

Cyfeiriadau Ymchwily yn y Dyfodol ar gyfer Gofal Di-dâl yng Nghymru



Awst 2022

Dan Burrows a Jen Lyttleton-Smith

Diolchiadau

Hoffem ddiolch i'r rhai a gymerodd ran yn y gweithdy, yn enwedig y gofawyr di-dâl, a chydnabod y gefnogaeth a gawsom gan Ymddiriedolaeth Gofawyr Cymru, Gofawyr Cymru, Swyddfa Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru ac is-adran bolisiau Llywodraeth Cymru. Hoffem hefyd ddiolch i Dr Tim Banks o Ymddiriedolaeth Gofawyr Cymru am ei gyngor ac i gydweithwyr yn lechyd Cyhoeddus Cymru (y gorffennol a'r presennol) am eu cefnogaeth a'u mewnbwn: Yr Athro Richard Kyle, Dr Jiao Song, Dr Karen Hodgson a'r Athro Alisha Davies.



Ariennir gan Iechyd Cyhoeddus Cymru

Un o sefydliadau'r GIG yw Iechyd Cyhoeddus Cymru. Mae'n rhoi cyngor annibynnol ynghylch iechyd cyhoeddus a gwasanaethau i warchod a gwella iechyd a lles pobl Cymru. Ariannwyd y gwaith o gynhyrchu'r adroddiad hwn gan Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Fodd bynnag, barn yr awduron sydd i'w gweld yn yr adroddiad ac ni ddylid cymryd yn ganiataol eu bod yr un peth â barn Iechyd Cyhoeddus Cymru.



Dyfyniad a awgrymir:

Burrows, D, a Lyttleton-Smith, J. (2022) *Cyfeiriadau Ymchwil yn y Dyfodol ar gyfer Gofal Di-dâl yng Nghymru*. Prifysgol Caerdydd.

Cynnwys

Crynodeb o'r prif bwyntiau	3
Cyflwyniad	4
Gair am yr adroddiad hwn	5
Adolygu'r llenyddiaeth	6
Nodi	6
Asesiadau Gofalwyr	7
Llwybrau at Gymorth	8
Gofalwyr Di-dâl o Grwpiau Ethnig Lleiafrifol	8
Cyfeiriadau	10
Atodiad: Chwilio am lenyddiaeth ar gronfa ddata Gofal Cymdeithasol Ar-lein	12

Crynodeb o'r Prif Bwyntiau

Nodi

Yr hyn rydym ni'n ei wybod:

- Yn aml nid yw gofalwyr di-dâl yn gofyn am help yn ddigon cynnar
- Nid yw llawer o ofalwyr di-dâl yn gwybod pa wasanaethau cymorth allai fod ar gael a beth yw eu hawliau
- Gall gymryd cryn amser i unigolyn ystyried ei hun yn ofalwr – er y byddai eu galw'n 'ofalwyr di-dâl' yn gwbl addas, ni fydden nhw'n disgrifio'u hunain felly.

Yr hyn y mae angen i ni ei wybod:

- Pa strategaethau gan asiantaethau iechyd a gofal cymdeithasol ar gyfer nodi gofalwyr di-dâl allai weithio orau? Sut a ble y gellir cymhwysu'r rhain?

Asesiadau gofalwyr

Yr hyn rydym ni'n ei wybod:

- Gall asesiadau gofalwyr gan awdurdodau lleol fod yn gyfle i roi cymorth a chefnogaeth a groesewir
- Gall gweithwyr cymdeithasol gyfuno'r asesiad o anghenion y gofalwr ag asesiad o'r person y gofelir amdano
- Mae llawer o ofalwyr di-dâl yn mynegi anfodlonrwydd o ran sut y cynhelir eu hasesiad gofalwyr a'i ganlyniad

Yr hyn y mae angen i ni ei wybod:

- Sut mae adrannau gwasanaethau cymdeithasol y 22 awdurdod lleol yng Nghymru yn asesu anghenion gofalwyr di-dâl ac yn ymateb iddynt o dan Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014? Sut gellir nodi arferion gorau a'u lledaenu?

Llwybrau at Gymorth

Yr hyn rydym ni'n ei wybod:

- Mae gofalwyr di-dâl yn aml yn cael trafferth cael mynediad at wasanaethau ac mae hyn yn peri rhwystredigaeth iddynt
- Mae gofalwyr di-dâl yn cael trafferth cael gafael ar wybodaeth berthnasol
- Mae anghenion gofalwyr di-dâl yn newid ac yn esblygu dros amser

Yr hyn y mae angen i ni ei wybod:

- Pa gyngor a chymorth y mae gofalwyr di-dâl yn eu cael gan awdurdodau lleol o'r eiliad y maent yn cael eu nodi? Beth yw effaith y gwasanaethau a roddir iddynt ar eu deilliannau dymunol?

Gofalwyr o Gymunedau Ethnig Lleiafrifol

Yr hyn rydym ni'n ei wybod:

- Mae gofalwyr di-dâl o gymunedau ethnig lleiafrifol yn wynebu rhwystrau ychwanegol wrth gael mynediad at wasanaethau
- Mae gofalwyr di-dâl o gymunedau ethnig lleiafrifol yn fwy tebygol o wynebu caledi ariannol a gwneud rhagor o oriau yn gofalu
- Mae diwylliant yn dylanwadu ar ddealltwriaeth o salwch a gofal

Yr hyn y mae angen i ni ei wybod:

- Sut gellir datblygu gwasanaethau diwylliannol sensitif i gynorthwyo gofalwyr di-dâl mewn cymunedau ethnig lleiafrifol?



Cyflwyniad

Mae'r adroddiad hwn yn dilyn yr ymchwiliad ansoddol a gomisiynwyd gan lechyd Cyhoeddus Cymru ac a gynhaliwyd gan Brifysgol Caerdydd yn 2021 am brofiadau gofalwyr di-dâl yn ystod pandemig COVID-19 (gweler Burrows et al., 2021: *Lleisiau Gofalwyr yn ystod Pandemig COVID-19: Negeseuon ar gyfer dyfodol gofalu di-dâl yng Nghymru*). Er mwyn paratoi, cynhaliwyd gweithdy ymgynghori arbennig ar-lein gyda gofalwyr di-dâl a chynrychiolwyr o Gynhalwyr Cymru, Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru, Swyddfa Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru, Gofal Cymdeithasol Cymru, lechyd Cyhoeddus Cymru a Llywodraeth Cymru. Yn ystod y gweithdy gofynnwyd am adborth gan y rhai oedd yn bresennol ar ganfyddiadau ac argymhellion yr adroddiad yn ogystal â'u barn ar flaenoriaethau ar gyfer y dyfodol ym maes ymchwil i ofal di-dâl.

Yn dilyn yr ymgynghoriad ac adolygiad pellach o'r llenyddiaeth, rydym wedi nodi pedwar maes blaenoriaeth allweddol ar gyfer datblygu ymchwil yn y dyfodol. Wrth wneud hynny, nodwn fod arolygon gwerthfawr yn cael eu cynnal gan Carers UK (e.e. Carers UK, 2021), Gofalwyr Cymru (e.e. Gofalwyr Cymru, 2020) ac Ymddiriedolaeth y Gofalwyr (gwaith ar y gweill) am brofiadau cyffredinol a safbwyntiau gofalwyr di-dâl. Hefyd, mae lechyd Cyhoeddus Cymru, mewn partneriaeth â Phrifysgol Abertawe, wedi bod yn ymchwilio i ddiffyg ymgysylltiad gofalwyr ifanc ag addysg, a'r ffactorau sy'n effeithio ar les meddwl gofalwyr di-dâl (gweler Huang et al., 2021a a 2021b). Ar ben hynny, bydd yr e-garfan a'r technegau cysylltu

data a grëwyd yn ddiweddar gan lechyd Cyhoeddus Cymru yn fodd o gadw cofnod parhaus o ddata meintiol ar lwybrau iechyd a lles gofalwyr di-dâl (Huang, Song a Davies, 2021). Mae'r adroddiad hwn yn ceisio nodi gwaith ymchwil sy'n ategu'r hyn sydd wedi'i gyflawni hyd yma, i nodi ffyrdd o wella iechyd a lles gofalwyr di-dâl.

Mae'r meysydd a argymhellir ar gyfer ymchwil yn y dyfodol yn canolbwyntio'n benodol ar ddarparu a chyflwyno gwasanaethau sy'n rhoi cymorth i ofalwyr yn uniongyrchol. Er ein bod yn gwybod cryn dipyn am brofiadau a safbwyntiau gofalwyr, mae rhwystredigaeth ynghylch y gwasanaethau a ddarperir yn thema sy'n codi dro ar ôl tro (gweler e.e. Carers UK 2019; Gofalwyr Cymru 2020; Carers UK 2021; Burrows et al., 2021). Felly, rydym yn amlinellu agenda ar gyfer ymchwil i archwilio sut mae gwasanaethau a gofalwyr di-dâl yn rhyngweithio. Mae hyn yn cynnwys edrych ar sut mae gwasanaethau statudol yn nodi gofalwyr di-dâl; sut mae awdurdodau lleol yn asesu anghenion gofalwyr; a sut mae gofalwyr yn cael gafael ar gymorth. Ar ben hynny, nodwn fod gofalwyr di-dâl o grwpiau ethnig lleiafrifol yn wynebu heriau arbennig. Rydym hefyd yn amlinellu dull cyfranogol a fydd yn symud i ffwrdd o safbwyntiau Gorllewinol ac yn hwyluso partneriaethau ystyrlon rhwng gwasanaethau a chymunedau trwy ymchwil.



Gair am yr adroddiad hwn

Gwahoddwyd gofalwyr a chynrychiolwyr i un gweithdy ar-lein. Roedd cynrychiolwyr o'r sefydliadau canlynol yn bresennol:

- Gofal Cymdeithasol Cymru
- Swyddfa Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
- Gofalwyr Cymru
- Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru
- Is-adran bolisiau Llywodraeth Cymru
- Iechyd Cyhoeddus Cymru

Cymerodd rhai gofalwyr di-dâl ran hefyd. Rhannwyd y gweithdy yn ddau grŵp llai, ac wedyn rhoddwyd adborth i'r grŵp cyfan. Ar ôl cynnal ymarfer i ddod i adnabod ei gilydd, dyma'r cwestiynau a ystyriwyd yn y drafodaeth gyntaf mewn grwpiau llai:

- Pa elfennau o ganfyddiadau'r ymchwil a gyflwynwyd wnaeth argraff arnoch chi neu oedd o ddiddordeb i chi yn arbennig?
- A wnaeth unrhyw beth eich synnu?
- Yng ngoleuni'r canfyddiadau a gyflwynir heddiw, a'ch profiad eich hun, pa ddatblygiadau polisi fydd yn arbennig o bwysig yn y dyfodol agos yn eich barn chi?

Yn dilyn trafodaeth lawn, gofynnwyd y canlynol yn yr ail drafodaeth mewn grwpiau llai:

- A oes unrhyw beth sydd heb ei nodi am ofalwyr di-dâl a gofal y mae angen i lunwyr polisiau, darparwyr gwasanaethau a'r cyhoedd wybod amdano? (Beth sy'n cael ei anwybyddu?)
- A oes mathau o ofal di-dâl, neu categorïau o ofalwyr di-dâl, nad ydynt yn cael sylw?

- Pwy sydd angen gwybod rhagor am ofalu di-dâl, a pha fath o wybodaeth sydd ei hangen arnynt?
- Pa fath o ymchwil allai fod o gymorth? A allwn ni nodi cwestiynau ymchwil penodol?

Cafwyd trafodaeth lawn wedi hynny. Crynowyd y trafodaethau cyffredinol a gofynnodd yr hwyluswyr am gytundeb cyffredinol ar faterion allweddol ar gyfer ymchwil yn y dyfodol. Nodwyd pedwar prif faes ar gyfer rhagor o ymchwil:

- Nodi gofalwyr – Roedd consensws nad yw gofalwyr di-dâl yn aml yn cael y gwasanaethau sydd eu hangen arnynt mewn modd amserol. Mae angen edrych ar sut mae asiantaethau iechyd a gofal cymdeithasol yn nodi gofalwyr a lle gallai fod cyfleoedd i gydnabod a rhoi cymorth yn gynharach.
- Asesiadau Gofalwyr – Nododd trafodaethau yn y gweithdy bod rhwystredigaeth barhaus ynghylch sut mae awdurdodau lleol yn cyflwyno gwasanaethau i ofalwyr. Mae angen edrych yn fanwl ar sut mae gofynion Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn cael eu rhoi ar waith yn ymarferol.
- Llwybrau gofalwyr – Nododd y gweithdy fod diffyg casglu a choladu data yn golygu nad oes digon o wybodaeth am sut mae'r gwasanaethau a roddir i ofalwyr yn diwallu eu hanghenion a'r deilliannau dymunol sydd wedi'u nodi ar eu cyfer.
- Gofalwyr o gymunedau ethnig lleiafrifol – Roedd cytundeb cyffredinol yn y gweithdy bod gofalwyr o gymunedau ethnig lleiafrifol yn wynebu heriau ychwanegol a bod diffyg dealltwriaeth o'r heriau hyn. Mae Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru yn cynnal ymchwil yn y maes hwn ar hyn o bryd, a byddai'r ymchwil a gynigir isod yn adeiladu ar hyn.

Adolygu'r llenyddiaeth

Ar ôl nodi'r themâu allweddol yn y gweithdy, aethpwyd ati i chwilio'n gyflym am lenyddiaeth gan ddefnyddio cronfa ddata ymchwil Gofal Cymdeithasol Ar-lein i weld pa ymchwil sydd wedi'i chynnal yn ystod y pum mlynedd diwethaf. Fe wnaethom chwilio am deitlau a chrynodebau i weld a fyddai'r ymchwil oedd gennym mewn golwg ym mhob maes pwnc yn atgynhychu astudiaethau sydd eisoes wedi'u cynnal (gweler yr atodiad). Pwysleisiwn na fyddai'r ffordd yr aethom ati mor drylwyr â chynnal adolygiad systematig neu hyd yn oed adolygiad cyflym llawn - yn hytrach, rydym wedi bod yn ceisio gweld a yw'r prosiectau ymchwil a awgrymwn eisoes wedi cael sylw mewn cyhoeddiadau diweddar. Rydym yn hyderus y byddai'r prosiectau a awgrymir yn cyfrannu gwybodaeth newydd a mawr ei hangen am ddarparu cymorth i ofalwyr di-dâl yng Nghymru.

Nodi

Mae nodi gofalwyr di-dâl i sicrhau bod darpariaeth briodol ar gael iddynt yn gryn her i asiantaethau ar draws meysydd gofal cymdeithasol, iechyd a'r trydydd sector. Mae'r her hon yn deillio o sawl ffactor penodol ond cysylltiedig: yn gyntaf, i lawer o bobl, mae'r gofal y maent yn ei roi i aelodau'r teulu'n cael ei ystyried fel agwedd naturiol ar eu perthynas â nhw, neu'n estyniad ohoni, yn hytrach na rôl benodol y gallai fod angen cydnabyddiaeth a chymorth allanol ar ei chyfer (Carduff et al., 2014). Gall hyn wneud iddynt beidio â chydabod eu hunain yn ofalwyr di-dâl. Yn ail, gallai fod rhwystrau diwylliannol, rhywedd neu bersonol sy'n peri iddynt wrthod y teitl 'gofalwr': mewn rhai traddodiadau diwylliannol a lleoliadau cymdeithasol, mae hyd yn oed y gofal mwyaf helaeth yn cael ei ystyried fel rôl arferol a disgwylidig mewn teulu, yn enwedig i fenywod. O ganlyniad, mae gofalwyr di-dâl yn amharod i gymryd teitl sy'n awgrymu eu bod yn ymgymryd â dyletswyddau y tu hwnt i'r hyn a ddisgwylir fel arfer mewn cymdeithas (Eifert et al., 2015; Molyneaux et al., 2011). Yn drydydd, mae faint o ofal y mae gofalwyr di-dâl yn ei roi yn gallu amrywio yn dibynnu ar faint o gymorth cymdeithasol ehangach sydd ar gael a chyflwr y person y gofelir amdano. Mae hyn yn golygu y gall fod yn anodd i weithwyr proffesiynol a gofalwyr fod yn siŵr i ba raddau y maent yn bodloni meini prawf i fod yn gymwys i gael gwasanaethau. Yn olaf, mae'n bosibl nad yw gofalwyr yn sylweddoli bod cymorth arbenigol ar gael gan y

gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol ar gyfer eu rôl ofalu oherwydd diffyg ymwybyddiaeth, neu efallai eu bod yn amheus o beth fydd goblygiadau derbyn cymorth o'r fath, gan ofni y gallai'r person y maent yn gofalu amdano gael eu symud neu y gallai gweithwyr proffesiynol ymyrryd yn eu bywydau mewn ffyrdd annymunol (Moriarty et al., 2015). Serch hynny, o ystyried y straen aruthrol ar les y gofalwyr di-dâl a'r heriau ychwanegol yn eu bywydau, heb sôn am y budd sylweddol i gymdeithas a'r economi y mae gofalwyr di-dâl yn ei gynnig, mae'n hollbwysig bod pawb sy'n cynnig gofal parhaus i deulu ac aelodau'r gymuned yn cael eu nodi mor gynnar â phosibl i wneud yn siŵr bod trefniadau cymorth yn eu lle.

Mae ein hymchwil a'n hymgyngoriad yn awgrymu bod cyfleoedd yn cael eu colli i nodi gofalwyr di-dâl nad yw asiantaethau cymorth yn gwybod amdanynt ar hyn o bryd. Mae elusennau trydydd sector sy'n cefnogi gofalwyr yn dadlau mai'r prif gyfle a gollir yn aml yn ôl pob golwg yw pan ddarperir gwasanaeth iechyd, megis yn y feddygfa, y fferyllfa neu'r ysbyty, naill ai ar gyfer y person y gofelir amdano neu'r gofalwr ei hun (Ymddiriedolaeth y Gofalwyr, 2018; Macmillan, 2013). Mae'r manau eraill pan allai gofalwyr gael eu nodi yn cynnwys sefydliadau addysgol, gweithleoedd, lleoliadau cymunedol fel llyfrgelloedd, canolfannau hamdden, canolfannau crefyddol, a hybiau cymunedol, ac ar-lein. Pan mae ymdrechion yn cael eu gwneud i nodi gofalwyr, gallant fod yn defnyddio iaith sy'n rhwystro'r grwpiau uchod rhag hunan-nodi, gan ddefnyddio'r term gofalwr yn rhy amlwg neu heb ystyried gwahaniaethau diwylliannol ac ieithyddol.



Rydym yn cynnig llinyn ymchwil sy'n seiliedig ar gamau gweithredu sy'n ceisio cynnwys pobl o'r grwpiau uchod a fethodd â chael eu nodi am beth amser pan oeddent yn gofalu am y tro cyntaf, a sefydliadau trydydd sector (e.e. Gofalwyr Cymru ac Ymddiriedolaeth y Gofalwyr) sy'n deall yn union yr hyn sy'n eu rhwystro rhag cael eu nodi. Dylid datblygu strategaethau nodi gyda'r rhanddeiliaid hyn a'u treialu yn y manau ac ar yr adegau a restrir uchod. Bydd hyn yn ein galluogi i ddeall pa strategaethau sydd fwyaf llwyddiannus wrth nodi gofalwyr di-dâl.

Asesiadau Gofalwyr

O dan Adran 24 Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014, mae gan ofalwyr di-dâl yr hawl i asesiad o'u hanghenion gan eu hawdurdod lleol a dylid rhoi'r un ystyriaeth i'w hanghenion ag anghenion y person sy'n derbyn gofal. Dylai'r asesiad nid yn unig ystyried gallu a pharodrwydd y gofalwr i barhau i roi gofal, dylai hefyd ystyried y deilliannau y mae'r gofalwr am eu cyflawni ac a oes angen gwasanaethau i'w helpu i wneud hynny. Mae'r Côt Ymarfer ar gyfer y Ddeddf (Llywodraeth Cymru, 2015) yn cynnig cryn hyblygrwydd i awdurdodau lleol, oherwydd nodir y dylai'r asesiad "fod yn gymesur â'r cais a/neu'r angen a gyflwynir" (t.8), gan roi rwydd hynt i'r awdurdod lleol benderfynu ar fformat a sylwedd yr asesiad a gynhyrchir. Ar ben hynny, mae'r Côt Ymarfer yn cymeradwyo ymdrechion i gynnal asesiadau cyfunol o'r gofalwr a'r sawl sydd o dan ofal pan mae'r awdurdod lleol o'r farn ei bod yn briodol gwneud hynny. Mae hyn yn golygu bod cryn hyblygrwydd o ran sut mae ymarferwyr gwaith cymdeithasol yn cydweithio â gofalwyr, yn asesu eu hanghenion ac yn cynllunio gwasanaethau. Felly, bydd y 22 awdurdod lleol ledled Cymru wedi datblygu ffyrdd amrywiol o asesu anghenion gofalwyr yn ôl pob tebyg. Dylid cofio bod arferion asesu wedi'u datblygu yng nghyd-destun gostyngiadau sylweddol yn yr arian sydd ar gael i'w wario ar wasanaethau gofal cymdeithasol (Gray a Barford, 2018), gan olygu, yn aml, nad oes digon o ymarferwyr ar gael i gynnal asesiadau. Mae damcaniaeth Lipsky (1980) o fiwrocratiaeth ar lawr gwlad yn dynodi bod ymarferwyr rheng flaen yn debygol o ddod o hyd i atebion a dulliau cyffredinol pan maent o dan bwysau i wneud eu gwaith mor syml a hawdd i'w brosesu â phosibl. Felly, disgwylir i natur ac ansawdd asesiadau gofalwyr amrywio'n sylweddol.

Prin yw'r wybodaeth am sut mae awdurdodau lleol wedi cynnal asesiadau gofalwyr ac asesiadau cyfun o dan y Ddeddf. Hyd yn oed cyn y pandemig, ~15% yn unig o'r gofalwyr di-dâl a ymatebodd i arolwg Gofalwyr Cymru (2020) a nododd eu bod hyd yn oed wedi cael asesiad. Mae gwerthusiad diweddar o'r Ddeddf wedi canfod bod y boddhad a fynegwyd gan ofalwyr sydd wedi cael asesiad yn amrywio'n fawr. Roedd rhai yn ystyried eu hasesiad yn foment bwysig o gydnabyddiaeth ac yn gyfle i gael gwasanaethau mawr eu hangen, tra bod eraill o'r farn eu bod yn mynd â grym oddi wrthynt ac yn creu rhwystredigaeth (Llewellyn et al., 2022). Nododd ein hymchwili (Burrows et al, 2021) ac ymgynghoriad dilynol â rhanddeiliaid fod rhai gofalwyr yn wynebu cryn rwystredigaeth wrth chwilio am wasanaethau. Yn eu barn nhw, ychydig o flaenoriaeth a roddir i'w hanghenion nhw ac mae asesiadau'n canolbwyntio'n benodol ar i ba raddau y gallant barhau i ddarparu gofal. Mae angen dod o hyd i ffordd o wneud yn siŵr bod negeseuon gan ofalwyr di-dâl yn dylanwadu ar arferion yn adrannau gwaith cymdeithasol awdurdodau lleol. Amlygodd adolygiad cyflym diweddar Templeton et al. (2021) o dystiolaeth yn ymwneud ag asesiadau o anghenion gofalwyr di-dâl y data cymharol doreithiog sy'n ymwneud â safbwyntiau a phrofiadau gofalwyr. Fodd bynnag, ychydig iawn o ymchwil sy'n cofnodi arferion a safbwyntiau'r rhai sy'n cynnal yr asesiadau yng Nghymru o dan y Ddeddf yn ôl pob golwg.

Rydym yn awgrymu ymchwil ar sail dulliau cymysg i fapio natur, fformat ac ansawdd asesiadau gofalwyr ar draws y 22 awdurdod lleol yng Nghymru, gan ganolbwyntio ar arferion gweithwyr cymdeithasol. Mae angen deall y prosesau a ddefnyddir gan weithwyr cymdeithasol i wneud penderfyniadau wrth asesu gofalwyr di-dâl a pha fanteision y gallai gweithwyr cymdeithasol eu disgwyl o ganlyniad i gwblhau asesiad o ofalwr. Ar ben hynny, mae angen cynnal cyfweiliadau ansoddol a grwpiau ffocws gyda gweithwyr cymdeithasol i weld beth yw eu dealltwriaeth o safbwyntiau ac anghenion gofalwyr di-dâl. Bydd hyn yn helpu i nodi cryfderau a rhwystrau presennol ar gyfer arferion da wrth weithio gyda gofalwyr. Drwy wneud y gwaith hwn, gallai fod yn bosibl llunio teipoleg o ddulliau asesu a chynllunio cymorth i ofalwyr di-dâl ym maes gwaith cymdeithasol. Dylai'r gwaith hwn gael ei gwblhau ochr yn ochr ag arolygon gyda gofalwyr sydd naill ai wedi cael asesiad o ofalwr neu asesiad cyfunol i weld pa mor fodlon yr ydynt ar y broses a'r deilliannau. Gallai hyn helpu i nodi arferion da pe bai cysylltiad yn dod i'r amlwg rhwng dulliau awdurdod lleol penodol a boddhad gofalwyr.

Llwybrau at Gymorth

Un o'r prif heriau i ofalwyr di-dâl a nodwyd drwy ein hymchwil a'n hymgyngoriad oedd ymdeimlad o ddryswch a siom ynghylch deilliannau asesiadau a'r cymorth dilynol a gynigiwyd. Yn aml roedd gwahaniaeth rhwng disgwyliadau gofalwyr a'r ddarpariaeth a gyflwynwyd wedi hynny. Yn ôl ein hastudiaethau ein hunain ac astudiaethau eraill, mae gofalwyr yn aml yn dweud eu bod yn amlygu anghenion penodol nad ydynt yn cael eu diwallu, a bod hyn yn arwain at ddadrihiad gyda sefydliadau sy'n cynnig cymorth (Burrows et al., 2021; Dunne a Rogers, 2013; Ridley et al., 2010). Yn ein hymchwil, roedd diffyg atebolrwydd unigol am benderfyniadau sy'n cael eu gwneud gan sefydliadau ynghylch darparu cymorth yn gwaethygu hyn, ac yn golygu bod gofalwyr yn ansicr ynghylch pwy i siarad â nhw neu geisio cymorth. Ar ben hynny, mae'r prosesau perthnasol ar gyfer cael gafael ar y cymorth sydd ar gael ar gyfer anghenion penodol yn aml yn rhai hynod drafferthus a dryslyd i ofalwyr gan fod diffyg gwybodaeth ac arweiniad clir, neu'r canfyddiad o ddiffyg cymorth gan weithwyr proffesiynol wrth drefnu cefnogaeth (Arksey a Hirst, 2005; Giebel et al., 2021; Greenwood a Smith, 2015). Yn ein hymchwil, dywedodd rhai mai ceisio gwneud synnwyr o'r 'ddryswch' o rifau ffôn a chyfeiriadau ebost yw un o'r agweddau mwyaf blinderus ar fod yn ofalwr di-dâl, ac yr hofffen nhw newid hyn yn fwy na dim byd arall am eu gwasanaethau. Yn olaf, gan mai prin yw'r data, os oes data o gwbl, sydd wedi'i gasglu am y cymorth a roddir i ofalwyr o ran y gwasanaethau sydd eu hangen o'u cymharu â'r gwasanaethau a gyflwynir, ychydig o wybodaeth sydd ar gael i ddeall deilliannau'r ddarpariaeth bresennol (Spiers et al., 2021). Mynegwyd y pryderon hyn yn ein hymgyngoriad, ac roedd y rhai oedd yn bresennol yn cytuno bod angen gwell dealltwriaeth arnom o'r llwybrau a ddilynir gan ofalwyr i gael cymorth i werthuso effeithiolrwydd y ddarpariaeth ac i ba raddau y mae anghenion gofalwyr yn cael eu diwallu. Er eu bod wedi'u nodi'n ofalwyr di-dâl, roedd pryder nad oedd llawer ohonynt yn manteisio ar y ddarpariaeth sydd ar gael oherwydd y ffactorau uchod, a bod hyn yn cael effaith andwyol ddilynol ar eu hiechyd a'u lles, yn ogystal ag iechyd a lles y person o dan eu gofal.

Byddai ymchwil sy'n asesu ac yn gwella'r broses o gasglu data cyfredol am lwybrau gofalwyr trwy ddarpariaeth yn werthfawr wrth fynd i'r afael â'r materion uchod. Dylai'r ymchwil geisio deall beth yw anghenion gofalwyr pan maent yn cael eu hasesu, a sut mae'r rhain yn

esblygu trwy gydol y cyfnod y maent yn gofalu. Dylai hefyd nodi'r canlynol: pa wasanaethau a ddarparwyd i fynd i'r afael â'r anghenion hyn; pa sefydliadau a ddarparodd y gwasanaethau hyn; pa anghenion nad oedd modd eu diwallu a'r rhesymau dros hyn; a wnaeth gwasanaethau, wrth i anghenion gofalwyr newid dros amser, ymateb i hyn drwy gynnal asesiadau wedi'u diweddarau a chynnig darpariaeth wedi'i haddasu; ymateb gofalwyr i'r gwasanaethau a gynigir a'u lles parhaus. Nid rhywbeth newydd yw'r heriau sy'n gysylltiedig â chasglu data sylfaenol am bobl sy'n defnyddio gwasanaethau cymdeithasol mewn awdurdodau lleol (oherwydd diffyg adnoddau ac amser yn bennaf). Fodd bynnag gallai prosiect ymchwil a ariennir i gasglu'r data ychwanegol hwn mewn nifer fach o awdurdodau lleol arwain at ddod i gasgliadau cyffredinol a allai helpu i wella gwasanaethau i ofalwyr ledled Cymru heb fod angen casglu data cenedlaethol ar raddfa lawn.

Gofalwyr Di-dâl o Grwpiau Ethnig Lleiafrifol

Wrth gynnal ein hastudiaeth o brofiadau gofalwyr di-dâl yn ystod y pandemig, daeth i'r amlwg nad oeddem wedi recriwtio digon o bobl o gefndiroedd ethnig lleiafrifol i gymryd rhan. Oherwydd cyfyngiadau'r cyfnod cloi ar yr adeg yr oeddem yn casglu data (Ionawr - Ebrill 2021), buom yn dibynnu ar hyrwyddo'r ymchwil drwy'r cyfryngau cymdeithasol ar-lein, a thrwy gysylltiadau mewn sefydliadau sy'n gweithio'n uniongyrchol gyda gofalwyr, gan gynnwys canolfannau gofalwyr lleol, Gofalwyr Cymru, Ymddiriedolaeth Gofalwyr Cymru ac Alzheimers DU. Er ein bod yn cydnabod y gallem fod wedi cael mwy o lwyddiant pe byddem wedi bod yn bresennol yn y fan a'r lle mewn lleoliadau daearyddol lle ceir cymunedau ethnig lleiafrifol, mae ein hanawsterau wrth recriwtio ymatebwyr o gymunedau o'r fath yn ein hatgoffa bod gofalwyr di-dâl o gefndiroedd ethnig lleiafrifol yn llai tebygol na gofalwyr gwyn o gael mynediad at wasanaethau (Greenwood, 2018). Mae ymchwil flaenorol yn awgrymu bod gofalwyr di-dâl o gymunedau lleiafrifol yn fwy tebygol o fod mewn trafferthion ariannol a'u bod yn gwneud mwy o oriau o ofal di-dâl yr wythnos (Canolfan Wybodaeth y GIG, 2010). Mae hyn yn golygu bod angen gwasanaethau arbenigol ar gyfer gofalwyr di-dâl mewn cymunedau ethnig lleiafrifol. Fodd bynnag, mae gwahaniaethau diwylliannol a chamddealltwriaeth, stereoteipio a rhwystrau iaith i gyd yn creu anawsterau ychwanegol o

ran cael mynediad at wasanaethau, gan arwain at ragor o anfanteision (Greenwood et al., 2015). Yng Nghymru, mae gwerthusiad o effaith Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn dangos bod gofalywyr di-dâl o gymunedau ethnig lleiafrifol yn tueddu i deimlo eu bod wedi'u siomi gan wasanaethau cymdeithasol eu hawdurdod lleol. Mynegir hefyd y teimlad nad oes llais ganddynt yn ogystal â phryderon ynghylch hiliaeth yn y modd y caiff gwasanaethau eu dyrannu a'u cyflwyno (Llewellyn, 2022).

Ochr yn ochr â phroblemau o ran darparu gwasanaethau i gymunedau ethnig lleiafrifol mewn modd ansensitif, gall pobl o gymunedau ethnig lleiafrifol wynebu heriau wrth geisio cymorth hefyd. Boed hynny oherwydd gwahaniaethau diwylliannol mewn gwybodaeth a chredoau ynghylch iechyd a gofal, neu ddiffyg ymddiriedaeth yn y gwasanaethau sydd ar gael (Duran-Kiraç et al., 2022). Mae'n bwysig bod yn ymwybodol y gallai ffenomenau a ddisgrifir trwy idiomaau meddygaeth y Gorllewin fod ag ystyron ac esboniadau gwahanol iawn mewn diwylliannau eraill. Er enghraifft, gallai symptomau sy'n cael eu deall yng Nghymru fel rhai sy'n gysylltiedig â dementia, gael eu hystyried fel symptomau mwy diniwed o'r broses heneiddio i deuluoedd Affricanaidd-Carabiaidd (Berwald et al., 2016; Parveen et al., 2017) neu ddynodi anhwylder ysbrydol i deuluoedd Tsieineaidd. (Low et al., 2010). I allu diwallu anghenion gofalywyr di-dâl o gefndiroedd

ethnig lleiafrifol, rhaid ceisio deall eu profiadau trwy eu safbwyntiau a'u dehongliadau nhw. Felly, mae angen ymchwilio i anghenion a phrofiadau gofalywyr di-dâl o gymunedau ethnig lleiafrifol yng Nghymru sy'n rhoi ystyriaeth benodol i'w normau a'u dealltwriaeth ddiwylliannol. Mae'n hanfodol na ddylai ymchwil o'r fath drin statws lleiafrifoedd ethnig fel categori lle mae pawb yr un fath. Yn hytrach, dylai geisio deall y llu o safbwyntiau a phrofiadau ar draws yr ystod amrywiol o ddiwylliannau sy'n rhan o'r Gymru gyfoes.

Byddem yn cynnig menter a fyddai'n cydweithio â nifer o gymunedau ethnig lleiafrifol er mwyn iddynt fframio, dylunio a chynnal eu hymchwil eu hunain mewn partneriaeth â gwasanaethau lleol. Byddai hyn yn meithrin dealltwriaeth gyffredin o'u profiadau o fod angen gofal a'i roi, yn ogystal ag o dderbyn gwasanaethau. Wrth wneud hynny, bydd angen symud i ffwrdd o wybodaeth a thybiaethau Gorllewinol, er mwyn cael dealltwriaeth ddiwylliannol briodol a chyd-destunol. Byddai angen adnoddau priodol ar gyfer y gwaith hwn i allu cydweithio â chynrychiolwyr o gymunedau lleol y tu hwnt i grwpiau cydnabyddedig sy'n rhoi cymorth i ofalwyr. Y nod fyddai cyrraedd pobl nad ydynt, o bosibl, wedi nodi eu bod yn ofalwyr eisoes. Rhagwelwn y byddai'r gwaith hwn yn ategu'r gwaith sy'n mynd rhagddo ar hyn o bryd dan arweiniad Ymddiriedolaeth Gofalywyr Cymru, ac yn adeiladu arno. Wrth gynnig yr ymchwil hon, rydym yn cydnabod y

posibilrwydd na fydd targedu gwasanaethau cymorth arbenigol ar gyfer cymunedau penodol yn briodol ym mhob sefyllfa oherwydd gallai gofalywyr di-dâl mewn rhai cymunedau fod yn amharod i ddefnyddio gwasanaethau lleol am nad ydynt am gwrdd â phobl y maent yn eu hadnabod. Mae hyn oherwydd y stigma sy'n gysylltiedig â salwch, anabledd a derbyn gwasanaethau, Mae hyn yn enghraifft bellach o bwysigrwydd ymchwil sy'n canolbwyntio ar safbwyntiau'r cymunedau a'r unigolion y gellir datblygu gwasanaethau ar eu cyfer.



Cyfeiriadau

Arksey, H., a Hirst, M. (2005) Unpaid carers' access to and use of primary care services. *Primary Health Care Research & Development*, 6(2), tt.101-116.

Berwald, S., Roche, M., Adelman, S., Mukadam, N. a Livingston, G. (2016) Black African and Caribbean British communities' perceptions of memory problems: "We don't do dementia." *PloS one*, 11(4), p.e0151878.

Burrows, D., Lyttleton-Smith, J., Sheehan, L. a Jones, D. (2021) *Lleisiau Gofalwyr yn ystod Pandemig COVID-19: Negeseuon ar gyfer dyfodol gofalu di-dâl yng Nghymru*. Prifysgol Caerdydd.

<https://phw.nhs.wales/publications/publications1/voices-of-carers-during-the-covid-19-pandemic-messages-for-the-future-of-unpaid-caring-in-wales/>

Carers UK (2019) *State of Caring report 2019*

https://www.carersuk.org/images/News_-_campaigns/CUK_State_of_Caring_2019_Report.pdf

Carers UK (2021) *State of Caring 2021 Report*.

<https://www.carersuk.org/for-professionals/policy/policy-library/state-of-caring-2021-report>

Gofalwyr Cymru (2020) *Track the Act: Briefing 5*

<https://www.carersuk.org/files/section/6609/carers-wales-track-the-act-briefing-final-version-eng.pdf>

Dunne, E., a Rogers, B. (2013) "It's us that have to deal with it seven days a week": carers and borderline personality disorder. *Community Mental Health Journal*, 49(6), tt.643-648.

Duran-Kıraç, G., Uysal-Bozkir, Ö., Uittenbroek, R., van Hout, H. a Broese van Groenou, M.I. (2022) Accessibility of health care experienced by persons with dementia from ethnic minority groups and formal and informal caregivers: A scoping review of European literature. *Dementia* 21(2), tt.677-700.

Giebel, C., Hanna, K., Tetlow, H. et al. (2021) "A piece of paper is not the same as having someone to talk to": accessing post-diagnostic dementia care before and since COVID-19 and associated inequalities. *Int J Equity Health* 20, 76.

Gray, M., a Barford, A. (2018) The depths of the cuts: the uneven geography of local government austerity. *Cambridge journal of regions, economy and society*, 11(3) tt. 541-563.

Greenwood, N. (2018) *Supporting black and minority ethnic carers*.

<https://www.raceequalityfoundation.org.uk/wp-content/uploads/2018/10/REF-Better-Health-484.pdf>

Greenwood, N., Habibi, R., Smith, R. a Manthorpe, J. (2015) Barriers to access and minority ethnic carers' satisfaction with social care services in the community: a systematic review of qualitative and quantitative literature, *Health & Social Care in the Community* 23(11) tt. 64-78.

Greenwood, N., a Smith, R. (2015) Barriers and facilitators for male carers in accessing formal and informal support: A systematic review. *Maturitas*, 82(2), tt.162-169.

Huang, F., Cai, Y., Florentin, D., Song, J., a Davies, A. (2021a) *Cau'r bwlch ymgysylltu ag addysg i ofalwyr ifanc*. Iechyd Cyhoeddus Cymru - Ymchwil a Gwerthuso, ISBN 978-1-78986-154-451

<https://phw.nhs.wales/news/closing-educational-engagement-gap-for-young-carers-is-key-to-improving-health-and-wellbeing-of-future-generations/>

Huang, F., Bentley, L., Cai, Y., Hodgson, K., Song, J., a Davies, A. (2021b) *Gofalwyr di-dâl yng Nghymru: Penderfyniadau llesiant meddyliol*. Iechyd Cyhoeddus Cymru - Ymchwil a Gwerthuso, ISBN: ISBN 978-1-78986-

154-559

<https://icc.gig.cymru/cyhoeddiadau/cyhoeddiadau/gofalwyr-di-dal-yng-nghymru-penderfyniadau-llesiant-meddyliol/>

Huang, F., Song, J., a Davies, A. (2021) *Gofalwyr di-dâl yng Nghymru: Creu e-garfan i ddeall cyflyrau iechyd hirdymor ymhlith gofalwyr di-dâl yng Nghymru*. Iechyd Cyhoeddus Cymru - Ymchwil a Gwerthuso, ISBN: 978-1-78986-154-557

<https://icc.gig.cymru/cyhoeddiadau/cyhoeddiadau/gofalwyr-di-dal-yng-nghymru-creu-e-garfan-i-ddeall->

Lipsky, M. (1980) *Street-Level Bureaucracy: The Dilemmas of Individuals in Public Services*. New York: Russell Sage Foundation.

Llewellyn, M. (2022) *Gwerthusiad o Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014: disgwyliadau a phrofiadau defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr Du, Asiaidd ac Ethnig Lleiafrifol*
<https://llyw.cymru/sites/default/files/pdf-versions/2022/4/3/1651042871/gwerthusiad-o-ddeddf-gwasanaethau-cymdeithasol-llesiant-cymru-2014-disgwyliadau-phrofiadau.pdf>

Llewellyn M., Verity F., Wallace S. a Tetlow S. (2022) *Disgwyliadau a Phrofiadau: Safbwyntiau Defnyddwyr Gwasanaeth a Gofalwyr ar Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru)*. Caerdydd. Llywodraeth Cymru, adroddiad GSR rhif 16/2022.
<https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2022-03/safbwyntiau-defnyddwyr-gwasanaeth-a-gofalwyr-ar-ddeddf-gwasanaethau-cymdeithasol-a-llesiant-cymru-2014-hawdd-ei-darllen.pdf>

Low, L.F., Anstey, K.J., Lackersteen, S.M., Camit, M., Harrison, F., Draper, B. a Brodaty, H. (2010) Recognition, attitudes and causal beliefs regarding dementia in Italian, Greek and Chinese Australians. *Dementia and geriatric cognitive disorders* 30(6), tt.499-508

Canolfan Wybodaeth y GIG (2010) *Survey of Carers in Households – England, 2009-10*.
<https://digital.nhs.uk/data-and-information/publications/statistical/personal-social-services-survey-of-adult-carers/survey-of-carers-in-households-england-2009-10>

Parveen, S., Peltier, C. a Oyebode, J.R. (2017) Perceptions of dementia and use of services in minority ethnic communities: A scoping exercise. *Health and Social Care in the Community* 25(2), tt.734-742.

Ridley, J., Hunter, S., a Rosengard, A. (2010) Partners in care?: views and experiences of carers from a cohort study of the early implementation of the Mental Health (Care & Treatment)(Scotland) Act 2003. *Health & Social Care in the Community*, 18(5), tt.474-482.

Spiers, G.F., Liddle, J., Kunonga, T.P., Whitehead, I.O., Beyer, F., Stow, D., Welsh, C., Ramsay, S.E., Craig, D. a Hanratty, B. (2021) What are the consequences of caring for older people and what interventions are effective for supporting unpaid carers? A rapid review of systematic reviews. *BMJ open*, 11(9), p.e046187

Templeton, F., Mitchell, D. a Luff, R. (2021) *Review of evidence relating to unpaid carers' needs assessments in Wales*. Sefydliad Gofal Cymdeithasol er Rhagoriaeth.
<https://www.scie.org.uk/files/wales/evidence-review-unpaid-carers-assessments-in-wales.pdf>

Llywodraeth Cymru (2015) *Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 Rhan 3 Côt Ymarfer (asesu anghenion unigolion)*
<https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-05/part-3-code-of-practice-assessing-the-needs-of-individuals.pdf>

Atodiad: Chwilio am lenyddiaeth ar gronfa ddata Gofal Cymdeithasol Ar-lein

Pwnc	Termau chwilio	Teitlau a adolygwyd
Nodi gofalwyr / Carer identification	<ul style="list-style-type: none"> Gofalwr / Carer [<ul style="list-style-type: none"> AllFields:‘carer’ NEU AllFields:‘caregiver’ NEU AllFields:“care giver” <p>A</p> <ul style="list-style-type: none"> Nodi / Identification [<ul style="list-style-type: none"> AllFields:‘identification’ NEU AllFields:‘recognition’ NEU AllFields:“first contact” 	175
Asesiadau Gofalwyr / Carer Assessments	<ul style="list-style-type: none"> Gofalwr Mai 2022 / Carer May 2022 [<ul style="list-style-type: none"> AllFields:“unpaid carer” NEU AllFields:“informal carer” NEU AllFields:“family carer” NEU AllFields:‘caregiver’ <p>AC</p> <ul style="list-style-type: none"> Asesu / Assessment [<ul style="list-style-type: none"> AllFields:‘assessment’ <p>A</p> <ul style="list-style-type: none"> Wales 2 / Cymru 2 [<ul style="list-style-type: none"> AllFields:‘Wales’ NEU AllFields:‘Welsh’ NEU AllFields:“Social Services and Well-being Wales Act 2014” 	70
Llwybrau Gofalwyr / Carer Pathways	<ul style="list-style-type: none"> Gofalwr Mai 2022 / Carer May 2022 [<ul style="list-style-type: none"> AllFields:“unpaid carer” NEU AllFields:“informal carer” NEU AllFields:“family carer” NEU AllFields:‘caregiver’ <p>A</p> <ul style="list-style-type: none"> Llwybrau / Pathways [<ul style="list-style-type: none"> AllFields:‘pathways’ NEU AllFields:‘outcomes’ <p>A</p> <ul style="list-style-type: none"> Support 2 / Cymorth 2 [<ul style="list-style-type: none"> AllFields:‘support’ NEU AllFields:‘service’ NEU AllFields:‘intervention’ <p>A</p> <ul style="list-style-type: none"> Y DU / UK [<ul style="list-style-type: none"> AllFields:‘UK’ NEU AllFields:‘Wales’ 	36

<p>Carers from minority ethnic communities / Gofalwyr o gymunedau ethnig lleiafrifol</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gofalwyr / Carers [<ul style="list-style-type: none"> - AllFields:“carer“ - NEU AllFields:‘caregiver‘] <p>AC</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ethnigrwydd / Ethnicity [<ul style="list-style-type: none"> - AllFields:‘ethnic‘ - NEU AllFields:‘BAME‘ - NEU AllFields:‘BME‘ - NEU AllFields:‘minority‘] 	<p>187</p>
--	---	------------



Adeilad Morgannwg
Prifysgol Caerdydd
Rhodfa Brenin Edward VII
Caerdydd
CF10 3WT

Cyfeiriadau Ymchwil yn y Dyfodol ar gyfer Gofal Di-dâl yng Nghymru

Awst 2022



Ariennir gan Iechyd Cyhoeddus Cymru

Un o sefydliadau'r GIG yw Iechyd Cyhoeddus Cymru. Mae'n rhoi cyngor annibynnol ynghylch iechyd cyhoeddus a gwasanaethau i warchod a gwella iechyd a lles pobl Cymru. Ariannwyd y gwaith o gynhyrchu'r adroddiad hwn gan Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Fodd bynnag, barn yr awduron sydd i'w gweld yn yr adroddiad ac ni ddylid cymryd yn ganiataol eu bod yr un peth â barn Iechyd Cyhoeddus Cymru.