Prosiect Addasiad Ymyrraeth Iechyd Meddwl Pobl Ifanc yn yr Ysgol (SAMA) - Canfyddiadau Cam 1

CEFNDIR

13%

O BOBL IFANC 10-19 OED SYDD Â CHYFLWR IECHYD MEDDWL

Mae'r rhan fwyaf o bobl ifanc yn profi neu'n cae diagnosis o gyflyrau am y tro cyntaf yn

17 oed am orbryder

20.5 oed am iselder

Felly mae angen atal yn ystod llencyndod cynnar

Yng Nghymru, mae dogfennau polisi yn disgrifio'r canol coll fel pobl ifanc nad ydynt yn gymwys i gael gofal arbenigol ond sy'n methu dod o hyd i gefnogaeth ataliol addas.

NOD Y GWAITH YMCHWIL HWN OEDD DEALL:

Pwy yw'r canol coll sy'n cael eu hystyried?
Beth yw eu hanghenion canfyddedig?
Beth yw'r cyd-destun presennol i'r grŵp hwn, yn enwedig mewn ysgolion?

DULLIAU

DADANSODDI DOGFENNAU, GRWPIAU FFOCWS A CHYFWELIADAU

16 Dogfennau polisi ac ymchwil, ac adroddiadau rhanddeiliaid ar iechyd meddwl pobl ifanc yng Nghymru

35 Myfyrwyr ysgol uwchradd

18 Staff yr Ysgol - gan gynnwys y tîm uwch reoli, staff addysgu, y rhai sy'n gyfrifol am iechyd a lles/gofal bugeiliol

25 Rhanddeiliaid ehangach - llunwyr polisïau, gweithwyr proffesiynol ac ymarferwyr o'r sectorau Addysg, Iechyd a Gwirfoddol

CANLYNIADAU

CANFYDDIADAU YNGHYLCH PWY YW'R CANOL COLL

- Pobl ifanc sy'n cael eu bownsio rhwng gwasanaethau
- Mae ganddyn nhw naill ai symptomau gorbryder ac iselder nad ydyn nhw'n cyrraedd trothwyon gwasanaeth arbenigol, NEU mae ganddyn nhw broblemau gofid/gweithredu lefel uchel ond ychydig o symptomau
- Roedd rhai cyfranogwyr o'r farn bod y canol coll hefyd yn cynnwys pobl ifanc niwroamrywiol (ND) sy'n cael trafferth derbyn cefnogaeth niwroamrywiol ddigonol.

ACHOSION CANFYDDEDIG

- Pontio rhwng ysgolion a phwysau arholiadau
- Materion teuluol
- Cyfryngau cymdeithasol a thechnoleg
- COVID-19 yn amharu ar ddatblygiad ac addysg pobl ifanc

POBL IFANC Y TYBIR EU BOD MEWN PERYG

Niwrowahanol
Sydd â phrofiad o fod mewn gofal
Cefndiroedd difreintiedig
Lesbaidd, hoyw, deurywiol, trawsryweddol, cwiar, neu'n cwestiynu

ANGHENION CANFYDDEDIG

Angen am sbectrwm o gefnogaeth gan gynnwys ymyriadau gan yr ysgol a'r teulu

Gallai cefnogaeth yn yr ysgol ganolbwyntio ar

- Sgiliau datrys problemau
- Rheoli emosiynau
- Datblygu perthnasoedd iach â chyfoedion yn enwedig i leihau unigrwydd.

CYD-DESTUN CANFYDDEDIG YNG NGHYMRU

- ↑ o ran pa mor agored ac ymwybodol yw pobl ifanc ynglŷn ag iechyd meddwl ac yn niferoedd y rhai sy'n ceisio cefnogaeth
- ↓ o ran stigma sy'n gysylltiedig ag iechyd meddwl
- ↑ wrth labelu pryderon arferol ac amrywiadau mewn hwyliau fel iselder a gorbryder
- ↑ mewn hunan-ddiagnosis oherwydd iaith feddygol a ddefnyddir i ddeall tyfu'n hŷn

CYD-DESTUN CANFYDDEDIG AR GYFER CEFNOGAETH YN YR YSGOL

- Mae mwy o gyllid wedi bod ar gyfer cwnsela a chefnogaeth emosiynol
- Mae digonedd o gefnogaeth fewnol yn cael ei chynnig gan ysgolion, a thrwy ddarparwyr allanol fel y sectorau gwirfoddol ac iechyd, a chwmnïau er elw.
- Mae ysgolion yn amgylchedd diogel a chefnogol i geisio cefnogaeth i lawer o bobl ifanc

- Nid yw cyllidebau'n ddigonol o hyd i fodloni'r galw
- Amser ac adnoddau cyfyngedig o fewn ysgolion
- Galw mawr a rhestrau aros hir am wasanaethau sydd eisoes yn cael eu cynnig fel cwnsela ysgol
- Mae diffyg dealltwriaeth ynghylch pa wasanaethau sy'n cael eu cynnig yn arwain at ysgolion yn ansicr beth i'w gyflwyno
- Diffyg cydlynu gwasanaethau a gynigir i ysgolion
- Diffyg ymyriadau ar sail tystiolaeth

YSTYRIAETHAU AR GYFER Y DYFODOL

Dylai ymyriadau gynnwys y rhai sy'n profi lefelau uchel o ofid neu broblemau gweithredu, yn ogystal â'r rhai sydd â lefel uchel o symptomau

Mae angen mwy o eglurder ynghylch pa ymyriadau sy'n ceisio newid i sicrhau eu bod yn diwallu anghenion pobl ifanc unigol

Mae angen sbectrwm o gefnogaeth ar y canol coll gan gynnwys ymyriadau gan yr ysgol a'r teulu

Er bod iechyd meddwl pobl ifanc wedi cael blaenoriaeth yng Nghymru, mae angen i ni sicrhau bod gwahanol sectorau'n cydweithio i gynnig y gefnogaeth orau i unigolion.

Mae'r gwaith ymchwil hwn yn rhan o astudiaeth ehangach i nodi ac addasu ymyrraeth mewn ysgolion yng Nghymru. Cysylltwch â Dr Hayley Reed yn reedhm@caerdydd.ac.uk i gael rhagor o wybodaeth