Canllaw i ymgysylltu â dioddefwyr a goroeswyr

Pecyn cymorth ymarferol ar gyfer gweithio gyda goroeswyr ar ymchwiliadau CSAE

Child Sexual Exploitation Taskforce

NAPAC
The National Association for People Abused in Childhood

Contents

Sut i ddefnyddio'r canllaw hwn 3
Egwyddorion cymorth craidd 4
Sicrhau hygyrchedd 6
Y cyswllt cyntaf 7
Diogelu cychwynnol, cofnodi'r drosedd ac ymateb seiliedig ar risg 8
Sicrhau'r dystiolaeth orau - cynllunio a chynnal cyfweliad 10
Rheoli'r unigolyn dan amheuaeth/y troseddwr 11
Diweddariadau ar ôl y cyfweliad 12
Camau ymchwilio a chynghorion cynnar Gwasanaeth Erlyn y Goron (y CPS) 13
Ceisiadau am ddeunydd digidol a thrydydd parti 14
Paratoi ffeil ac ymyrraeth gan y CPS 15
Penderfyniad y CPS ynghylch cyhuddo 16
Cyngor ar ddatgysylltu ac ailymgysylltu 17
Cefnogi dioddefwyr neu oroeswyr camdriniaeth yn ystod plentyndod 19
Gwaith amlasiantaeth, trafodaethau strategaeth Adran 47 a phenderfyniadau diogelu 20
Presenoldeb SARC 21
Cyfeirio ac adnoddau ychwanegol 22

Sut i ddefnyddio'r canllaw hwn

Nod y canllaw hwn yw bod yn bwynt cyfeirio cyflym ar gyfer swyddogion yr heddlu sydd naill ai'n helpu a/neu'n ymwneud â dioddefwyr a goroeswyr camdriniaeth yn ystod plentyndod gydol cylch bywyd ymchwiliad i gamdriniaeth a/neu chamfanteisio'n rhywiol ar blant, boed yn achosion diweddar neu ddim mor ddiweddar.

Mae'n darparu canllawiau syml ar y ffordd orau o gefnogi'r dioddefwr neu'r goroeswr ym mhob cam o'r ymchwiliad.

Mae tudalennau 19, 20 a 21 yn cynnig cyngor wedi'i deilwra'n benodol i gefnogi dioddefwyr neu oroeswyr sy'n blant.

Mae pob adran o'r canllaw yn cyfateb i gam ymchwilio, ac yn rhoi awgrymiadau ymarferol ac arweiniad ar sgwrsio, a fydd o fudd i les goroeswyr a'r swyddogion dan sylw.

Wrth weithredu'r egwyddorion hyn yn iawn, gallwch leihau'r tebygolrwydd o ail-drawmateiddio a hwyluso profiad mwy cadarnhaol, grymusol o gyfiawnder troseddol.

Mae'r canllaw hwn yn seiliedig ar ddata gan heddluoedd y DU a phapur 'Redifining Justice' NAPAC – astudiaeth o dros 46,000 o sgyrsiau gyda goroeswyr am eu profiadau o'r system gyfiawnder. Fe'i crëwyd gan dasglu 'Child Sexual Exploitation Taskforce' Llywodraeth y DU. Dan arweiniad Rhaglen Hydrant, a chefnogaeth TOEX, VKPP, a phartneriaid trydydd sector dethol, mae'r Tasglu CSE yn canolbwyntio ar wella'r ymateb plismona i gamdriniaeth a chamfanteisio'n rhywiol ar blant.

Egwyddorion cymorth craidd

Dylai'r egwyddorion hyn fod yn bresennol ym mhob cam o'r ymchwiliad. Maen nhw'n gwbl hanfodol, ac fe fyddan nhw'n help i feithrin perthnasoedd priodol, cynhyrchiol rhwng y dioddefwr neu'r goroeswr a'r swyddog, gan ddiogelu'r naill a'r llall.

Credu o'r cychwyn cyntaf

I lawer o oroeswyr, mae teimlo bod yr heddlu yn eu credu yr un mor bwysig â chanlyniad ffurfiol cyfiawnder troseddol. Os gallwch chi gyfleu cred mewn ffordd addas, llawn empathi, mae hynny'n ganlyniad hynod gadarnhaol ynddo'i hun. Mae hyn yn golygu dechrau o fan lle rydych chi'n credu ynddyn nhw, fel bod y goroeswr yn teimlo'n ddiogel ac wedi'i gefnogi. Bydd unrhyw ymchwiliad a fydd yn dilyn yn dal i gael ei gynnal gyda meddwl agored ac yn cadw at y safonau ar gyfer cofnodi troseddau cenedlaethol.

Ceisiwch ddefnyddio iaith fel:

"Diolch am ymddiried ynof i gyda hyn, dwi'n eich credu chi."

"Dwi'n gwybod ei fod wedi cymryd llawer o nerth i chi ddweud hynna, ac fe hoffwn i ddiolch i chi am rannu hyn – a dwi'n eich credu chi."

"Dwi'n siŵr nad yw hi'n hawdd dweud eich dweud, ond fe alla i eich sicrhau chi fy mod i'n eich credu chi, ac y bydda i'n gwneud fy ngorau glas i'ch arwain chi drwy'r broses."

Cynnig gwybodaeth a dewis

Fel dioddefwyr neu oroeswyr camdriniaeth yn ystod plentyndod, cafodd eu dewis a'u galluogedd eu dwyn oddi arnyn nhw.

Gallwch eu helpu i adennill rhywfaint o'r galluogedd hwnnw a gwneud dewisiadau grymus, gwybodus wrth symud ymlaen drwy'r ymchwiliad.

Ystyr hyn yn ymarferol yw:

- Trafod eu dewisiadau yn fanwl gyda nhw ac esbonio beth yw camau nesaf y broses, fel nad oes dim yn eu synnu na'u bod yn teimlo nad ydyn nhw wedi'u paratoi.
- Caniatáu amser ychwanegol iddyn nhw wneud eu penderfyniad a derbyn na fyddan nhw o bosib yn gallu/eisiau gwneud penderfyniad ar y foment honno.
- Deall efallai na fydd y dioddefwr neu'r goroeswr yn dymuno neu'n gallu dweud popeth wrthych.
- Gwneud addasiadau ystyriol yn seiliedig ar eu hamgylchiadau a thrafod beth fydd yn gwneud iddyn nhw deimlo'n fwyaf cyfforddus – er enghraifft, ydyn nhw angen cyfieithydd, neu eisiau ffrind yn bresennol wrth ymwneud â'r heddlu?
- Cyfeirio'r staff at wasanaethau cymorth priodol.

Meithrin ymddiriedaeth trwy fod yn dryloyw

Mae ymddiriedaeth a thryloywder yn rhan annatod o feithrin perthynas briodol sy'n blaenoriaethu'r canlyniadau y mae dioddefwyr a goroeswyr am eu cyflawni.

Ystyr hyn yn ymarferol yw:

- Bod yn agored ac yn onest am broses yr ymchwiliad a'r hyn y mae'n ei olygu, gan gynnwys amseriad pob dim ac unrhyw oedi.
- Cyfathrebu'n llawn empathi a bod yn eiriolwr a chynghreiriad gydol yr ymchwiliad.
- Cysondeb - wrth ymrwymo i wneud rhywbeth, rydych chi'n gwneud eich gorau glas i anrhydeddu'r ymrwymiad hwnnw. Fe fydd peidio â chadw at amser neu beidio â gwneud rhywbeth y cytunwyd arno yn arwain yn sydyn at ddiffyg ymddiriedaeth a datgysylltu.

Sicrhau hygyrchedd

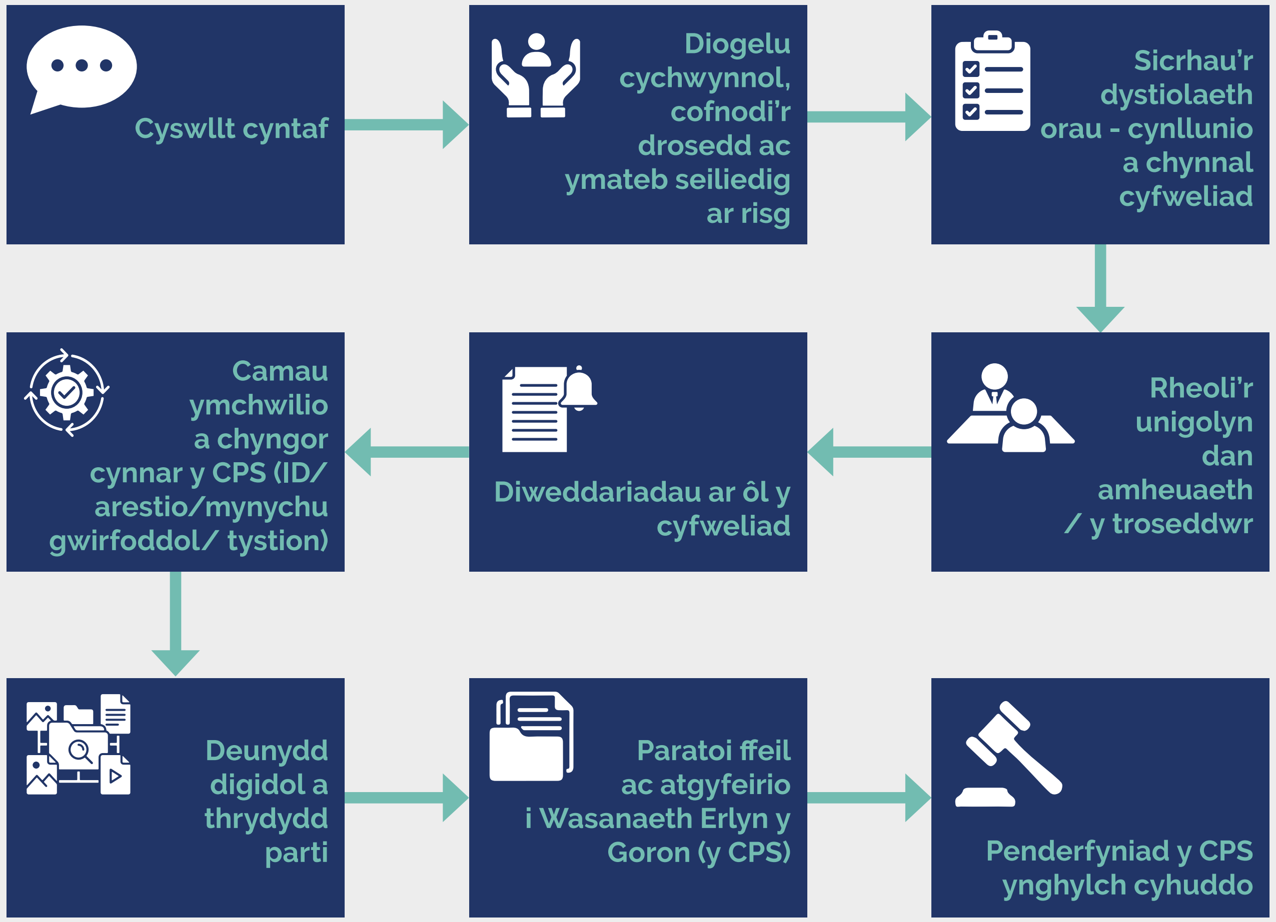
Yn achos gweithwyr proffesiynol sy'n gweithio ym maes cyfiawnder, ystyr hygyrchedd yw a all dioddefwyr a goroeswyr gymryd rhan ystyrlon mewn prosesau sy'n effeithio'n uniongyrchol ar y canlyniadau o'u dewis ac ar eu mynediad at gyfiawnder.

Mae dioddefwyr a goroeswyr yn dod ag ystod eang o brofiadau ac anghenion. Gallai'r rhain gynnwys anabledd corfforol, salwch cronig, sensitifrwydd synhwyraidd, niwrowahaniaeth, ystyriaethau ynghylch llythrennedd neu wahaniaethau iaith.

Pan fydd ystyriaethau hygyrchedd wedi'u cynnwys o'r dechrau'n deg, bydd ymgysylltu'n bosib ac nid yn amodol. Bydd hefyd yn cryfhau ymddiriedaeth ac yn ategu dilysrwydd prosesau sefydliadol.

Dylai sgyrsiau am fynediad ddechrau'n gynnar a chael eu fframio fel ymarfer proffesiynol arferol yn hytrach na chais arbennig.

Camau'r daith



Y cyswllt cyntaf

Mae'r adran hon yn crynhoi'r hyn sydd angen i'w gofio pan fydd dioddefwr neu oroeswr achos o gamdriniaeth neu o gamfanteisio yn ystod plentyndod nad yw'n ddiweddar, gan gynnwys camdriniaeth neu gamfanteisio rhywiol, yn cysylltu â'r heddlu am y tro cyntaf. Mae'n hollbwysig bod eu profiad cychwynnol o gyfathrebu â swyddog yr heddlu yn un cadarnhaol a diogel. Fel arall, efallai na fyddan nhw'n cysylltu â'r heddlu nac yn ymddiried ynddyn nhw byth eto.

Sut y gall goroeswyr deimlo neu ymddwyn

- **Ymatebion trawma,** tebyg i 'ymladd neu ffoi'. Gall ofn ac adrenalin achosi rhywun i fethu cael ei anadl, crychguriadau'r galon a phyliau emosiynol.
- **Mynd i'w gragen**. Efallai y byddan nhw'n rhewi yng nghanol y sgwrs am nad ydyn nhw'n gallu parhau neu am eu bod nhw'n teimlo eu bod wedi rhannu gormod o fanylion.
- **Colli rheolaeth.** Mae llawer o oroeswyr wedi dweud wrth NAPAC fod y weithred o riportio yn frawychus am eu bod nhw, drwy wneud hynny, yn colli rheolaeth ar eu 'cyfrinach', a sut mae eraill yn eu gweld nhw.

> **Canllaw sgwrsio**
>
> "Diolch am ymddiried ynof i gyda hyn, dydych chi ddim ar eich pen eich hun. Dwi yma i helpu ac i wrando arnoch chi. Chi sy'n rheoli'r hyn rydych chi'n ei rannu heddiw, a gallwn drafod pethau yn eich amser chi, a chymryd seibiant fel sydd angen. Ydy hynny'n swnio'n iawn i chi?"
>
> "Diolch am ddweud hyn wrtha i, dwi'n gwybod nad oedd yn beth hawdd i'w wneud. Dwi yma i wrando arnoch chi ac i'ch cefnogi chi, felly cofiwch ddweud os ydych chi angen rhywbeth neu eisiau seibiant."

Beth allwch chi ei wneud i helpu

- **Gallwch fod yn garedig a llawn empathi**, gan osgoi ymatebion niwtral a all ymddangos fel nad ydych chi'n credu'r goroeswr.
- **Gallwch fod yn ddilys a gwneud i'r goroeswr deimlo eich bod yn ei gredu**. I lawer, gall cydnabyddiaeth syml o'u profiad gan swyddog yr heddlu fod mor bwerus â chanlyniad cyfreithiol ffurfiol.
- Lle bo'n bosib, dylech **gynnig lle tawel** i'r unigolyn eistedd ac aros, gyda mynediad at ddŵr a thoiled.
- Dylech gynnig cyfle iddyn nhw **gymryd seibiant** pan fo'r angen, neu ailgydio yn y sgwrs rhywbryd arall.
- **Gallwch esbonio eu hawl i gael rhywun gyda nhw** (ffrind, eiriolwr, ISVA). Asesiad o anghenion dioddefwyr (VNA) yw'r enw ar hyn. Dylid cynnal VNA mewn ymgynghoriad â'r dioddefwr neu'r goroeswr ym mhob cam o'r ymchwiliad.
- Rhowch **esboniad tawel, tryloyw** o'r hyn sy'n debygol o ddigwydd nesaf.
- **Cytunwchh** ar sut i gysylltu â nhw, a phryd, wrth i'r achos fynd yn ei flaen, gyda'r opsiwn i ddatgysylltu ac ailymgysylltu os oes angen.
- **Cyfeiriwch nhw at gymorth**, gan gynnwys opsiynau sy'n annibynnol ar blismona.

Diogelu cychwynnol, cofnodi'r drosedd ac ymateb seiliedig ar risg

Sut y gall goroeswyr deimlo neu ymddwyn

- Ar y cam hwn mae dioddefwyr a goroeswyr yn disgrifio cryn ofn ac amheuaeth, yn enwedig o ran y goblygiadau wrth i'w datgeliad droi'n 'swyddogol'.
- Mae gorbryder am yr awdurdodau'n cysylltu â'r drwgweithredwyr neu eu bod nhw'n 'dod i wybod' yn gyffredin iawn, yn enwedig os oes posibilrwydd y bydd pethau'n symud yn gyflym neu os yw dial yn bosib.

Beth allwch chi ei wneud i helpu

- Gallwch esbonio unrhyw gamau diogelu a'r rheswm drostyn nhw.
- Byddwch yn dryloyw am gyfrinachedd ac am rannu gwybodaeth.
- Gwiriwch anghenion ymarferol uniongyrchol yr unigolyn (tŷ, diogelwch, iechyd, risg i blant). Gall dychwelyd at y cwestiynau hyn yn ddiweddarach yn y sgwrs helpu i gadarnhau ac ehangu ar yr atebion.
- Cyfeiriwch yr unigolyn at gymorth arbenigol fel ISVAs neu wasanaethau cymorth.support services.

Canllaw sgwrsio

"Dwi'n mynd i ofyn rhai cwestiynau i wneud yn siŵr eich bod chi'n ddiogel ac yn deall pa gymorth allai fod o help ar hyn o bryd. Efallai y bydd rhai o'r cwestiynau hyn yn teimlo'n bersonol - cofiwch ddweud pe bai'n well gennych chi beidio ag ateb am rywbeth eto.

"Fe fydda i'n esbonio pam dwi'n gofyn, ac fe wnawn ni gymryd pethau'n araf. Dwi'n deall bod hyn yn llawer i'w brosesu, felly os ydych chi angen seibiant, neu am i mi esbonio unrhyw beth eto, dim ond gofyn sydd raid.""

Trosglwyddo achos i swyddog arbenigol neu lu arall

Mae'n werth nodi y gall trosglwyddo rhwng staff neu luoedd gwahanol fod yn bwynt anodd i ddioddefwyr a goroeswyr os na chawsant eu rhybuddio am hyn ymlaen llaw. Rhaid ymgynghori a chyfathrebu â nhw os byddan nhw'n cael pwynt cyswllt newydd.

Gall trosglwyddo'r achos i ofal rhywun arall heb unrhyw gyflwyniad, esboniad neu ddewis, beri dryswch a gofid gan arwain at ddatgysylltu o'r broses riportio.

Sut y gall goroeswyr deimlo neu ymddwyn

- Yn ansefydlog neu'n bryderus, ac efallai y byddan nhw'n teimlo wedi eu hansefydlogi, a hynny ar ôl iddyn nhw ddechrau ymddiried yn rhywun, yn enwedig os oedden nhw eisoes wedi rhannu gwybodaeth anodd.
- Yn poeni am orfod ailadrodd eu hunain. Efallai y byddan nhw'n ofni gorfod esbonio beth ddigwyddodd eto, neu y bydd manylion pwysig yn cael eu colli wrth drosglwyddo'r achos i rywun arall.
- Yn ansicr, yn siomedig, neu'n ddigalon. Gallai'r cam hwn deimlo fel rhwystr, gallai beri i'r broses ymddangos yn fwy cymhleth, neu wneud iddyn nhw boeni a fyddan nhw'n dal i gael eu cymryd o ddifri.

Canllaw sgwrsio

"Dwi angen rhoi gwybod i chi,oherwydd lle digwyddodd hyn, bod angen i heddlu arall fynd i'r afael â'r achos hwn. Dwi'n deall y gallai hynny deimlo'n annifyr, yn enwedig ar ôl dechrau siarad am yr hyn sydd wedi digwydd".

"Fe wna i esbonio beth mae hyn yn ei olygu, beth fydd yn digwydd nesaf, a phwy fydd mewn cysylltiad. Fe fyddwn ni'n gwneud hyn mor glir a gofalus â phosib, ac mae croeso i chi ofyn cwestiynau unrhyw bryd. Os ydych chi angen i mi oedi neu fynd dros unrhyw beth eto, cofiwch ddweud."

Sicrhau'r dystiolaeth orau - cynllunio a chynnal cyfweliad

Yn ôl tystiolaeth, mae'r cyfweliad i sicrhau'r dystiolaeth orau (ABE) yn parhau i fod yn gam pwysig wrth adeiladu achos ac yn bwynt tyngedfennol i'r dioddefwr neu'r goroeswr. Mae paratoi a thryloywder yn ganolog i sicrhau profiad diogel.

Sut y gall goroeswyr deimlo neu ymddwyn

- Mae goroeswyr wedi sôn am eu hamharodrwydd i ymgysylltu â chyfweliad sicrhau'r dystiolaeth orau am fod eu cof yn dameidiog neu'n niwlog, a'u bod yn poeni na fydd eraill yn eu credu nhw.
- Gall y ffaith fod y cyfweliad yn cael ei recordio wneud i rywun deimlo nad oes dim troi'n ôl wedyn. Efallai y bydd pwysau enfawr i 'gael popeth yn iawn' oherwydd ei fod yn barhaol.

Beth allwch chi ei wneud i helpu

- Cofiwch bwysleisio beth mae'r cyfweliad yn ei olygu, yn enwedig elfennau fel ei amseriad, yn lle mae'n cael ei gynnal, a'i hyd. Os oes modd cynnal cyfweliad sicrhau'r dystiolaeth orau dros gyfres o sawl sgwrs, trafodwch yr opsiwn hwn a sawl un arall.
- Trafodwch sbardunau, seibiannau a strategaethau sefydlogi ymlaen llaw. Cytunwch ymlaen llaw ar gynllun ar gyfer yr hyn fydd ei angen ar y goroeswr os yw'n teimlo bod pethau'n mynd yn ormod.
- Mae rhoi sicrwydd i'r unigolyn yn allweddol. Cofiwch bwysleisio bod bylchau yn y cof, ansicrwydd ac ymatebion emosiynol yn normal, ac nad yw'r ymatebion hyn yn tanseilio pwysigrwydd na difrifoldeb yr hyn maen nhw'n ei rannu.
- Dylech osgoi fframio anghysondebau fel materion hygrededd. Caniatewch amser i adolygu a nodi unrhyw bwyntiau cyd-destun a allai helpu gydag eglurhad yn nes ymlaen.
- Esboniwch eu hawl i gael rhywun yn gwmni, ac os oes angen, trefnwch i ISVA/cyfieithydd/gweithiwr iechyd meddwl proffesiynol fod yn bresennol.
- Cyfeiriwch yr unigolyn at opsiynau cymorth.

Canllaw sgwrsio

"Ydych chi'n teimlo bod gennych chi bopeth sydd ei angen arnoch i ddechrau'r datganiad ffurfiol? Mae'n iawn os nad ydych chi'n cofio popeth, neu os yw pethau'n teimlo'n niwlog, mae hynny'n gyffredin iawn ar ôl trawma".

"Does dim ffordd 'gywir' o wneud hyn, dim ond dweud beth ddigwyddodd yn eich geiriau eich hun ac i'r graddau rydych chi'n teimlo'n gyfforddus yn gwneud hynny. Gallwn ni oedi ar unrhyw adeg a chymryd seibiant neu adolygu hyn gyda'n gilydd, a dwi yma os oes angen unrhyw beth arnoch chi."

Rheoli'r unigolyn dan amheuaeth/y troseddwr

Sut y gall goroeswyr deimlo neu ymddwyn

- Yn bryderus am sut y bydd y gymuned neu eu teulu yn eu gweld nhw os yw'r troseddwr yn cael ei arestio.
- Yn ofnus o gael eu hesgymuno.
- Yn teimlo'n ddi-rym wrth i ddigwyddiadau ddatblygu sy'n effeithio arnyn nhw ond sydd y tu hwnt i'w rheolaeth.

Beth allwch chi ei wneud i helpu

- Rhowch wybod i oroeswyr am y ffordd mae rheoli risg yn cael ei gynllunio, a sut i uwchgyfeirio'r mater os oes pryder.
- Esboniwch amodau, cyfyngiadau neu ddiffyg mechnïaeth mewn iaith glir.
- Cynigiwch arweiniad ar gynllunio diogelwch personol lle bo hynny'n berthnasol neu cyfeiriwch at y bobl berthnasol i gynorthwyo gyda hyn.
- Gofalwch fod y dioddefwr neu'r goroeswr yn cael y wybodaeth ddiweddaraf am unrhyw newidiadau i'r risg barhaus iddyn nhw, fel nad ydyn nhw'n cael eu gadael mewn perygl neu eu bod yn ofni'n ddiangen.
- Cyfeiriwch yr unigolyn at opsiynau cymorth, gan gynnwys y rhai sy'n annibynnol ar yr heddlu.

Canllaw sgwrsio

"Mae angen i ni gymryd rhai camau penodol i fwrw ymlaen â'r ymchwiliad. Fe allan nhw gymryd amser, ac fe alla i roi cymaint neu cyn lleied o ddiweddariadau ag y mynnoch chi".

"Allwn ni ddim rhagweld sut fydd pethau'n datblygu na beth fydd y canlyniad ar hyn o bryd, ond mae'r hyn rydych chi wedi'i ddweud wrthym ni'n bwysig ac fe fydd yn cael ei gymryd o ddifri. Does dim o hyn yn adlewyrchiad o a ydych chi'n cael eich credu ai peidio."

Diweddariadau ar ôl y cyfweliad

Mae llawer o oroeswyr wedi dweud mai'r cyfnodau heb ddim cyswllt yw'r anoddaf. Mae cyfathrebu tryloyw, llawn empathi, rhwng staff plismona a'r goroeswr, yn hanfodol.

Sut y gall goroeswyr deimlo neu ymddwyn

- Ansicr ac amheus bod eraill wedi eu credu.
- Efallai y bydd 'dim diweddariad' yn cael ei ddehongli fel 'dim cynnydd', gan achosi cryn rwystredigaeth.

Beth allwch chi ei wneud i helpu

- Rhowch ddiweddariadau rheolaidd ar gyfnodau y cytunwyd arnyn nhw, hyd yn oed pan nad oes cynnydd, oni bai bod y goroeswr wedi gofyn fel arall.
- Byddwdch yn dryloyw am yr amserlen ac am unrhyw oedi.
- Cynigiwch berson cyswllt a enwir a chytunwch ar ddull cyswllt.
- Gwiriwch les emosiynol ar ôl y cyfweliad.
- Cyfeiriwch yr unigolyn at y cymorth sydd ar gael.

Canllaw sgwrsio

"Rhwng y diweddariadau, fe fydd gwaith yr ymchwiliad yn mynd yn ei flaen. Fe fydda i'n parhau mewn cysylltiad â chi ac yn rhoi gwybod pan fydd unrhyw ddatblygiadau. Os ydych chi'n teimlo'n ansicr neu angen sgwrs, mae croeso i chi gysylltu â mi/xxxx ac fe fydda i'n/fe fyddan nhw'n hapus i fynd drwy unrhyw beth gyda chi."

Camau ymchwilio a chynghorion cynnar Gwasanaeth Erlyn y Goron (y CPS)

Mae papur **Redefining Justice** NAPAC yn tynnu sylw at y cam hwn fel un heriol i oroeswyr. Mae'n hawdd i drothwyon cyfreithiol deimlo fel pe bai rhywun yn barnu hygrededd neu gymeriad yr unigolyn. Gall ceisiadau i gyfweld ag aelodau o'r teulu a phobl eraill sy'n hysbys i'r goroeswr beri gofid mawr ac ansefydlogi rhwydweithiau cymorth y goroeswr.

Sut y gall goroeswyr deimlo neu ymddwyn

- Yn bryderys ynglŷn â throthwyon tystiolaeth.
- Yn ofnus y bydd eraill yn barnu eu cof.
- Yn amharod neu'n ofidus ynglŷn â cheisiadau i gyfweld ag aelodau o'r teulu.

Beth allwch chi ei wneud i helpu

- Esboniwch yn onest y penderfyniadau, y camau nesaf a'r elfennau o ansicrwydd.
- Paratowch oroeswyr ar gyfer canlyniadau posib yn gynnar, gan gynnwys penderfyniad dim camau pellach.
- Pwysleisiwch y ffaith nad yw canlyniadau cyfiawnder yn gyfystyr â chredu rhywun neu beidio â chredu rhywun.
- Cynigiwch gymorth parhaus waeth sut mae'r achos yn mynd yn ei flaen.
- Cyfeiriwch yr unigolyn at y cymorth sydd ar gael.

Canllaw sgwrsio

"Mae angen i ni gymryd rhai camau penodol nawr i fwrw ymlaen â'r ymchwiliad. Mae'r camau hyn yn cymryd amser. Allwn ni ddim rhagweld y canlyniad, ond mae'r hyn rydych chi wedi'i ddweud wrthym yn bwysig ac wedi cael ei gymryd o ddifri."

Pan fydd modd i chi gynnig dewis o ymgysylltu â pherthynas neu ffrind

"Os yn bosib, hoffem siarad â [enw'r perthynas neu'r person arall sy'n gyfarwydd i'r goroeswr]. Dwi'n gwybod y gall hyn deimlo fel pe baem ni'n busnesu, ond efallai y gallan nhw helpu'r ymchwiliad, ac rydyn ni eisiau sicrhau'r canlyniad gorau posib.

A fyddai'n iawn gyda chi pe baem ni'n siarad ag [enw]? Oes unrhyw beth yr hoffech i ni ei wybod neu ei ystyried?"

Pan fydd rhaid i chi siarad â thyst neu berson allweddol

"Dwi'n cydnabod y gall siarad ag [enw] beri gofid neu loes, ond yn yr achos hwn mae'n rhaid i ni siarad â nhw, oherwydd [rhowch reswm]. Oes yna unrhyw beth y gallwn ni ei wneud i wneud y sefyllfa'n haws i chi?"

Ceisiadau am ddeunydd digidol a thrydydd parti

Sut y gall goroeswyr deimlo neu ymddwyn

- Gall cael rhywun yn ymchwilio i'ch bywyd efelychu dynameg camdriniaeth, yn enwedig y teimlad o fethu dewis ffiniau personol a theimlo eich bod yn colli rheolaeth.
- Mae swyddogion yr heddlu a goroeswyr fel ei gilydd wedi cyfeirio at y straen a'r rhwystredigaeth ynglŷn â dadansoddi ffonau symudol a dyfeisiau digidol.

Beth allwch chi ei wneud i helpu

- Esboniwch yn glir pam y bydd angen cofnodion personol neu ddata digidol efallai.
- Byddwch yn dryloyw am gwmpas, terfynau ac amseru.
- Cofiwch gydnabod effaith emosiynol trosglwyddo gwybodaeth bersonol ac ildio eitemau personol.
- Gall y cam hwn deimlo'n arbennig o ymwthiol neu fusneslyd, felly mae'n bwysig cyfeirio'r unigolyn at gymorth emosiynol.

“ ”

Canllaw sgwrsio

“Mae angen i ni adolygu rhai cofnodion personol a gwybodaeth ddigidol fel rhan o'r ymchwiliad. Fe alla i ddeall fod hyn yn teimlo fel petaen ni'n busnesu'n ormodol. Fe fydda i'n esbonio beth yn union rydyn ni'n gofyn amdano a pham, ac fe fydda i ddim ond yn gofyn yr hyn sy'n gwbl angenrheidiol. Fe wna i fy ngorau glas i ateb unrhyw gwestiynau - hoffech chi ofyn unrhyw beth nawr?

“Dwi'n gwybod y gall hyn deimlo'n hynod fusneslyd, ond dim ond am yr hyn sy'n angenrheidiol rydyn ni'n gofyn, er mwyn helpu i gryfhau'r achos. Dydyn ni ddim yn ymchwilio i chi nac yn gwneud hyn i'ch dal chi allan.”

Paratoi ffeil ac ymyrraeth gan y CPS

Sut y gall goroeswyr deimlo neu ymddwyn

- Wrth i chi baratoi i gyfeirio'r achos i'r CPS, gall hyn deimlo fel pwynt di-droi'n-ôl arall i'r goroeswr.
- Hyd at y pwynt hwn, efallai y bydd y goroeswr wedi rhannu ei stori gyda llond llaw o'r staff plismona, gan ddechrau ymddiried ynddyn nhw, ond mae'r ffaith fod yr achos yn symud i'r CPS yn cynrychioli naid i'r tywyllwch, gyda'r goroeswr yn ofni cael ei farnu a'i gamgynrychioli.

Beth allwch chi ei wneud i helpu

- Rhowch sicrwydd i oroeswyr bod eu llais yn ganolog i naratif yr achos.
- Diolchwch iddyn nhw am ddal ati gyda'r broses, gan gydnabod y cryfder a'r amynedd maen nhw wedi'u dangos i gyrraedd y fan hon.
- Cynigiwch gyfleoedd i ofyn am eglurder neu ychwanegwch wybodaeth.
- Daliwch ati i gyfathrebu am gynnydd ac amserlenni disgwyliedig; dyma adeg dda i adolygu pa mor aml y byddwch chi mewn cysylltiad a gallwch addasu'ch trefniadau os oes angen.
- Cyfeiriwch yr unigolyn at y cymorth sydd ar gael.

“ ”

Canllaw sgwrsio

“Rydyn ni nawr yn paratoi'r wybodaeth er mwyn i'r CPS adolygu'r achos. Ydych chi eisiau i mi esbonio unrhyw beth? Neu hoffech chi ychwanegu unrhyw beth arall? Os byddwch chi'n cofio unrhyw beth nes ymlaen, gallwch roi gwybod i ni. Weithiau, fe fydd pethau'n dod yn ôl i ni nes ymlaen.”

“Fe fyddwn ni'n trosglwyddo'r achos i'r CPS ar [dyddiad]. Cofiwch 'mod i'n dal yma i chi os ydych chi angen unrhyw beth, neu os oes gennych chi unrhyw gwestiynau. Mae'n gwbl normal teimlo'n bryderus - os ydych chi angen rhagor o wybodaeth neu gymorth ychwanegol, cofiwch ofyn.”

“Cyn hir, fe fyddwn ni'n pasio'r achos ymlaen i Wasanaeth Erlyn y Goron. Fe fyddan nhw wedyn yn penderfynu pa gamau y gallan nhw eu cymryd, gan gynnwys cyhuddo ai peidio. Bydd y CPS yn gwneud eu penderfyniad yn seiliedig ar drothwyon cyfreithiol a thystiolaethol. Beth bynnag fydd penderfyniad y CPS, fydd e ddim yn newid y ffaith fy mod i'n credu'r hyn rydych chi wedi'i ddweud wrtha i, a dwi'n gwerthfawrogi eich bod chi wedi ymddiried ynof fi cymaint.”

Penderfyniad y CPS ynghylch cyhuddo

Sut y gall goroeswyr deimlo neu ymddwyn

- Euogrwydd am y posibilrwydd y bydd eu camdriniwr yn mynd i'r carchar, yn enwedig os yw'r camdriniwr yn aelod o'r teulu.
- Ofn gorfod ymddangos gerbron llys a bod yr ochr hon o'u bywyd yn dod yn hysbys ac yn destun craffu cyhoeddus.
- Gall deall termau cyfreithiol technegol a'u goblygiadau, beth bynnag fo'r penderfyniad neu'r canlyniad, gymryd amser.
- Poeni nad ydyn nhw 'wedi gwneud digon'.

Beth allwch chi ei wneud i helpu

Beth bynnag yw'r canlyniad

- Esboniwch y penderfyniad a'r camau nesaf mewn Cymraeg neu Saesneg clir a gofynnwch a oes ganddyn nhw unrhyw bryderon.
- Cynigiwch gyfarfod eto yn ddiweddarach ac esboniwch y penderfyniad.
- Cyfeiriwch yr unigolyn at y cymorth sydd ar gael.

Os nad oes cyhuddiad:

- Pwysleisiwch eto nad yw hyn yn ddyfarniad ynglŷn ag a yw hyn yn wir ai peidio, ond yn hytrach ei fod yn adlewyrchiad o'r trothwyon cyfreithiol a thystiolaethol.
- Pwysleisiwch eto nad oes unrhyw fai o gwbl ar y goroeswr am y penderfyniad, a diolchwch iddyn nhw eto am ymddiried ynoch chi.
- Nodwch y llwybrau cyfreithiol neu'r apeliadau eraill sydd ar gael, fel Hawl Dioddefwr i Adolygiad a'r opsiynau dan gyfraith sifil, gan gynnwys CICA.

Os bydd cyhuddiad:

- Cofiwch gydnabod eu hymddiriedaeth a'u cryfder
- Amlinellwch beth fydd yn digwydd nesaf, gan gynnwys oedi posib o ran y llys

Conversation Guide

Os bydd cyhuddiad:
"Mae penderfyniad wedi'i wneud i symud ymlaen gyda chyhuddiadau. Dwi'n gwybod y gall hyn achosi cymysgedd o deimladau. Oes angen unrhyw beth arnoch chi ar hyn o bryd? Fe fyddwn ni'n esbonio beth sy'n digwydd nesaf ac yn gwneud yn siŵr bod gennych chi'r cymorth cywir wrth i bethau symud yn eu blaen."

Os na fydd cyhuddiad:
"Mae'n flin gen i ddweud nad yw'r CPS wedi cyflwyno cyhuddiad. Fe hoffwn i egluro bod hyn wedi digwydd ar sail y trothwyon cyfreithiol a'r gofynion o ran tystiolaeth – dydy e'n ddim byd i'w wneud â pheidio â'ch credu chi. Cafodd yr hyn rannoch chi ei gymryd o ddifri. Mae cymorth ar gael o hyd, ac fe allwn ni eich helpu i gael y cymorth hwnnw."

"Yn gyntaf, hoffwn ddweud diolch am fod mor ddewr yn dod ymlaen a chefnogi'r ymchwiliad hwn. Mae'n flin gen i ddweud nad yw'r CPS wedi cyflwyno cyhuddiad. Mae'r penderfyniad i beidio â chyhuddo yn ymwneud â throthwyon cyfreithiol a gofynion o ran tystiolaeth, dydy e'n ddim byd i'w wneud â pheidio â'ch credu chi. Mae cymorth ar gael o hyd os oes angen. Oes unrhyw beth alla i ei wneud i chi nawr?"

"Dwi'n gwybod bod hyn, mae'n siŵr, yn ergyd i chi, ac yn newyddion siomedig, ond dydy'r CPS ddim wedi cyflwyno cyhuddiad. Cafodd yr hyn a rannoch chi ei gymryd o ddifri, ond yn anffodus, chafodd y trothwyon cyfreithiol ac o ran tystiolaeth sy'n ofynnol i gyhuddo rhywun mo'u bodloni. Cofiwch nad yw hyn yn golygu nad ydyn ni'n eich credu chi. Oes unrhyw beth alla i ei wneud neu ei esbonio i chi nawr? Neu, os hoffech chi, fe allen ni drefnu dyddiad i fynd dros bethau yn y dyddiau a'r wythnosau nesaf."

Datgysylltu o'r broses gyfiawnder

Os bydd tyst pwysig eisiau gadael yr ymchwiliad, gall hyn fod yn destun siom a rhwystredigaeth, i'r goroeswr ac i'r staff plismona fel ei gilydd. Fodd bynnag, mae yna bethau y gallwch chi eu gwneud i sicrhau proses ddatgysylltu lyfn ac urddasol, gan adael y drws ar agor i'r goroeswr estyn allan eto, os a phan fydd yn teimlo'n barod.

Pam mae goroeswyr yn dymuno gadael y broses

- Efallai y byddan nhw'n teimlo eu bod wedi cael y gred a'r dilysiad roedden nhw'n eu deisyfu. Gall fod yn ddatgysylltiad cadarnhaol. Os mai eu prif nod wrth riportio'r achos oedd cael eu clywed a'u credu, a'u bod nhw'n teimlo eu bod wedi cyflawni hynny, yna rydych chi wedi cefnogi canlyniad pwerus a gwerth chweil.
- Blaenoriaethau cystadleuol, yn enwedig yn achos proses a all gymryd sawl blwyddyn. Efallai na fydd yn ymarferol i rywun barhau â'r ymrwymiad emosiynol ac o ran amser os yw'n cael effaith negyddol ar gyfrifoldebau teuluol neu'r gwaith.
- Ofn y canlyniadau a'r goblygiadau, yn enwedig mewn achosion o fewn teulu lle gallai'r goroeswr deimlo'n gyfrifol am unrhyw ganlyniadau negyddol yn sgil y datgeliad a'r ymchwiliad.

Beth allwch chi ei wneud i helpu

- Gallwch osgoi unrhyw iaith sy'n awgrymu bai neu siom.
- Gallwch gadw'r drws ar agor ar gyfer cyswllt yn y dyfodol, gan esbonio bod croeso iddyn nhw gysylltu eto, gan roi cyngor ar y ffordd orau o wneud hynny.
- Gallwch gydnabod eu cryfder wrth ddod mor bell, ac anhawster y broses yn gyffredinol.
- Gallwch esbonio'n glir beth mae hyn yn ei olygu i'r ymchwiliad, a beth fydd yn digwydd nesaf neu na fydd yn digwydd.

Canllaw sgwrsio:

"Dwi'n deall y gall fod yn anodd siarad am yr hyn a ddigwyddodd i chi fel plentyn a bod y broses hon yn heriol hefyd. Dwi'n parchu'n llwyr eich penderfyniad i beidio â pharhau i gefnogi'r ymchwiliad, ond roeddwn i eisiau i chi wybod hyn - os byddwch chi'n newid eich meddwl yn y dyfodol, neu'n meddwl am rywbeth arall yr hoffech i ni ei wybod, rydyn ni yma i chi."

"Diolch am eich dewrder yn datgelu'r hyn a ddigwyddodd. Dwi'n deall eich penderfyniad i beidio â pharhau ond roeddwn i hefyd eisiau dweud, os bydd unrhyw beth yn newid yn y dyfodol, rydyn ni yma os oes angen, a gallwch estyn allan atom."

"Rydych chi wedi dangos cymaint o gryfder wrth ddod ymlaen - gobeithio eich bod wedi teimlo bod eraill yn credu ynoch chi ac yn eich cefnogi. Dwi'n parchu eich penderfyniad i beidio â pharhau. Os bydd unrhyw beth yn newid yn y dyfodol, mae croeso i chi gysylltu â ni. Rydyn ni yma i chi."

"Dwi'n parchu'n llwyr eich penderfyniad i beidio â pharhau, a dwi'n gwybod bod yr holl broses yn gallu bod yn anodd a heriol. Fe fydda i'n esbonio beth sy'n digwydd nesaf gyda'r achos yn fyr, a gallwn gytuno a hoffech i ni gysylltu â chi ac os felly, sut - os ydy hynny'n iawn gyda chi?"

Beth yw'r gwahaniaethau allweddol wrth gefnogi dioddefwr neu oroeswr sy'n blentyn?

Os mai plentyn yw'r dioddefwr neu'r goroeswr mewn achos, mae yna ystyriaethau ychwanegol, hyd yn oed os yw'r broses ymchwilio yn debyg i ymchwiliadau diweddar ac ymchwiliadau ddim mor ddiweddar.

Mae'r adran hon yn tynnu sylw at y gwahaniaethau hyn a beth i'w ystyried wrth gefnogi plentyn fel dioddefwr neu oroeswr neu dyst. Gellir a dylid defnyddio'r adran hon law yn llaw â'r **canllaw iaith briodol,** sy'n rhoi cyngor manwl ar sicrhau na ddefnyddir iaith sy'n beio'r dioddefwr wrth gyfathrebu â dioddefwyr a goroeswyr camdriniaeth a chamfanteisio rhywiol yn ystod plentyndod (CSAE).

Mae hefyd i'w ddefnyddio yn ychwanegol at **ganllawiau'r Coleg Plismona ar ymchwilio i gamdriniaeth plant a diogelu plant.** Yn ddelfrydol, bydd gan swyddogion neu staff sy'n cefnogi dioddefwyr neu oroeswyr camdriniaeth a chamfanteisio yn ystod plentyndod, achrediad SCAIDP.

Egwyddorion cyfathrebu cyffredinol

- Cofiwch siarad yn uniongyrchol â'r plentyn, yn ogystal â'r rhai sy'n rhoi gofal/rhieni.
- Cofiwch wirio dealltwriaeth dro ar ôl tro ac mewn ffyrdd gwahanol.
- Gofalwch fod eich cyfathrebu wedi'i deilwra i ystyried oedran, anghenion niwroamrywiol a sensitifrwydd diwylliannol.
- Defnyddiwch y person cywir ar gyfer cyfathrebu, a fydd wedi'i ddewis gan y plentyn lle bo'n bosib ac yn briodol. Gall y person yma fod yn eiriolwr neu'n bartner asiantaeth diogelu.
- Defnyddiwch y math cywir o gyswllt - efallai y byddai'n well gan bobl ifanc gysylltu trwy neges destun yn hytrach na galwad ffôn, er enghraifft. Cofiwch ofyn a rhoi dewisiadau lle bo'n bosib.
- Cofiwch fynd i'r afael â rhagfarn ddiarwybod, er enghraifft, gall blaenoriaethu neu roi gormod o bwyslais ar naratif rhiant gymylu'r hyn y mae plentyn yn ceisio ei gyfleu.
- Byddwch yn ymwybodol o duedd i drin plant fel oedolion (oedolyneiddo) neu o'u trin yn blentynnaidd (plentyneiddio). Mae oedolyneiddio yn effeithio'n anghymesur ar fechgyn a merched ifanc du, ac mae plentyneiddio yn arbennig o gyffredin yn achos pobl ifanc ag anableddau.
- Dylech gydnabod ymatebion trawma fel rhywbeth arferol a dealladwy.
- Dylech ddeall pwysigrwydd y cysylltiadau bach, a'r gwahaniaeth cadarnhaol y gall arwyddion bach o garedigrwydd ei wneud.
- Byddwch yn ymwybodol o ymddygiadau di-eiriau sy'n awgrymu beth yw sefyllfa'r plentyn. Mae rhai enghreifftiau yn cynnwys ymddygiad rhywiol, bod yn swnllyd iawn neu'n dawel iawn, yn ogystal â'r iaith maen nhw'n ei defnyddio (er enghraifft, os ydyn nhw'n defnyddio rhegfeydd neu derm slang ar gyfer rhannau o'r corff).

Gwaith amlasiantaeth, trafodaethau strategaeth Adran 47 a phenderfyniadau diogelu

Mae camau diogelu fel arfer yn cael eu cymryd ochr yn ochr â'r cyswllt cychwynnol, neu'n syth ar ôl, yn unol â chanllawiau Working Together to Safeguard Children (2026 a fersiynau dilynol). Gall cynnwys rhieni, y rhai sy'n rhoi gofal, y rhai sydd â chyfrifoldebau statudol, a phartneriaid amlasiantaeth ehangach—gan gynnwys yn ystod trafodaethau strategaeth Adran 47—wneud y cyfan yn fwy cymhleth i blant. Mae hyn yn arbennig o wir lle mae'n rhaid rhannu gwybodaeth a gwneud penderfyniadau ar y cyd i sicrhau diogelwch y plentyn.

Sut y gall y plentyn deimlo neu ymddwyn

- Efallai y byddan nhw'n ofnus neu'n teimlo yn ddi-reolaeth pan fydd trafodaethau yn digwydd amdanyn nhw a'u bywydau.
- Yn ddig ac yn ddryslyd, gan nad ydyn nhw'n gweld eu hunain fel 'dioddefwyr'. Gall hyn fod yn arbennig o gyffredin mewn achosion o gamfanteisio rhywiol neu droseddol, pan fyddan nhw wedi eu grwmio i ystyried eu hunain yn atebol neu'n barod i wneud rhywbeth.

Beth allwch chi ei wneud i helpu

- Lle bynnag y bo modd, cynigiwch ddewisiadau i'r plentyn o ran ble i sgwrsio a phwy sy'n bresennol, cefnogwch eu hymdeimlad o reolaeth ac o gyfranogi.
- Er mai rhieni, y rhai sy'n rhoi gofal, neu weithwyr proffesiynol fydd â'r gair olaf yn y pen draw, dylech sicrhau bod y plentyn yn cael gwybod am brosesau a chanlyniadau diogelu, gan gynnwys y rhai sy'n deillio o drafodaethau amlasiantaeth.
- Dylech gydnabod yn agored y gall fod yn rhwystredig pan fydd eraill yn gwneud penderfyniadau drostyn nhw, yn enwedig yng nghyd-destun ymyriadau diogelu ac ymholiadau Adran 47.
- Esboniwch yn glir fod penderfyniadau'n cael eu gwneud i'w cadw'n ddiogel a gofalwch eu bod nhw'n gwybod at bwy y gallan nhw droi os ydyn nhw'n teimlo mewn perygl. Lle bo'n briodol, rhowch y manylion cyswllt yn uniongyrchol i'r plentyn.
- Ewch ati i deilwra eich dulliau cyfathrebu ac ymgysylltu i oedran, dealltwriaeth a gallu'r plentyn, gan sicrhau bod llais y plentyn yn parhau i fod yn ganolog bob cam o'r ffordd.

Canllaw sgwrsio

"Dwi'n deall y gallai hyn deimlo'n ddryslyd neu'n rhwystredig. Fy rôl i yw helpu i'ch cadw chi'n ddiogel, ac mae hynny'n golygu efallai y bydd angen i mi rannu gwybodaeth a siarad â'ch rhieni neu weithwyr proffesiynol eraill fel rhan o'r broses hon. Fe fydda i'n eich diweddaru bob cam o'r ffordd. Os oes gennych chi unrhyw gwestiynau, neu os oes unrhyw beth y galla i ei wneud fel bod pethau'n haws, rhowch wybod i mi. Fe fydda i'n cysylltu â chi nes ymlaen heddiw/ar ôl y trafodaethau hyn, felly bydd gennych chi gyfle arall i siarad."

Presenoldeb SARC

Dylai SARC fod yn bresennol cyn y cyfweliad i sicrhau'r dystiolaeth orau (ABE), oni bai bod amgylchiadau eithriadol, megis darganfod rhywbeth newydd yn ystod ymchwiliad.

Y flaenoriaeth yw lles a diogelwch y plentyn, a staff SARC sydd yn y sefyllfa orau i benderfynu ar hynny, gan gynnwys ystyriaethau iechyd corfforol a meddyliol. Mae'r Coleg Brenhinol Pediatreg ac Iechyd Plant (RCPCH) yn cynhyrchu 'Physical signs of child sexual abuse' (y Llyfr Porffor), sy'n nodi manylion arferion da mewn archwiliadau fforensig pediatrig, a ddefnyddir gan staff clinigol yn SARCs y DU a ledled y byd. Byddan nhw'n gallu cyfeirio at y canllawiau hynny i gefnogi eu gwaith. Cofiwch ofyn os nad ydych chi'n gwbl glir am unrhyw beth, yn enwedig gan fod y llyfr porffor wedi'i ddiweddaru yn 2025.

Sut y gall y plentyn deimlo neu ymddwyn

- Yn orbryderus am y posibilrwydd o gael ei archwilio.
- Yn teimlo cywilydd am natur yr archwiliadau.
- Gall ymddangos yn ddewr i'r teulu neu i unrhyw oedolion sy'n ei gefnogi.
- Dryswch ynglŷn â'r rheswm maen nhw'n cael eu rhoi 'trwy'r felin'.

Beth allwch chi ei wneud i helpu

- Amlinellwch beth yw proses (beth sy'n digwydd) a phwrpas (pam mae'r pethau hynny'n digwydd) ymweliad SARC â'r plentyn.
- Esboniwch mai nod yr archwiliad corfforol yw cadw'r plentyn yn iach ac yn ddiogel, a bod unrhyw dystiolaeth y gallai ei darparu yn eilradd i'w iechyd a'i les. Yn ddelfrydol, gwnewch hyn ochr yn ochr â'r unigolyn a fydd yn cynnal yr archwiliad, fel bod y plentyn yn cael gwybodaeth gyson ac yn gallu gweld eich bod chi'n weithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda'ch gilydd i'w gefnogi.
- Esboniwch y gallan nhw ofyn i'r tîm am ragor o fanylion am yr archwilliad a bod croeso iddyn nhw gael seibiant hefyd.
- Cofiwch deilwra'r awgrymiadau sgwrsio isod yn unol ag oedran a gallu'r plentyn.

Canllaw sgwrsio

"Os ydy hynny'n iawn gen ti, fe hoffen ni fynd â ti i weld doctor sydd wedi'i hyfforddi'n arbennig i ofalu am blant a gwneud yn siŵr dy fod ti'n iawn. Mae'n gweithio yn [lleoliad, enw'r ysbyty neu'r ganolfan, a'r dref]. Fe fydda i mewn ystafell aros drwy'r amser, ac fe wna i gwrdd â ti wedyn i sôn am yr hyn fydd yn digwydd nesaf. Wyt ti eisiau rhywun arall i fod yno gyda ti?

"Dwi'n deall y gallet ti fod yn teimlo'n nerfus am hyn—mae hynny'n gwbl normal. Mae'r doctor yma i helpu a gwneud yn siŵr dy fod ti'n iawn, a dy fod ti'n gallu cael unrhyw feddyginiaeth sydd ei hangen arnat ti. Sut wyt ti'n teimlo?"

"Os wyt ti'n barod, rydyn ni am fynd i ganolfan lle bydd doctor yn helpu i wneud yn siŵr dy fod ti'n iawn. Dwyt ti ddim mewn unrhyw drwbl, a bydd y doctor yn esbonio popeth, cam wrth gam. Oes gen ti rywun rwyt ti'n gallu ymddiried ynddo neu ynddi, i fod yno gyda ti?

Fe fydda i mewn ystafell aros ac yn cwrdd â ti wedyn. Fe alli di ofyn unrhyw beth i mi, ac os nad ydw i'n gwybod yr ateb, fe allwn ni ofyn i'r doctor gyda'n gilydd."

Cyfeirio ac adnoddau ychwanegol

Mae cyfeirio at wasanaethau cymorth yn rhan hanfodol o ymateb i gamdriniaeth a chamfanteisio'n rhywiol ar blant. Dylech wneud yn siŵr bod goroeswyr yn ymwybodol o'u hopsiynau cymorth ym mhob cam o'r ymchwiliad, a dylech gynnig amrywiaeth o lwybrau iddyn nhw lle bo modd. Ystyriwch a fyddai gwasanaethau arbenigol yn gallu helpu hefyd, yn seiliedig ar anghenion hygyrchedd oedran y plentyn, neu ystyriaethau diwylliannol. Hyd yn oed os nad ydych chi'n siŵr beth fyddai'n briodol, dylech fod yn ymwybodol o lond llaw o sefydliadau y gallech gyfeirio atyn nhw, a fydd yn gallu cysylltu ag arbenigwyr priodol.

Bydd cymorth annibynnol o fudd i les goroeswyr, a bydd yn helpu'r goroeswr i ymgysylltu'n well â'r ymchwiliad, llywio ei opsiynau a gwneud dewisiadau y mae'n gyfforddus â nhw, gan arwain at debygolrwydd uwch y ceir canlyniad cadarnhaol i'r goroeswr a'r swyddog.

Mae'r wefan **When You Are Ready** yn darparu gwybodaeth a dolenni i wasanaethau sy'n cefnogi goroeswyr, plant ac oedolion. Nid yw'n cynnwys brand yr heddlu.

Arferion gorau cyn cyfeirio

Nid mater o ddarparu manylion cyswllt yn unig yw cyfeirio. Rhaid wrth amynedd, dealltwriaeth a sgwrs.

Wrth gyfeirio, dylech wneud y canlynol:

- Ei wneud ar y cyd. Cymerwch yr amser i drafod opsiynau gyda'r goroeswr a'i helpu i ddeall beth mae pob gwasanaeth yn ei wneud.
- Nodwch yn glir pa gymorth sy'n annibynnol ar y broses ymchwilio.
- Byddwch yn onest am y cymorth sydd ar gael (er enghraifft, rhestrau aros i gael mynediad at ddarpariaeth iechyd meddwl am ddim ar y GIG).
- Darparwch wybodaeth ysgrifenedig lle bo'n bosib, yn enwedig gwybodaeth gyswllt.
- Dylech gydnabod na fydd goroeswyr o bosib eisiau manteisio ar gymorth ar unwaith, neu na fydd hyn yn bosib iddyn nhw yn syth. Neu efallai na fyddan nhw am ddweud wrthych chi eu bod nhw eisoes yn cael cymorth yn annibynnol. Rhowch wybod bod croeso iddyn nhw gael sgwrs eto pan fyddan nhw'n teimlo'n barod i siarad.
- Rhowch wybod eich bod chi'n dal i fod yn gynghreiriad ac yn eiriolwr, ond bod arbenigwyr mewn sefyllfa well i'w cefnogi'n emosiynol neu ateb unrhyw gwestiynau cyfreithiol penodol.

Pam mae hyn yn bwysig

Ymgysylltu a chyfathrebu effeithiol yw un o'r adnoddau ymchwilio pwysicaf sydd ar gael i staff plismona sy'n gweithio ar ymchwiliadau CSAE.

Gall y ffordd y mae pobl yn siarad â dioddefwyr a goroeswyr, yn rhoi diweddariadau iddyn nhw ac yn eu cefnogi gydol y broses, effeithio'n sylweddol ar eu hymddiriedaeth, eu hymgysylltiad a'u hyder yn yr ymchwiliad. Gall newidiadau bach o ran iaith, cysondeb ac ymagwedd wneud y byd o wahaniaeth i les goroeswyr a chanlyniadau'r ymchwiliad.

Trwy ddefnyddio'r canllaw hwn, gall swyddogion gyflwyno gofal a chysondeb lle mae ganddyn nhw ddylanwad, a helpu i leihau trawma, gwella ymgysylltiad, cryfhau ymddiriedaeth, a chreu profiad mwy cadarnhaol i ddioddefwyr a goroeswyr sy'n llywio'u ffordd drwy'r system cyfiawnder troseddol.

Oherwydd mae profiad goroeswyr o'r broses yn llawn mor bwysig â'r canlyniad ei hun.

6792-07/26