

Coronafeirws a Fi:

Ail arolwg cenedlaethol o
safbwyntiau a phrofiadau
plant a phobl ifanc yng
Nghymru.

Ionawr 2021



Comisiynydd
Plant Cymru
Children's
Commissioner
for Wales

Cyflwyniad

Gan yr Athro Sally Holland, Comisiynydd Plant Cymru.

Mae'r adroddiad hwn yn cyflwyno safbwyntiau a phrofiadau 19,737 o blant a phobl ifanc rhwng 3 a 18 oed yn y cyfnod clo presennol, ac mae'n hanfodol bod penderfynwyr a'r bobl sy'n cefnogi ein plant bob dydd yng Nghymru yn ei ddarllen.

Ar 8 Ionawr 2021, pan siaradodd Prif Weinidog Cymru gyda'r genedl, daeth yn glir bod y Coronafeirws yn dal i fod yn fygythiad sylweddol, ac na fyddai bywydau yn dychwelyd i fod fel oedden nhw am dipyn o amser. Dechreuon ni asesu effaith y cyfnodau clo newydd ar fywydau plant a phobl ifanc, a thrafod sut gallen ni barhau i sicrhau bod eu lleisiau'n chwarae rhan mewn penderfyniadau yma yng Nghymru.

Roedd hi'n galonogol gweld sut roedd y Llywodraeth ac eraill wedi ymateb i'r ymgynghoriad cychwynnol a gynhalion ni ym mis Mai 2020, lle rhannodd bron i 24,000 o blant a phobl ifanc eu safbwyntiau gyda ni, ac roedden ni'n teimlo mai dyma'r adeg gywir i gasglu safbwyntiau a phrofiadau plant unwaith eto. Fis yn ôl — ar 12 Ionawr 2021 — penderfynon ni ail-gynnal yr ymgynghoriad. Troeson ni at y sefydliadau partner gwreiddiol — Llywodraeth Cymru, Plant yng Nghymru a'r Senedd leuenctid — a chytunodd pob un ohonynt i gefnogi'r gwaith drwy ddosbarthu'r ymgynghoriad i gymaint o blant a phobl ifanc â phosib. Yn debyg i'r arolwg cenedlaethol cyntaf, cytunon ni gyda'r llywodraeth y bydd modd iddyn nhw gael mynediad at y set ddata ddi-enw lawn i lywio eu penderfyniadau.

Oherwydd ein dull rheoli prosiect cadarn, sy'n golygu bod arbenigwyr ym maes polisi, cyfranogi a gwaith achos o bob rhan o fy sefydliad yn gweithio'n ddiflino gyda'i gilydd i ddiogelu hawliau plant, roedd modd i ni ddiweddarau cwestiynau ein harolwg, ein hasesiad cydraddoldeb, a'n cynlluniau dosbarthu, a lansio erbyn 20 Ionawr. Aeth fy nhîm bach ati i ddarllen a chodio pob ymateb rydyn ni wedi'i gael, ymateb i bryderon diogelu wrth iddyn nhw godi, dadansoddi data, a llunio'r hyn rwy'n ei gyflwyno i chi heddiw mewn amserlen dynn iawn. Dydyn ni ddim yn ymwybodol o'r un arolwg arall sydd wedi casglu safbwyntiau plant y Deyrnas Unedig at ei gilydd ar raddfa mor fawr yn ystod y pandemig hwn.

Beth ddysgon ni?

Wrth gwrs, mae bywyd wedi bod yn anodd i grwpiau o bob oed. Mynegwyd teimladau negyddol cryf gan lawer o blant a phobl ifanc. Mynegon nhw rwystredigaeth a dicter ar adegau, am effaith y pandemig ar eu bywydau. Soniodd plant rhwng 3 a 7 oed am weld eisiau ffrindiau, aelodau teulu a phrofiadau. Roedd y sylw mwyaf cyffredin gan blant rhwng 7 ac 11 oed ar ddiwedd yr arolwg yn ymwneud â gweld eisiau ffrindiau, gyda gweld eisiau athro neu ysgol yn ail, a mwynhau amser gyda'u teuluoedd yn drydydd.

O ganol yr arddegau ymlaen, gwelson ni arwyddion o ofidiau ychwanegol, wedi'u gwaethygu o bosib gan bryderon am arholiadau a'u dyfodol. Mae 30% o bobl ifanc rhwng 17 a 18 oed a gymerodd ran yn poeni y rhan fwyaf o'r amser.

Mae cyfraddau unigrwydd yn uchel, a methu â gweld ffrindiau sy'n cael yr effaith fwyaf ar fywydau plant, wedi'i ddilyn gan fethu â gweld aelodau eraill o'r teulu ac effaith cau ysgolion a cholegau.

Mae dros hanner yn mwynhau dysgu ar eu cyflymder eu hunain o gartref, ond mae llawer yn poeni am gwmpo tu ôl gyda'r dysgu — gwelir lefelau hyder a chymhelliant o ran addysg yn gostwng gydag oedran. Mae mwyafrif helaeth y bobl ifanc rhwng 15 a 18 oed yn poeni am gwmpo tu ôl ac am eu cymwysterau, ac yn adrodd am gymhelliant isel i wneud gwaith ysgol.

Wrth gymharu canlyniadau ein harolygon, mae modd gweld bod y bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed a nododd ym mis Ionawr 2021 eu bod yn hapus y 'rhan fwyaf o'r amser' yn arwyddocaol is na'r rhai a ymatebodd ym mis Mai 2020, ac mae'r cyfraddau o deimlo'n bryderus y 'rhan fwyaf o'r amser' yn arwyddocaol uwch.

Fel y gwelwn ni yn arolwg mis Mai, mae plant sy'n aml yn wynebu mwy o rwystrau rhag cael mynediad at eu hawliau hyd yn oed pan nad oes pandemig byd-eang hefyd wedi wynebu mwy o drafferthion ar gyfartaledd na'u cyfoedion. Mae plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol o boeni am y coronafeirws, yn fwy tebygol o deimlo'n drist, ac yn fwy tebygol o deimlo'n anniogel.

Mae plant a phobl ifanc Du, Asiaidd ac o leiafrifoedd ethnig eraill yn fwy tebygol o deimlo'n unig ac yn llai tebygol o ddweud eu bod nhw'n teimlo'n ddiogel.

Er gwaetha'r pryderon y mae plant a phobl ifanc yn adrodd amdanynt, dylid nodi bod llawer hefyd yn sôn am brofiadau cadarnhaol, fel y gwnaethon nhw ym mis Mai 2020, gan gynnwys mwynhau treulio amser gartref a chael cefnogaeth dda gan ysgolion a gweithwyr ieuencid.

Beth fydd yn digwydd nesaf?

1. Yn fy marn i, mae'r canlyniadau hyn yn darparu llwybr clir i Lywodraeth Cymru o ran pwy a beth sydd angen ei flaenoriaethu yn ystod yr wythnosau a'r misoedd nesaf.
2. Dylai'r dystiolaeth helaeth a gyflwynir yma gael ei hystyried gan TAG, Grŵp Cyngori Technegol Llywodraeth Cymru, ochr yn ochr â'r cyngor gwyddonol arall maen nhw'n ei asesu, er mwyn lliniaru'r tarfu ar fywydau plant mewn ffordd sy'n ddiogel i iechyd y cyhoedd.
3. Gan ein bod ni'n credu bod y gwaith hwn yn darparu cipolwg mor unigryw ar fywydau plant yn ystod y pandemig, byddwn ni hefyd yn cyflwyno'r data i SAGE, Grŵp Cyngori Gwyddonol ar Argyfyngau y Deyrnas Unedig, i gynnig dimensiwn arall i'w trafodaethau ar ailagor ysgolion.

Rydwn i am i blant a phobl ifanc sydd wedi rhannu eu safbwyntiau gyda ni'n ddiweddar, a drwy gydol y pandemig hwn, wybod bod eu barn a'u profiadau yn siapio'r sgysiau a'r trafodaethau rydw i a fy nhim yn eu cael gyda'r Llywodraeth ac eraill bob dydd. Bydda i'n parhau i weithio'n ddiflino i sicrhau eu bod nhw'n gwneud popeth allan nhw i ddiogelu hawliau a lles plant fel rhan allweddol o'r penderfyniadau mawr a chymhleth ar iechyd y cyhoedd y mae'n rhaid eu gwneud yn ystod y pandemig byd-eang hwn.

Mae fy nghais i'r rhai sy'n llunio ac yn gweithredu'r ymatebion i'r pandemig yn glir; gan dderbyn bod yn rhaid i atal marwolaethau a salwch difrifol fod yn brif flaenoriaeth, mae llawer mwy o ddimensiynau i fywydau plant sydd angen eu hystyried. Gwrandewch ac ystyriwch yr hyn rydyn ni wedi'i glywed drwy'r ymgynghoriad hwn, a chymerwch bob cam posib i liniaru'r effaith ddinistriol y mae'r pandemig hwn yn ei chael ar lawer o fywydau ifanc.

Sut cynhaliwyd yr arolwg

Arolwg trawstoriadol oedd hwn, a oedd ar gael yn rhwydd ar-lein i bob plentyn a pherson ifanc yng Nghymru rhwng 7 a 18 oed, i'w gwblhau o'u gwirfodd dros gyfnod o 9 diwrnod ym mis Ionawr 2021 (yn ystod cyfnod clo Lefel 4 yng Nghymru).

Roedd y rhan fwyaf o'r arolwg yn ailadrodd yr un cwestiynau o'n harolwg *Coronafeirws a Fi* ym mis Mai 2020, ond gwnaed rhai newidiadau i adlewyrchu'r pryderon presennol ac yn dilyn gwerthusiad o'r arolwg cyntaf. Ymhlith y newidiadau, roedd cwestiwn dilynol ar ddiogelwch pan oedd plant wedi nodi eu bod yn teimlo'n anniogel 'weithiau' neu 'o hyd' a chwestiynau ychwanegol ar brofiadau o ddysgu gartref a mynediad at offer digidol. Peilotwyd yr arolygon newydd gyda phlant o'n panel ymgynghorol a'n grwpiau llysgenhadon cymunedol, a gwnaed addasiadau yn dilyn adborth. Roedd hyn yn adeiladu ar waith datblygu mwy estynedig a wnaed gyda'r plant a'r bobl ifanc i greu'r arolwg gwreiddiol ym mis Mai 2020.

Yn debyg i'r arolwg cyntaf ym mis Mai 2020, gan fod y plant yn hunan-ddewis, cymerwyd gofal i sicrhau y gallai plant a phobl ifanc mewn ystod mor eang o sefyllfaoedd â phosib gymryd rhan, ac felly gwnaethon ni'r darpariaethau canlynol:

- Roedd yr arolwg ar gael yn ddwyieithog i blant rhwng 7 a 18 oed, ac roedd tair ffurf iddo: fersiwn ar gyfer pobl ifanc rhwng 12 a 18 oed; fersiwn fyrrach a symlach i blant rhwng 7 ac 11 oed; a fersiwn hygyrch gyda symbolau i gynorthwyo darllen i blant a phobl ifanc rhwng 7 a 18 oed.
- Roedd opsiwn hefyd ar gael i rannu safbwyntiau gan ddefnyddio lluniau neu eiriau, a oedd wedi'i anelu'n bennaf at blant rhwng 3 a 7 oed, ond a oedd hefyd ar gael i blant hŷn yr oedd yn well ganddynt gyfathrebu yn y ffordd honno.
- Defnyddion ni ddulliau tebyg o ran dosbarthu a hyrwyddo i grwpiau amrywiol i'r hyn a ddefnyddiwyd ar gyfer yr arolwg [Coronafeirws a Fi](#) cyntaf.

Cyfyngiadau'r dulliau a ddefnyddiwyd

Roedd yn bwysig i ni bod yr arolygon yn gyflym ac yn hawdd eu cwblhau ar gyfer ystod eang o oedrannau a galluoedd, er mwyn sicrhau sbectwm o safbwyntiau ac i allu bwydo'n gyflym i Lywodraeth Cymru yn ystod y cyfnod clo Lefel 4. Roedd hyn yn cyfyngu ar nifer y cwestiynau demograffig roedd modd i ni eu gofyn, gan olygu nad yw'n bosib cymharu'r canlyniadau'n hyderus â'r boblogaeth gyfan.

Dim ond ar-lein oedd yr arolwg, oherwydd cyfyngiadau iechyd y cyhoedd parhaus, a fyddai wedi golygu hygyrchedd cyfyngedig i rai, ond drwy ein rhwydweithiau a'n hasiantaethau partner, roedd modd i ni gyrraedd ystod eang o blant ledled Cymru.

Cymaroldeb gyda chanlyniadau'r arolwg Coronafeirws a Fi cyntaf

Arolygon trawstoriadol oedd y ddau arolwg Coronafeirws a Fi, a chynlluniwyd y ddau i gymryd 'prawf tymheredd' o brofiadau a safbwyntiau nifer fawr o blant ar adegau hanfodol yn y pandemig. Ni fydd pawb a gwblhaodd yr arolwg wedi cwblhau'r arolwg ar y ddau achlysur, ac felly ni all yr arolwg gadarnhau gyda hyder ystadegol y newidiadau na'r tueddiadau rhwng y ddau gyfnod amser. Serch hynny, gan fod y samplau wedi bod mor fawr y ddau dro, mae'r canlyniadau'n rhoi awgrym clir o safbwyntiau a phrofiadau plant ar y ddwy adeg samplu, ac rydyn ni wedi amlygu lle mae gwahaniaethau mawr yn codi rhwng y ddau arolwg.

Diogelu

Roedd yr arolwg yn gofyn nifer o gwestiynau'n ymwneud â theimladau a diogelwch. Yn ystod yr arolwg, roedd gan blant fynediad at wybodaeth ynghylch sut mae ceisio cymorth os oedd angen cymorth arny'n nhw. Ar ôl cyflwyno'r arolwg, byddai'r plant yn cyrraedd tudalen we [Hwb Gwybodaeth y Comisiynydd Plant](#), sy'n cynnwys gwybodaeth am ffyrdd o gael cymorth ynghyd â chynghor ar hawliau, iechyd meddwl, a diogelwch.

Roedd aelodau o dîm y Comisiynydd yn darllen yr holl sylwadau testun rhydd yn ddyddiol, ac amlygwyd unrhyw sylw a oedd yn peri pryder am ddiogelwch, a gwiriwyd a oedd y plentyn wedi cynnig unrhyw wybodaeth y gellid eu hadnabod drwyddi. Ar ddau achlysur, roedd person ifanc wedi rhoi enw ynghyd â phryderon diogelu, a gwnaethon ni atgyfeiriad at y gwasanaethau diogelu lleol yn syth.

Wrth ysgrifennu adrannau iechyd meddwl a lles yr adroddiad hwn, yn enwedig unrhyw gyfeiriadau at hunan-niweidio, rydyn ni wedi dilyn cynghor y [Samariaid](#).

Dadansoddiad o sylwadau testun rhydd

Cafodd yr holl ymatebion testun rhydd eu codi gan ddefnyddio ffrâm godio a ddatblygwyd yn seiliedig ar y 1000 ymateb cyntaf. Mae canfyddiadau meintiol y sylwadau testun rhydd wedi'u cynnwys yn yr adroddiad hwn felly, a defnyddir dyfyniadau uniongyrchol hefyd i gyfleu'r prif themâu.

Cafodd holl dasgau darlunio'r plant rhwng 3 a 7 oed eu darllen a'u codio gan un aelod o'n tîm, gan ddefnyddio ffrâm godio a ddatblygwyd ar gyfer arolwg cyntaf *Coronafeirws a Fi*.

Nodyn am rifau ac ystadegau

Mae'r adroddiad hwn yn nodi rhai gwahaniaethau mawr ac amlwg rhwng profiadau gwahanol grwpiau, er enghraifft rhwng plant anabl a phlant nad ydynt yn anabl, a rhwng plant o wahanol grwpiau ethnig. Lle nad oedd yn ymddangos fel pe bai cymaint o wahaniaeth, neu os oedd meintiau'r is-samplau yn gymharol fach, cynhaliwyd profion Sgwâr Chi ar amrywiadau er mwyn gwirio p'un a allai'r canlyniad hwn fod wedi digwydd drwy siawns. Lle bynnag yr adroddir ar wahaniaethau rhwng grwpiau (er enghraifft, nodi bod un grŵp yn 'fwy tebygol' neu'n 'llai tebygol' o fod wedi nodi rhywbeth), bydd hynny gan ei fod wedi'i ganfod yn arwyddocaol yn ystadegol (gan ddefnyddio gwerth- $p < 0.05$).

Atebwyd rhai cwestiynau gan nifer fawr o ymatebwyr, ac roedd llai o ymatebion i rai. Cynlluniwyd yr arolwg hwn i alluogi'r ymatebwyr i weld cwestiynau wedi'u teilwra ar sail eu hatebion am eu hoedran neu eu lleoliad addysg, a oedd yn golygu nad oedd plant yn cael cwestiynau nad oeddent yn berthnasol iddyn nhw. Yn ogystal, nid oedd yn orfodol eu bod yn ateb bob cwestiwn er mwyn cyflwyno ymateb.

Mae'r rhifau a roddir fel canrannau wedi'u talgrynnu i'r rhif cyfan agosaf. Lle defnyddir canrannau, mae'n cyfeirio at ganran yr ymatebwyr a atebodd bob cwestiwn unigol, yn hytrach na'r ganran a gymerodd ran yn yr arolwg yn gyffredinol.

Pwy gymerodd ran?

Cymerodd cyfanswm o **19,737** o blant a phobl ifanc ran yn ymgynghoriad *Coronafeirws a Ffimis* Ionawr 2021.

Cymerodd **19,528** ran drwy gwblhau arolwg:

- Gwnaeth **8,832** yr arolwg 7 i 11 oed
- Gwnaeth **10,363** yr arolwg 12 i 18 oed
- Gwnaeth **333** yr arolwg hygyrch (7 i 18 oed)

Yn ogystal, cymerodd **221** o blant ran drwy gwblhau gweithgareddau penagored i fynegi eu profiadau drwy ysgrifennu ac arlunio. Cwblhawyd **202** o'r ymatebion hyn gan blant o dan 7 oed, ac ni wnaeth **19** gynnwys eu hoedran.

Mae hyn yn cymharu â chyfanswm o **23,719** o blant a phobl ifanc a gymerodd ran yn ymgynghoriad mis Mai 2020. Mae'n bosib bod y gwahaniaeth yn adlewyrchu'r ffaith bod ymgynghoriad mis Mai 2020 ar agor am 14 diwrnod, ac mai dim ond am 9 diwrnod roedd ymgynghoriad mis Ionawr 2021 ar agor. Roedd hyn yn bwrpasol er mwyn sicrhau y gellid gwneud y canlyniadau ar gael yn gyflym i lywio penderfyniadau'r Llywodraeth.

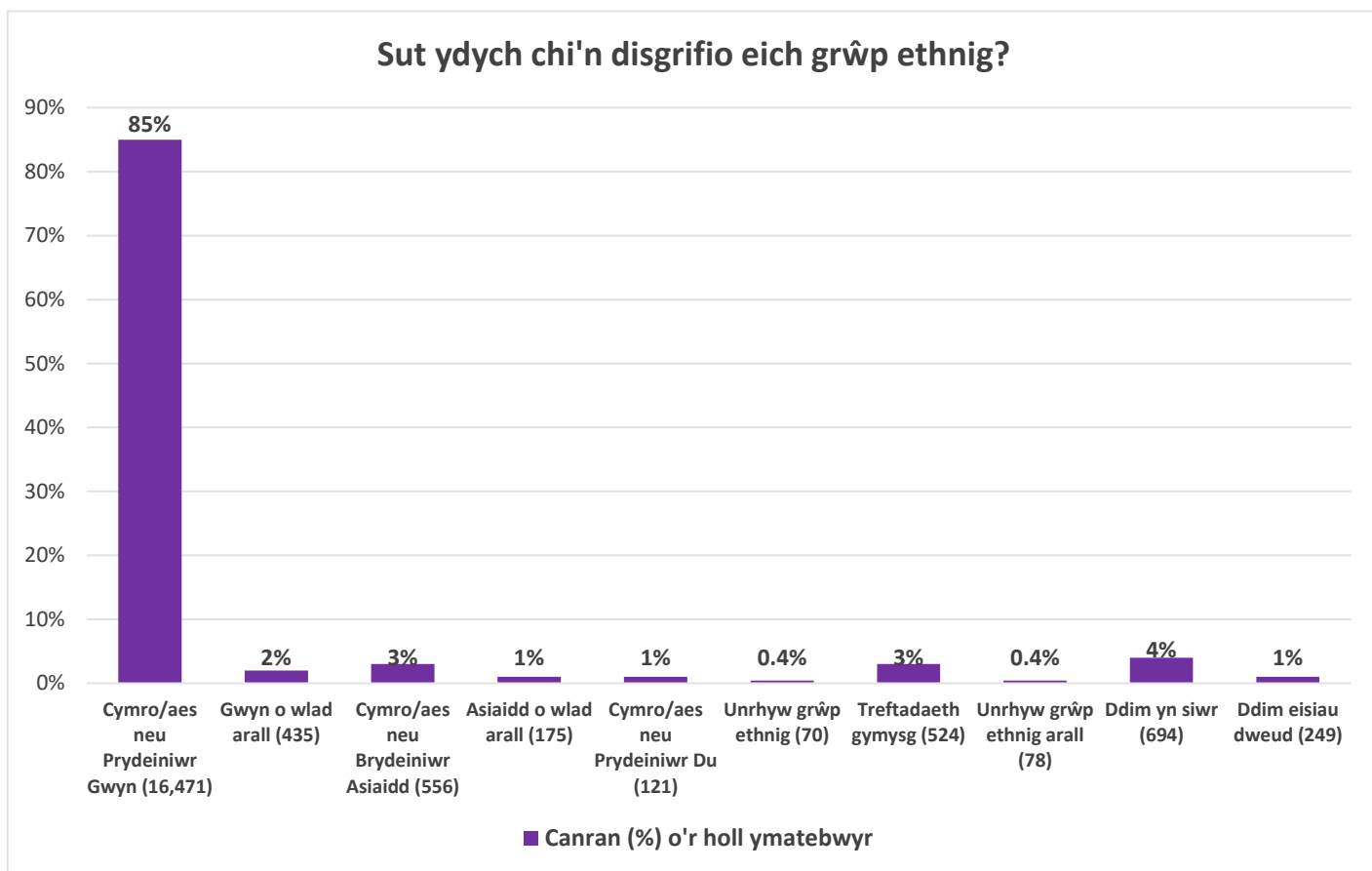
Derbyniwyd ymatebion i'r arolwg gan bob ardal awdurdod lleol yng Nghymru.

Gwybodaeth Cydraddoldeb

Cymerodd 510 o blant a phobl ifanc anabl ran yn yr arolwg, sef cyfanswm o 3% o'r ymatebwyr i gyd. Roedd yn well gan 2% arall o'r plant a'r bobl ifanc beidio â dweud a oedden nhw'n anabl.

Cafwyd ymatebion i'r arolwg gan bob grŵp ethnig a restrwyd, gyda nifer yr ymatebwyr ar draws yr holl arolygon wedi'i dangos yn y tabl isod.

Ffigwr 1: Ethnigrwydd ymatebwyr



Derbyniwyd ymatebion i'r arolwg gan blant a phobl ifanc o bob oed rhwng 7 a 18. Mae'r gynrychiolaeth wedi'i rhannu'n gymharol gyfartal ar gyfer plant rhwng 9 a 15 oed, gyda ffigurau ychydig yn is ar gyfer plant 7 ac 8 oed. Roedd cynrychiolaeth yn is eto ar gyfer pobl ifanc 16, 17 a 18 oed, a 18 oed oedd y grŵp oedran â'r gynrychiolaeth isaf (356 o ymatebwyr, 2% o'r cyfanswm). Nodwyd ei bod yn bosib bod pobl ifanc 16+ oed hefyd yn ateb arolygon eraill sydd wedi'u cynllunio ar gyfer oedolion.

Lleoliad addysg

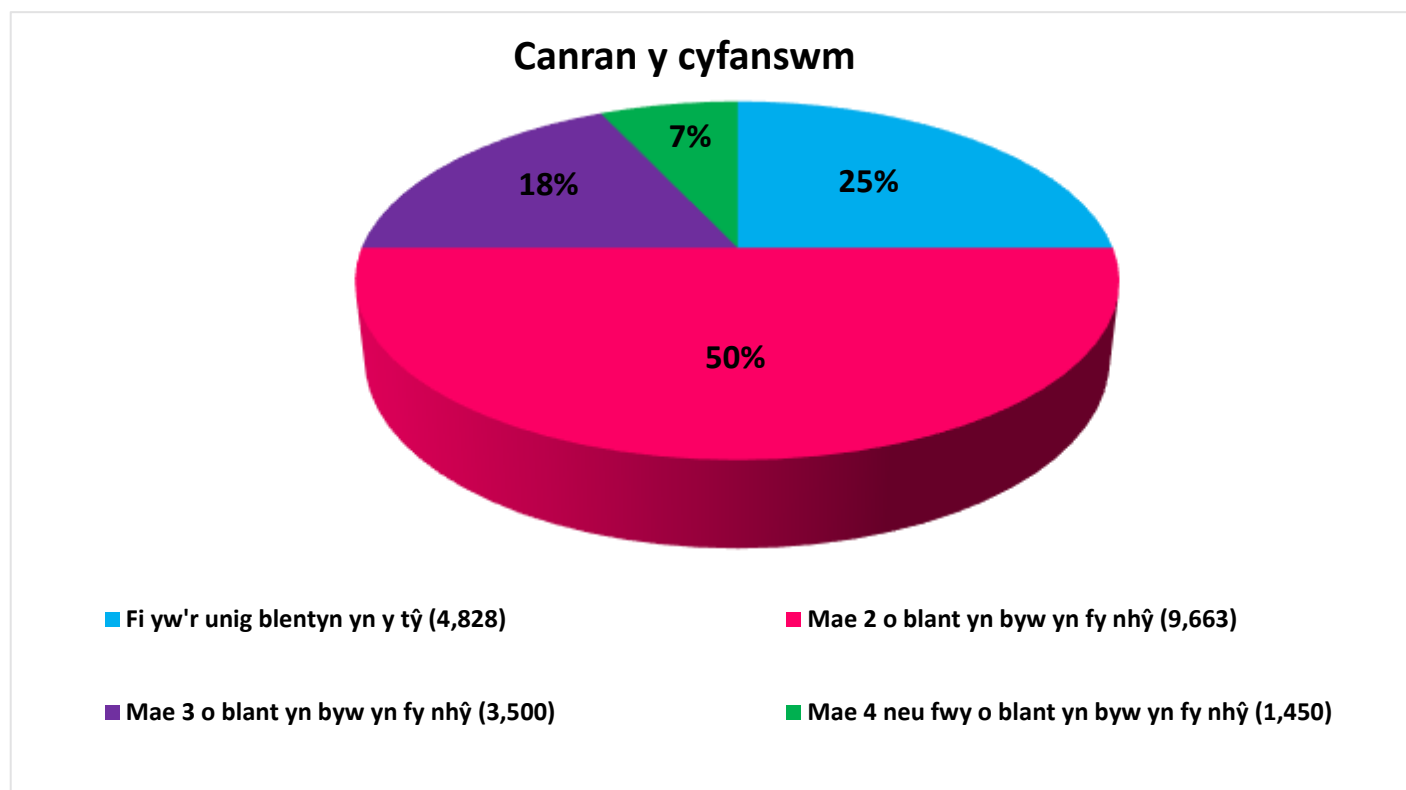
Dywedodd yr ymatebwyr wrthon ni am eu lleoliad addysg arferol. Mae 18,551 (96%) o'r ymatebwyr yn mynd i'r ysgol, 320 (2%) i'r coleg, 543 (3%) yn cael eu haddysgu gartref fel arfer, 9 (<1%) yn gwneud hyfforddeiaeth neu brentisiaeth, ac nid oedd 31 (<1%) mewn addysg. Lle bo'n berthnasol, rydyn ni'n dadansoddi'r wybodaeth yn yr adroddiad hwn i ddangos gwahanol brofiadau plant a phobl ifanc sy'n mynd i wahanol leoliadau addysg.

Nifer y plant yn y cartref

Tynnwyd ein sylw at brofiadau plant sy'n unig blentyn yn ystod cyfnod arolwg mis Mai 2020, ac awgrymodd un plentyn y dylem ofyn cwestiwn uniongyrchol am frodyr a chwiorydd. Felly yn arolwg mis Ionawr 2021, gofynnwn ni i ymatebwyr ddweud wrthon ni hefyd faint o blant oedd yn byw yn eu cartref. Roedd hyn er mwyn gweld a oedd nifer y plant yn y cartref yn effeithio ar sut mae plant yn teimlo am y coronafeirws neu'r ffordd roedden nhw'n cael mynediad at eu hawliau. Dangosir y niferoedd yn y tabl

isod. Lle bo'n berthnasol, rydyn ni'n dadansoddi'r wybodaeth yn ein hadroddiad i ddangos gwahanol brofiadau plant a phobl ifanc o gartrefi â gwahanol niferoedd o blant.

Ffigwr 2: Nifer y plant yn y cartref



Adran I: THEMÂU

Teimladau

Gofynnwyd i bob cyfranogydd pa mor bryderus oedden nhw am y Coronafeirws ar y diwrnod yr atebon nhw'r arolwg. Atebodd 19,395 o blant a phobl ifanc y cwestiwn hwn. Adroddodd 33% nad oedden nhw'n teimlo'n bryderus am y coronafeirws, roedd 14% yn pryderu fwy na'r wythnos flaenorol, roedd 8% yn llai pryderus, ac roedd 45% yn teimlo'n un faint o bryder â'r wythnos flaenorol.

Mae'n amlwg, ond ddim yn peri syndod, bod gan blant a phobl ifanc bryderon am y feirws. Fel y gwelir yn Ffigwr 5 ar dudalen 12, yn amlach na pheidio, pryder am eraill yn eu teulu yn dal y feirws yw hyn, yn hytrach na phryderon am ddal y feirws eu hunain.

Ffigwr 3: Sut ydych chi wedi bod yn teimlo yn ystod argyfwng y Coronafeirws?

	Rhan fwyaf o'r amser		Weithiau		Ddim yn aml	
	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18
Oedran						
Hapus %	59	39	34	44	7	17
Poeni %	11	20	39	43	50	37
Trist %	8	22	41	45	51	33
Diogel %	86	70	12	24	2	6
Unig %	14	28	35	38	51	34

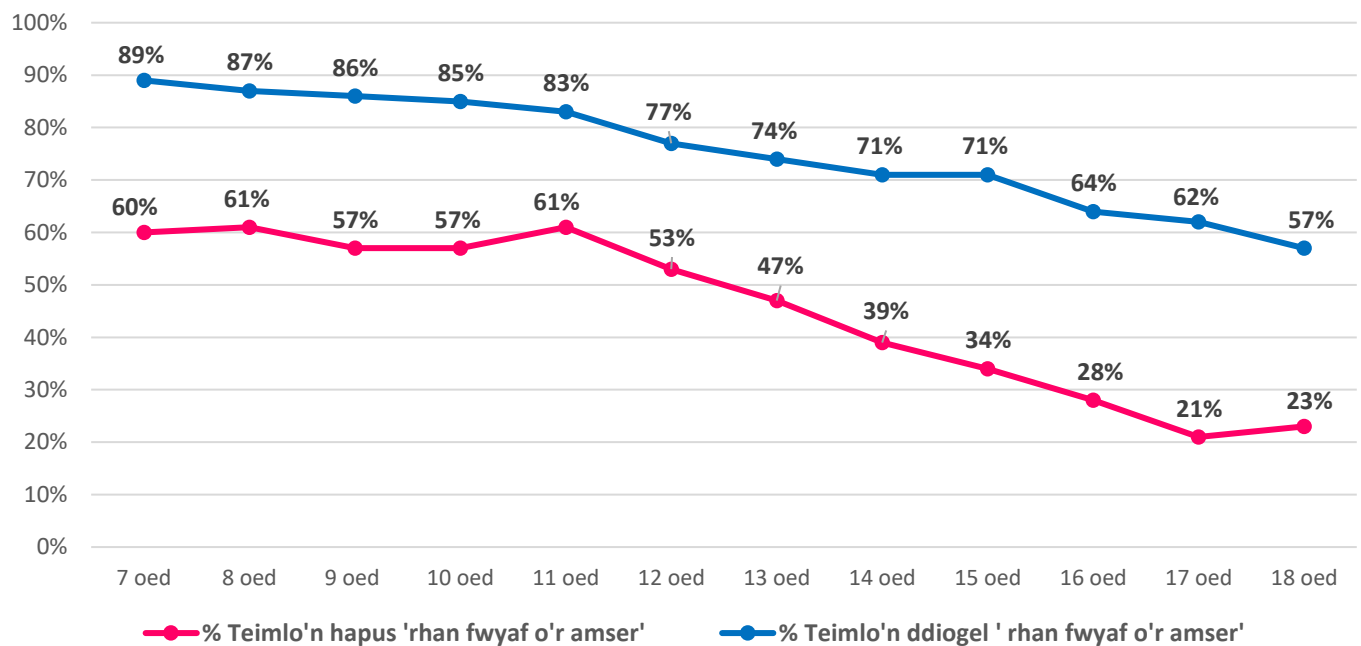
Mae rhai gwahaniaethau amlwg rhwng y teimladau a adroddwyd gan ymatebwyr mis Ionawr 2021 ac ymatebwyr mis Mai 2020. Ym mis Mai 2020, adroddodd 50% o'r bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed eu bod nhw'n teimlo'n hapus y 'rhan fwyaf o'r amser'. Roedd hyn wedi gostwng i 39% ym mis Ionawr 2021. Mae teimladau eraill ar gyfer pobl ifanc rhwng 12 a 18 oed hefyd yn dangos tueddiadau negyddol, gan gynnwys naid yn y rhai a oedd yn teimlo'n bryderus y 'rhan fwyaf o'r amser' o 14% i 20%.

Roedd y plant rhwng 7 ac 11 oed a ymatebodd ym mis Ionawr hefyd yn adrodd mwy o deimladau negyddol nag ymatebwyr mis Mai 2020 ym mhob dangosydd, ond roedd y gwahaniaethau hyn yn llai.

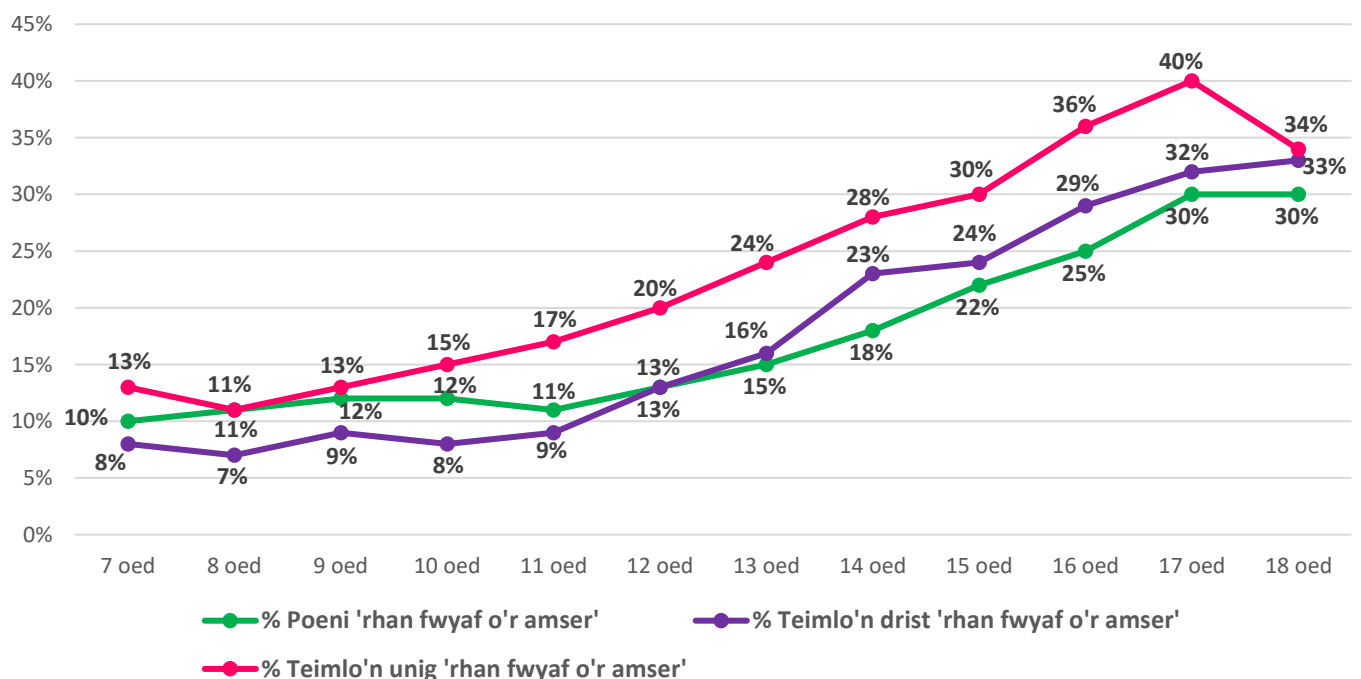
Mae'n amlwg, er bod teimladau'n gymharol sefydlog rhwng 7 ac 11 oed, mae teimladau'n dod yn fwy negyddol rhwng 12 a 17 oed mewn patrwm llinol ag oedran (gwelwyd hyn yn sefydlogi ar gyfer 17-18 oed).

Er enghraifft, adroddodd 53% o'r ymatebwyr 12 oed eu bod nhw'n hapus y 'rhan fwyaf o'r amser', ond dim ond 21% o'r ymatebwyr 17 oed nododd hynny. Adroddodd 13% o'r ymatebwyr 12 oed eu bod nhw'n teimlo'n bryderus y rhan fwyaf o'r amser, ac fe wnaeth 30% o'r ymatebwyr 17 oed nodi hynny.

Ffigwr 4: canran o bobl ifanc sy'n teimlo'n hapus a diogel 'rhan fwyaf o'r amser'



Ffigwr 5: canran o bobl ifanc sy'n poeni, yn teimlo'n drist ac yn unig 'rhan fwyaf o'r amser'



Gofynnwyd cwestiwn llawer symlach i'r plant a'r bobl ifanc rhwng 7 a 18 oed a oedd yn ateb yr arolwg hygrych: Sut ydych chi wedi bod yn teimlo am y Coronafeirws? Dewiswch faint fynnwch chi. Roedd yr ymatebion fel a ganlyn: Hapus 23% (77), Trist 47% (157), Diogel 43% (143), Pryderus 40% (133), Unig 40%

(133). Roedd y canlyniadau'n debyg i fis Mai 2020, heblaw bod ymatebwyr mis Ionawr yn adrodd lefelau is o deimlo'n ddiogel.

Mynegir teimladau negyddol cryf gan lawer o blant a phobl ifanc, gan fynegi rhwystredigaeth ac, mewn rhai achosion, dicter am effaith y pandemig ar eu bywydau.

"Rwy'n teimlo'n isel ynghylch bod yn sownd yn y fŷ. Rwy wir eisiau i'r ysgol agor cyn gynted â phosib i gael gweld fy ffrindiau ac athrawon. Rwy'n sylweddoli nawr pa mor bwysig yw mynd i'r ysgol, ar ôl methu mynd i'r ysgol oherwydd y coronafeirws. Mae'r pandemig yn effeithio arna i'n gorfforol ac yn seicolegol." (16 oed, canol y de)

"Dw i'n teimlo'n flin ac yn rhwystredig iawn bod bron blwyddyn o fy mhientyndod wedi cael ei golli. Dw i wrth fy modd yn mynd i'r ysgol ac yn ffynnu yno, ac mae'r diffyg llwyr mewn strwythur a threfn ddyddiol yn cael effaith arna i nawr. Dw i wedi rhoi pwysau ymlaen gan nad ydw i'n gallu chwarae pêl-droed hyd yn oed, a dw i wrth fy modd gyda phêl-droed. Dw i'n gymdeithasol iawn, a dw i heb weld fy ffrindiau ers misoedd, a does gen i ddim syniad pryd wela i nhw eto. Mae pob diwrnod yr un peth, a dw i'n teimlo'n anobeithiol gan fod Llywodraeth Cymru yn parhau i wthio pryd gallwn ni fynd yn ôl i'r ysgol ymlaen, a dyna beth dw i eisiau ei wneud fwy na dim byd, i gael rheswm i godi bob dydd. Dw i eisiau i hyn fod drosodd a dechrau byw fy mywyd unwaith eto." (15 oed, y de-ddwyrain)

"Dw i'n casáu'r pandemig yma, a dw i'n casáu cyfnodau clo. Dw i eisiau ymarfer pêl-droed gyda fy ffrindiau, mynd am dro gyda fy nheulu, a gweld ffrindiau a chael hwyl. Diflas" (10 oed, y canolbarth)

Caiff y ffyrdd hanfodol y mae bywyd wedi newid eu crybwyll gan lawer o blant a phobl ifanc. Er bod rhai yn mwynhau'r newid yn eu bywydau, mae eraill yn mynegi pryderon ynghylch pryd fydd pethau'n newid a'r effaith arnyn nhw:

"Mae'r holl bethau arferol a'r drefn ddyddiol wedi diflannu." (9 oed, y de-orllewin)

"Ni fyddwn ni byth yn cael yr amser yma 'nôl. Rydyn ni wedi colli allan ar gymaint o brofiadau. Rwy'n poeni'n fawr am effaith hyn ar fy nghanlyniadau a fy nyfodol." (16 oed, canol y de)

"Y ffaith na fyddwn ni'n mynd yn ôl i normal am flynyddoedd." (14 oed, canol y de)

Fel y canfuwyd yn arolwg mis Mai 2020, roedd rhai plant a phobl ifanc ym mis Ionawr 2021 yn adrodd eu bod wedi canfod pethau cadarnhaol am eu sefyllfa bresennol, neu mewn rhai achosion yn teimlo bod bywyd yn well nag o'r blaen:

"Dw i'n mwynhau'r cyfnod clo yn fwy na'r ysgol, a dw i'n teimlo llawer llai o straen nag o'n i'n arfer." (13 oed, canol y de)

"Dydy o heb fod yn brofiad gwael i fi a bod yn onest. Dw i hefyd wedi penderfynu beth dw i am ei wneud ar gyfer TGAU a fy ngyrfa hefyd. Dw i hefyd wedi cael llawer o amser i ymchwilio i bethau (dw i'n mwynhau gwneud ymchwil :)) felly mae hynny'n braf. Dw i hefyd wedi cael rhai pobl anhygoel yn dod i mewn i fy mywyd!" (13 oed, y gogledd-orllewin)

"Yn ystod y cyfnod clo rwy'n teimlo fy mod i wedi datblygu fel person ac wedi aeddfedu'n sylweddol – rwy wedi bod yn eithaf hapus yn ystod y cyfnodau clo o'r herwydd." (16 oed, canol y de)

"Dw i'n cael llwyth o hwyl gyda fy Mam a fy nghathod. Dw i'n gweld fy ffrindiau ar-lein ac yn chwarae gyda nhw. Dw i'n teimlo'n hyderus am fathemateg nawr." (11 oed, canol y de)

Unigrwydd

Gofynnnon ni am unigrwydd am y tro cyntaf yn yr arolwg hwn. Mae'n nodedig bod y rhai rhwng 12 a 18 oed ddwywaith mor debygol o adrodd eu bod yn teimlo'n unig y 'rhan fwyaf o'r amser' (28%) â'r rhai rhwng 7 ac 11 oed (14%). Mae plant heb frodyr neu chwiorydd yn adrodd lefelau ychydig yn uwch o unigrwydd na'r cyfartaledd yn eu grwpiau oedran, ond nid oedd yn wahaniaeth mor fawr ag y gellid bod wedi'i ddisgwyl. Er enghraifft, adroddodd 17% o'r plant rhwng 7 ac 11 oed heb frodyr na chwiorydd eu bod yn teimlo'n unig y 'rhan fwyaf o'r amser', o gymharu â chyfartaledd o 14% ar gyfer y grŵp oedran hwn. Gyda phobl ifanc rhwng 12 a 18 oed, roedd y rhai oedd â phedwar neu fwy o blant yn y cartref yn adrodd lefelau tebyg o deimlo'n unig y 'rhan fwyaf o'r amser' (32%) i'r rhai heb frodyr na chwiorydd (31%).

"Dydw i ddim yn teimlo'n hapus ar ben fy hun!" (8 oed, y gogledd-orllewin)

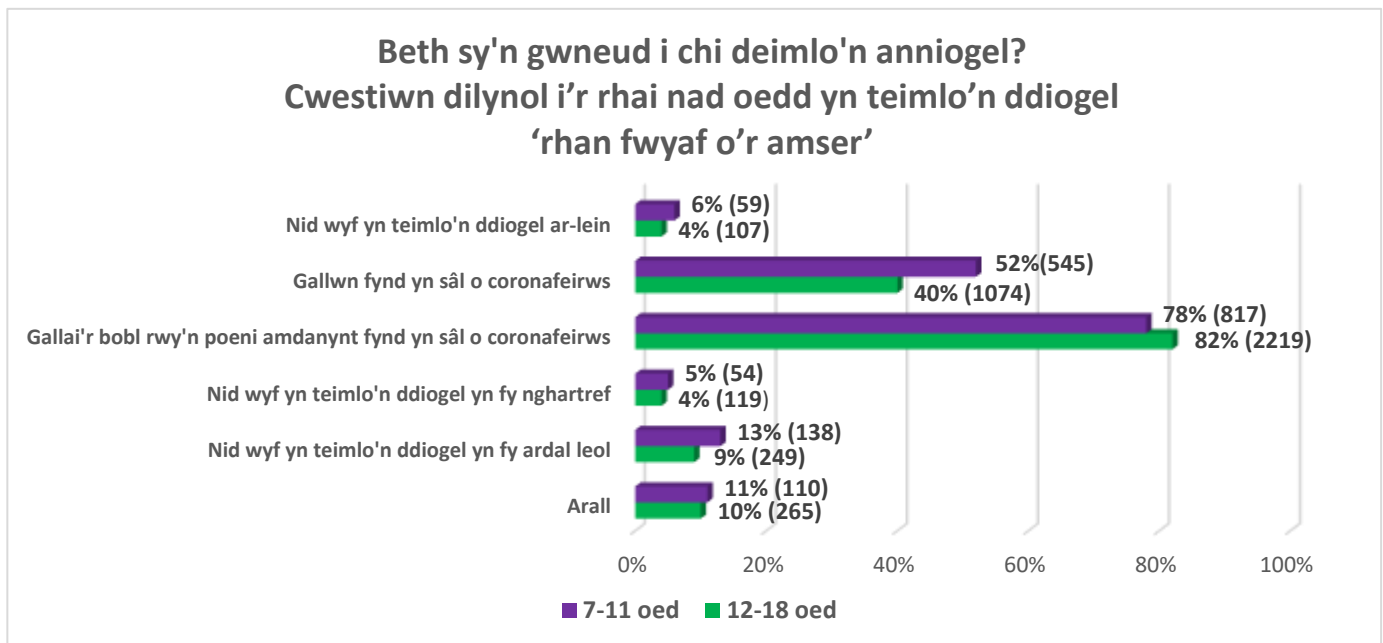
"Does gen i neb i siarad gyda nhw." (14 oed, canol y de)

Diogelwch

Yn achos y plant a'r bobl ifanc a nododd eu bod yn teimlo'n ddiogel dim ond 'weithiau' neu 'ddim yn aml iawn', gofynnwyd cwestiwn pellach iddynt ynghylch pam oedden nhw'n teimlo'n anniogel, gyda dewislen o opsiynau i ddewis o'u plith. Y rheswm mwyaf cyffredin, o bell ffordd, dros deimlo'n anniogel ym mhob grŵp oedd 'Gallai pobl dw i'n gofalu amdany'n nhw gael y coronafeirws'. Y rheswm lleiaf cyffredin am deimlo'n anniogel oedd 'Dw i ddim yn teimlo'n ddiogel yn fy nghartref', ond mae'n peri pryder bod 173 o ymatebwyr yr arolwg wedi nodi nad oedden nhw'n teimlo'n ddiogel yn eu cartref. Mae'n ddisgwyliedig hefyd y byddai rhai o'r plant sydd leiaf tebygol o deimlo'n ddiogel heb gael cefnogaeth i ymateb i'r arolwg hwn.

Ffigwr 6: Beth sy'n gwneud i chi deimlo'n anniogel?

Noder: Cwestiwn dilynol ar gyfer y rhai nad ydynt yn teimlo'n ddiogel y 'rhan fwyaf o'r amser'



Roedd modd ychwanegu sylwadau testun rhydd i'r cwestiwn dilynol hwn. Ar gyfer pob grŵp oedran, mae'r rhesymau dros deimlo'n anniogel yn amrywiol iawn. O blith yr ymatebwyr rhwng 12 a 18 oed a ychwanegodd sylwadau am ddiogelwch, bu i 20% (33) grybwyll pryderon am eu hiechyd meddwl. Cododd deg person ifanc bryderon am eu diogelwch eu hunain, a bu i chwe phlentyn iau grybwyll problemau yn y cartref. Bu i 64 ymatebwr pellach grybwyll pryderon diogelu yn yr adran testun rhydd ar ddiwedd yr arolwg. Fel y nodwyd yn yr adran dulliau, roedd modd i ni olrhain dau o'r rhain gyda'r gwasanaethau diogelu lleol, gan eu bod wedi ychwanegu eu henwau i'w sylw.

Heblaw am rai pryderon sy'n gyffredin mewn plentynod (pryfaid cop, bwystfilod o dan y gwely), roedd y pryderon a fynegwyd gan blant yn gyffredinol yn adlewyrchu'r trafodaethau rydyn ni'n eu gweld yn y gymdeithas yn ehangach: pryderon am eu hanwyliaid yn dal covid-19, pryderon am fod mewn sefyllfaoedd lle nad yw eraill yn cadw at y rheolau, a phryderon am yr effaith eilaidd ar eu hiechyd meddwl a'u haddysg. Crybwyllodd nifer fach hefyd nad oedden nhw'n teimlo'n ddiogel yn eu cartref.

Roedd rhai'n pryderu am ddiogelwch mewn siopau, yn eu cymuned ac yn yr ysgol:

"Dydy pobl ddim yn cymryd y coronafeirws o ddifri cymaint oherwydd y pigiad, felly dydyn nhw ddim mor ofalus ag oedden nhw yn ystod y cyfnod clo cyntaf." (15 oed, canol y de)

"Taswn i'n gadael y ffrif efallai y bydden i'n ei ddal." (9 oed, y gorllewin)

"Newyddion bod lot o bobl yn marw. Gweld pobl ddim yn gwisgo masg." (11 oed, y de-orllewin)

"Dw i'n poeni am y coronafeirws a dw i'n cael hunllefau fy mod i'n methu dianc." (10 oed, y gogledd-ddwyrain)

Mynegodd rhai bryderon am eraill sy'n agos iddyn nhw, gan gynnwys perthnasau sy'n agored i niwed a rhieni sy'n gweithio mewn gwasanaethau gan gynnwys trafnidiaeth gyhoeddus a'r Gwasanaeth Iechyd Gwladol (gweithwyr hanfodol):

"Mae fy chwaer fach i'n sâl, a dw i'n poeni y gallwn ni roi covid iddi." (9 oed, y de-ddwyrain)

"Rwy'n ofalwr ifanc ac alla i ddim fforddio i COVID ddod i'r fŷ gyda fy nain a taid sy'n agored iawn i niwed." (17 oed, y de-ddwyrain)

"Dw i ddim yn teimlo'n ddiogel pan mae fy rhieni'n mynd i'r gwaith, oherwydd dw i eisiau iddyn nhw fod yn ddiogel, er eu bod nhw'n weithwyr allweddol." (11 oed, y gorllewin)

Mae plant a phobl ifanc hefyd yn disgrifio teimladau o dristwch a phryder am eu bywydau presennol, gan gynnwys newidiadau yn y cartref ac unigrwydd.

"Mae'n rhaid i fi ddweud fy mod i'n iawn gan fod fy holl ffrindiau yn gwrandio mewn cyfarfodydd Teams, ond dw i eisiau i rywun wrando arna i. Mae dad yn gweiddi o hyd gan ei fod wedi colli ei swydd, dw i'n gwybod nad yw mam yn bwyta'n iawn oherwydd mae'n rhoi ei bwyd hi i fi. Dydy dad ddim yn sylwi gan ei fod yn rhy flin, ond dw i'n sylwi... Dw i'n bod yn ddewr ac yn gwneud fy ngwaith ysgol gan obeithio y bydd Mrs xx yn siarad efo fi. Ond dydy hi byth yn siarad efo fi. Dw i'n unig, ond does neb yn poeni amdana i heblaw am mam. Dw i'n caru fy mam a fy chwaer, ond mae fy nhad i'n fy ngwneud i mooor drist y gallwn i grio." (10 oed, y gogledd)

"Fy mam yn colli ei swydd." 13 oed, y gorllewin.)

Bu i sawl person ifanc rhwng 12 a 18 oed grybwyll eu hiechyd meddwl fel rheswm nad ydyn nhw'n teimlo'n ddiogel.

"Y coronafeirws a ddim mynd i'r ysgol, ac mae fy iechyd yn mynd am i lawr." (14 oed, canol y de)

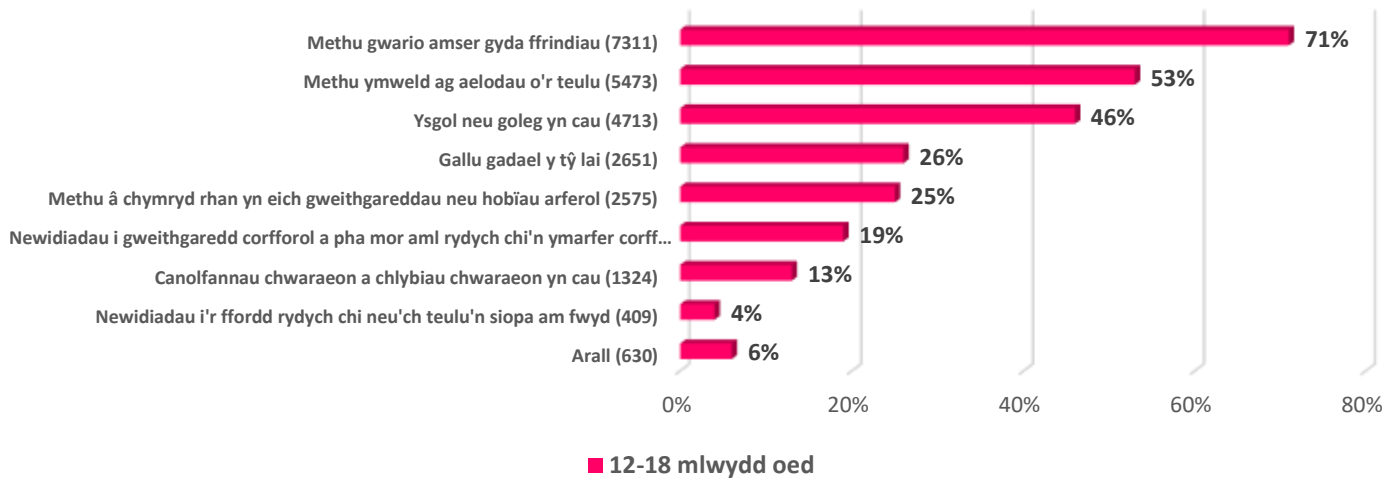
"Dw i ddim yn meddwl y bydd fy iechyd meddwl yn gallu ymdopi llawer hirach." (14 oed, canol y de)

Pa newidiadau sydd wedi cael yr effaith fwyaf ar sut rydych chi'n teimlo?

Gofynnwyd i bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed pa agweddau ar y cyfyngiadau presennol sy'n cael yr effaith fwyaf ar y ffordd maen nhw'n teimlo. Mae'r sylwadau'n debyg iawn i fis Mai 2020 gyda gweld eisiau ffrindiau, teulu ac ysgol/coleg fel y tri phrif fater. Fel ym mis Mai 2020, methu â gweld ffrindiau oedd y rheswm a ddewiswyd amlaf o bell ffordd. Gallai hyn fod yn gysylltiedig â'r canfyddiadau unigrwydd uchod.

Ffigwr 7:

Mae aros gartref oherwydd y coronafeirws wedi newid ein bywydau mewn sawl ffordd. Pa newidiadau sydd wedi cael yr effaith FWYAF ar sut rydych chi'n teimlo? (12-18 oed)
Dewiswch hyd at dri: (wedi'i gyflwyno yma yn nhrefn ddisgynnol)



Dewisodd 3,792 o blant rhwng 7 ac 11 oed ychwanegu sylw ar ddiwedd yr arolwg. Mae'r ddau arsylwad mwyaf cyffredin o'r sylwadau hynny'n ymwneud â gweld eisiau ffrindiau (985 o sylwadau), gweld eisiau'r ysgol neu athrawon (628), a mwynhau bod gartref gyda'r teulu (283). Cododd y plant a'r bobl ifanc a gwblhaodd yr arolwg hygyrch faterion tebyg, a'r prif faterion oedd gweld eisiau ffrindiau, wedi'i ddilyn gan fod eisiau mynd yn ôl i'r ysgol, a gweld eisiau mynd allan/gweithgareddau.

Cododd y bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed faterion amrywiol yn eu sylwadau ar ddiwedd yr arolwg hefyd. Dewisodd 3711 ychwanegu sylw. Er bod llawer iawn yn ymwneud ag addysg fel y trafodir isod, crybwyllodd 575 ohonynt effaith negyddol y cyfnod presennol ar eu hiechyd a'u lles, a nododd 327 eu bod yn gweld eisiau ffrindiau neu'n teimlo'n unig.

Pa gymorth ychwanegol sydd ei angen arnoch chi?

Gofynnwn ni i'r plant a'r bobl ifanc ym mhob arolwg pa gymorth ychwanegol oedd ei angen arnyn nhw yn ystod y cyfnod hwn. Gallai'r ymatebwyr ddewis cymaint o argymhellion ag y dymunent o restr.

Dywedodd ychydig dros draean o'r ymatebwyr a atebodd yr arolygon 7 i 11 oed a 12 i 18 oed nad oedd angen cymorth ychwanegol arnyn nhw. Ond dim ond chwarter yr ymatebwyr a atebodd yr arolwg hygyrch ddywedodd hyn.

Nododd yr ymatebwyr i'r holl arolygon y canlynol fel **y tair prif flaenoriaeth**:

1. Cefnogaeth i wneud i chi deimlo'n hapus ac yn iach
2. Cefnogaeth i wneud gwaith ysgol
3. Mwy o wybodaeth am bethau i'w gwneud pan fyddwch chi'n aros gartref

Serch hynny, blaenoriaethwyd y rhain mewn trefn wahanol gan y gwahanol ymatebwyr. Dewisodd y plant rhwng 7 ac 11 oed 'mwy o wybodaeth am bethau i'w gwneud gartref' amlaf (gyda 24% yn dewis

hwn), ond dewisodd y bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed y ddau angen arall amlaf (gyda 21% o'r ymatebwyr rhwng 12 a 18 oed yn dewis y ddau gategori hwn). Dewisodd ymatebwyr yr arolwg hygyrch 'cefnogaeth i wneud gwaith ysgol' amlaf (gyda 51% yn dewis hwn).

Yn ogystal, ar draws y tri arolwg, nododd canran o'r plant a'r bobl ifanc y bydden nhw'n dymuno cael cymorth i 'wneud yn siŵr fod gan fy nheulu'r bwyd sydd ei angen arnon ni'. Adroddir hyn gan 14% o ymatebwyr yr arolwg hygyrch, 11% o'r plant a atebodd yr arolwg 7 i 11 oed, a 4% o'r bobl ifanc a atebodd yr arolwg 12 i 18 oed.

Cefnogaeth Emosiynol ac Iechyd Meddwl

Erthygl 24 o Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn:

Eich hawl i fwyd a dŵr da ac i weld y meddyg os ydych yn sâl.

Mae'r adran hon yn adrodd ar hyder plant a phobl ifanc o ran cael cefnogaeth ar gyfer eu hiechyd meddwl a'u lles. Mae'r holl gwestiynau'r un fath â'r rhai ofynnion ni ym mis Mai 2020, ac mae canlyniadau'r ddau arolwg wedi'u cymharu isod.

Mae'r canlyniadau'n dangos bod y plant a atebodd ym mis Ionawr 2021 ychydig yn llai tebygol o ddweud eu bod nhw'n gwybod sut mae cael cymorth os oes angen cefnogaeth arnyn nhw i deimlo'n hapus ac yn iach na'r rhai a ymatebodd ym mis Mai 2020. Serch hynny, mae'r gwahaniaethau yn gymharol fach yn y rhan fwyaf o achosion.

Ydych chi'n gwybod sut mae cael y cymorth sydd ei angen arnoch chi i deimlo'n hapus ac yn iach?

Gofynnion ni i'r rhai a ymatebodd i'r arolwg 7 i 11 oed a fersiwn hygyrch yr arolwg a oedden nhw'n gwybod sut roedd cael cymorth os oedd angen cefnogaeth arnyn nhw i deimlo'n hapus ac yn iach.

Dywedodd 74% (n=6356) o'r plant a atebodd yr arolwg 7 i 11 oed eu bod nhw'n gwybod sut mae cael cymorth os oes angen cefnogaeth arnyn nhw i deimlo'n hapus ac yn iach. Roedd y plant yn ymddangos yn fwy hyderus i ddweud eu bod nhw'n gwybod sut mae cael cymorth wrth iddyn nhw fynd yn hŷn, o fewn yr ystod oedran 7 i 11 oed. Dywedodd 65% (n=899) o'r plant 7 oed eu bod nhw'n gwybod sut mae cael cymorth, o gymharu ag 82% (n=1468) o blant 11 oed. Roedd canlyniadau arolwg mis Mai 2020 yn datgelu patrwm tebyg.

O blith y plant a atebodd fersiwn hygyrch yr arolwg, dywedodd 65% (n=213) eu bod nhw'n gwybod sut mae cael cymorth os oes angen cefnogaeth arnyn nhw i deimlo'n hapus ac yn iach. Mae hyn rywfaint yn is na 72% (n=476) o'r rhai a atebodd yr arolwg ym mis Mai 2020. Dywedodd 12% (n=38) nad oedden nhw'n gwybod i ble y dylent fynd i gael cymorth; a doedd 27% (n=88) ddim yn siŵr. Mae'r canrannau hyn yn debyg i ganfyddiadau mis Mai 2020.

"Mae'n well gen i weithio o adref achos mae'n fy ngalluogi i ymlacio a gwneud y pethau rwy'n caru llawer mwy. Mae yna hefyd llai o bwysau arnom ni a felly teimlaf fod fy iechyd meddwl wedi gwella llawer dros y cyfnod clo." (14 oed, canol y de)

"Dw i'n poeni ac yn teimlo'n eitha pryderus ac ychydig yn hyderus. Mae gwaith ysgol yn iawn. Dw i'n teimlo'n ddiogel iawn adra. Dw i eisiau mynd yn ôl i'r ysgol pan mae'r cyfan drosodd." (7 oed, y gogledd)

"Dw i'n gwybod bod bywyd yn gallu bod yn anodd weithiau, ond ers COVID a'r cyfnod clo, dw i wedi bod yn teimlo ychydig yn isel, a dw i ddim yn teimlo'n ddiogel yn dweud wrth neb." (9 oed, y canolbarth)

Os oes angen cymorth gyda'ch iechyd emosiynol neu'ch iechyd meddwl nawr, fyddech chi'n hyderus yn cael cymorth o'r llefydd yma?

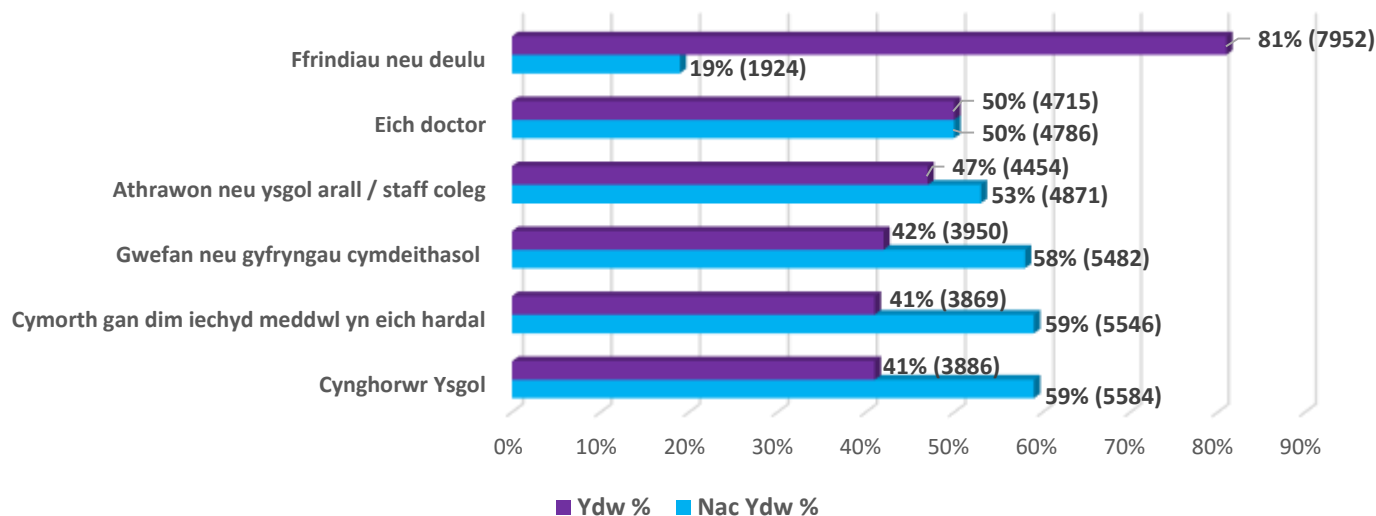
Gofynnnon ni i'r bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed a oedden nhw'n teimlo'n hyderus yn cael cymorth gyda'u hiechyd emosiynol neu eu hiechyd meddwl o restr o opsiynau. Roedd y mwyafrif helaeth, 81% (n=7952), yn teimlo'n hyderus yn cael cymorth gan ffrindiau neu deulu. Mae hyn yn gyson â chanlyniadau mis Mai 2020. Serch hynny, ni wnaeth y rhan fwyaf o'r ymatebwyr ddewis yr un opsiwn arall o'r rhestr, sy'n golygu bod y rhan fwyaf o'r bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed yn dweud nad ydyn nhw'n gwybod i ble y dylent fynd i gael cymorth y tu hwnt i'w ffrindiau a'u teulu.

Roedd nifer yr ymatebwyr a ddewisodd bob opsiwn ychydig yn is na'r nifer o blith ymatebwyr arolwg mis Mai 2020, heblaw am gwnsela ysgol, a oedd yn debyg, gyda 40% (n=3907) ym mis Mai 2020, a 41% (n=3886) ym mis Ionawr 2021.

Y gwahaniaeth mwyaf ers arolwg mis Mai 2020 oedd hyder yn cael cymorth o wefan neu'r cyfryngau cymdeithasol, gyda 53% (n=5237) yn dweud y bydden nhw'n hyderus yn gwneud hynny ym mis Mai 2020 o gymharu â 42% (n=3950) ym mis Ionawr 2021. Mae'n ddiddorol nodi bod hyder yn cael mynediad at gefnogaeth ar-lein wedi gostwng fel hyn, er gwaetha'r cynnydd yn y gefnogaeth iechyd meddwl ac emosiynol ar-lein sydd ar gael ar gyfer plant a phobl ifanc.

Ffigwr 8: Os oes angen cymorth gyda'ch iechyd emosiynol neu'ch iechyd meddwl nawr, fyddech chi'n hyderus yn cael cymorth o'r llefydd yma? (arolwg 12 i 18 oed)

Os oes angen help arnoch chi gyda'ch iechyd emosiynol neu iechyd meddwl, a fydddech chi'n hyderus i dderbyn cymorth o'r llefydd yma? (holiadur 12-18)



Roedd yr ymatebwyr iau i'n harolwg 12 i 18 oed yn fwy tebygol o fod yn hyderus na'r ymatebwyr hŷn o ran cael cymorth o'r rhan fwyaf o'r opsiynau a roddwyd. Plant 12 oed oedd fwyaf tebygol o ddweud eu bod yn hyderus yn cael cymorth gan gwnsela ysgol (47%, n=853) a gan ffrindiau neu deulu (87%, n=1687). Pobl ifanc 17 oed leiaf tebygol o ddweud eu bod yn hyderus yn cael cymorth gan gwnsela ysgol (34%, n=809). Dywedodd 43% (n=784) o'r plant 12 oed, a 43% (n=735) o'r rhai 13 oed, eu bod yn hyderus yn cael cymorth gan dîm iechyd meddwl yn eu hardal, a nhw oedd fwyaf tebygol o ddweud hyn. Y rhai 17 oed oedd leiaf tebygol unwaith eto (36%, n=290).

Pan ddaw at gymorth o wefan neu'r cyfryngau cymdeithasol, mae'r patrwm cyffredinol yn dangos cynnydd mewn hyder gydag oedran. 34% (n=614) o'r plant 12 oed ddywedodd 'byddwn' am yr opsiwn hwn, ond dywedodd 50% (n=406) o'r rhai 17 oed a 53% (n=174) o'r rhai 18 oed hyn. Serch hynny, mae'n gadarnhaol nodi y bu i ymatebwyr iau fynegi hyder mewn rhai meysydd eraill, fel y nodwyd uchod.

Nid oedd patrwm amlwg mewn perthynas ag oedran o ran cael cymorth gan staff ysgol neu goleg, na gan eich meddyg.

Ar ddiwedd yr arolwg, gofynnwn ni a oedd rhywbeth arall roedd yr ymatebwyr am ddweud wrthon ni. O'r 3,711 o bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed a ddewisodd ateb, roedd y categori mwyaf o ymatebion, o bell ffordd (15%, n=575), yn ymwneud ag effeithiau negyddol y pandemig a chyfyngiadau cysylltiedig ar eu hiechyd meddwl, eu lles, a straen. Roedd y sylwadau mwyaf poblogaidd wedi hynny'n ymwneud â chael anhawster gyda dysgu (10%, n=358).

"Dw i'n dioddef gyda phroblemau iechyd meddwl a dydw i heb allu gweld fy meddygon, mae fy holl apwyntiadau wedi bod ar y ffôn. Mae hyn wedi effeithio llawer arna i. Dydw i ddim yn mynd i ysgol arferol, dw i'n cael fy nhwrtora, a hyd yn oed pan mae'r ysgolion ar agor, mae'r ganolfan hamdden ar gau, a dyna lle dw i'n mynd." 14 oed, y de-ddwyrain)

"Mae fy hwyliau wedi gwella, gan fod y lefel o ryngweithio gyda fy athrawon newydd yn hollol wahanol i'r gwanwyn/haf diwethaf, a oedd yn heriol iawn ac yn gwneud i fi deimlo'n bryderus iawn am fy nghyfleoedd yn y dyfodol i gael mynd i'r brifysgol." (17 oed, y de-ddwyrain)

"Mae angen cymorth iechyd meddwl ar ardegwyr. Efallai sesiynau un ar un gydag athrawon sydd â'r hyfforddiant cywir." (17 oed, canol y de)

"Dw i ddim yn gallu dweud wrth fy ysgol am fy salwch iechyd meddwl, er fy mod i wirioneddol angen gwneud gan nad oes modd i fi wneud galwadau ffôn. Byddai modd i fi ddweud wrthyn nhw yn yr ysgol wyneb yn wyneb, gan y byddai hynny'n peri llai o bryder i fi. Dw i wedi dweud wrth fy rhieni, ond dydyn nhw ddim yn fy nghredu i, felly fyddwn i wir yn hoffi cael cymorth ychwanegol gan yr ysgol. Dw i'n credu bod angen sefydlu system er mwyn gallu anfon neges at athro yn hytrach na ffonio, neu rywbeth fel'na." (17 oed, y gogledd)

Beth ydych chi wedi bod yn ei wneud i gadw corff a meddwl iach?

Gofynnnon ni i'r plant a'r bobl ifanc beth maen nhw'n ei wneud i gadw corff a meddwl iach, ac roedd modd i'r ymatebwyr ddewis cymaint o opsiynau ag oedd yn berthnasol o blith rhestr o weithgareddau. Dywedodd y rhan fwyaf o'r plant a'r bobl ifanc eu bod nhw'n gwneud ymarfer corff yn yr awyr agored.

Y gweithgaredd roedd plant rhwng 7 ac 11 oed fwyaf tebygol o'i nodi oedd ymarfer corff yn yr awyr agored (75%, n=6,603), wedi'i ddilyn gan siarad gyda theulu 68%, n=5,954), a gwneud gweithgareddau gan yr ysgol (66%, n=5,804).

Y gweithgaredd roedd pobl ifanc rhwng 12 a 18 oed fwyaf tebygol o'i nodi oedd siarad gyda ffrindiau (63%, n=3,453), wedi'i ddilyn gan ddefnyddio'r cyfryngau cymdeithasol i aros mewn cysylltiad (60%, n=6,190) a gwneud gwaith ysgol (59%, n=6,032).

"Oherwydd fy mhersonoliaeth, roeddwn i'n iawn flwyddyn dwethaf a blwyddyn hyn (hyd yn hyn), felly roeddwn i wedi ymlacio mwy a dysgu sut i ymlacio yn fwy." (12 oed, y de-orllewin)

"Dw i wedi bod yn coginio a gwnïo mwy gyda fy mam-gu a thad-cu, a dw i wedi bod yn gwneud lego gyda mam, a dw i wedi bod yn chwarae gyda dad, fy chwaer a fy mrawd" (10 oed, y de-orllewin).

Plant sy'n byw mewn cartrefi unig blentyn oedd fwyaf tebygol o ddweud eu bod nhw'n siarad gyda ffrindiau i gadw corff a meddwl iach. Plant mewn cartrefi â phedwar neu fwy o blant oedd leiaf tebygol. Dywedodd 61% (n=1,071) o'r plant rhwng 7 ac 11 oed sy'n byw mewn cartrefi unig blentyn eu bod nhw'n siarad gyda ffrindiau, a dywedodd 44% (n=285) o'r plant sy'n byw mewn cartrefi â phedwar o blant neu fwy hyn. Dywedodd 65% (n=1928) o'r plant rhwng 12 a 18 oed sy'n byw mewn cartrefi ag un plentyn hyn, o gymharu â 54% (n=411) o'r plant sy'n byw gyda phedwar neu fwy o blant.

Mae plant mewn cartrefi â phedwar neu fwy o blant hefyd yn llai tebygol o ddweud eu bod nhw'n siarad gyda theulu. O blith y plant rhwng 7 ac 11 oed, 61% (n=401) ddywedodd hyn o gymharu â 70% (n=1,222) o'r plant mewn cartrefi unig blentyn.

"Dw i wir yn mwynhau dysgu o gartref, gan ei fod yn braf treulio mwy o amser gyda fy nheulu. Dw i hefyd yn mwynhau galwadau fideo a sgwrsio gyda fy ffrindiau." (10 oed, y de-ddwyrain)

Mae plant a phobl ifanc yn llai tebygol o ddweud eu bod nhw'n gwneud ymarfer corff yn yr awyr agored wrth iddyn nhw fynd yn hŷn. Dywedodd 82% (n=1,385) o'r plant 7 oed eu bod nhw'n ymarfer corff yn yr awyr agored, ond dim ond 52% (n=736) o'r rhai 16 oed ddywedodd hyn. Serch hynny, roedd pobl ifanc 17 a 18 oed yn fwy tebygol na'r rhai 15 ac 16 oed, gyda 56% (n=464) o'r rhai 17 oed a 58% (n=200) o'r rhai 18 oed yn dweud eu bod nhw'n gwneud ymarfer corff yn yr awyr agored.

"Dw i wedi bod yn ymarfer corff yn amlach oherwydd dw i'n cerdded ddwywaith y dydd ac yn gwneud ymarfer corff mam a dad, gan eu bod nhw'n gwneud ymarfer corff ar-lein ar Zoom." (10 oed, y de-ddwyrain)

"Mae ymarfer corff o gartre yn gyfyngedig iawn, oherwydd lle rydyn ni'n byw." (9 oed, y de-orllewin)

Gofynnwyd i'r rhai a oedd yn ateb fersiwn hygyrch yr arolwg beth oedden nhw'n ei wneud i gadw'n iach. Dywedodd 71% (n=237) eu bod nhw'n gwneud ymarfer corff, wedi'i ddilyn gan 70% (n=233) yn dweud eu bod nhw'n chwarae, a 68% (n=226) yn dweud gwaith ysgol.

Addysg

Erthygl 28 o Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Plant:

Eich hawl i ddysgu a mynd i'r ysgol.

Cyswllt gan eu lleoliad addysg

Gofynnnon ni i'r plant a'r bobl ifanc sut roedd eu hysgol neu goleg yn cysylltu gyda nhw. Dywedodd mwyafrif helaeth yr ymatebwyr bod eu hathrawon wedi bod mewn cyswllt, a dim ond 1% o ymatebwyr yr holl arolygon ddywedodd nad ydyn nhw wedi cael cyswllt.

Cysylltir â phlant rhwng 7 ac 11 oed drwy Hwb gan amlaf: dewiswyd hwn gan 58% o'r ymatebwyr i'r arolwg 7 i 11 oed, a 54% o ymatebwyr yr arolwg hygyrch. E-bost oedd y dull cyfathrebu a ddewiswyd amlaf gan bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed, a chysylltir â 78% (7,780) o'r bobl ifanc drwy e-bost, o gymharu â'r 28% (2,804) o'r bobl ifanc y cysylltir â nhw drwy Hwb.

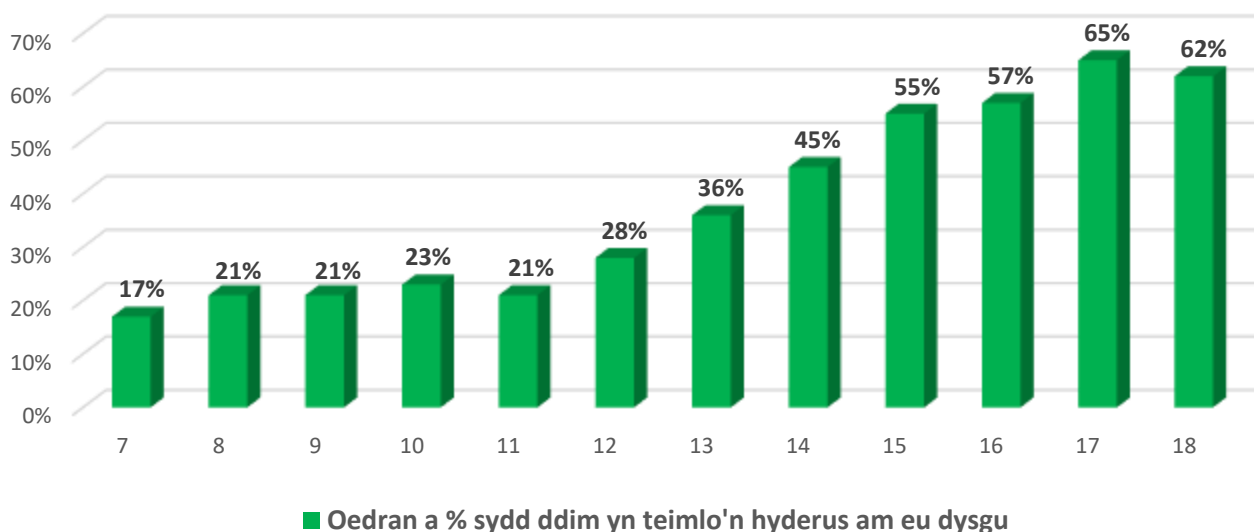
Cysylltir â dros hanner yr holl ymatebwyr drwy alwadau fideo: 53% (4419) o'r plant rhwng 7 ac 11 oed; 43% (4390) o'r bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed; a 43% (123) o'r rhai a atebodd yr arolwg hygyrch.

Hyder am ddysgu

Gofynnnon ni i'r plant a'r bobl ifanc pa mor hyderus oedden nhw am ddysgu yn ystod y cyfnod hwn, gan ofyn iddyn nhw ddewis un opsiwn ar raddfa o 'hyderus iawn' i 'ddim yn hyderus o gwbl'. Yr hyn oedd fwyaf trawiadol am yr atebion yw eu bod nhw'n dangos bod **lefelau hyder yn gostwng gydag oedran**.

Dangosir hyn yn y graff isod, sy'n dangos canran y plant o bob grŵp oedran sy'n teimlo 'ddim yn hyderus' neu 'ddim yn hyderus o gwbl' am eu dysgu yn ystod y cyfnod hwn.

Ffigwr 9: canran o blant a phobl ifanc sydd ddim yn teimlo'n hyderus am ddysgu yn ystod yr amser hwn



Ar draws y tri arolwg gyda'i gilydd, nid oedd 35% o'r plant a'r bobl ifanc a ymatebodd i'r ymgynghoriad yn teimlo'n hyderus am eu dysgu yn ystod mis Ionawr 2021.

Gofynnnon ni'r union gwestiwn hwn ym mis Mai 2020, ac ar y pryd, dangosodd data cyfunol o'r tri arolwg nad oedd 25% o'r plant a'r bobl ifanc a ymatebodd yn teimlo'n hyderus am eu dysgu ym mis Mai 2020.

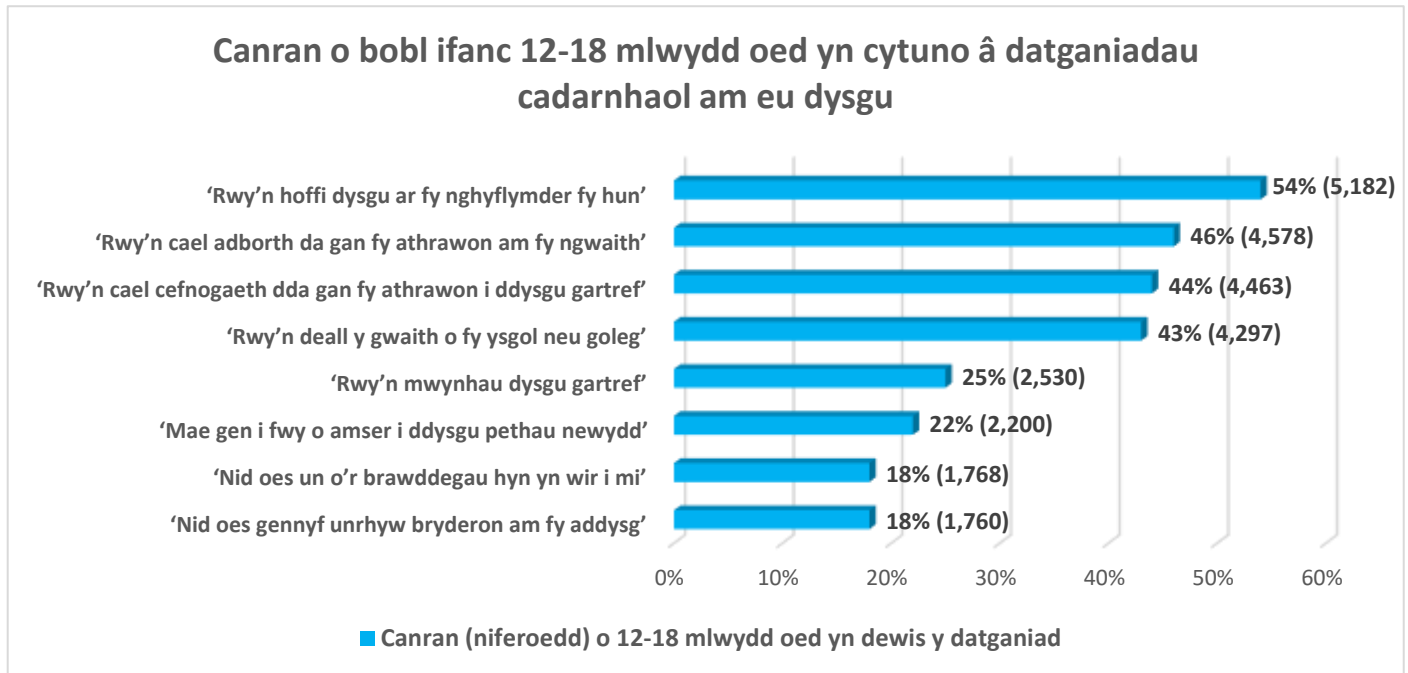
"Mae methu cael dysgu wyneb yn wyneb wir wedi effeithio ar fy hyder yn yr hyn rydw i'n ei ddysgu." (18 oed, canol y de)

"Dw i ddim yn hoffi gweithio o adra. Dw i ddim yn hyderus gyda rhoid y camera ymlaen. Dw i wedi rhoid pwysau ymlaen ers bod adra. Dw i ddim yn hyderus yn gofyn am help gan yr athro. Dw i'n poeni am fynd i'r ysgol uwchradd. Mae'n anodd siarad gyda ffrindiau am bod nhw ddim yn ateb. Mae hyn yn anodd peidio gweld ffrindiau." (11 oed, y gogledd-orllewin)

Pethau cadarnhaol am ddysgu

Gofynnnon ni i bobl ifanc a ymatebodd i'r arolwg 12 i 18 oed ddewis o blith rhestr o frawddegau cadarnhaol am eu dysgu yn ystod y cyfnod hwn. Roedd modd iddyn nhw ddewis cymaint ag oedd yn wir iddyn nhw. Dangosir canran y bobl ifanc a ddewisodd bob datganiad isod, gyda'r rhai a ddewiswyd amlaf ar y brig.

Ffigwr 10: Canran y bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed a oedd yn cytuno â datganiadau cadarnhaol am ddysgu



Mae'n nodedig bod bron i hanner y bobl ifanc yn mwynhau dysgu ar eu cyflymder eu hunain, a bod ychydig o dan hanner yn gadarnhaol am y gefnogaeth a'r adborth maen nhw'n ei gael gan eu hathrawon. Atgyfnerthwyd y themâu hyn yn y sylwadau testun rhydd. Nid oedd y cwestiwn cyffredinol hwn yn gofyn am addysg yn benodol, ond ysgrifennodd 136 (4%) o bobl ifanc sylwadau cadarnhaol am ddysgu gartref a'i fanteision. Dewisodd 13 (<1%) arall o bobl ifanc ysgrifennu sylwadau cadarnhaol am gefnogaeth gan eu hathrawon, ac roedd 7 (<1%) arall yn gadarnhaol am y gefnogaeth gan yr ysgol yn gyffredinol neu gan wasanaethau addysg eraill, gan gynnwys gwaith ieuenctid.

"Er ei bod hi'n adeg anodd, dw i'n meddwl bod y Gwasanaeth Ieuenctid yn fy ardal i... yn gwneud gwaith anhygoel... mae'r gweithwyr ieuenctid yn gwneud gweithdai a gweithgareddau ar-lein i ofalu am ein hiechyd meddwl a'n lles. Mae'r Gwasanaeth Ieuenctid... yn sicr yn gwneud popeth gallan nhw i fy nghefnogi i, a phobl ifanc eraill dw i'n siŵr, yn y cyfnod yma." (18 oed, y de-orllewin)

"Mae'r dysgu ar lein wedi gweithio'n dda iawn y tymor hwn. Dw i ddim yn teimlo fel petawn i wedi colli dim gan fod athrawon yn postio unedau ac ati i'r ffrwyth. Hapus iawn â'r hyn mae'r ysgol yn darparu." (16 oed, canol y de)

"Mae'n well gen i ddysgu ar-lein mewn rhai ffyrdd, ond dw i'n dal i weld eisiau'r ysgol i weld fy ffrindiau a fy hoff athrawon :D" (13 oed, y gogledd ddwyrain)

"Dw i'n teimlo fel pe bawn i'n gwneud yn well nag erioed yn fy addysg. Dw i wir yn mwynhau'r dysgu ar-lein, ac yn ei weld fel cymhelliant a allai barhau pan fydd pethau'n dychwelyd i normal, gan ei fod yn arbed arian i fi a fy nheulu, o ran teithio, ac yn caniatáu i fi dreulio mwy o amser gyda'r teulu, sy'n grêt!" (18 oed, y de-orllewin)

Ni ofynnwyd i blant rhwng 7 ac 11 oed ddewis datganiadau am eu dysgu, ond dewisodd 148 (4%) o'r plant rhwng 7 ac 11 oed ysgrifennu am brofiadau cadarnhaol o ddysgu gartref yn yr adran testun rhydd.

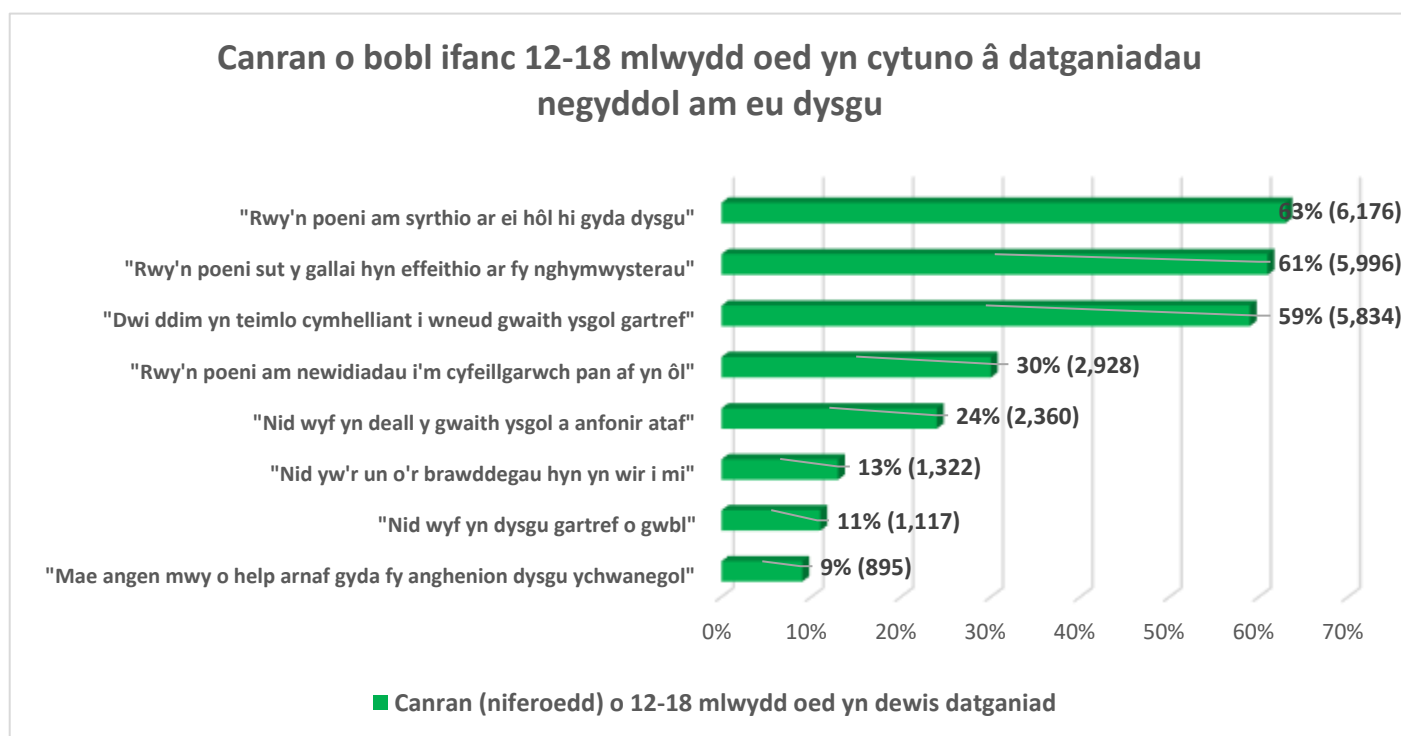
"Dw i wedi mwynhau dysgu adre, mae'r ysgol wedi bod yn dda yn fy helpu i. Rydyn ni'n defnyddio Teams i gael gwersi bob dydd." 10 oed, y gogledd-ddwyrain)

"Rwyf eisiau dweud diolch enfawr i'r ysgol a'r athrawon am yr holl waith a'r help maen nhw wedi ei anfon i ni dros y cyfnod." 9 oed, y de-orllewin)

Pethau negyddol am ddysgu

Gofynnnon ni hefyd i bobl ifanc a oedd yn ymateb i'r arolwg 12 i 18 oed ddewis o blith rhestr o frawddegau negyddol am eu dysgu yn ystod y cyfnod hwn; unwaith eto, roedd modd iddyn nhw ddewis cymaint ag oedd yn wir iddyn nhw. Dangosir canran y bobl ifanc a ddewisodd bob datganiad isod, gyda'r rhai a ddewiswyd amlaf ar y brig.

Ffigwr 11: Canran y bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed oedd yn cytuno â datganiadau negyddol am ddysgu



Mae'n peri pryder bod nifer uchel o bobl ifanc yn poeni am gwmpo y tu ôl, yn poeni am gymwysterau, a ddim yn teimlo wedi'u cymell i weithio gartref. Dewiswyd pob un o'r datganiadau hyn gan ymhell dros hanner yr ymatebwyr. Maen nhw hefyd yn dod i'r amlwg fel themâu arwyddocaol yn y sylwadau testun rhydd gan bobl ifanc, a roddwyd mewn ymateb i gwestiwn agored nad oedd am addysg yn benodol. Gwnaeth 616 (17%) o'r bobl ifanc a atebodd y cwestiwn hwn sylw am eu hanawsterau gyda dysgu gartref, a dyma'r thema fwyaf gyffredin a oedd wedi'i chynnwys mewn sylwadau am addysg. Mae 254 (7%) arall

yn cynnwys pryderon am arholiadau a chymwysterau, a gwnaeth 252 (7%) arall sylw am eu diffyg cymhelliant.

"Ro'n i'n glyfar ac wedi fy nghymhell, ond gyda'r ysgolion ar gau am gyfnod mor hir y llynedd, a dim sôn am ddychwelyd, rydw i wedi colli fy nghymhelliant. Rwy'n teimlo bod fy nyfodol cyfan wedi'i chwalu." (12 oed, canol y de)

"Mae ansawdd fy ngwersi a nifer y gwersi dw i'n ei gael yn achosi pryder i mi. Dw i ddim yn gwybod beth yw fy ngraddau TGAU ar hyn o bryd, na beth fyddant ar ddiwedd y flwyddyn. Dw i ddim yn gwybod sut bydd fy addysg yn edrych flwyddyn nesaf. Dw i'n poeni y bydd y ddwy flynedd ddiwethaf yn effeithio ar fy addysg am byth! Athrawon yn rhy brysur gyda'u plant eu hunain i'n dysgu - neb yn monitro ansawdd gwersi. Pob ysgol yn wahanol!!!" (15 oed, y gogledd-orllewin)

"Y profiad yma yw un o'r profiadau anoddaf dw i wedi'i brofi erioed, a dw i'n poeni bod fy nghymwysterau mewn perygl gan fy mod i'n cael anhawster gyda'r gwaith a'r llwyth gwaith" (16 oed, canol y de)

"Rwy'n gweld eisiau fy ffrindiau a'r ysgol. Rwy'n teimlo fel pe bawn i'n cwmpo tu ôl a ddim yn dysgu digon, a does dim digon o gefnogaeth. Mae'r athrawon yn araf yn ateb unrhyw broblemau, ac yna rwy'n colli marciau am beidio cwblhau'r gwaith. Rwy'n teimlo bod fy iechyd meddwl yn ei chael yn anodd, rwy'n teimlo'n drist ac yn poeni bod angen i fi wneud fy newisiadau TGAU yn fuan iawn, ond does gen i ddim syniad beth i'w ddewis gan nad ydw i wedi bod yn yr ysgol fawr ddim yn y flwyddyn ddiwethaf. Rydw i eisiau fy mywyd yn ôl. Rwy'n teimlo fel pe bawn i'n colli allan ar lawer." (12 oed, y gorllewin)

Yn y sylwadau testun rhydd, mynegodd pum person ifanc bod angen mwy o gefnogaeth arnyh nhw gydag **anghenion dysgu ychwanegol**, gan roi ychydig mwy o fanylder i'r 9% o'r bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed a oedd yn poeni am hyn:

"Mae Covid wedi effeithio mor wael ar fy addysg. Dw i ym mlwyddyn 9, ac i fod yn astudio ar gyfer TGAU. Mae gen i dyslecsia ac felly dw i'n cael anhawster gyda'r gwaith y rhan fwyaf o'r amser. Dw i mor bell tu ôl erbyn hyn, dw i'n amau na fydda i byth yn dal i fynd. Mae fy nyfodol wedi'i chwalu. Fydda i byth yn gallu cael swydd." (13 oed, y gogledd orllewin)

Yn ogystal, mae llawer o bobl ifanc yn teimlo eu bod yn cael **gormod o waith**, a bod hyn yn effeithio ar eu lles. Roedd 347, neu 9%, o'r sylwadau testun rhydd yn yr arolwg 12 i 18 oed yn sôn am ormod o waith, er enghraifft:

"Rwy'n teimlo bod yna ormod o waith ysgol yn cael ei roi i ni, ac mae'n anodd iawn ymdopi." (14 oed, y gorllewin)

"Pan mae'r athrawon yn rhoi gormod o waith i fi, does gen i fawr o amser i fwyta, heb sôn am amser i ymlacio." (14 oed, canol y de)

"Mae wedi bod yn ofnadwy. Mae ein llwyth gwaith ni ym mlwyddyn 11 wedi cynyddu 10 gwaith ers i ni symud ar-lein. Gyda pheth o'r gwaith yn cymryd hirach na gwers, mae'n achosi i ni weithio drwy'r egwyl, amser cinio ac ar ôl ysgol." (15 oed, y de-orllewin)

Roedd ein [hadroddiad cyfnod atal](#) byr ym mis Tachwedd 2020 a'n hadroddiad [dyfeisiau digidol](#) ym mis Ionawr 2021 yn adlewyrchu gwelliannau canfyddedig yn y ddarpariaeth dysgu o bell i ddisgyblion ledled Cymru. Serch hynny, mae'n ddiddorol nodi bod cyfran o bobl ifanc bellach yn teimlo pwysau ac effaith ar eu lles o gael gormod o waith.

Ni ofynnwyd i blant rhwng 7 ac 11 oed ddewis datganiadau am eu dysgu, ond dewisodd 340 (9%) o'r plant rhwng 7 ac 11 oed ysgrifennu am brofiadau negyddol o ddysgu gartref hefyd, ac mae 107 (3%) yn nodi anawsterau gyda dysgu ar-lein. Gwnaeth 27 plentyn (1%) sylw yn nodi bod angen mwy o gefnogaeth arnyn nhw gydag anghenion dysgu ychwanegol.

"Dw i ddim yn hoffi dysgu ar-lein a dw i eisiau mynd yn ôl i'r ysgol a gweld fy ffrindiau!" (11 oed, canol y de)

"Dw i wir yn dysgu'n well pan fydda i yn yr ysgol. Mae fy athrawon yn fy helpu, mae gen i Ddatganiad, a dw i heb wneud dim ymdrech i wneud fy ngwaith pan dw i adre." (9 oed, y gogledd-ddwyrain)

Offer ar gyfer dysgu o gartref

Gofynnwn ni i blant a oedd yn ateb yr arolwg 7 i 11 oed a oedd ganddyn nhw'r offer oedd ei angen arnyn nhw i ddysgu gartref. Dywedodd 93% o'r plant bod ganddyn nhw'r hyn sydd ei angen arnyn nhw. Dylid cydnabod y cynhaliwyd yr arolwg fel ymarfer ar-lein, ac felly efallai bod hyn yn ddisgwyliedig gan yr ymatebwyr a allai gael mynediad at arolwg o'r fath.

Gofynnwn ni i'r 7% arall beth oedd ar goll ganddyn nhw. Yr ateb mwyaf cyffredin oedd, 'Does gen i ddim argraffydd' (261 o blant), wedi'i ddilyn gan 'Rwy'n rhannu dyfais ddigidol felly alla i ddim ei defnyddio bob amser' (243 o blant). Yn ogystal, doedd gan 157 o'r plant a ymatebodd i'n harolwg ddim gofod tawel, doedd gan 97 ddim bwrdd/desg neu gadair, a doedd gan 62 ddim papur neu offer ysgrifennu.

Gofynnwn ni'r un cwestiwn i bobl ifanc a oedd yn ateb yr arolwg 12 i 18 oed. Dywedodd 95% o'r bobl ifanc fod ganddyn nhw'r offer sydd ei angen arnyn nhw.

Gofynnwn ni i'r 5% arall beth oedd ar goll ganddyn nhw. Unwaith eto, yr ateb a ddewiswyd amlaf oedd, 'Does gen i ddim argraffydd' (202 o bobl ifanc). Dilynwyd hyn gan, 'Does gen i ddim o'r llyfrau sydd eu hangen arna i' (182 o bobl ifanc). Yn ogystal, doedd gan 171 o'r bobl ifanc a ymatebodd i'n harolwg ddim gofod tawel, doedd gan 88 ddim bwrdd/desg neu gadair, a doedd gan 78 ddim papur neu offer ysgrifennu.

Gofynnwn ni hefyd am ddyfeisiau digidol a mynediad at y rhyngwrwyd. Dangosir yr ymatebion i'r cwestiynau hyn yn Adran Erthygl 17 ar dudalen 27

Plant a phobl ifanc sy'n derbyn addysg yn y cartref

Gofynnwn ni i'r plant sydd fel arfer yn derbyn addysg yn y cartref a oedden nhw wedi profi newidiadau i'w dysgu yn y mis diwethaf. Roedd y bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed sy'n derbyn addysg yn y cartref yn fwy tebygol o ddweud bod eu dysgu wedi newid o gymharu â phlant rhwng 7 ac 11 oed sy'n derbyn addysg yn y cartref. Adroddodd 61% (20) o'r bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed sy'n derbyn addysg yn y cartref newid yn eu dysgu, o gymharu â 48% (45) o'r plant rhwng 7 ac 11 oed sy'n derbyn addysg yn y cartref. Ar draws y

ddwy ystod oedran, y newid a ddewiswyd amlaf a oedd yn cael yr effaith fwyaf ar ddysgu oedd methu â chwrdd â ffrindiau neu grwpiau; dilynwyd hyn gan fethu â mynd allan cymaint.

"Dw i heb allu cwrdd â fy ffrindiau ers mis Mawrth, mae fy holl grwpiau wedi cau, ac os ydw i'n mynd i gwrdd â ffrindiau a bod yr heddlu'n ein stopio ni, mae'n rhaid i ni ddweud celwydd gan nad ydyn nhw'n meddwl ei fod yn deithio hanfodol. Rwy'n gweld eisiau amgueddfeydd, yn enwedig Sain Ffagan, ac rwy'n gweld eisiau bod yn rhydd. Mae llawer o fy nysgu yn yr awyr agored, ac rwy'n hoffi gwneud mathemateg ar y traeth, hyd yn oed os ydy hi'n oer, ond nawr alla i ddim gwneud hynny heb boeni y bydd mam yn mynd i drwbl." Plentyn sy'n derbyn addysg yn y cartref, 9 oed, y de-orllewin)

Pobl ifanc rhwng 15 a 18 oed

Ynghyd â'r cwestiwn am addysg a ofynnwyd i'r holl blant, gofynnnon ni gwestiynau penodol am eu haddysg i bobl rhwng 15 a 18 oed. Mae gwybodaeth am bobl ifanc sy'n gwneud prentisiaethau, hyfforddeiaethau, a'r rhai nad oeddent mewn addysg wedi'i chynnwys yn ein hadran am bobl ifanc rhwng 15 a 18 oed ar dudalen 37.

Sut mae plant yn cael gwybodaeth am y feirws?

Erthygl 17 o Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn:
Eich hawl i wybodaeth onest yr ydych yn ei ddeall gan bapurau newydd a'r teledu.

7-11

Dyweddodd y plant rhwng 7 ac 11 oed eu bod nhw'n cael gwybodaeth am y Coronafeirws yn bennaf gan eu rhieni neu deulu (82%), wedi'i ddilyn gan y teledu (58%).

Dim ond 4% ddywedodd nad ydyn nhw'n cael dim gwybodaeth.

12-18

Yn debyg i hynny, dywedodd pobl ifanc rhwng 12 a 18 oed mai rhieni neu deulu (73%) a'r teledu (61%) oedd eu prif ffynonellau gwybodaeth.

Roedd newyddion ar-lein a ffynonellau cyfryngau cymdeithasol, er nad oedden nhw mor boblogaidd â'r ddau brif ateb, yn ffynonellau gwybodaeth cyffredin:

- Dywedodd 42% eu bod yn cael gwybodaeth am y feirws o wefannau neu apiau newyddion
- Dywedodd 39% negeseuon o gyfrifon newyddion ar y cyfryngau cymdeithasol
- Dywedodd 21% gan ffrindiau neu bobl maen nhw'n eu dilyn ar y cyfryngau cymdeithasol

Yr arolwg hygrych

Dyweddodd y plant a'r bobl ifanc a atebodd yr arolwg hygrych eu bod yn cael gwybodaeth yn bennaf gan eu teulu (74%) a'r teledu (58%).

Cadw mewn cysylltiad gyda theulu a ffrindiau

Gofynnnon ni i blant a phobl ifanc a oedden nhw'n aros mewn cysylltiad gyda theulu a ffrindiau. Roedd mwyafrif helaeth y plant yn cadw mewn cysylltiad gan ddefnyddio ystod o declynnau cyfathrebu, gyda galwadau fideo'n cael eu defnyddio amlaf gan blant rhwng 7 ac 11 oed, a negeseuon testun amlaf gan bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed. Serch hynny, nid yw 5% o'r plant rhwng 5 ac 11 oed, a 4% o'r bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed, yn cadw mewn cysylltiad gyda theulu a ffrindiau.

Cysylltiad â'r rhyngwrwyd - a yw'n ddigon cyflym?

Gofynnnon ni i'r holl blant a phobl ifanc a yw eu cysylltiad rhyngwrwyd yn eu hatal rhag gwneud unrhyw weithgareddau'n ymwneud â dysgu

Roedd yr ymatebion yn debyg ar draws y tri arolwg.

Dyweddodd y rhan fwyaf o'r plant a'r bobl ifanc (87%) bod eu cysylltiad rhyngwrwyd yn ddigon da i wneud unrhyw beth sydd angen iddyn nhw ei wneud ar-lein.

Ond dywedodd 13% nad yw'n ddigon da ar gyfer galwadau fideo (e.e. Teams, Skype, Zoom).

Dyweddodd nifer fach o blant nad yw eu cysylltiad rhyngwrwyd yn ddigon da i wyllo fideos (6%), defnyddio Hwb (3%), neu bori gwefannau (4%).

Roedd plant a phobl ifanc sy'n byw gyda mwy o frodyr neu chwiorydd yn llai tebygol o ddweud bod eu cysylltiad â'r rhyngwrwyd yn ddigon da i wneud popeth sydd ei angen arnyn nhw, ac yn fwy tebygol o ddweud nad yw'n ddigon da ar gyfer tasgau penodol fel galwadau fideo.

Y Gymraeg

Erthygl 30 Gonsensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn:
Eich hawl i ddefnyddio eich iaith eich hun.

Gofynnnon ni i'r plant a'r bobl ifanc a ydyn nhw fel arfer yn dysgu yn Gymraeg, neu a ydyn nhw'n dysgu Cymraeg ar hyn o bryd, a pha gyfleoedd sydd ganddyn nhw i ddefnyddio eu Cymraeg ar hyn o bryd.

7-11

Dyweddodd 78% o'r plant mai un o'r ffyrdd maen nhw'n defnyddio eu Cymraeg yw drwy wneud gweithgareddau a gwaith gan yr ysgol.

Roedd 19% yn defnyddio Cymraeg gyda'u teulu, ac 16% yn darllen llyfrau Cymraeg.

Dyweddodd 15% nad ydyn nhw'n cael cyfleoedd i ddefnyddio eu Cymraeg, a dywedodd 8% fod arnyn nhw eisiau rhagor o gefnogaeth.

11-18

Dywedodd 70% mai un o'r ffyrdd maen nhw'n defnyddio eu Cymraeg yw drwy wneud gweithgareddau a gwaith gan yr ysgol.

O gymharu â'r plant rhwng 7 ac 11 oed, dywedodd mwy o bobl ifanc rhwng 11 a 18 oed nad ydyn nhw'n cael cyfleoedd i ddefnyddio eu Cymraeg (21%), a dywedodd llai (5%) eu bod nhw'n darllen llyfrau Cymraeg.

"Rwy'n colli hyder yn fy sgiliau siarad, darllen a fy nealltwriaeth o'r Gymraeg." (12 oed, y de-orllewin)

Serch hyn, dywedodd nifer ychydig yn is o bobl ifanc rhwng 11 a 18 oed eu bod nhw'n dymuno cael mwy o gefnogaeth (6%) o gymharu â'r plant rhwng 7 ac 11 oed.

Chwarae a Hamdden

Erthygl 31 o Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn:

Eich hawl i ymlacio a chwarae.

Gofynnwyd i'r holl gyfranogwyr am eu cyfleoedd i chwarae; gofynnwyd iddyn nhw nodi a oedden nhw wedi bod yn chwarae mwy neu lai ers aros gartref, neu tua'r un faint. Newidiwyd y gair 'chwarae' i 'ymlacio' yn yr arolwg i bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed.

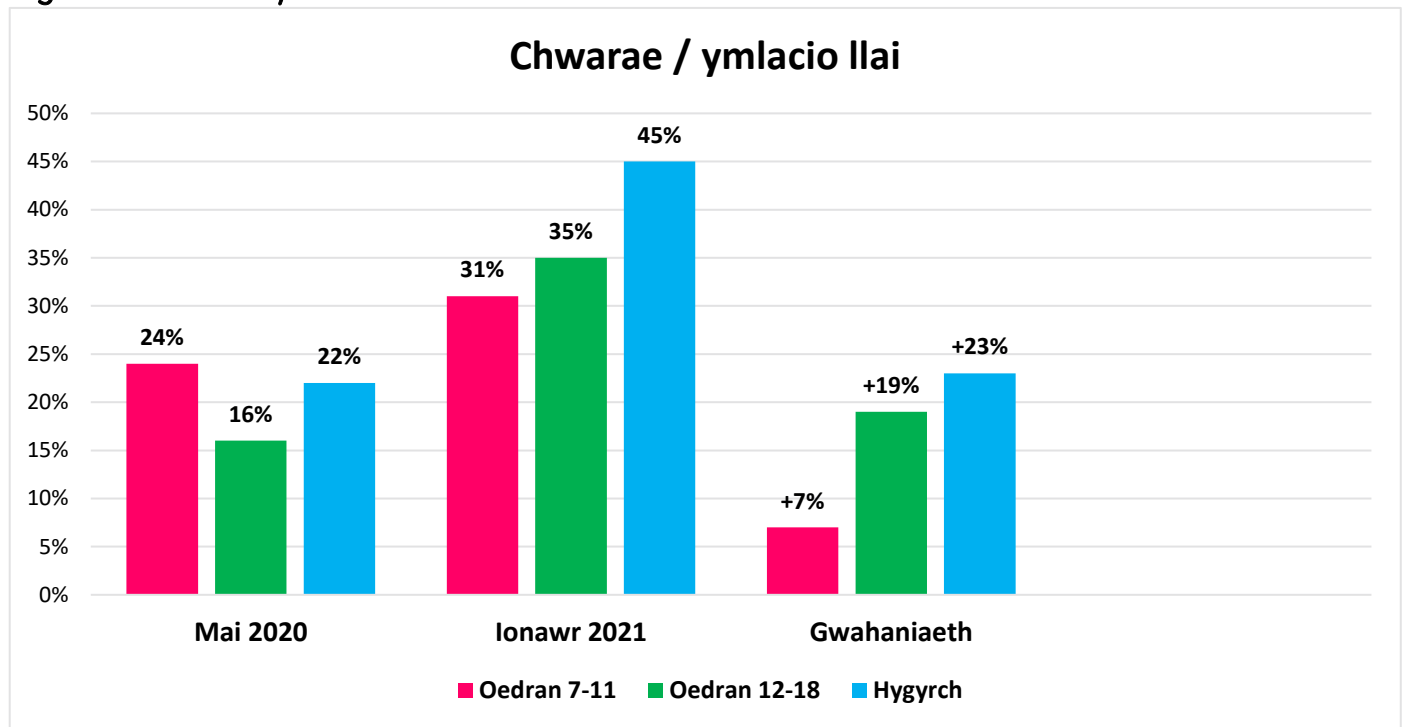
Mae rhai gwahaniaethau rhwng ymatebwyr mis Ionawr 2021 ac ymatebwyr mis Mai 2020.

Ym mis Mai 2020, dywedodd 53% o'r plant rhwng 7 ac 11 oed eu bod nhw'n chwarae'n amlach. Mae hyn wedi gostwng i 39% o'r ymatebwyr ym mis Ionawr 2021.

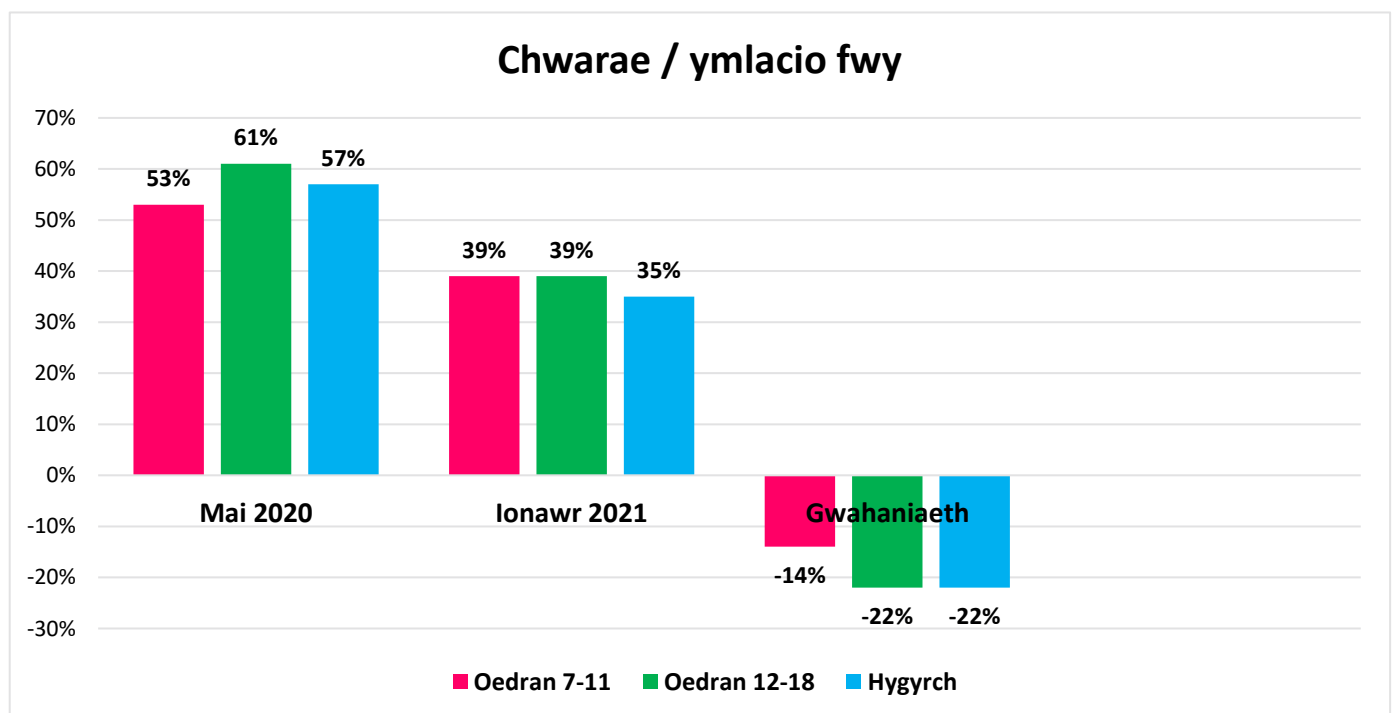
Roedd ymatebion yr arolwg 12 i 18 oed a'r arolwg hygyrch yn dangos gostyngiad yn y rhai a oedd yn adrodd eu bod nhw'n chwarae/ymlacio yn amlach, fel y mae Ffigwr 12 yn ei ddangos.

Roedd 35% o'r bobl ifanc a atebodd yr arolwg 12 i 18 oed yn adrodd eu bod yn cael llai o amser i ymlacio, o gymharu ag 16% o'r ymatebwyr yn arolwg mis Mai 2020. Adroddodd 45% o'r plant a'r bobl ifanc a atebodd yr arolwg hygyrch eu bod yn cael llai o amser i chwarae o gymharu â 22% o'r ymatebwyr hynny y tro diwethaf. Gallai hyn fod yn gysylltiedig â'r canfyddiadau am lwyth gwaith yn yr adran Addysg.

Ffigwr 12: Chwarae/ymlacio llai



Ffigwr 13: Chwarae/ymlacio mwy



Cafodd y bobl ifanc a oedd yn cwblhau'r arolwg 12 i 18 oed gwestiwn aml-ddewis. Gofynnwyd iddyn nhw 'Sut ydych chi'n ymlacio yn ystod y cyfnod o gadw pellter cymdeithasol?' Y pedwar prif ateb oedd siarad gyda ffrindiau, chwarae gemau ar-lein, ymarfer corff neu weithgarwch corfforol arall, a chwarae gemau gydag aelodau eraill o'u cartref.

Gofynnwyd cwestiwn penagored i'r plant a oedd yn cwblhau'r arolwg 7 i 11 oed ar ddiwedd yr arolwg. Er nad oedd y cwestiwn yn ymwneud yn benodol â chwarae, roedd tair rhan o'n gwaith codio yn ymwneud â chwarae. "Chwarae digidol", "chwarae awyr agored", a "chwarae gyda'r teulu" oedd y rhain.

Adroddodd y plant eu bod nhw'n gweld eisiau chwarae yn yr awyr agored yn enwedig wrth siarad am barciau, meysydd chwarae a thraethau. Adroddodd rhai plant a atebodd y cwestiwn penagored eu bod nhw'n gweld eisiau chwarae yn yr awyr agored gyda ffrindiau, gyda llawer ohonynt yn nodi eu bod bellach yn chwarae ar-lein yn amlach. Cynhaliwyd yr arolwg diwethaf yn ystod tywydd braf mis Mai 2020, ond cynhaliwyd arolwg mis Ionawr 2021 yn ystod cyfnod o lifogydd ac eira, a bu i nifer o blant grybwyll y tywydd gwael yn eu hymatebion.

"Dw i eisiau gweld fy nheulu a fy ffrindiau a mynd i'r ysgol. Mae'n anodd gwneud ysgol gartref, ac mae'n haws cerdded i ffwrdd ohono nag yn yr ysgol, ac mae'n anodd i mam ei wneud o hyd, gan fod ganddon ni faban dwy oed yn y fflat. Does ganddon ni ddim ardal awyr agored, mae'n rhaid i ni fynd allan, ac weithiau bysw'n i'n hoffi chware mewn gardd gefn."(10 oed, y de-orllewin)

"Mae'n eiitha anodd achos dw i fel arfer yn chwarae tu allan, ond alla i ddim gwneud hynny cymaint, a dw i'n poeni achos mae Mam-gu'n sâl iawn, ac mae hi wedi bod yn yr ysbyty ers rhai wythnosau, ac mae'r meddygon yn dweud y gallai hi farw, felly rydw i a fy nheulu yn gobeithio y bydd hi'n iawn."(11 oed, canol y de)

"Dw i eisiau mynd allan gyda fy ffrindiau a mynd i lefydd hwyl gyda fy nheulu, ac nid bod yn sownd i fy Xbox."(10 oed, y de-ddwyrain)

Adran II: Grwpiau o blant a phobl ifanc

Cynhalion ni ddadansoddiad dwys o'n data o ymgynghoriad mis Mai 2020 yn ystod haf 2020. Dangosodd hyn batrymau arwyddocaol o ran profiad, a oedd yn gysylltiedig â rhai o nodweddion personol y plant a ymatebodd i'r arolwg. O ganlyniad i hyn, cyhoeddwn ni gyfres o friffiadau i amlygu sut mae'r pandemig wedi cael effaith benodol ar grwpiau penodol o blant a phobl ifanc, gan alw am gamau penodol mewn perthynas â rhai o'r grwpiau hyn. Roedd yr adroddiadau hyn yn canolbwyntio ar y canlynol:

- [Plant o dan 7 oed;](#)
- [Profiadau pobl ifanc rhwng 15 a 18 oed;](#)
- [Profiadau plant a phobl ifanc anabl;](#)
- [Profiadau plant a phobl ifanc Ddu, Asiaidd ac o grwpiau Lleiafrifoedd Ethnig.](#)

Mae dadansoddiad o ymgynghoriad mis Ionawr 2021 yn dangos unwaith eto bod profiadau penodol yn ymwneud â'r nodweddion personol hyn. Felly, rydyn ni am adrodd canfyddiadau yn ôl y grwpiau penodol hyn unwaith eto.

Rydyn ni'n cydnabod drwy ganolbwyntio ar effaith oedran, anabledd ac ethnigrwydd, mai dewis nifer cyfyngedig o nodweddion personol i ddadansoddi'r data yn eu herbyn ydyn ni. Mae hyn yn rhannol gan fod y ffactorau hyn wedi profi i fod yn arwyddocaol ym mis Mai 2020, ond mae hyn hefyd yn adlewyrchu ein penderfyniad i ofyn dim ond ychydig o gwestiynau monitro i'r plant a'r bobl ifanc ar ddechrau'r arolwg. Roedd hyn er mwyn sicrhau bod modd cwblhau'r arolwg yn gyflym, a'i fod yn hawdd ei ddeall. Felly, ni allwn adrodd ar brofiadau'n ymwneud â'r holl nodweddion gwarchodedig, gan nad oedden ni'n gofyn am yr holl wybodaeth hon yn yr arolwg. Allwn ni ddim chwaith adrodd ar effaith ffactorau cymdeithasol-economaidd gan ein bod ni, unwaith eto, wedi dewis peidio â gofyn am y wybodaeth hon er mwyn cadw'r arolwg yn hygyrch ac yn fyr. Serch hynny, yn ogystal â'r adroddiad hwn, rydyn ni'n darparu gwybodaeth i bob ardal awdurdod lleol yng Nghymru, fel bod gan bob awdurdod lleol set ddata fanwl yn ymwneud â'r plant a'r bobl ifanc yn eu hardal.

Profiadau plant rhwng 3 a 7 oed

Roedd gweithgaredd lluniau, gyda thempled, ar gael i blant o dan 7 oed, ac unrhyw berson ifanc arall a fyddai'n elwa ar gyflwyno ymateb yn y ffordd hon. Cafwyd 221 o ymatebion.

Gofynnwn ni i'r plant ddewis wyneb (hapus, niwtral, neu drist) i ddangos sut roedden nhw'n teimlo am aros gartref, ynghyd â blwch agored i ddweud mwy wrthon ni am eu profiad. Yr unig newid a wnaed i'r gweithgaredd lluniau ers ei gyhoeddi ym mis Mai 2020 oedd yr iaith a ddefnyddiwyd. Newidiwyd yr iaith i gyfeirio'n benodol at y Coronafeirws er mwyn osgoi unrhyw amwysedd yn y cwestiynau.

Dewisodd y rhan fwyaf o'r rhai a atebodd gwestiwn 1 y wyneb 'niwtral' neu 'drist' i ddisgrifio sut roedden nhw'n teimlo, gyda thua 41% yn dewis y wyneb 'hapus'. Dewisodd llond llaw gymysgedd, gan roi rhesymau pam yn aml, er enghraifft hapus yn treulio amser gyda theulu ond hefyd yn gweld eisiau ffrindiau.

Hapus

Niwtral

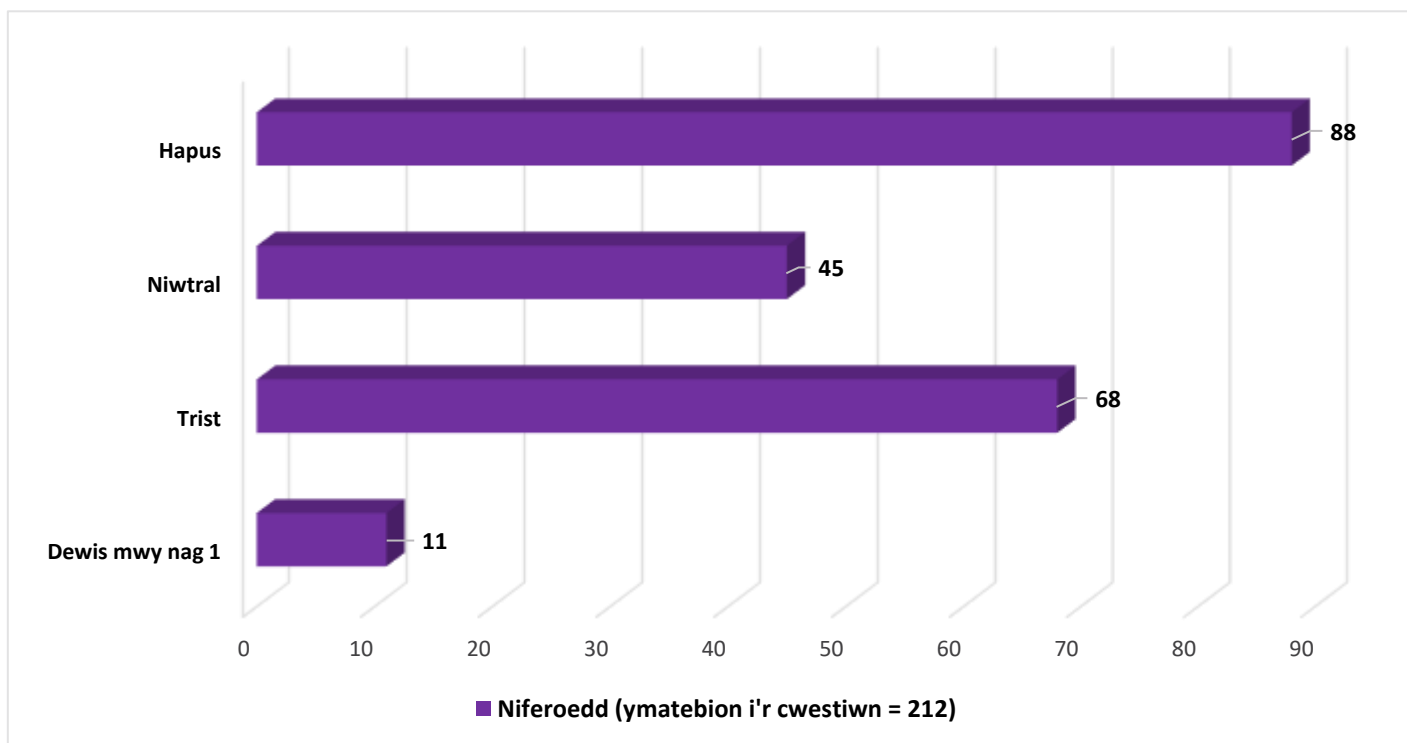
Trist



88

45

68



"Ychydig yn trist ac ychydig yn hapus." (4 oed, y de-orllewin)

Roedd un o'r ysgogiadau ar gyfer yr adran benagored yn gofyn i'r plant sut roedden nhw'n treulio eu hamser ar hyn o bryd. Dywedodd tua hanner yr ymatebwyr wrthon ni eu bod nhw'n gwneud gwaith ysgol. Dilynwyd hyn gyda chwarae gemau neu gyda theganau, sef yr ymateb mwyaf cyffredin ond un. Dywedodd dros chwarter yr ymatebion wrthon ni fod plant hefyd yn mwynhau chwarae gyda brawd neu chwaer a/neu rieni.

Ynghyd â chwarae yn yr awyr agored yn yr ardd a'r eira, dywedodd y plant wrthon ni eu bod wedi bod yn mynd am dro gyda'u teuluoedd yn aml ac yn gwneud ymarfer corff ar feiciau, sgwteri a thrampolinau. Ymhlith y ffyrdd eraill mae plant yn treulio'u hamser, mae:

- Gwyllo teledu neu ffilmiau
- Chwarae gemau fideo (fel Roblox)
- Coginio a phobi (a bwyta!)
- Gwneud celf a chrefft
- Chwarae gydag anifeiliaid anwes
- Darllen
- Galwadau fideo (gyda theulu, ffrindiau neu glwb)
- Chwarae synhwyrdd/dychmygus arall (cynnal sioeau, creu cuddfannau, chwarae gyda dŵr)

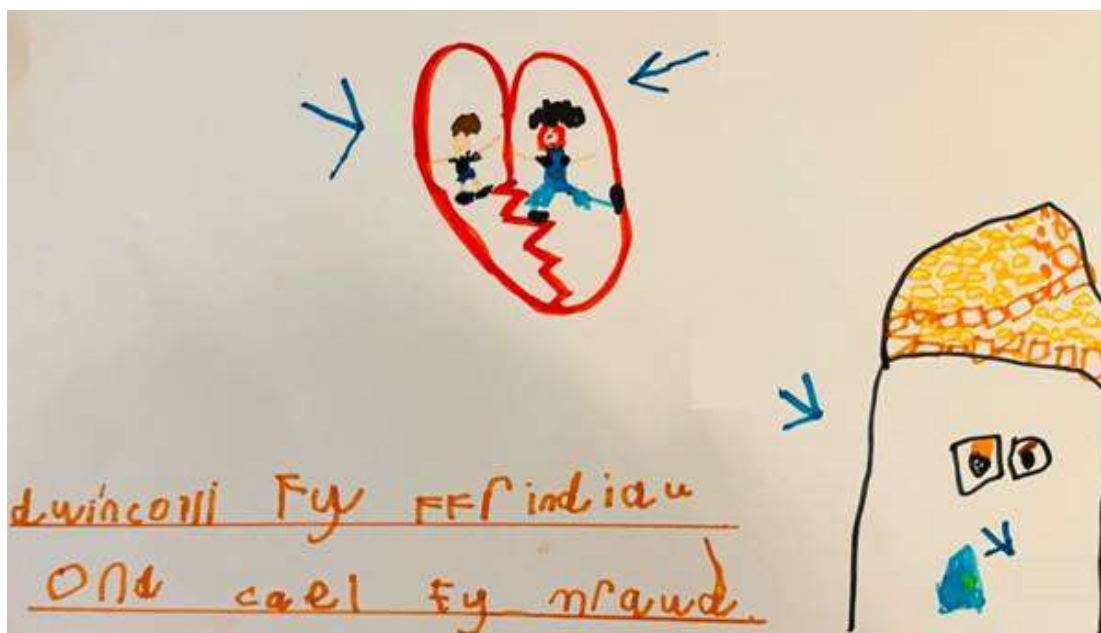
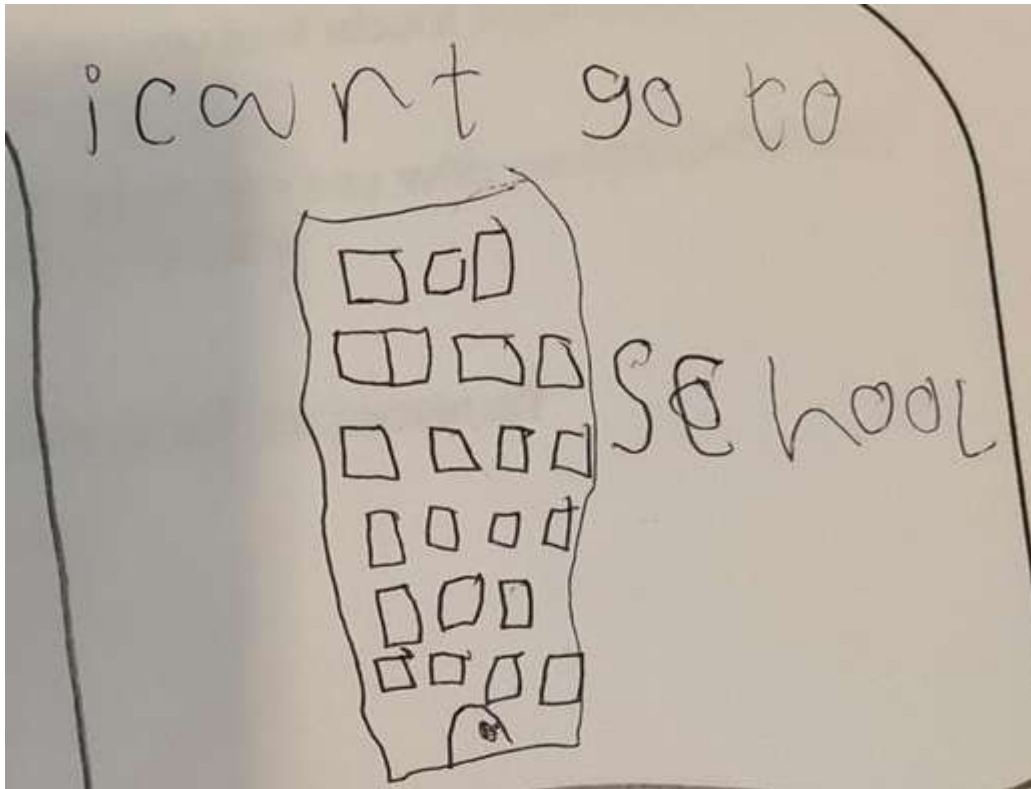
Anogwyd y plant hefyd i rannu pwy oedd yn eu cadw nhw'n ddiogel yn ystod y cyfnod hwn. Yn unol â'r disgwyl, fe wnaeth dros dri chwarter y rhai a ymatebodd nodi rhiant. Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebion eraill yn crybwyll neiniau a theidiau, brodyr a chwiorydd, anifeiliaid anwes, a modryb neu ewythr. Dim ond un ymateb nododd mai gweithiwr allweddol oedd yn eu cadw nhw'n ddiogel.

Roedd y gweithgaredd lluniau yn annog y plant i ystyried a oedden nhw'n gweld eisiau unrhyw beth oherwydd y coronafeirws. Dywedodd hyn wrthon ni pa mor bwysig yw perthnasau cymdeithasol i blant, a bod **methu â threulio amser gyda phobl y tu allan i'w cartrefi yn cael effaith ar eu teimladau**. Yr ymateb mwyaf cyffredin oedd fod plant yn gweld eisiau eu ffrindiau, gyda llawer yn nodi'n benodol gweld eisiau ffrindiau o'r ysgol. Dilynwyd hyn gyda gweld eisiau aelodau o'r teulu, yn enwedig neiniau a theidiau a chefnryd. Fel gydag arolwg mis Mai 2020, soniodd llawer o'r ymatebion am weld eisiau'r ysgol ac athrawon.

"Rwy'n teimlo'n unig gan na alla i weld fy ffrindiau na fy athro. Dw i'n gweld eu heisiau nhw a chael diwrnodau chwarae. Dw i'n gweld eisiau eu caredigrwydd a rhannu." (5 oed, y de-orllewin)

"Dwi'n gweld eisiau fy ffrindiau a fy athrawon. Dwi'n gweld eisiau Tadcu. Fi jyst yn weld eisiau popeth." (di-oed, dim lleoliad)

"Dwi'n gweld eisiau Nana a Bampi a mynd i'r ysgol. Mae'n amser di-ddiwedd." (oed 5, Abertawe)



Defnyddiodd rhai plant y cyfle i ddweud wrthon ni eu bod nhw'n colli allan ar brofiadau a gweithgareddau penodol. Mae plant yn gweld eisiau clybiau a gweithgareddau wedi'u trefnu fel nofio, rygbi a drama, ynghyd â gweithgareddau hamdden ac anffurfiol fel mynd i'r traeth neu i'r parc. Soniodd llond llaw o'r plant am weld eisiau gwyliau ac achlysuron arbennig eraill, fel parffion pen-blwydd. Mae hyn

yn dweud wrthon ni fod plant yn gwerthfawrogi cyfleoedd i gymryd rhan mewn gweithgareddau y tu hwnt i'w hamser arferol yn chwarae, a bod angen hyn arnyn nhw.

"Allwn ni ddim gwneud dim byd hwyl heblaw am fynd am dro yn aml. Mae'n teimlo fel na fydd e beth yn gwella." (5 oed, y de-orllewin)

"Dwi bach yn drist mod i ddim yn yr ysgol gyda fy ffrindiau ond dwi'n hapus gyda fy mrawd." (oed 4, de orllewin Cymru)

"Dwi'n colli gweld Nain a Taid. Dwi'n colli gweld fy ffrindiau. Dwi'n colli chwarae yn yr ysgol." (oed 4, gogledd orllewin Cymru)

Sylwad gan riant: "Mae x wedi tynnu llun ei hun gyda'u holl ffrindiau ym ymweld ag adref, gan mai dyma beth mae'n gweld eisiau fwyaf." (oed 3, gogledd ddwyrain Cymru)

"Dwi'n gweld eisiau clybiau chwaraeon — pêl droed a gymnasteg." (oed 5, de ddwyrain Cymru)

Dim ond 5 plentyn a nododd yn benodol nad oedden nhw'n gweld eisiau dim byd.



Profiadau pobl ifanc rhwng 15 a 18 oed

Yn ein harolwg ym mis Ionawr 2021, derbynion ni ymatebion gan 4,413 o bobl ifanc rhwng 15 a 18 oed. Roedd 1,824 yn 15 oed, 1,394 yn 16 oed, 844 yn 17 oed, a 351 yn 18 oed.

Effaith y pandemig ar fywydau pobl ifanc

Yn arolygon mis Mai 2020 a mis Ionawr 2021, gofynnion ni i bobl ifanc pa newidiadau sydd wedi cael yr effaith fwyaf ar sut roedden nhw'n teimlo. O blith y rhai rhwng 15 a 18 oed, nododd 71% 'methu â treulio amser gyda ffrindiau' yn arolwg mis Mai 2020 ac yn arolwg mis Ionawr 2021

Y meysydd nesaf a ddewiswyd amlaf yn y ddau arolwg oedd 'methu ymweld ag aelodau teulu', ac 'cau'r ysgol neu'r coleg'. Ym mis Ionawr 2021, dywedodd 63% o'r bobl ifanc 17 oed, a 61% o'r bobl ifanc 18 oed, mai cau'r ysgol neu'r coleg oedd yn cael yr effaith fwyaf ar sut roedden nhw'n teimlo. Ym mis Mai 2020, 50% oedd y ffigur hwnnw yn y grŵp 15 i 18 oed.

Dywedodd pobl ifanc hŷn wrthon ni y bydden nhw'n hoffi mwy o gefnogaeth i deimlo'n hapus ac yn iach, gyda 44% o'r rhai 18 oed yn dweud hyn wrthon ni, o gymharu â 28% o'r rhai 15 oed. Dywedodd un ymhob tri o'r bobl ifanc rhwng 15 a 18 oed a ymatebodd ym mis Ionawr 2021 y bydden nhw'n dymuno cael mwy gefnogaeth i wneud gwaith ysgol neu goleg.

"Dw i'n unig ac wedi diflasu. Dw i'n gweld eisiau fy ffrindiau yn yr ysgol ac mae'r gwaith yn anodd. Dw i'n poeni am fy arholiadau flwyddyn nesaf a phasio fy arholiadau TGAU." (15, y de-ddwyrain)

"Mae wedi bod yn wirioneddol ofnadwy - mae fy iechyd meddwl wedi gwaethygu ac mae wedi bod yn anodd iawn. Mae'n anodd bod mewn perthynas pan nad ydych chi'n cael gweld eich gilydd tu allan hyd yn oed. Mae perthnasau rhwng ffrindiau'n anodd hefyd... Pam nad oedd rhaid i ni gadw pellter cymdeithasol yn y chweched dosbarth, ond eto dydyn ni ddim yn cael gweld ein gilydd y tu allan i'r ysgol? Dw i erioed wedi bod eisiau mynd yn ôl i'r chweched dosbarth cymaint. Dydy hi ddim yn bosib dysgu gartre. Mae 'na bethau i dynnu fy sylw bobman, ac mae'n anodd i ni sy'n ei chael hi'n anodd canolbwyntio'n llwyr. Does gen i ddim y cymhelliant i godi o'r gwely, heb sôn am wneud diwrnod o waith. Alla i ddim aros i hyn fod drosodd." (18 oed, y de-orllewin)

Hapus, iach, diogel

Mae graffiau 1 a 2 ar dudalen 11 yn dangos sut roedd y bobl ifanc rhwng 15 a 18 oed yn fwy tebygol o adrodd am emosiynau negyddol na'r rhai iau.

Yn eu hymatebion testun rhydd, disgrifiodd llawer o bobl ifanc rhwng 15 a 18 oed eu lles emosiynol, gan rannu pryderon am sut roedd y Coronafeirws a mesurau cadw pellter iechyd y cyhoedd yn effeithio ar eu hiechyd meddwl. Rhannon nhw eu bod nhw'n teimlo straen, yn ansicr, wedi'u llethu ac yn bryderus, neu eu bod nhw'n poeni am ffrindiau a theulu.

"Rydw i a llawer o ddisgyblion eraill yn ei chael hi'n anodd delio gyda'r pwysau gwaith, gan fod athrawon yn gyrru mwy o waith aton ni o gymharu â beth fysen ni'n ei wneud yn yr ysgol. Mae hyn yn arwain at waethygu ein hiechyd meddwl." (16 oed, y gogledd-ddwyrain)

"Dw i wedi bod yn cael anhawster gyda gorbryder tybiedig, ond dw i ddim yn teimlo'n hyderus yn gofyn i rywun am gymorth gyda diagnosis. Dw i'n gwybod bod y coronafeirws yn wael iawn ar hyn o bryd, a dw

i'n hollol ymwybodol ei fod yn niweidiol i'r bobl rydyn ni'n eu caru fwyaf - mae'n gallu bod yn niweidiol i ni hyd yn oed... ond mae aros gartref yn ynysig ac yn anodd iawn, ac mae'n cael effaith ar iechydd meddwl llawer o'r bobl dw i'n eu nabod, gan gynnwys fi... Mae'n llethol... Bydden i wir yn argymhell agor ysgolion - hyd yn oed os am ychydig wythnosau cyn cael cyfnod clo arall. Mae mynd i'r ysgol yn rhan bwysig iawn o fyw, ac mae cael cyfnod clo am wythnosau di-ddiwedd yn gwneud i chi deimlo fel sombi a dweud y gwir." (16 oed, y de-ddwyrain)

Beth nesaf o ran addysg a gwaith i bobl rhwng 15 a 18 oed?

Dywedodd llawer o bobl ifanc rhwng 15 a 18 oed wrthon ni bod yr ansicrwydd am y dyfodol yn ffynhonnell o straen iddyn nhw. Maen nhw'n cael profiadau cymysg o ddysgu ar-lein, ac mae rhai yn dal i bryderu am effaith canslo arholiadau. Serch hynny, dywedodd 21% o'r rhai rhwng 15 a 18 oed a ymatebodd eu bod nhw'n hoffi dysgu o gartref, gyda 45% yn dweud eu bod nhw'n hoffi dysgu ar eu cyflymder eu hunain, a dywedodd 43% eu bod nhw wedi cael cefnogaeth dda gan eu hathrawon i ddysgu gartref.

Fodd bynnag, o blith y rhai rhwng 15 a 18 oed a ymatebodd, dywedodd 69% eu bod nhw'n poeni am gwmpo tu ôl, roedd 79% yn poeni am sut byddai gweithio gartref yn effeithio ar eu cymwysterau, a doedd 69% ddim yn teimlo wedi'u cymell i weithio gartref.

"Ces i fy lefelau A y llynedd. Dw i yn y Brifysgol bellach. Dw i heb allu mynd i'r brifysgol ei hunan, ac mae'r addysgu'n wael. Fel rhywun 18 oed, mae gan i ddyled sylweddol yn barod, a fawr ddim i ddangos amdani. Dw i'n teimlo fel fy mod i'n blentyn yn dal i fod, ond yn cael fy nhrin fel oedolyn. Dydy pobl ddim i weld yn deall. Mae'r wasg yn sôn am blant ysgol, a dw i'n deall hynny oherwydd es i drwyddo fe llynedd, ond mae'n ymddangos i fi nad oes llawer o drugaredd na dealltwriaeth ar gyfer myfyrwyr y flwyddyn gyntaf sydd yn y coleg neu'r brifysgol." (18 oed, canol y de)

"Mae ysgol gartref yn gweithio'n dda i fi, ond dw i'n gweld eisiau gweld fy ffrindiau." (18 oed, canol y de)

"Poeni am raddau ac arholiadau Lefel A. Poeni am gais UCAS, dim profiad gwaith, dim ymweliadau na diwrnodau agored." (18 oed, y gogledd-orllewin)

"Dw i wir ddim eisiau mynd 'nôl. Roedd yn rhaid i fi hunanyngysu sawl tro yn yr ysgol, ac rwy'n poeni'n fawr iawn am ddod â covid adre a brifo fy rhieni... Mae angen i ni wybod a fydd asesiadau ychwanegol ar gyfer ein arholiadau. Mae'r ansicrwydd wedi achosi straen i lawer o bobl fy oedran i, ac roedd modd osgoi'r cyfan - roedden ni'n gwybod ers misoedd bod hyn am fod yn broblem. Byddai bod â rheolau a chynlluniau o'n blaenau ni o gymorth mawr." (17 oed, canol y de)

"Dw i'n ofni sut bydd dysgu ar-lein yn effeithio ar ganlyniadau fy arholiadau." (15 oed, y de-ddwyrain)

Mae pobl ifanc rhwng 15 a 18 oed yn fwy tebygol o fod â diffyg hyder yn eu dysgu nag ydyn nhw o deimlo'n hyderus; dywedodd 31% o'r rhai a ymatebodd nad oedden nhw'n hyderus gyda'u dysgu, o gymharu â 17% a ddywedodd eu bod nhw. Roedd diffyg hyder ar ei uchaf ymhlith y bobl ifanc a oedd yn y coleg neu'r brifysgol (36%).

"Rwy'n astudio cymhwyster BTEC (Ext Dip L3 IT) yn yr ail flwyddyn, sef blwyddyn olaf y cwrs, ac mae gwneud y cwrs hwn yn ystod y cyfnod clo wedi bod yn anodd iawn gan fod angen i ni fod yn y coleg yn gorfforol er mwyn gwneud rhan sylweddol o'r cymhwyster, ac i ddysgu'r sgiliau ymarferol sydd eu hangen yn y byd go iawn. Y cyfan rydyn ni wedi'i ddysgu yw gwybodaeth sylfaenol rydyn ni'n gwybod llawer

ohoni'n barod, ac mae llawer o bobl ar y cwrs yn cael anhawster gweld y pwynt gan nad ydyn ni'n gwybod sut bydd ein systemau marcio yn gweithio eleni, gan fod Safon Uwch a TGAU yn cael graddau rhagfynegol, ac eto dydy Pearsons/BTEC heb benderfynu, gan adael i ni'r myfyrwyr fod yn fwy pryderus ar ben cyfnod clo sy'n ddi-ddiwedd. Diolch am y cyfle i fynegi fy marn ar y cyfnod clo a'r system addysg o safbwynt oedolion ifanc.” (18 oed, y de-ddwyrain)

“Dw i'n gwneud BTEC mewn iechyd a gofal cymdeithasol, a hefyd gwyddoniaeth gymhwysol - ac rydw i'n gwneud aseiniadau ar gyfer y ddau ohonyn nhw i gyflawni fy ngraddau. Dw i'n meddwl bod y rhai sy'n gwneud Safon Uwch wedi ei chael hi'n hawdd, a bod y rhai sy'n gwneud BTEC wedi cael eu hanghofio.” (18 oed, y de-ddwyrain)

Gofynnwyd i'r rhai ym mlwyddyn 11 ($n=1836$) ynghylch beth maen nhw'n bwriadu ei wneud nesaf. Roedd 72% wedi penderfynu beth a ble roedden nhw am astudio ym mis Medi 2021.

Gofynnwyd yr un cwestiwn i'r rhai ym mlwyddyn 13 ($n=706$). Roedd 88% o'r ymatebwyr hynny a oedd ym Mlwyddyn 13 wedi penderfynu eu bod nhw am barhau i astudio neu hyfforddi. Serch hynny, o blith y rhai oedd heb benderfynu, byddai 39% yn dymuno cael mwy o gyngor i'w helpu nhw i ddeall eu hopsiynau, ac roedd 31% yn dymuno cael cefnogaeth i wneud cais am le yn y brifysgol.

Gofynnnon ni i'r bobl ifanc nad oeddent mewn addysg pa gefnogaeth hoffon nhw er mwyn ystyried aros ym maes addysg. O blith yr 81 person ifanc a ymatebodd, roedd 28 yn dymuno cael mwy o gyngor am opsiynau, roedd 18 yn dymuno cael cefnogaeth i wneud cais i'r brifysgol, ac roedd 13 yn dymuno cael cefnogaeth i wneud cais am brentisiaeth.

Roedd 67 o'r bobl ifanc rhwng 15 a 18 oed a ymatebodd yn gwneud prentisiaeth neu hyfforddeiaeth. Dywedodd 47 o'r rhain nad oeddent nhw wedi cael hyfforddiant, adnoddau na chefnogaeth ar-lein er mwyn parhau i ddysgu ar gyfer eu rhaglen brentisiaeth neu hyfforddeiaeth yn ystod y mis diwethaf.

“Dw i'n drist, dw i'n gweld eisiau fy ffrindiau, fy nheulu, gweithio. Mae hyn wedi fy nhwyllo. Meddylwch amdanon ni bobl ifanc os gwelwch yn dda, mae popeth am fod yn ifanc wedi cael ei gymryd oddi arnon ni, a does dim ots gan neb. Dw i'n casáu casáu casáu'r holl godi bwganod, mae'n ofnadwy ar gyfer gorbryder a phroblemau iechyd meddwl — o na bai'r cyfryngau yn stopio adrodd am covid 24 awr y dydd. Mae mwy i fywyd a materion eraill yn y byd sydd ddim yn cael eu trafod. Alla i ddim cofio sut beth oedd y newyddion cyn Covid, fel mae hi ar hyn o bryd fyddai ganddyn nhw ddim byd i adrodd amdano, trist iawn.” (18 oed, y gogledd-orllewin)

Plant a Phobl Ifanc Anabl

Cymerodd 510 o blant a phobl ifanc anabl ran yn yr arolwg, a oedd yn cynrychioli 3% o'r holl ymatebwyr. Mae'r ystadegau diweddaraf ar gyfer gwledydd Prydain yn dangos bod 8% o blant Prydain yn anabl, felly mae'r gyfradd gynrychiolaeth hon yn is na'r boblogaeth yn gyffredinol.

Arolwg eang, ledled y boblogaeth oedd hwn, ac fel yr eglurwyd yn y fethodoleg, roedd cyfyngiadau sylweddol i'r fethodoleg oherwydd cyfyngiadau'r coronafeirws. Fel arfer byddai swyddfa'r Comisiynydd yn cynnal gwaith ymgynghori wyneb yn wyneb fel rhan o'r ymgynghoriad hefyd, ac yn cynnig ystod o ffyrdd o

gyfranogi. Mae hyn yn arbennig o werthfawr i rai plant anabl, gan y gall rhai namau a chyflyrau iechyd ei gwneud yn anodd, neu'n amhosib hyd yn oed, i blant ymgysylltu drwy arolwg.

Rydyn ni'n cydnabod felly ei bod yn bosib na fydd y data hwn yn llwyr gynrychiadol o brofiadau pob plentyn a pherson ifanc anabl. Serch hynny, mae maint y sampl yn fawr, ac mae gwahaniaethau sylweddol ac amlwg i'w gweld rhwng profiadau plant anabl a phlant nad ydynt yn anabl a ymatebodd i'n harolwg. Rydyn ni'n credu felly ei bod yn bwysig bod yn atebol i'r plant a'r bobl ifanc a gymerodd ran, drwy drafod y profiadau maen nhw wedi'u rhannu fel bod modd i ni gyflwyno'r blaenoriaethau i fynd i'r afael â'r anghydraddoldebau y mae'r profiadau hyn yn eu datgelu.

Mae'n bwysig nodi hefyd ein bod ni yn ystod y cyfnod hwn wedi bod mewn cysylltiad â nifer o rieni plant anabl, a rannodd brofiadau eu plant - rhai plant nad oedd modd iddynt gymryd rhan yn yr arolwg. Er nad yw'r data hwn wedi'i gynnwys fel ffynonellau tystiolaeth yn yr adroddiad hwn, maen nhw'n llywio'r polisi ehangach ac yn dylanwadu ar waith y Comisiynydd a'i thîm.

Ym mis Mai 2020, adroddodd plant a phobl ifanc anabl fwy o ganlyniadau negyddol i bron â bod pob un o gwestiynau'r arolwg. Rhai o'r prif ganfyddiadau ym mis Mai 2020 oedd bod plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol na phlant a phobl ifanc nad ydynt yn anabl o ddweud:

- Bod angen mwy o gymorth arnyn nhw gydag anghenion dysgu ychwanegol;
- Bod angen mwy o gymorth arnyn nhw i gael y bwyd sydd ei angen arnynt;
- Eu bod nhw'n poeni am y coronafeirws;
- Nad oedden nhw'n gwybod o ble i gael cymorth ar gyfer iechyd meddwl;
- Eu bod nhw'n drist;
- Nad oedden nhw'n teimlo'n ddiogel;
- Nad oedden nhw'n teimlo'n hyderus am ddysgu.

Ym mis Ionawr 2021, sut mae plant anabl yn teimlo?

- **Roedd plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol o deimlo'n bryderus am y coronafeirws.** Gan ddefnyddio cyfanswm cyfunol o'r tri arolwg, dim ond 26% (n=133) o'r ymatebwyr anabl ddywedodd nad ydynt nhw 'ddim yn poeni' am y coronafeirws, o gymharu â 33% (n=6212) o'r plant a'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl. At hynny, dywedodd canran uwch o ymatebwyr anabl yr arolwg 7 i 11 oed a 12 i 18 oed eu bod nhw'n poeni y 'rhan fwyaf o'r amser', gyda 30% (n=125) o'r ymatebwyr anabl yn dweud hyn o gymharu â 15% (n=2542) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl.
- **Roedd plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol o deimlo'n drist.** Gan ddefnyddio cyfanswm cyfunol yr arolygon 7 i 11 oed a 12 i 18 oed, roedd 23% (n=96) o'r ymatebwyr anabl yn dweud eu bod yn teimlo'n 'drist y rhan fwyaf o'r amser' o gymharu â 15% (n=2510) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl. Gofynnodd yr arolwg hygyrch gwestiwn ychydig yn wahanol, ond mae'r canlyniadau'n gyson, gyda 54% (n=25) o'r ymatebwyr anabl yn teimlo'n 'drist' o gymharu â 45% (n=119) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl.
- **Roedd plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol o deimlo'n anniogel.** Gan ddefnyddio cyfanswm cyfunol yr arolygon 7 i 11 oed a 12 i 18 oed, roedd 9% (n=33) o'r ymatebwyr anabl yn dweud eu bod yn teimlo'n ddiogel 'ddim yn aml iawn', o gymharu â 4% (n=683) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl. Gofynnodd yr arolwg hygyrch gwestiwn ychydig yn wahanol, ond mae'r canlyniadau'n gyson, gyda dim ond 22% (n=12) o'r ymatebwyr anabl yn teimlo'n 'ddiogel', o gymharu â 44% (n=115) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl. Roedd plant a phobl ifanc anabl, yn debyg i blant a phobl ifanc nad ydynt yn anabl, yn fwyaf tebygol o ddewis 'gallai pobl rwy'n gofalu amdany'n nhw fynd yn sâl gyda'r coronafeirws' fel y rheswm maen nhw'n teimlo'n anniogel. Y rheswm mwyaf cyffredin ond un roedd plant a phobl ifanc anabl yn teimlo'n anniogel oedd, 'Gallwn i fynd yn sâl gyda'r

coronafeirws'. Roedd plant a phobl ifanc anabl ychydig yn fwy tebygol o deimlo hyn na phlant a phobl ifanc nad ydynt yn anabl (50%/n=55 o gymharu â 42%/n=1,503).

- **Roedd plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol o deimlo'n unig.** Gan ddefnyddio cyfanswm cyfunol yr arolygon 7 i 11 oed a 12 i 18 oed, roedd 41% (n=114) o'r ymatebwyr anabl yn dweud eu bod yn teimlo'n unig y 'rhan fwyaf o'r amser' o gymharu â 21% (n=3575) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl. Gofynnodd yr arolwg hygyrch gwestiwn ychydig yn wahanol, ond mae'r canlyniadau'n gyson, gyda 48% (n=22) o'r ymatebwyr anabl yn teimlo'n 'unig', o gymharu â 38% (n=98) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl.
- Mewn ymateb i gwestiynau penagored, nid oedd gwahaniaethau mawr rhwng ymatebion plant anabl rhwng 7 ac 11 oed a'u cyfoedion nad ydynt yn anabl, ac eithrio **syllwadau ynghylch angen cefnogaeth gydag anghenion dysgu ychwanegol**. Bu i 18% (n=16) o'r plant anabl a ddarparodd sylwadau testun rhydd grybwyll hyn, o gymharu â <1% (9) o'r plant nad ydynt yn anabl. Er bod y niferoedd yn fach, dim ond un gwahaniaeth arwyddocaol i'r cwestiwn penagored oedd i'w weld yn yr arolwg 12 i 18 oed, sef bod 7% (8) o'r bobl ifanc anabl wedi gwneud sylw am **ddiffyg mynediad at wasanaethau** o gymharu â <1% (13) o'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl.

"Does gen i ddim mynediad at dîm ffisiotherapi arbenigol, lleferydd ac iaith, na nam ar y golwg." (plentyn anabl, 11 oed, canol y de)

"Dw i'n ddim yn cysgu'n iawn. Dw i'n byw mewn fflat ac alla i ddim mynd allan yn aml, dw i angen fy nhrefn ddyddiol yn yr ysgol yn ôl." (plentyn anabl, 7 oed, canol y de)

"Dw i'n teimlo'n annigol adre gan fod fy nhad... yn chwilio am swydd ar hyn o bryd, felly mae'n rhaid i mam ennill y pres... gan fod fy nhad ar y rhestr warchod..." (person ifanc anabl, 14 oed, y gogledd-ddwyrain)

Ym mis Ionawr 2021, sut mae plant a phobl ifanc anabl yn profi eu hawliau?

Erthygl 3: dylai oedolion wneud yr hyn sydd orau i chi

- **Roedd plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol o ddweud bod angen cymorth ychwanegol arny'n nhw.** Gan ddefnyddio cyfanswm cyfunol o'r tri arolwg, dim ond 23% (n=117) o'r ymatebwyr anabl ddywedodd 'nad oes angen cymorth ychwanegol' arny'n nhw, o gymharu â 36% (n=6593) o'r plant a'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl. Dywedodd y rhan fwyaf o ymatebwyr yr arolygon 7 i 11 oed a 12 i 18 oed mai'r cymorth sydd ei angen arnynt fwyaf oedd 'cefnogaeth i deimlo'n hapus ac yn iach', gyda 'cefnogaeth gyda gwaith ysgol' yn dilyn. Dewisodd y rhan fwyaf o ymatebwyr yr arolwg hygyrch 'cefnogaeth gyda gwaith ysgol' fel y brif flaenoriaeth, gyda 'cefnogaeth i deimlo'n hapus ac yn iach' yn dilyn.
- **Roedd plant a phobl ifanc anabl yn fwy tebygol o ddweud fod arnynt eisiau cefnogaeth i'w helpu i deimlo'n hapus ac yn iach.** Gan ddefnyddio cyfanswm cyfunol y tri arolwg, dywedodd 37% (n=189) o'r ymatebwyr anabl bod arnynt eisiau 'cefnogaeth i deimlo'n hapus ac yn iach', o gymharu â 24% (n=4328) o'r plant a'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl.

Erthygl 6: mae gennych hawl i fywyd, i dyfu i fyny, ac i gyrraedd eich llawn botensial

- **Roedd y plant a'r bobl ifanc anabl yn fwy tebygol o ddweud bod angen cymorth arny'n nhw i 'wneud yn siŵr ein bod ni'n cael y bwyd sydd ei angen arnon ni'.** Gan ddefnyddio cyfanswm cyfunol y tri arolwg, dywedodd 13% (n=66) o'r ymatebwyr anabl fod arnynt eisiau 'cefnogaeth i

wneud yn siŵr ein bod ni'n cael y bwyd sydd ei angen arnon ni', o gymharu â 7% (n=1297) o'r plant a'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl.

- **Roedd plant anabl rhwng 7 ac 11 oed yn llai tebygol o wybod ble i gael cymorth pe bai angen cefnogaeth arnyn nhw i deimlo'n hapus ac yn iach.** Dywedodd 12% (n=27) o'r ymatebwyr anabl a atebodd yr arolwg 7 i 11 oed a'r arolwg hygyrch nad oedden nhw'n gwybod o ble i gael cymorth, o gymharu ag 8% (n=723) o'r ymatebwyr nad ydynt yn anabl. Gofynnnon ni gwestiwn ychydig yn wahanol i'r bobl ifanc a oedd yn ateb yr arolwg 12 i 18 oed, gan ofyn iddyn nhw a oedden nhw'n teimlo'n hyderus yn ceisio cymorth gan restr o wasanaethau. Roedd atebion pobl ifanc anabl fan hyn yn weddol debyg i ymatebion pobl ifanc nad ydynt yn anabl, gyda chanran ychydig yn uwch o bobl ifanc anabl yn hyderus i gael cefnogaeth gan dîm iechyd meddwl yn eu hardal, a chanran ychydig yn is yn hyderus i gael cefnogaeth gan feddyg neu o wefan.

"Mae gwasanaethau iechyd meddwl wedi'u tan-ariannu ac mae'n anodd cael mynediad atynt." (person ifanc anabl, 18 oed, y de-ddwyrain)

"Poeni na fydda i'n cael lle yn y brifysgol oherwydd hyn. Dim cefnogaeth gan ysgolion yn ystod y cyfnod yma, dw i'n ei chael hi'n anodd yn feddyliol (gorbryder yw fy anabledd) a gyda gwaith ysgol. Dylai'r llywodraeth osod rheolau ar gyfer dysgu ar-lein, a dylen nhw fod wedi penderfynu ynghylch graddau amser hir yn ôl, yn lle newid eu meddyliau dair gwaith. Mae disgyblion yn ei chael hi'n ddigon anodd fel mae hi, ac alla i warantu y bydd hyn wedi gwaethygu problemau iechyd meddwl." (person ifanc anabl, 17 oed, y gogledd-orllewin)

Erthygl 28: mae gennych hawl i addysg

- **Mae gan blant a phobl ifanc anabl ychydig yn llai o hyder gyda dysgu na phlant a phobl ifanc nad ydynt yn anabl, ond mae'r bwch yn llai nag oedd ym mis Mai 2020.** Ar draws y tri arolwg, dim ond canran ychydig yn llai o'r plant a'r bobl ifanc anabl ddywedodd eu bod yn teimlo'n 'hyderus' neu'n 'hyderus iawn' am eu dysgu, o gymharu â'r plant a'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl: gyda 37% o'r ymatebwyr anabl yn dewis yr opsiynau hyn, o gymharu â 41% o'r rhai nad ydynt yn anabl. Mae hyn yn cynrychioli newid ers mis Mai 2020, pan oedd y plant a'r bobl ifanc anabl a ymatebodd i'r arolwg yn llawer llai tebygol o deimlo'n hyderus am eu dysgu na'u cyfoedion nad oeddent yn anabl. Ond, yn anffodus, roedd ymatebwyr o'r ddau grŵp (anabl ac nad ydynt yn anabl) yn teimlo'n llai hyderus nawr na'r ymatebwyr o'r ddau grŵp hyn ym mis Mai. Mae'r gwahaniaeth yn llai gan fod yr ymatebwyr nad ydynt yn anabl yn teimlo'n llawer llai hyderus am eu dysgu nawr, nag oedd y rhai a ymatebodd i'r arolwg ym mis Mai, gyda 52% yn teimlo'n hyderus ym mis Mai o gymharu â 41% nawr. Dydy ymatebwyr anabl ddim ond yn teimlo *rhywfaint* yn llai hyderus am eu dysgu nawr na'r rhai a atebodd yr arolwg ym mis Mai: roedd 39% yn teimlo'n hyderus ym mis Mai, o gymharu â 37% nawr.
- **Roedd pobl ifanc anabl yn llawer mwy tebygol o ddweud bod angen cefnogaeth ar gyfer anghenion dysgu ychwanegol.** Dywedodd 36% (n=95) o'r bobl ifanc anabl hyn, o gymharu ag 8% (n=745) o'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl.
- **Dywedodd canran ychydig yn uwch o'r bobl ifanc anabl nad ydyn nhw'n dysgu o gwbl,** gyda 15% (n=39) yn dweud hyn, o gymharu ag 11% (n=1040) o'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl.
- **Mae pobl ifanc anabl yn teimlo'n debyg i bobl ifanc nad ydynt yn anabl ynghylch pa mor dda mae eu hathrawon yn eu cefnogi,** gyda 46% a 45% yn y drefn honno yn dewis 'Rwy'n cael cefnogaeth dda gan fy athrawon i ddysgu gartref fel datganiad cadarnhaol sy'n wir iddyn nhw. Ond roedd pobl ifanc anabl yn llai tebygol o ddweud eu bod nhw'n deall y gwaith gan yr ysgol neu'r coleg,

gyda 35% (n=96) yn dweud 'Rwy'n deall y gwaith gan yr ysgol neu'r coleg' fel datganiad sy'n wir iddyn nhw, o gymharu â 43% (n=4123) o'r bobl ifanc nad ydynt yn anabl.

"Dw i'n ei chael hi'n anodd iawn gwneud gwaith ysgol ar-lein heb liniadur, ac mae angen cefnogaeth ychwanegol arna i oherwydd awtistiaeth ac ADHD. Mae gwaith ysgol yn rhoi straen arna i gan fy mod i mor bell tu ôl, felly dw i ddim yn ei hoffi... Dydyn ni ddim yn hoffi mynd i siopa gan fod pobl yn gas efo ni... Rydyn ni'n teimlo'n ddiogel adra, ond ddim tu allan, gan fod pobl yn gas iawn efo ni yn y canolfannau siopa ac yn siarad yn hyll efo ni." (person ifanc anabl, 15 oed, y gogledd-orllewin)

"Hoffwn i i'r gwersi dosbarth fod drwy Zoom, yna byddai modd i fi weld fy athro a deall mwy o fy ngwaith ysgol." (plentyn anabl, 10 oed, y gorllewin)

"Gan fod awtistiaeth gen i, rwy'n hoffi bod gartre gan mai dyna yw fy hoff le. Rwy'n teimlo'n hapus ac yn ddiogel yma. Rwy'n mwynhau fy ngofod fy hunan ac yn hoffi bod ar fy mhen fy hunan. Dw i ddim yn hoffi'r ysgol gan ei fod yn swmlyd." (plentyn anabl, 9 oed, y de-orllewin)

"Dw i'n gweld eisiau fy athrawon a fy ffrindiau. Dw i'n gweld eisiau mynd allan - yr unig ddiwrnod dw i'n mynd allan ydy i fynd i'r ysbyty ar gyfer fy nhriniaeth. Dw i'n lwcus bod fy athrawon yn rhoi gwaith i fi, a galla i anfon neges atyn nhw os oes angen cymorth arna i. Mae mam a dad yn fy helpu i hefyd." (plentyn anabl, 12 oed, y canolbarth)

"Fi moen dod i'n ysgol." (plentyn anabl, 8 oed, y gorllewin)

Plant a phobl ifanc o Ddu, Asiaidd ac o grwpiau Lleiafrifoedd Ethnig

Gwnaeth 1,524 o blant a phobl ifanc a nododd eu bod nhw'n Asiaidd o Gymru neu Brydain, yn Asiaidd o Wlad Arall, yn Ddu o Gymru neu Brydain, yn Ddu o Wlad Arall, o Dreftadaeth Gymysg neu o unrhyw Grŵp Ethnig Arall gymryd rhan yn yr arolwg hwn. Mae hyn yn cynrychioli 7.8% o gyfanswm yr ymatebwyr. Mae data'r cyfrifiad ysgolion diweddaraf¹ yn dangos bod gan 8.4% o boblogaeth ysgolion gefndir ethnig nad yw'n wyn.

Drwy gydol yr adroddiad hwn, pan fyddwn ni'n cyfeirio at blant a phobl ifanc Ddu, Asiaidd ac o Leiafrifoedd Ethnig (BAME), rydyn ni'n cyfeirio at y cyfranogwyr hynny a wnaeth nodi hynny gan ddefnyddio'r categorïau uchod. Gan fod nifer y plant a'r bobl ifanc BAME a ymatebodd i fersiwn hygyrch yr arolwg yn isel, ac nad yw felly'n debygol fod yn arwyddocaol yn ystadegol, nid ydynt wedi'u cynnwys yma.

Dangosodd canlyniadau arolwg mis Mai 2020 fod y plant a'r bobl ifanc BAME yn fwy tebygol o adrodd am brofiadau negyddol ar draws ystod o ffactorau na'r plant a'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain. Roedd y rhain yn cynnwys:

- Mwy tebygol o ddweud bod angen mwy o wybodaeth arnyn nhw am y Coronafeirws ac am reolau i'w cadw nhw'n ddiogel
- Llai tebygol o ddweud eu bod yn teimlo'n ddiogel 'y rhan fwyaf o'r amser'

¹ Llywodraeth Cymru (2020) Canlyniadau cyfrifiad ysgolion: mis Ionawr 2020. Ar gael drwy: <https://llyw.cymru/canlyniadaur-cyfrifiad-ysgolion-ym-mis-ionawr-2020>

- Mwy tebygol o ddweud bod cau llyfrgelloedd wedi effeithio ar eu dysgu
- Llai tebygol o ddweud eu bod nhw'n gwneud ymarfer corff yn yr awyr agored, a mwy tebygol o ddweud eu bod nhw'n dymuno cael cymorth gyda bwyta'n iach ac aros yn heini
- Mwy tebygol o ddweud eu bod nhw'n poeni am gyflenwad bwyd eu teulu

Mae canfyddiadau mis Ionawr 2021 yn dangos darlun tebyg ar draws llawer o'r materion hyn. Serch hynny, mae'n bwysig nodi nad yw hyn yn wir ar gyfer yr holl ganlyniadau, ac mae plant BAME yn cael profiadau amrywiol iawn, fel pob plentyn neu berson ifanc.

Ym mis Ionawr 2021, sut mae plant BAME yn teimlo?

- **Roedd plant a phobl ifanc BAME yn fwy tebygol o deimlo'n unig.** Dywedodd 19% (n=100) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed eu bod yn teimlo'n unig y 'rhan fwyaf o'r amser', o gymharu ag 13% (n=819) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain. Ymhlith y bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed, y gwahaniaeth oedd 34% (n=255) o gymharu â 28% (n=2,355).
- **Roedd plant a phobl ifanc BAME yn llai tebygol o ddweud eu bod nhw'n teimlo'n ddiogel.** Dywedodd 78% (n=445) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed eu bod yn teimlo'n ddiogel y 'rhan fwyaf o'r amser', o gymharu ag 88% (n=5,780) o'r plant a'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain. Ymhlith y bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed, y gwahaniaeth oedd 63% (n=462), o gymharu â 71% (n=5,906).
- **Mae plant BAME rhwng 7 ac 11 oed yn fwy tebygol o boeni am y Coronafeirws.** Pan ofynnwyd iddynt yn ein harolwg, 32% (n=217) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 ddywedodd nad oedden nhw'n poeni, o gymharu â 37% (n=2670) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain.
- **Mae plant BAME rhwng 7 ac 11 oed yn llai tebygol o ddweud eu bod nhw'n hapus.** Dywedodd 55% (n=323) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed eu bod yn teimlo'n hapus y 'rhan fwyaf o'r amser' o gymharu â 60% (n=4,010) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain.
- **Mae plant BAME rhwng 7 ac 11 oed yn fwy tebygol o ddweud eu bod nhw'n teimlo'n bryderus.** Dywedodd 15% (n=81) o'r plant BAME eu bod yn teimlo'n bryderus y 'rhan fwyaf o'r amser' o gymharu ag 11% (n=682) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain.

"Dw i ddim eisiau mynd yn ôl i'r ysgol ym mis Chwefror gan fod sefyllfa'r coronafeirws yn dal i fod yn eitha gwael." (18 oed, Asiaidd o Wlad Arall, y de-ddwyrain)

Ym mis Ionawr 2021, pa newidiadau sydd wedi cael yr effaith fwyaf ar sut mae plant BAME yn teimlo?

Gofynnnon ni i'r bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed pa newidiadau sydd wedi cael yr effaith fwyaf ar sut maen nhw'n teimlo. Mae'r canlyniadau hyn yn debyg i rai arolwg mis Mai 2020.

- **Mae pobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed yn fwy tebygol o ddweud cau'r ysgol neu'r coleg, newidiadau i weithgaredd corfforol a pha mor aml gallwn ni wneud ymarfer corff, gadael y tŷ yn llai aml, a newidiadau i sut maen nhw neu eu teulu'n siopa fel y pethau sy'n cael yr effaith fwyaf ar sut maen nhw'n teimlo.** Dywedodd 50% (n=412) mai cau'r ysgol neu'r coleg sydd wedi cael yr effaith fwyaf ar sut maen nhw'n teimlo, o gymharu â 46% (n=4,064) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain

rhwng 12 a 18 oed. Dywedodd 23% (n=191) mai newidiadau i ymarfer neu weithgarwch corfforol sydd wedi cael yr effaith fwyaf arnyn nhw, o gymharu ag 19% (n=1,645) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed. Dywedodd 32% (n=263) mai gadael y tŷ yn llai aml sydd wedi cael yr effaith fwyaf arnyn nhw, o gymharu â 25% (n=2,228) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed. Mae 9% (n=71) yn dweud mai newidiadau i sut maen nhw neu eu teulu yn siopa am fwyd sydd wedi cael yr effaith fwyaf arnyn nhw, o gymharu â 3% (n=307) o bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.

Ym mis Ionawr 2021, sut mae plant BAME yn profi eu hawliau?

Erthygl 3: dylai oedolion wneud yr hyn sydd orau i chi

Gofynnnon ni i'r holl blant a phobl ifanc pa gefnogaeth ychwanegol maen nhw'n teimlo sydd ei hangen arnyn nhw ar yr adeg hon. Roedd plant a phobl ifanc BAME yn fwy tebygol o ddweud bod angen cymorth ychwanegol arnyn nhw ar draws ystod o opsiynau.

- **Roedd plant a phobl ifanc BAME yn fwy tebygol o fod angen cymorth ychwanegol.** Dim ond 28% (n=186) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed ddywedodd nad oedd angen cymorth ychwanegol arnyn nhw, o gymharu â 36% (n=2,570) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain. Dim ond 31% (n=252) o'r plant BAME rhwng 12 a 18 oed ddywedodd nad oedd angen cymorth ychwanegol arnyn nhw, o gymharu â 37% (n=3,283) o'r plant a'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain.
- **Mae plant a phobl ifanc BAME yn fwy tebygol o ddweud bod angen mwy o wybodaeth arnyn nhw am y Coronafeirws ac am reolau i'w cadw nhw'n ddiogel.** Dywedodd 21% (n=141) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed bod angen mwy o wybodaeth am y Coronafeirws arnyn nhw, o gymharu ag 13% (n=953) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain. Dywedodd 15% (n=122) o'r plant a'r bobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed hyn, o gymharu ag 11% (n=939) o'r rhai Gwyn o Gymru neu Brydain. Dywedodd 22% (n=148) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed bod angen mwy o wybodaeth am reolau i'w cadw nhw'n ddiogel arnyn nhw, o gymharu â 12% (n=872) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain. O blith y bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed, dywedodd 11% (n=91) o'r plant a'r bobl ifanc BAME bod angen mwy o wybodaeth am reolau arnyn nhw, o gymharu ag 8% (n=674) o'r plant a'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain.
- **Mae plant a phobl ifanc BAME yn fwy tebygol o fod angen mwy o gymorth i sicrhau eu bod nhw'n teimlo'n ddiogel gartref, ac i sicrhau bod gan eu teulu'r bwyd sydd ei angen arnynt.** Dywedodd 18% (n=120) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed bod angen mwy o gymorth arnyn nhw i sicrhau eu bod yn teimlo'n ddiogel gartref, o gymharu â 10% (n=688) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain. Dywedodd 7% (n=54) o'r bobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed hyn, o gymharu â 5% (n=428) o'r plant a'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain. Dywedodd 14% (n=96) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed bod angen cymorth arnyn nhw i sicrhau bod gan eu teulu'r bwyd sydd ei angen arnyn nhw, o gymharu â 10% (n=718) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain. Dywedodd 6% (n=48) o'r bobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed hyn, o gymharu â 4% (n=351) o'r plant a'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.

Ym mis Ionawr 2021, sut mae plant BAME yn cadw corff a meddwl iach?

Erthygl 24: mae gennych hawl i gael iechyd o'r safon uchaf bosib

- **Mae pobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed yn fwy tebygol o wneud ymarfer corff yn y tŷ, chwarae neu wrando ar gerddoriaeth, darllen neu ysgrifennu, celf, a dysgu sgîl newydd.** Dywedodd 45% (n=369) eu bod yn gwneud ymarfer corff yn y tŷ, o gymharu â 40% (n=3,579) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed. Dywedodd 55% (n=446) eu bod yn canu offeryn neu'n gwrando ar gerddoriaeth, o gymharu â 51% (n=4,487) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed. Dywedodd 38% (n=321) eu bod yn darllen neu'n ysgrifennu o gymharu â 32% (n=2,824) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed. Dywedodd 33% (n=268) eu bod yn gwneud celf (arlunio, paentio, lliwio ac ati) o gymharu â 30% (n=2,627) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed. Dywedodd 22% (n=180) eu bod yn dysgu sgîl newydd o gymharu â 15% (n=1,374) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.
- **Mae plant a phobl ifanc BAME yn llai tebygol o wneud ymarfer corff yn yr awyr agored.** 57% (n=387) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed ddywedodd eu bod wedi bod yn ymarfer corff yn yr awyr agored, o gymharu â 78% (n=5,692) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain rhwng 7 ac 11 oed. 43% (n=346) o'r bobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed ddywedodd hyn, o gymharu â 60% (n=5,309) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.
- **Mae plant BAME rhwng 7 ac 11 oed yn fwy tebygol o fod angen cymorth ychwanegol i'w helpu i deimlo'n hapus ac yn iach.** Dywedodd 27% (n=179) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed fod angen cymorth ychwanegol arnyn nhw i deimlo'n hapus ac yn iach, o gymharu â 21% (n=1,500) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain.
- **Mae plant BAME rhwng 7 ac 11 oed yn llai tebygol o ddweud eu bod nhw'n siarad gyda ffrindiau a theulu i gadw corff a meddwl iach.** 47% (n=322) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed ddywedodd eu bod nhw'n siarad gyda ffrindiau, o gymharu â 60% (n=4,360) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain rhwng 7 ac 11 oed. 61% (n=416) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed ddywedodd eu bod nhw'n siarad gyda theulu, o gymharu â 70% (n=5,099) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain rhwng 7 ac 11 oed.
- **Mae plant a phobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed yn fwy tebygol o fod angen cymorth ychwanegol i fwyta bwyd iach ac i aros yn heini.** Dywedodd 39% (n=318) o'r bobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed hyn, o gymharu â 34% (n=3,035) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed. Dywedodd 53% (n=164) o'r ymatebwyr BAME bod angen cymorth arnyn nhw gyda syniadau er mwyn aros yn heini yn gorfforol, o gymharu â 46% (n=1,316) o'r ymatebwyr Gwyn o Gymru neu Brydain. Dywedodd 22% (n=67) ohonynt yr hoffent gael pecynnau bwyd iach i'w cartref, o gymharu ag 17% (n=488) o'r ymatebwyr Gwyn o Gymru neu Brydain.
- **Mae plant a phobl ifanc BAME rhwng 7 ac 11 oed yn fwy tebygol o ddweud eu bod nhw'n chwarae llai, ac yn llai tebygol o ddweud eu bod nhw'n chwarae mwy yn y cyfnod hwn.** Dywedodd 36% (n=240) eu bod yn chwarae llai yn y cyfnod hwn o gymharu â 31% (n=2,231) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain rhwng 7 ac 11 oed. 36% (n=241) ddywedodd eu bod yn chwarae mwy, o gymharu â 40% (n=2,896) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain rhwng 7 ac 11 oed. Roedd hyn hefyd yn amlwg yn arolwg mis Mai 2020, lle dywedodd 27% (n=213) eu bod nhw'n chwarae llai o gymharu â 23% (n=2,387) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain. 45% (n=360) ddywedodd eu bod nhw'n chwarae mwy, o gymharu â 54% (n=5,493) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain, yng nghanlyniadau arolwg

mis Mai 2020. Serch hynny, doedd dim gwahaniaeth arwyddocaol rhwng ymatebion y bobl ifanc rhwng 12 a 18 oedd yn BAME neu'n Wyn o Gymru neu Brydain o ran a ydyn nhw'n ymlacio mwy neu lai yn ystod y cyfnod hwn.

"Rwy'n mynd i lawer o weithgareddau fel clybiau ar ôl ysgol, celf a chrefft, arlunio, ymarfer corff, dawns, ffitrwydd, a llawer mwy drwy elusen o'r enw Women Connect First." (12 oed, Asiaidd o Gymru neu Brydain, y de-ddwyrain)

Ym mis Ionawr 2021, sut mae plant BAME yn cadw mewn cysylltiad gyda theulu a ffrindiau?

- Mae plant a phobl ifanc BAME yn llai tebygol o ddweud eu bod nhw'n aros mewn cysylltiad gyda theulu a ffrindiau drwy alwadau fideo. 70% (n=468) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed ddywedodd hyn, o gymharu ag 80% (n=5,771) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain rhwng 7 ac 11 oed. 55% (n=445) o'r bobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed ddywedodd hyn, o gymharu â 61% (n=5,371) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.

"Rwy'n gweld eisiau fy ffrindiau yn yr ysgol a fy nheulu, yn enwedig fy mam-gu." (10 oed, Du o Gymru neu Brydain, y de-ddwyrain)

Ym mis Ionawr 2021, ydy plant BAME yn gwybod o ble i gael cymorth os oes angen cefnogaeth arnyn nhw i deimlo'n hapus ac yn iach?

Gofynnnon ni'r cwestiwn hwn i bob plentyn rhwng 7 ac 11 oed yn y ddau arolwg. Yn arolwg mis Mai 2020, roedd plant BAME yn llai tebygol na phlant Gwyn o Gymru neu Brydain o ddweud eu bod nhw'n gwybod o ble mae cael cymorth (73%, n=574, o gymharu â 78%, n=7,909). Yn arolwg mis Ionawr 2021, roedd yr holl blant yn llai tebygol, o gymharu â mis Mai 2020, o ddweud eu bod yn gwybod o ble mae cael cymorth, ond does dim gwahaniaeth ystadegol sylweddol rhwng plant BAME a phlant Gwyn o Gymru neu Brydain.

O blith rhestr o opsiynau a roddwyd i bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed, mae plant a phobl ifanc BAME a rhai Gwyn o Gymru neu Brydain yr un mor hyderus yn mynd ati i gael cefnogaeth gan feddyg, fîm iechyd meddwl yn eu hardal, neu o wefan / y cyfryngau cymdeithasol. Serch hynny, mae plant a phobl ifanc BAME yn llai tebygol o ddweud eu bod yn hyderus yn cael cymorth ar gyfer eu hiechyd meddwl ac emosiynol o dri lle:

- Mae pobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed yn llai hyderus o gael cymorth ar gyfer eu hiechyd meddwl ac emosiynol gan ffrindiau neu deulu. Dywedodd 75% (n=589) eu bod yn hyderus yn cael cymorth gan ffrindiau neu deulu, o gymharu ag 81% (n=6,937) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.
- Mae pobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed yn llai hyderus yn cael cymorth ar gyfer eu hiechyd meddwl ac emosiynol gan wasanaeth cwnsela'r ysgol neu'r coleg. Dywedodd 38% (n=275) eu bod yn hyderus yn cael cymorth gan yr ysgol neu'r coleg, o gymharu â 42% (n=3,416) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.
- Mae pobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed yn llai hyderus yn cael cymorth ar gyfer eu hiechyd meddwl ac emosiynol gan athrawon neu staff arall yn yr ysgol neu'r coleg. 44% (n=317) ddywedodd eu bod

yn hyderus yn cael cymorth gan athrawon neu staff arall yn yr ysgol neu'r coleg, o gymharu â 48% (n=3,908) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.

"Mae'n gallu bod dipyn o straen, ond rwy'n gallu ymdopi ac rwy'n edrych ymlaen i gael mynd yn ôl i'r ysgol a gweld teulu a ffrindiau unwaith eto. Rwy'n teimlo'n hyderus am y dyfodol." 12 oed, treftadaeth gymysg, y de-orllewin)

Ym mis Ionawr 2021, beth sy'n effeithio ar ddysgu plant BAME?

Erthygl 28: mae gennych hawl i addysg

Does dim gwahaniaeth arwyddocaol o ran pa mor hyderus mae plant a phobl ifanc BAME a Gwyn o Gymru neu Brydain yn teimlo am eu dysgu ar yr adeg hon. Roedd hyn yn wir yng nghanlyniadau arolwg mis Mai 2020 hefyd. Serch hynny, mae rhai gwahaniaethau arwyddocaol yn yr ymatebion i'r arolwg hwn o ran newidiadau sy'n effeithio ar ddysgu.

- Mae plant a phobl ifanc BAME yn fwy tebygol o deimlo bod cau llyfrgelloedd, methu â mynd allan cymaint, a methu â chwrdd â grwpiau crefyddol a ffydd wedi effeithio ar eu dysgu y tu allan i'r ysgol neu'r coleg. Dywedodd 26% (n=165) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed mai cau llyfrgelloedd oedd wedi effeithio ar eu dysgu fwyaf, o gymharu ag 16% (n=1,100) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain rhwng 7 ac 11 oed. Dywedodd 17% (n=127) o'r bobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed hyn, o gymharu â 7% (n=573) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed. Dywedodd 71% (n=447) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed mai methu â mynd allan cymaint oedd wedi effeithio ar eu dysgu fwyaf, o gymharu â 62% (n=4,276) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain rhwng 7 ac 11 oed. Dywedodd 67% (n=505) o'r bobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed hyn, o gymharu â 64% (n=5,241) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed. Dywedodd 22% (n=139) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed bod methu â chwrdd â grwpiau crefyddol neu ffydd wedi effeithio ar eu dysgu, o gymharu â 5% (n=363) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain rhwng 7 ac 11 oed. Dywedodd 12% (n=91) o'r bobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed hyn, o gymharu â 3% (n=228) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.
- Mae plant BAME yn llai tebygol o deimlo bod methu â chwrdd â ffrindiau neu grwpiau wedi effeithio ar eu dysgu y tu allan i'r ysgol neu'r coleg. 83% (n=524) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed ddywedodd hyn, o gymharu â 90% (n=6,350) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain rhwng 7 ac 11 oed. 82% (n=616) o'r bobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed ddywedodd hyn, o gymharu ag 88% (n=7,258) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.
- Mae plant a phobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed yn fwy tebygol o ddweud mai methu â gweld tiwtor neu ymuno â dosbarth y tu allan i'r ysgol neu'r coleg, a chau parciau a chanolfannau cymunedol, sydd wedi effeithio arnyn nhw fwyaf. Dywedodd 25% (n=190) mai methu â gweld tiwtor neu ymuno â dosbarth y tu allan i'r ysgol neu'r coleg sydd wedi effeithio arnyn nhw fwyaf, o gymharu â 20% (n=1,659) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed. Dywedodd 22% (n=169) mai cau parciau oedd wedi effeithio arnyn nhw fwyaf, o gymharu ag 19% (n=1534) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed. Dywedodd 9% (n=71) mai cau canolfannau cymunedol oedd wedi effeithio arnyn nhw fwyaf, o gymharu â 6% (n=486) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.

Gwelwyd y gwahaniaeth mawr hwn rhwng ymatebion BAME ac ymatebion Gwyn o Gymru a Phrydain o ran cau llyfrgelloedd yn effeithio ar ddysgu yn arolwg mis Mai 2020 hefyd. Dywedodd 35% (n=230) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed hyn ym mis Mai, o gymharu â 18% (n=1,445) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain rhwng 7 ac 11 oed. Dywedodd 22% (n=87) o'r bobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed hyn, o gymharu ag 8% (n=411) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.

"Mae angen Kindle arna i i ddarllen oherwydd mae fy llyfrgell ar gau, a dywedodd mam fy mod i'n treulio gormod o amser ar y gliniadur gan ei fod yn wael i fy llygaid, ac yn aml alla i ddim cysgu yn y nos." 9 oed, Tsieineaidd, y de-orllewin)

Dysgu gartref

Does dim llawer o wahaniaeth rhwng yr ymatebion i gwestiynau am ansawdd y rhyngrwyd gartref, na bod â'r offer cywir i wneud gwaith. Serch hynny, mae yna rai anghysondebau mawr o ran dysgu gartref.

- Mae plant a phobl ifanc BAME yn llai tebygol o ddweud eu bod nhw'n defnyddio gliniaduron neu gyfrifiaduron cartref ar gyfer dysgu gartref. 74% (n=494) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed ddywedodd hyn, o gymharu â 78% (n=5,657) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain rhwng 7 ac 11 oed. 84% (n=684) o'r bobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed ddywedodd hyn, o gymharu â 90% (n=7,941) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.
- Mae pobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed yn fwy tebygol o ddefnyddio llechen i weithio gartref. Dywedodd 33% (n=271) hyn, o gymharu â 25% (n=2,204) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.

Gofynnwn ni i bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed a oedden nhw'n cytuno gyda chyfres o frawddegau cadarnhaol a negyddol am weithio gartref.

- Mae plant a phobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed yn fwy tebygol o ddweud nad oedden nhw'n dysgu gartref o gwbl. Dywedodd 14% (n=108) hyn, o gymharu ag 11% (n=945) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.
- Mae plant a phobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed yn llai tebygol o ddweud eu bod nhw'n poeni am newidiadau i berthnasau â ffrindiau pan fyddan nhw'n dychwelyd i'r ysgol. 26% (n=205) ddywedodd hyn, o gymharu â 30% (n=2,528) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.
- Mae pobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw fwy o amser i ddysgu pethau newydd. Dywedodd 25% (n=196) hyn, o gymharu â 22% (n=1,872) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.
- Nid oes llawer o wahaniaeth rhwng ymatebion pobl ifanc BAME a phobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed ynghylch mwynhau dysgu ar eu cyflymder eu hunain, cael cefnogaeth ac adborth da gan athrawon am waith, teimlo'n bryderus am gwympto tu ôl, cymwysterau, na chwaith diffyg cymhelliant.

Ar ddiwedd yr arolwg, gofynnwn ni i blant a phobl ifanc a oedd rhywbeth arall roedden nhw'n dymuno ei ddweud wrthon ni am eu profiadau yn ystod y cyfnod hwn. Mae plant a phobl ifanc BAME rhwng 12 a 18

oed yn llai tebygol o wneud sylwadau'n ymwneud â chael anhawster gyda dysgu yn gyffredinol o gymharu â phlant a phobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain. Dywedodd 6% (n=22) hyn, o gymharu â 10% (n=320) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed. Serch hynny, **mae plant a phobl ifanc BAME yn fwy tebygol o wneud sylwadau'n ymwneud â chael anhawster yn benodol gydag astudio ar-lein.** Dywedodd 10% (n=36) hyn, o gymharu â 7% (n=212) o'r plant a'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain.

"Mae mynd yn gorfforol i'r ysgol llawer gwell na dysgu arlein. Dwi'n aml yn teimlo o dan bwysau ac yn anhapus gan fod y gwaith yn eithaf ailadroddus a diflas i wneud. Mae fy iechyd meddwl wedi dirywio'n fawr o hyn." (12 oed, Asiaidd neu o Wlad Arall, de orllewin Cymru)

Erthygl 30: mae gennych hawl i ddefnyddio'r iaith o'ch dewis

Gofynnwn ni i'r plant a'r bobl ifanc a ydyn nhw fel arfer yn dysgu yn Gymraeg, neu a ydyn nhw'n dysgu Cymraeg ar hyn o bryd, a pha gyfleoedd sydd ganddyn nhw i ddefnyddio eu Cymraeg ar hyn o bryd.

- **Mae plant a phobl ifanc BAME yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn dymuno cael mwy o gefnogaeth gyda'u Cymraeg.** Dywedodd 12% (n=61) o'r plant BAME rhwng 7 ac 11 oed hyn, o gymharu ag 8% (n=488) o'r plant Gwyn o Gymru neu Brydain rhwng 7 ac 11 oed. Er bod y niferoedd yn fach iawn, nodwn fod 19% (n=11) o'r plant Du o Gymru neu Brydain yn dweud hyn, a nhw sydd fwyaf tebygol o adrodd hyn o bob un o'r categorïau ethnigrwydd. Dywedodd 8% (n=39) o'r bobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed hyn, o gymharu â 6% (n=360) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.
- **Mae plant a phobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed hefyd yn fwy tebygol o ddweud nad ydyn nhw'n cael cyfleoedd i ddefnyddio eu Cymraeg.** Dywedodd 25% (n=122) o'r bobl ifanc BAME rhwng 12 a 18 oed hyn, o gymharu ag 20% (n=1,308) o'r bobl ifanc Wyn o Gymru neu Brydain rhwng 12 a 18 oed.

Y camau nesaf

Mae ein hail arolwg Coronafeirws a Fi wedi cael ei ddarparu ar gyflymder, yn ystod cyfnod o ansicrwydd parhaus i holl boblogaeth Cymru. Ond yn benodol ar i'n plant a'n pobl ifanc, sy'n ansicr ynghylch pryd byddan nhw'n dychwelyd i addysg wyneb yn wyneb, ac yn y cyfamser sy'n gweld eisiau eu ffrindiau a'r gwasanaethau maen nhw'n rhyngweithio â nhw fel arfer. Mae ychydig fisoedd yn amser hir ym mywyd plentyn, ac mae'n bwysig deall yr effaith y bydd y cyfyngiadau parhaus, heb wybod dyddiad diwedd, yn ei chael yn y cyd-destun hwnnw.

Rwy'n cydnabod ac yn deall yr angen i fod yn ofalus ynghylch codi cyfyngiadau ynghyd â monitro effaith gwneud hynny yn ofalus; mae hyn er mwyn sicrhau ein bod ni i gyd yn cael ein cadw'n ddiogel ac wedi'n gwarchod rhag y Coronafeirws. Mae llawer o'r plant a'r bobl ifanc sydd wedi ymateb i'r arolwg hwn yn dal i boeni am eu hanwyliaid yn mynd yn sâl, a byddan nhw wedi'u calonogi o glywed bod mesurau'n ymwneud â'r feirws yn dal i gael eu gweithredu'n ofalus.

Ond alla i ddim peidio â chael fy nghyffwrdd gan y teimladau a fynegwyd mor glir gan lawer o'n hymatebwyr — bod pethau'n teimlo'n anoddach iddyn nhw mewn sawl maes o'u bywyd wrth gymharu â'r haf diwethaf, a bod peidio â gweld ffrindiau a theulu, a chau ysgolion a cholegau i'r rhan fwyaf o bobl, yn cael effaith fawr arnyn nhw.

Mae bron i 20,000 o blant a phobl ifanc wedi rhoi o'u hamser i rannu eu safbwyntiau manwl gyda fi a fy nhîm; safbwyntiau roedden nhw am i Lywodraeth Cymru eu clywed a gweithredu arnyn nhw. O gofio'r trafodaethau sy'n mynd rhagddynt ynghylch addysg plant a'u presenoldeb yn yr ysgol, rhannon ni'r adroddiad hwn gyda Llywodraeth Cymru cyn gynted ag yr oedd yn barod. Gofynnwn ni iddyn nhw ymateb i'r plant a'r bobl ifanc a gymerodd ran yn yr arolwg, i ddangos eu bod nhw wedi gweld a chlywed eu safbwyntiau, ac i ddweud wrth y plant a'u teuluoedd ar beth maen nhw wedi gwrandao, a sut maen nhw wedi gweithredu ar y safbwyntiau hyn wrth wneud penderfyniadau. Gofynnwn ni hefyd iddyn nhw sicrhau eu bod yn rhannu'r holl ddata a'r adroddiad trosolwg hwn gydag aelodau o'r Gell Cyngor Technegol, sy'n rhoi cyngor iddyn nhw ar sut mae rheoli'r feirws a'r cyfyngiadau.

Rwy'n falch o allu nodi bod yr adroddiad, ers ein trafodaethau cychwynnol, wedi cael ei rannu gyda'r Gell Cyngor Technegol ac arweinwyr polisi Llywodraeth Cymru. Mae ymateb Llywodraeth Cymru yn galonogol, ac yn nodi bod y canfyddiadau hyn yn dystiolaeth gymdeithasol bwysig gan sampl fawr o blant Cymru, ac maen nhw'n cydnabod eu dyletswydd i wrando ac i barchu hawliau plant ym mhopeth maen nhw'n ei wneud.

Fel Comisiynydd Plant Cymru, bydda i'n parhau i atgoffa'r Llywodraeth am bwysigrwydd gweithredu ar y corff mawr hwn o dystiolaeth gan blant a phobl ifanc. Os na fydda i'n credu eu bod nhw wedi gwneud digon, yna bydda i'n eu hannog nhw i ddychwelyd at y data, i ddychwelyd at leisiau'r plant a'r bobl ifanc a ymatebodd i'r ddau arolwg, ac i ystyried beth arall y gellid ei gyflawni. Bydd pwysigrwydd y gwaith hwn yn cael ei weld yn yr wythnosau i ddod, er mwyn i blant a phobl ifanc wybod nad ydyn nhw'n angof, bod eu profiadau wedi cael eu clywed, a bod holl benderfynwyr allweddol Cymru wedi gweithredu ar y profiadau hynny.

Ymateb cynnar Llywodraeth Cymru

Mae Llywodraeth Cymru yn hynnod ddiolchgar am y mewnwleddiad amrhisiadwy i fywydau plant a phobl ifanc. Hoffai'r Prif Weinidog a'r Cabinet ddiolch i bob plentyn a pherson ifanc wnaeth gymryd yr amser i gymryd rhan.

Mae'r adroddiad trosolwg yma wedi cael ei rannu'n barod ar draws Llywodraeth Cymru a gyda Chell Cyngor Technegol plant ac ysgolion.

Mi fydd y canfyddiadau yma, mor bell a phosibl, yn cael eu hystyried fel ffynhonnell allweddol o dystiolaeth pan fod penderfyniadau'n cael eu cymryd yn y dyfodol. Os na fyddwn ni'n medru ymateb i ofynion plant a phobl ifanc sydd wedi codi drwy'r arolwg, fe fyddwn ni'n amlinellu'r ystod o dystiolaeth yr ydym wedi defnyddio i sicrhau ein bod ni'n rheoli'r feirws a gwarchod bywydau.

Manylion Cyswllt

Comisiynydd Plant Cymru

T: 01792 765600

W: www.comisiynyddplant.cymru

E: post@complantcymru.org.uk

Gwasanaeth Ymchwiliadau a Chyngor y Comisiynydd Plant

T: 01792 765600

E: cyngor@complantcymru.org.uk

W: www.comisiynyddplant.cymru

Fe wnaethom gwblhau'r gwaith yma mewn partneriaeth gyda'r sefydliadau canlynol



Llywodraeth Cymru
Welsh Government



Hawliau Plant
Cymru

Children's Rights
Wales