (1), pp. 74-78.
- SafeLives (2016). Safe Later Lives: Older people and domestic abuse. Spotlights Report #Hidden Victims. Available at Safe Later Lives - Older people and domestic abuse.pdf (safelives.org.uk)
- Wallace, S., Wallace, C., Kenkre, J., Brayford, J. and Borja, S. (2019). Men who experience domestic abuse: a service perspective. Journal of Aggression, Conflict and Peace Research, 11 (2), pp.127-137 <https://doi.org/10.1108/JACPR-03-2018-0353>
- Llywodraeth Cymru (2016). Mwy na geiriau. Ar gael yn: https://www.wales.nhs.uk/sites3/documents/415/web%20-%2016184_narrative_w_web.pdf
- Wydall, S. and Zerk, R. (2017). Domestic abuse and older people: factors influencing help-seeking. The Journal of Adult Protection, vol.19(5), pp.247-260. <https://doi.org/10.1108/JAP-03-2017-0010>



Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Older People's Commissioner for Wales