Centre of expertise on child sexual abuse

Beth mae angen i **swyddogion proffesiynol yr heddlu** ei wybod am gam-drin plant yn rhywiol

Tachwedd 2025

Cynnwys

Cyflwyniad ... 3
1. Pa mor gyffredin yw cam-drin plant yn rhywiol? ... 4
2. Sut a ble mae cam-drin plant yn rhywiol yn digwydd ... 5
3. Pobl sy'n cam-drin plant yn rhywiol ... 8
4. Sefyllfaoedd sy'n gallu gwneud plant yn agored i gael eu cam-drin yn rhywiol ... 10
5. Adnabod achos o gam-drin plant yn rhywiol ... 11
6. Sut mae ymateb i blentyn ... 13
7. Siarad â phlant am gam-drin rhywiol ... 14
8. Effeithiau cam-drin plant yn rhywiol ... 15
9. Cymorth i deuluoedd yn dilyn cam-drin rhywiol ... 17
10. Mae pobl yn gallu gwella ... 19
Adnoddau defnyddiol ... 21
Cyfeiriadau ... 22

Gair am y Ganolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol (Ganolfan CPRh)

Ein nod cyffredinol yw lleihau effaith cam-drin plant yn rhywiol drwy atal ac ymateb gwell, fel bod plant yn gallu byw'n rhydd o fygythiad a niwed cam-drin rhywiol.

Rydym yn dîm amlddisgyblaeth, wedi ein hariannu gan y Swyddfa Gartref a'n gweinyddu gan Barnardo's. Gweithiwn yn agos â phartneriaid allweddol o sefydliadau academaidd, awdurdodau lleol, iechyd, addysg, yr heddlu a'r sector gwirfoddol. Ein nod yw:

- cynyddu'r flaenoriaeth a roddir i gam-drin plant yn rhywiol, drwy wella dealltwriaeth o'i raddfa a'i natur
- sicrhau bod mwy'n cael ei wneud i adnabod ac ymateb yn well i blant a phobl ifanc sydd wedi eu cam-drin yn rhywiol
- galluogi tarfu ac atal cam-drin plant yn rhywiol yn fwy effeithiol, drwy well dealltwriaeth o ymddygiad/parhad sy'n cam-drin yn rhywiol.

Rydym yn ceisio cyflwyno'r newidiadau hyn drwy:

- cynhyrchu a rhannu gwybodaeth am raddfa a natur cam-drin plant yn rhywiol, a'r ymateb iddo
- mynd i'r afael â bylchau mewn gwybodaeth drwy rannu ymchwil a thystiolaeth
- darparu hyfforddiant a chymorth i weithwyr proffesiynol ac ymchwilwyr sy'n gweithio yn y maes
- ymgysylltu â pholisi a dylanwadu arno.

Cyflwyniad

Mae'r ddogfen hon yn cyflwyno rhywfaint o'r ymchwil a'r ystadegau allweddol ar yr hyn a wyddom am gam-drin plant yn rhywiol: beth ydyw, pwy sy'n niweidio plant, ble mae'n digwydd, yr effaith ar blant ac, yn hollbwysig, yr hyn y gallwch chi fel gweithiwr proffesiynol yr heddlu ei wneud mewn ymateb i hyn. Mae ar gyfer pob swyddog proffesiynol yr heddlu, p'un ai chi yw'r swyddog cyntaf sy'n ymateb i alwad neu'r swyddog sydd wedi'i neilltuo i achos.

Yn y 10 adran, ceir blychau glas sy'n cynnwys gwybodaeth allweddol, awgrymiadau a chanllawiau i chi eu hystyried pan fyddwch yn wynebu pryderon am gam-drin plant yn rhywiol.

Ar y diwedd, mae dolenni i gyhoeddiadau eraill gan Ganolfan CPRh, sy'n cynnwys gwybodaeth ymarferol a chyngor ar ddeall, adnabod ac ymateb i gam-drin plant yn rhywiol.

Cofiwch, nid yw byth yn gyfrifoldeb ar y plentyn i atal camdriniaeth, amddiffyn ei hun na rhoi terfyn ar y cam-drin. Ond drwy ddeall cam-drin plant yn rhywiol yn well, cael sgyrsiau a thynnu sylw at bryderon, gallwn i gyd chwarae rhan yn y gwaith o amddiffyn plant yn well.

Os ydych chi'n poeni bod plentyn wedi cael ei gam-drin yn rhywiol neu ei fod yn cael ei gam-drin yn rhywiol, neu os ydych chi'n poeni am ymddygiad rhywun, mae'n bwysig gweithredu. Ewch i'n Llwybr Ymateb i Gam-drin Plant yn Rhywiol am ganllaw eglur i'ch cyfrifoldebau a'r camau i'w cymryd mewn ymateb i bryderon. Gweler hefyd ein tudalen we Cael Cymorth am fanylion cyswllt sefydliadau sydd yn gallu helpu plant a theuluoedd.i gael manylion cyswllt sefydliadau sy'n gallu helpu.

1. Mae cam-drin plant yn rhywiol yn fwy cyffredin nag y mae'r rhan fwyaf o bobl yn ei feddwl. Mae llawer mwy o achosion o blant yn cael eu cam-drin yn rhywiol nag sy'n cael eu hadnabod fyth, heb sôn am ymateb i'r achosion hynny.

- Rydyn ni'n amcangyfrif yn geidwadol bod un plentyn o bob 10 yn profi rhyw fath o gam-drin rhywiol cyn ei fod yn 16 oed yng Nghymru a Lloegr (Karsna a Kelly, 2021).
- Yn naturiol, mae'r rhan fwyaf o blant yn teimlo nad ydyn nhw'n gallu dweud wrth unrhyw un ar adeg y cam-drin. Yn ôl un arolwg, roedd llai nag un oedolyn o bob 10 a gafodd eu cam-drin yn rhywiol yn ystod plentyndod wedi dweud wrth rywun mewn swydd swyddogol pan ddigwyddodd hynny (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2020).
- Ar hyn o bryd, mae plant yn fwy tebygol o ddioddef troseddau rhywiol nag oedolion – maen nhw'n cyfrif am 40% o'r dioddefwyr ond dim ond 20% o'r boblogaeth (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2023).
- Yn anffodus, bob blwyddyn, amcangyfrifir bod o leiaf 500,000 o blant yng Nghymru a Lloegr yn cael eu cam-drin yn rhywiol (Karsna a Bromley, 2024).

Mae cam-drin plant yn rhywiol yn gyffredin, felly dylech ddisgwyl dod ar draws dioddefwyr a goroeswyr a gweld arwyddion a dangosyddion posibl o gam-drin plant yn rhywiol yn eich gwaith bob dydd. Gall y rhain fod yn arwyddion corfforol, neu gallan nhw ymwneud ag ymddygiad y plentyn a/neu bobl o'u cwmpas, neu ag amgylchedd y plentyn. Mae'n bwysig bod yn effro i'r arwyddion a'r dangosyddion hyn, gan fod plant yn annhebygol o ddweud wrthych chi (neu unrhyw un arall) ar lafar eu bod yn cael eu cam-drin yn rhywiol; efallai nad yw rhai hyd yn oed yn sylweddoli bod yr hyn sy'n digwydd iddyn nhw yn gamdriniaeth.

Cofiwch fod plant – bechgyn yn ogystal â merched – o bob cefndir cymdeithasol ac ethnig yn cael eu cam-drin yn rhywiol.

Er mwyn gwella eich gallu i adnabod achosion o gam-drin plant yn rhywiol yn ystod galwadau ac ymweliadau nad ydynt o reidrwydd yn gysylltiedig â cham-drin plant yn rhywiol, rydym yn argymell eich bod yn defnyddio ein Templed Arwyddion a Dangosyddion yn rheolaidd.

Gallwch gyfeirio at adrannau 'heddlu' Llwybr Ymateb i Gam-drin Plant yn Rhywiol y Ganolfan CPRh i helpu i lywio eich dull o weithio wrth ymateb i honiadau neu bryderon. A gallwch gael mynediad at *Practice Advice for Investigating Child Sexual Abuse and Exploitation* y Rhaglen Hydrant, a'i *Practice Advice for Investigating Online CSAE*, drwy e-bostio HydrantEnquiries@southyorkshirepolice.uk.

Er iddo gael ei ddatblygu i ddechrau i wella ymateb yr heddlu i droseddau yn erbyn oedolion, mae'r model gweithredu cenedlaethol ar gyfer ymchwilio i drais a throseddau rhywiol difrifol hefyd yn cynnig canllawiau mewn achosion lle mae'r troseddau hyn yn cael eu cyflawni yn erbyn plant. Yn ogystal â hyn, efallai y bydd adran arbenigol yn eich heddlu, yn gweithio'n benodol i ymchwilio i'r troseddau hyn, a all roi cyngor a chefnogaeth i chi.

2. Gall plant gael eu cam-drin yn rhywiol mewn llawer o wahanol ffyrdd, gan wahanol bobl ac mewn gwahanol leoedd a sefyllfaoedd, gan gynnwys ar-lein.

- Yn ôl diffiniad Llywodraeth Cymru, "Mae cam-drin plant yn rhywiol yn ymwneud â gorfodi neu ddenu plentyn i gymryd rhan mewn gweithgareddau rhywiol, waeth a yw'r plentyn yn ymwybodol o'r hyn sy'n digwydd neu beidio, gan gynnwys: cyswllt corfforol, gan gynnwys gweithrediadau treiddgar neu weithrediadau nad ydynt yn dreiddgar; gweithgareddau heb gyswllt, fel ymhél plant i edrych ar, neu gymryd rhan mewn, cynhyrchu deunydd pornograffig neu wylio gweithgareddau rhywiol neu annog plant i ymddwyn mewn ffyrdd rhywiol annerbyniol." (Llywodraeth Cymru, 2019:4)
- Gall plant gael eu cam-drin yn rhywiol mewn sefyllfa deuluol gyffredin a thu allan i'r cartref, a gallan nhw gael eu cam-drin gan oedolion, pobl ifanc a phlant (Canolfan CPRh/CATS, 2020).

Gan ei bod yn bosibl fod plant wedi profi sawl math o gam-drin rhywiol, weithiau ar yr un pryd, mae'n bwysig eich bod chi'n casglu tystiolaeth bosibl o sawl ffynhonnell, gan siarad yn breifat â thystion posibl fel aelodau eraill o'r teulu. Gwnewch yn siŵr fod y camera sydd ar y corff wedi'i droi ymlaen i recordio'r holl dystiolaeth bosibl, boed yn llafar neu'n weledol. A recordiwch fanylion unrhyw anafiadau corfforol sydd i'w gweld ar y plentyn. Gellir casglu tystiolaeth hefyd o ddillad gwely, dillad, ffonau, dyddiaduron, camerâu fideo, cyfrifiaduron, consolau gemau neu ddyfeisiau electronig eraill. Os ydych chi'n amau y gallai eitemau gynnwys tystiolaeth, dylech eu diogelu a'u symud o'r cartref, hyd yn oed os mai chi yw'r swyddog cyntaf i ymateb i'r alwad; gall y camau hyn arwain at ymholiadau pellach i swyddogion eraill sy'n rhan o'r ymchwiliad.

Wrth ystyried symud eitemau sy'n perthyn i'r dioddefwr a/neu blant eraill, byddwch yn ofalus i darfu cyn lleied â phosibl. Ystyriwch a ellir defnyddio dyfeisiau'n briodol yn y lleoliad, a ph'un ai y gall ffotograffau o'r mannau priodol ddangos y dystiolaeth angenrheidiol yn ddigonol. Pan fo'n briodol symud dyfeisiau symudol, trefnwch fod y dystiolaeth yn cael ei lawrlwytho oddi arnynt cyn gynted â phosibl fel y gellir eu dychwelyd. Esboniwch i'r plentyn pam ei bod yn angenrheidiol cymryd unrhyw eitemau personol, a ph'un ai, pryd a sut y byddan nhw'n cael eu dychwelyd – ond peidiwch â gwneud unrhyw addewidion oni bai eich bod yn siŵr y gallwch gadw atynt.

- Digwyddodd bron i hanner yr holl droseddau cam-drin plant yn rhywiol a gafodd eu riportio i'r heddlu yng Nghymru a Lloegr yn 2021/22 yn yr amgylchedd teuluol. Mae hynny'n golygu bod y cam-drin wedi digwydd gan rieni, brodyr a chwiorydd, neiniau a theidiau neu unrhyw un a oedd yn ystyried 'un o'r teulu' (Scott, 2023).
- Math arall o gam-drin plant yn rhywiol yw camfanteisio'n rhywiol ar blant, lle mae unigolyn neu grŵp yn defnyddio eu pŵer i orfodi, i berswadio neu i ddylanwadu ar blentyn neu berson ifanc i gymryd rhan mewn gweithgareddau rhywiol.
    - Gall camfanteisio'n rhywiol ar blant ddigwydd drwy gyswllt corfforol uniongyrchol, drwy dechnoleg neu'r ddau ar yr un pryd. Er bod plant a phobl ifanc yn ymddangos fel pe baen nhw'n cydweithredu â'r rhai sy'n camfanteisio arnyn nhw, rhaid i weithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda phlant gofio na ellir cymryd hyn fel cydsyniad. Yn hytrach, mae'n debygol bod y plant hyn yn dioddef sefyllfaoedd lle mae meithrin perthynas amhriodol, gorfodaeth a rheolaeth yn bodoli ar sawl ffurf (Sharp-Jeffs et al, 2017).

Yr oedran ar gyfartaledd lle mae pryderon am gam-fanteisio’n rhywiol ar blant yn cael eu nodi am y tro cyntaf yw 12 i 15 oed - ond mae plant iau hefyd mewn perygl o fod yn destun cam-fanteisio rhywiol, yn enwedig trwy dechnoleg.

Anaml y mae plant a phobl ifanc sy'n cael eu hecsbloetio'n rhywiol yn mynd at yr heddlu yn uniongyrchol, oni bai eu bod mewn perygl uniongyrchol. Efallai na fyddan nhw’n ystyried eu hunain yn ddioddefwyr ac efallai y byddan nhw’n credu eu bod mewn cariad, ac yn meddwl nad oes angen cysylltu â'r heddlu.

Gall unrhyw blentyn neu berson ifanc gael ei ecsbloetio'n rhywiol, er bod rhai yn arbennig o agored i niwed. Byddwch yn effro i ffactorau fel cam-drin blaenorol yn y teulu, amddifadedd, digartrefedd, camddefnyddio sylweddau, anabledd, bod mewn gofal, rhedeg i ffwrdd/mynd ar goll, a bod yn gysylltiedig â gangiau. Yn wir, efallai mai un o'r ffactorau hynny, neu weithgaredd troseddol neu ymddygiad gwrthgymdeithasol sy'n deillio ohono, sy'n arwain at gysylltu yn y lle cyntaf â phlentyn neu berson ifanc sy'n cael ei ecsbloetio'n rhywiol.

Mae’ Child Exploitation Disruption Toolkit y Swyddfa Gartref yn cynnig cyngor ar ddeall maint a natur camfanteisio'n rhywiol ar blant yn eich ardal chi.

- Mae'n gyffredin i'r rhai sy'n cam-drin plant yn rhywiol ddefnyddio technegau 'meithrin perthynas amhriodol' i sicrhau cydsyniad a thawelwch plentyn. Gallan nhw ddefnyddio bygythiadau a grym, ond yn aml maen nhw’n defnyddio gwobrau, ffafriaeth a dieithrio’r plentyn oddi wrth ei ffrindiau a’i deulu neu fanteisio ar normaleiddio gweithgareddau a allai arwain at gam-drin. Gellir defnyddio technegau tebyg ar deuluoedd a chydweithwyr i sicrhau gallu cael gafael ar ddioddefwyr ac osgoi cael eu dal. Gall hyn ddigwydd ar-lein neu wyneb yn wyneb (McNeish a Scott, 2023a).

Peidiwch â derbyn gwybodaeth fel ffaith: gwnewch ymholiadau manwl a heriwch eich rhagdybiaethau eich hun. (Gweler Canllawiau Plismona ar Chwilfrydedd.)

- Mae cyfran sylweddol o gam-drin rhywiol plant yn cael ei wneud gan blant a phobl ifance erail, ac mae aflonyddu a cham-drin rhywiol rhwng myfyrwyr yn yr ysgol yn eang ac yn gallu dod yn 'normaleiddio' (Brown a Tregidga, 2023; McNeish a Scott, 2023b).
    - Mae 'ymddygiad rhywiol niweidiol' yn derm sy'n cael ei ddefnyddio i ddisgrifio amrywiaeth o ymddygiadau gan blant a phobl ifanc o dan 18 oed, yn cynnwys y rheini sy'n cael eu hystyried yn 'amhriodol' ar gam datblygu penodol ac ymddygiadau 'problemus', 'camdriniol' a 'threisgar' (McNeish a Scott, 2023b).
    - O fewn yr amgylchedd teuluol, y drosedd rywiol sy'n cael ei riportio fwyaf i'r heddlu yw cam-drin rhywiol gan riant, ac yna ymddygiad rhywiol niweidiol gan frodyr neu chwiorydd (Vulnerability Knowledge & Practice Programme, 2024).

Os ydych chi'n ymchwilio i honiad neu bryder am ymddygiad rhywiol niweidiol gan blentyn, p'un a oedd wedi'i gyfeirio at rywun y tu allan i'r cartref neu yn erbyn brawd neu chwaer neu berthynas arall, mae'n bwysig sicrhau chwilfrydedd proffesiynol.

Efallai y bydd rhai gweithwyr proffesiynol yn cymryd mater o ymddygiad cam-drin rhywiol gan blentyn yn llai difrifol oherwydd eu bod yn ei chael hi'n anodd derbyn ymddygiad cam-drin rhywiol gan blant, yn enwedig tuag at frodyr a chwiorydd; efallai y bydd eraill yn ymdrin ag ymddygiad rhywiol gan blentyn yn fwy difrifol nag y dylid tra ei fod mewn gwirionedd yn briodol yn ddatblygiadol. Wrth ymchwilio i honiad neu bryder, mae'n bwysig asesu'n ofalus natur ymddygiad y plentyn, gan weithio gyda gweithwyr proffesiynol eraill, fel y gallwch benderfynu ar ymateb priodol gan yr heddlu a sicrhau bod yr holl blant a'u rhieni/gofalwyr yn cael eu cefnogi.

Mae ymddygiad rhywiol niweidiol yn aml yn symptom o broblemau eraill: mae plant sy'n arddangos ymddygiad rhywiol niweidiol yn debygol o fod â hanes o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod ac anawsterau teuluol. Cymerwch amser i ofyn cwestiynau mwy treiddgar i'r plentyn a'r rhai o'u cwmpas, gan fynd y tu hwnt i'r ymddygiad uniongyrchol; efallai bod y plentyn wedi cael ei gam-drin yn rhywiol ei hun, a bod mewn perygl o niwed pellach.

- Cafodd un dioddefwr/goroeswr o bob 10 cam-drin plant yn rhywiol sy'n cynnwys cyswllt corfforol eu cam-drin gan berson mewn sefyllfa o ymddiriedaeth neu awdurdod. Mae hyn yn cynnwys pobl sy'n gweithio mewn lleoliadau sefydliadol fel ysgolion, ysbytai a gofal preswyl, neu mewn lleoliadau fel clybiau chwaraeon neu grwpiau crefyddol (McNeish a Scott, 2023a; Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2020).
- Heddiw, mae technolegau digidol yn rhan o bron pob math o gam-drin plant yn rhywiol. Gall hyn gynnwys drwy sgyrsiau rhywiol â phlant ar-lein, perswadio plant i fod yn noeth neu gyflawni gweithredoedd rhywiol ar fideo neu drwy we-gamera, tynnu delweddau neu fideos o gam-drin rhywiol, gweld a/neu rannu delweddau, neu gyfathrebu â phlentyn ar-lein gyda'r bwriad o'u cam-drin yn bersonol yn nes ymlaen (Brown, 2023; Brown a Tregidga, 2023).
    - Mewn arolwg yn yr Unol Daleithiau, dywedodd un oedolyn ifanc o bob chwech (18–28 oed) eu bod wedi cael eu cam-drin yn rhywiol cyn 18 oed – gan bartneriaid agos, ffrindiau, perthnasau neu rywun roedden nhw'n ei adnabod – naill ai ar-lein neu drwy negeseuon ffôn. Roedd hyn yn cynnwys cael eu gorfodi neu eu bygwth i roi lluniau neu fideos preifat, a siarad neu ateb cwestiynau rhywiol eu natur (Finkelhor et al, 2022).

- Yn fwy diweddar, mae offer deallusrwydd artiffisial yn cael eu defnyddio i gynhyrchu delweddau o bron unrhyw beth ac maen nhw'n edrych yn real, er nad ydyn nhw. Mae'r adnoddau hyn yn cael eu defnyddio fwyfwy at ddibenion niweidiol, gan gynnwys creu delweddau cam-drin plant yn rhywiol. Mae'n bwysig cofio ei bod yn anghyfreithlon creu, edrych ar neu rannu unrhyw ddelweddau o gam-drin plant yn rhywiol, gan gynnwys pan fyddan nhw'n cael eu creu'n artiffisial (McCrindle, 2024).

Efallai y bydd person sy'n cael ei amau o gam-drin plant yn rhywiol eisoes yn hysbys i'r heddlu, felly gallwch gefnogi ymateb aml-asiantaeth i bryderon cam-drin plant yn rhywiol trwy wirio cofnodion yr heddlu ar gyfer cudd-wybodaeth. Ystyriwch wirio Cyfrifiadur Cenedlaethol yr Heddlu (PNC), Cronfa Ddata Genedlaethol yr Heddlu (PND) a'r Gronfa Ddata Troseddwyr Treisgar a Rhywiol (VISOR), yn ogystal â systemau lleol, ar gyfer yr holl droseddau blaenorol, ymchwiliadau a 'rhybuddion' – a rhannwch y rhain, lle bo'n berthnasol, gyda gweithwyr proffesiynol amddiffyn plant eraill sy'n ymwneud â'r achos.

Mewn rhai amgylchiadau cyfyngedig lle gellir sefydlu 'angen cymdeithasol brys', efallai y byddwch yn gallu gwneud datgeliad heddlu cyfraith gyffredin (CLPD) o wybodaeth am unigolyn i'w gyflogwr neu gorff rheoleiddio fel y gellir ystyried mesurau lliniaru risg. Am ragor o wybodaeth, gweler darpariaethau CLPD 2017 a chanllawiau eich heddlu.

Cofiwch fod y Cynllun Datgelu Troseddwyr Rhyw â Plant yn caniatáu ichi amddiffyn dioddefwr posibl o dan yr 'hawl i ddweud', os oes gennych bryderon am y risg y mae person yn ei achosi.

3. Mae plant gan amlaf yn cael eu cam-drin yn rhywiol gan rywun maen nhw'n eu hadnabod ac yn ymddiried ynddo. Mae pobl sy'n cam-drin yn dod o bob math o wahanol gefndiroedd. Nid ydyn nhw'n hawdd eu hadnabod ac weithiau maen nhw'n dal i fod yn blant eu hunain.

- Dywedodd dros draean o'r dioddefwyr a goroeswyr cam-drin plant yn rhywiol sy'n cynnwys cyswllt corfforol eu bod wedi cael eu cam-drin gan ffrind neu rywun roedden nhw neu eu teulu yn eu hadnabod. Dywedodd mwy nag un o bob 10 eu bod wedi cael eu cam-drin gan eu tad/llystad yn ystod eu plentyndod. Dywedodd bron i chwarter mai aelod o'r teulu ar wahân i riant oedd wedi'u cam-drin yn rhywiol (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2020).
- Mae rhai plant yn cael eu cam-drin gan blant a phobl ifanc eraill. Mewn un arolwg yn yr Unol Daleithiau, dywedodd tua un rhan o dair o ddioddefwyr/goroeswyr cam-drin plant yn rhywiol mewn cyd-destunau ar-lein eu bod wedi cael eu cam-drin gan bobl ifanc dan 18 oed; dywedodd ychydig dros draean eu bod wedi cael eu cam-drin gan bobl ifanc 18–25; a dim ond un o bob saith gan oedolion hŷn (Finkelhor et al, 2022).
- Mae cam-drin plant yn rhywiol yn fater rhywedd. Yn 2022/23, roedd bron i 99% o unigolion a gafwyd yn euog o gam-drin plant yn rhywiol yn ddynion (Brown, 2020; Karsna a Bromley, 2024). Fodd bynnag, mae dynion a menywod yn gallu ac yn cam-drin plant yn rhywiol.
- Pan gofnodwyd ethnigrwydd, roedd 88% o'r bobl a gafodd eu herlyn am droseddau cam-drin plant yn rhywiol yn 2022 yn Wyn (Karsna a Bromley, 2024).
- Mae amrywiaeth o lwybrau cymhleth at droseddu rhywiol ac nid yw'n bosibl gwahaniaethu rhwng y rheini sy'n troseddu'n rhywiol a'r rheini sydd ddim. Mae pobl sy'n cam-drin plant yn rhywiol yn dod o bob cefndir (Brown, 2020).

Mae plant yn annhebygol o ddweud wrthych ar lafar eu bod yn cael eu cam-drin yn rhywiol – felly, wrth ymweld â chartref unrhyw blentyn am unrhyw reswm, ystyriwch ymddygiad pobl o amgylch y plentyn:

- Ydyn nhw'n rheoli, neu'n ceisio rheoli, plant ac oedolion eraill yn y teulu?
- Ydyn nhw'n normaleiddio ymddygiadau amhriodol a rhywiol?
- A ydyn nhw'n ymwneud â gofal agos y plentyn?
- Ydyn nhw'n cyfyngu ar gyswllt ag aelodau eraill o'r teulu?
- Ydyn nhw'n atal cyswllt rhwng y plentyn â gweithwyr proffesiynol eraill?

Nid yw unrhyw un o'r pryderon hyn ar ei ben ei hun yn awgrymu camdriniaeth, ond gallwch ddefnyddio ein Templed Arwyddion a Dangosyddion i lunio darlun o'ch pryderon ac yna cymryd camau ar sail y wybodaeth. Gweithiwch gyda gweithwyr proffesiynol eraill o amgylch y plentyn i sicrhau eich bod chi'n cofnodi eu pryderon hefyd.

4. Gall unrhyw blentyn, beth bynnag fo'i oedran, gael ei gam-drin yn rhywiol. Mae'r un mor gyffredin â mathau eraill o gam-drin plant – er bod rhai plant yn fwy tebygol o gael eu cam-drin nag eraill.

- Canfuwyd bod cam-drin plant yn rhywiol yr un mor gyffredin â cham-drin corfforol yn ystod plentyndod. Dywedodd traean o oedolion a ddisgrifiodd gael eu cam-drin yn rhywiol yn ystod eu plentyndod, eu bod wedi cael eu cam-drin am y tro cyntaf cyn iddynt fod yn 9 oed. Dywedodd traean arall fod y cam-drin wedi dechrau rhwng 9 a 12 oed, a'r traean yn weddill yn dweud iddo ddechrau rhwng 13 a 15 oed (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2020).
- Dywedodd dros hanner yr oedolion a ddisgrifiodd gael eu cam-drin yn rhywiol yn ystod eu plentyndod eu bod hefyd wedi profi mathau eraill o gam-drin yn ystod eu plentyndod. Dywedodd un o bob chwech eu bod wedi cael eu cam-drin yn gorfforol, yn emosiynol *ac* yn rhywiol, a'u bod wedi bod yn dyst i drais domestig pan oedden nhw'n blant (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2020).
- Roedd pobl a gafodd eu magu mewn cartref gyda rhywun â phroblem iechyd meddwl neu anabledd tymor hir, neu rywun a oedd yn camddefnyddio alcohol neu gyffuriau, deirgwaith yn fwy tebygol o fod wedi cael eu cam-drin yn rhywiol na'r rhai nad oedden nhw byw mewn sefyllfa o'r fath (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2020).
- Roedd pobl a oedd wedi byw mewn cartref gofal pan oedden nhw'n blant bron bedair gwaith yn fwy tebygol o fod wedi cael eu cam-drin yn rhywiol (Evans, 2019; Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2020).
- Mae plant sydd wedi cael eu hesgeuluso yn bum gwaith mwy tebygol na phlant eraill o fod wedi cael eu cam-drin yn rhywiol hefyd (Karsna a Kelly, 2021).

- Mae plant anabl yn wynebu risg uwch o gam-drin rhywiol na phlant sydd ddim yn anabl (Karsna a Kelly, 2021). Maen nhw'n fwy dibynnol ar rai sy'n rhoi gofal, yn wynebu mwy o rwystrau o ran cyfathrebu, ac mae'n llai tebygol y bydd eu camdriniaeth yn cael ei hadnabod, yn enwedig mewn sefyllfa deuluol (Klebanov et al, 2024).
- Mae cam-drin plant yn rhywiol yn digwydd ymysg pob ethnigrwydd, ond mae dioddefwyr a goroeswyr o gefndiroedd ethnig lleiafrifol yn aml yn wynebu rhwystrau ychwanegol wrth geisio rhoi gwybod am y gamdriniaeth a chael gafael ar gymorth (Ali et al, 2021; Dhaliwal, 2024; Gill a Harrison, 2019).

Wrth ymweld ag unrhyw gartref lle mae pryderon am gam-drin domestig, camddefnyddio sylweddau a/neu esgeulustod, byddwch yn effro i'r risg uwch y gallai cam-drin plant yn rhywiol hefyd fod yn digwydd neu wedi digwydd. Efallai y bydd rhai plant mewn mwy o berygl o gam-drin rhywiol – neu efallai y byddan nhw'n llai tebygol o siarad amdano – oherwydd anabledd, eu hethnigrwydd, eu cyfeiriadedd rhywiol neu eu hunaniaeth rhywedd.

Mae angen defnyddio chwilfrydedd proffesiynol wrth ymateb i bob galwad / galwadau cyson gan blant lle nad oes trosedd neu ymyrryd amlwg. Efallai na fydd pob achos i'w weld yn amlwg. Mae llawer y gallwch ei wneud o hyd i amddiffyn a chefnogi'r plentyn yn yr amgylchiadau hyn – dylech lunio darlun o'ch pryderon yn gyntaf gan ddefnyddio ein Templed Arwyddion a Dangosyddion, ac yna ystyried a oes:

- gwybodaeth am y plentyn, ei deulu a/neu'r person dan amheuaeth y gellir ei hychwanegu at y templed
- a yw eich pryderon yn cyfiawnhau atgyfeiriad ar unwaith i amddiffyn y plentyn neu ddefnyddio pwerau'r heddlu i symud y plentyn i le diogel
- a ddylid rhannu eich pryderon â gweithwyr proffesiynol allweddol eraill o fewn eich partneriaeth/trefniadau diogelu amlasiantaeth
- a oes angen monitro pellach.

5. Mae'r rhan fwyaf o blant yn cadw'n dawel am gam-drin rhywiol ar y pryd. Mae angen i bob oedolyn fod yn effro i bryderon ac ymateb iddyn nhw. Rhaid i unrhyw un sy'n gweithio gyda phlant fod yn hyderus wrth adnabod arwyddion a dangosyddion cam-drin plant yn rhywiol.

- Dywedodd y rhan fwyaf o ddioddefwyr a goroeswyr cam-drin plant yn rhywiol nad oedden nhw erioed wedi dweud wrth unrhyw un am y cam-drin ar y pryd. Mewn un arolwg ymchwil, nid oedd un unigolyn o bob pump erioed wedi dweud wrth unrhyw un o'r blaen (Karsna a Kelly, 2021).
- Mae plant yn fwy tebygol o siarad â ffrindiau neu deulu na gweithwyr proffesiynol, ac fel arfer ffrindiau yw'r rhai cyntaf i adnabod pan fydd pobl ifanc yn ei chael hi'n anodd (Allnock et al, 2019).
- Mae llawer o rwystrau sy'n atal plant rhag siarad am gam-drin rhywiol, a bydd llawer yn teimlo na allan nhw ddweud yn uniongyrchol wrth weithwyr proffesiynol beth sy'n digwydd – na chydnabod eu bod yn cael, neu wedi cael, eu cam-drin. I lawer o ddioddefwyr a goroeswyr, mae rhannu eu profiadau, neu'n eu deall yn llawn, dim ond yn bosibl ar ôl iddyn nhw dyfu'n oedolion (Brennan a McElvaney, 2020).
- Mae angen i bob gweithiwr proffesiynol fod yn hyderus bod ganddyn nhw'r wybodaeth a'r sgiliau i wybod pryd y gallai plant fod yn dangos iddyn nhw fod rhywbeth o'i le.
    - Gall plant ddangos arwyddion gwahanol o gael eu cam-drin, gan gynnwys arwyddion emosiynol, ymddygiadol a/neu gorfforol. Byddwch yn effro hefyd i arwyddion o niwed yn y bobl o gwmpas y plentyn, neu sefyllfaoedd bregus o fewn y teulu neu'r amgylchedd o'u cwmpas.
    - Mae'n bwysig deall yr arwyddion hyn, edrych ar bryderon a chreu darlun o'r hyn maen nhw'n ei ddangos. Mae Templed Arwyddion a Dangosyddion y Ganolfan CPRh yn darparu iaith gyffredin i weithwyr proffesiynol ei defnyddio i drafod, cofnodi a rhannu pryderon bod plentyn yn cael, neu wedi cael, ei gam-drin yn rhywiol, ac i weithredu ar y pryderon hynny.

Mae ymchwil wedi dangos bod parodrwydd plant a phobl ifanc i ymgysylltu â'r heddlu yn gysylltiedig â ffactorau gan gynnwys sut y daethant i sylw'r heddlu, eu profiadau blaenorol o'r heddlu, eu hyder yng ngallu'r heddlu i'w gwneud yn ddiogel, pryder y byddan nhw'n cael eu diystyru neu eu barnu, ymdeimlad o deyrngarwch i'r person/pobl sy'n eu cam-drin, ac ofn effeithiau negyddol iddyn nhw eu hunain neu eu teulu. Gall syniadau am wrywdod, codau 'anrhydedd' a throseddu blaenorol hefyd eu hatal rhag dweud wrthych am yr hyn sydd wedi digwydd iddyn nhw.

Mae dangos eich bod yn ymwybodol o'r pryderon hyn yn un ffordd o ddechrau sgwrs a meithrin ymddiriedaeth.

6. Does dim rhaid i chi fod yn arbenigwr mewn cam-drin plant yn rhywiol i helpu plentyn os ydych chi'n meddwl ei fod mewn perygl neu i weithredu pan fydd gennych chi bryderon. Rhaid i bawb fod yn gyfrifol am ddiogelu plant.

- Nid cyfrifoldeb y plentyn yw atal camdriniaeth, amddiffyn ei hun na rhoi terfyn ar y cam-drin.
- Os oes gennych chi unrhyw bryderon y gallai plentyn fod wedi cael ei gam-drin yn rhywiol, ei fod mewn perygl o gael ei gam-drin yn rhywiol, neu ei gam-drin mewn unrhyw ffordd, yr ymateb priodol yn y rhan fwyaf o achosion yw cysylltu â gofal cymdeithasol plant a/neu â'r heddlu. Os ydych eisiau siarad â rhywun am eich pryderon, gallwch gysylltu â Llinell Gymorth yr NSPCC ar 0808 800 5000. . Bydd ein tîm o arbenigwyr yn barod i wrando, rhoi cyngor a gweithredu os bydd angen. Gallwch hefyd gael gafael ar gymorth lleol drwy chwilio ein Cyfeiriadur Gwasanaethau Cymorth.
- Ni all yr un asiantaeth wneud hyn ar ei phen ei hun. Mae angen i bob gweithwyr proffesiynol ganolbwyntio ar ddiwallu anghenion y plentyn, gan nodi sut maen nhw'n teimlo a beth maen nhw'n gobeithio fydd yn digwydd. Mae'r Ganolfan CPRh wedi creu adnodd rhyngweithiol ar-lein, sef y Llwybr Ymateb, sy'n nodi'r camau y dylid eu cymryd ar adegau allweddol wrth ymateb i bryderon ynghylch cam-drin plant yn rhywiol: o bryderon cyntaf a chamau diogelu cychwynnol i amddiffyn plant ac ymatebion cyfiawnder troseddol. Drwy weithio gyda'i gilydd, gall gwasanaethau helpu i amddiffyn a chefnogi plant a'u teuluoedd yn well.
- Os oes gennych chi bryderon am blentyn, mae'n bwysig meddwl yn gyntaf **'beth os ydw i'n iawn?'** yn hytrach na **'beth os ydw i'n anghywir?'** Mae'n naturiol i obeithio nad yw eich pryderon yn golygu bod plentyn yn cael ei gam-drin yn rhywiol, ac i boeni am gael pethau'n anghywir. Ond beth bynnag fo'ch perthynas â'r plentyn, mae'n bwysig canolbwyntio ar ystyried 'beth os ydw i'n iawn?' Mae profiadau dioddefwyr cam-drin plant yn rhywiol yn dangos, yn rhy aml, nad yw oedolion yn ymateb i'r cwestiwn hwn nac yn cymryd camau gweithredu ac mae plant yn dioddef yn dawel.
- Os ydych chi'n weithiwr proffesiynol sydd eisoes yn gweithio gyda phlant neu oedolion agored i niwed, mae'n bwysig cofio bod y sgiliau sydd arnoch eu hangen i gael sgyrsiau sensitif a allai fod yn anghyfforddus gyda phlant a theuluoedd gennych yn barod. Does dim angen i chi fod yn 'arbenigwr' neu feddu ar sgiliau arbenigol.
- Mae plant angen i chi ddefnyddio'r sgiliau sydd gennych chi'n barod i bwyso a mesur eich pryderon ac i archwilio pob posibilrwydd o'r hyn a allai fod yn digwydd i blentyn, a'r hyn y gallwch chi ei wneud i'w cefnogi a'u diogelu rhag cael eu cam-drin yn rhywiol.

Mae pob un yn cyfrannu eu hanes, eu profiadau a'u gwerthoedd eu hunain i'w gwaith. Er enghraifft, efallai y bydd gennych gredoau personol am yr hyn sy'n gyfystyr ag ymddygiad rhywiol arferol neu beth sy'n diffinio ffiniau priodol yn y cartref – neu efallai y bydd gennych brofiad personol o gam-drin plant yn rhywiol. Mae'n bwysig cydnabod y gall eich profiadau, yn enwedig wrth weithio gydag achosion o gam-drin plant yn rhywiol, herio'r credoau craidd hyn. Gall myfyrio ar hyn eich helpu i sicrhau eich bod yn ddiduedd ac yn ddoeth yn eich gwaith.

7. Mae cam-drin rhywiol yn ffynnu mewn cyfrinachedd a distawrwydd. Mae angen i gymdeithas wynebu'r realiti bod y cam-drin hwn yn digwydd, ac mae angen i unrhyw un sy'n gweithio gyda phlant deimlo'n hyderus ynghylch sut i siarad â phlant amdano.

- Fel cymdeithas, mae angen i ni siarad yn agored am gam-drin plant yn rhywiol: gartref, yn y gwaith, ymysg ffrindiau, teulu ac yn ein cymdogaethau.
- Er bod plant a phobl ifanc yn fwy tebygol o ddweud wrth ffrindiau neu deulu na rhywun mewn rôl broffesiynol, mae angen i bawb sy'n gweithio gyda phlant fod yn barod i wrando ac ymateb yn sensitif, fel bod plant yn teimlo'n ddiogel i ddweud wrthyn nhw os ydyn nhw'n cael eu cam-drin yn rhywiol neu mewn perygl.
- Efallai na fydd plant yn dweud wrth unrhyw un eu bod wedi cael eu cam-drin. Gallai hyn fod oherwydd eu bod yn cael eu bygwth neu eu rheoli'n gyfrwys, neu gall fod oherwydd eu bod yn ofni canlyniadau dweud wrth rywun am y cam-drin (Glinski a Sabin, 2025).
- Mae angen help ar blant i ddweud. Dylai fod yn broses ryngweithiol ddwy ffordd sy'n digwydd dros amser, rhwng y plentyn a'r oedolion o'i gwmpas. Mae'r ffordd mae oedolion yn ymateb i arwyddion o gam-drin rhywiol yn hanfodol er mwyn galluogi plentyn i deimlo ei fod yn gallu ymddiried ynddyn nhw a mynegi ei deimladau ymhellach. Mae angen i weithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda phlant greu amgylchedd cefnogol lle gall plant siarad am eu profiadau a disgwyl cael help (Glinski a Sabin, 2025).

- Mae plant yn gwerthfawrogi cefnogaeth gan weithwyr proffesiynol sy'n ddibynadwy, yn onest, yn optimistaidd ac yn galonogol; sy'n dangos gofal a thosturi; sy'n hwyluso sefyllfa ddiogel y mae'r plentyn yn ei rheoli a'i dewis; ac sy'n darparu eiriolaeth (Warrington et al, 2017).
- Mae'n bwysig cofio bod dioddefwyr a goroeswyr cam-drin plant yn rhywiol yn dweud eu bod am i oedolion eu holi cyn gynted â phosibl os oes ganddyn nhw bryderon, ac yna eu holi eto. Yn wir, roedd y ffaith bod oedolyn yn gofyn am yr ail neu'r trydydd tro yn rhoi hyder iddyn nhw fod eu profiadau'n bwysig, a'u sicrhau y byddai rhywun yn gwrando (Scott et al, 2015).
- Mae Canllaw Cyfathrebu â Phlant y Ganolfan CPRh yn dwyn ynghyd ymchwil, canllawiau ymarfer a gwybodaeth arbenigol – yn cynnwys gan ddioddefwyr a goroeswyr – i helpu i roi'r wybodaeth a'r hyder i weithwyr proffesiynol feithrin ymddiriedaeth, dechrau sgyrsiau a gweithredu.

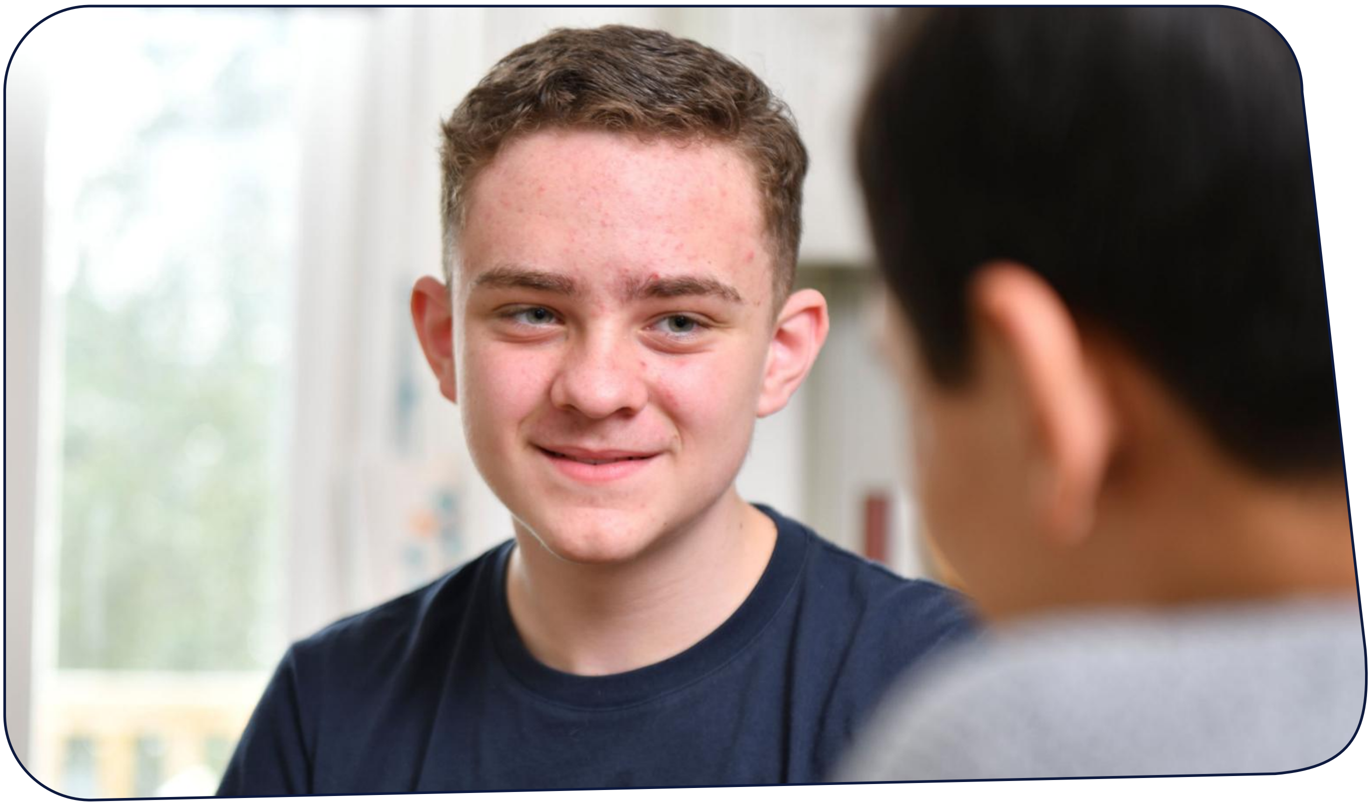
Mae chwilfrydedd proffesiynol yn gofyn i chi ddangos sgiliau cyfathrebu cryf, fel gwrando'n ofalus a dangos empathi. Mae angen i blant deimlo eich bod chi'n neilltuo amser iddynt wrth siarad â nhw: eisteddwch gyda nhw, trowch sain eich radio yn is (neu gwisgwch eich clustffonau i dynnu llai o sylw), a cheisiwch drafod ar eich eistedd.

Nid yw plant yn poeni faint rydych chi'n ei wybod nes eu bod yn gwybod faint rydych chi'n malio.

Mae canfyddiad eang ymhlith plant a phobl ifanc – yn enwedig y rhai sy'n anabl neu o gefndir ethnig lleiafrifol, neu sydd wedi bod/mewn gofal – nad yw'r heddlu yn eu trin yn deg. Byddwch yn barod iddynt beidio â chydweithredu neu hyd yn oed ymddangos yn ymosodol pan fyddan nhw'n cysylltu â chi neu wrth ymgysylltu â chi.

Byddwch yn ofalus i beidio â defnyddio iaith a allai wneud i'r plentyn feddwl eich bod chi'n ei feio am yr hyn sydd wedi digwydd – mae ein Canllaw Cyfathrebu gyda Phlant yn cynnwys cyngor ar hyn.

Cofiwch, er ei bod yn bwysig siarad â'r plentyn am eich pryderon, *nid oes* angen i'r plentyn ddweud wrthych eu bod yn cael eu cam-drin cyn i chi weithredu ar y pryderon hynny.



8. Mae profiad pob plentyn o gael ei gam-drin yn rhywiol, a’r effaith mae’n ei gael arno, yn wahanol.

- Gall cam-drin plant yn rhywiol effeithio ar ddioddefwyr a goroeswyr mewn amrywiaeth o ffyrdd, ond mae effeithiau cam-drin yn amrywio o ran eu natur a’u graddau. Er bod yr effeithiau yn gallu bod yn sylweddol ac yn gydol oes, mae pobl yn gallu gwella ar ôl cael eu cam-drin yn rhywiol a gall gweithwyr proffesiynol wneud gwahaniaeth go iawn, ar y pryd ac yn nes ymlaen yn eu bywydau (Vera-Gray, 2023).
- Mae’r effeithiau’n wahanol i bawb, ond gallan nhw gynnwys y canlynol:
    - Problemau iechyd meddwl a llesiant, yn cynnwys anhwylderau gorbryder, iselder, anhwylderau bwyta, methu cysgu a tharfu ar batrwm cwsg a diagnosis o gyflyrau seiciatrig clinigol tymor hir fel anhwylder straen ôl-drawmatig neu anhwylderau personoliaeth (Vera-Gray, 2023).
    - Newidiadau mewn iechyd corfforol yn gyffredinol, iechyd gastroberfeddol, iechyd gynaecolegol neu atgenhedlol, poen, pwysau a lles cyffredinol. Mae effeithiau corfforol yn aml yn gallu bod yn gysylltiedig ag anawsterau iechyd meddwl y dioddefwr neu’r goroeswr (Vera-Gray, 2023).
    - Mae’n bosibl hefyd y bydd hyn yn effeithio ar weithrediad rhywiol, a pherthnasoedd yn ystod llencyndod ac fel oedolyn. Efallai y bydd rhai dioddefwyr a goroeswyr sy’n oedolion yn rhieni sy’n awyddus i amddiffyn eu plant, ond efallai y bydd eraill yn ei chael hi’n anodd creu a chynnal ffiniau (Vera-Gray, 2023).

Wrth ymateb i unrhyw alwad sy'n ymwneud ag ymddygiad plentyn (e.e. plentyn sydd ar goll, plentyn sy'n arddangos ymddygiad treisgar neu rywiol amhriodol i'w oedran, neu blentyn sy'n defnyddio sylweddau), ystyriwch a allai'r ymddygiadau hyn fod yn arwydd eu bod wedi cael eu cam-drin yn rhywiol. Mae hwn yn gyfle i ddefnyddio chwilfrydedd proffesiynol, gofyn cwestiynau a chadw meddwl agored.

- Gall ffactorau gwahanol ddylanwadu ar effeithiau cam-drin plant yn rhywiol. Gallai’r rhain gynnwys yr oedran y dechreuodd plentyn gael ei gam-drin, pa mor hir y parhaodd y gamdriniaeth, perthynas y plentyn â’r sawl wnaeth eu cam-drin, profiadau eraill yn ystod plentyndod ac ymlyniad wrth rieni/gofalwyr. Gallai’r ffaith bod plentyn wedi dweud wrth rywun am y cam-drin neu beidio hefyd bod yn bwysig, yn ogystal â beth ddigwyddodd ar ôl iddyn nhw ddweud.

Pryd bynnag y mae cam-drin rhywiol yn cael ei amau, dylid cynnig archwiliad meddygol pediatrig i'r plentyn. Cofiwch nad yw'r archwiliad hwn yn ymwneud â chasglu tystiolaeth fforensig yn unig – mae hefyd yn gyfle i gael sgwrs a chynnal asesiad cyfannol o anghenion llesiant ac iechyd cyffredinol y plentyn, gan helpu i liniaru effeithiau'r gamdriniaeth.

Pan fydd yr amheuaeth o gam-drin yn ddiweddar (o fewn yr ychydig ddyddiau diwethaf), ceisiwch drefnu i'r archwiliad meddygol gael ei gynnal cyn y cyfweliad Sicrhau'r Dystiolaeth Orau (ABE), a *chyn gynted â phosibl*: dim ond o fewn 48 awr i'r cam-drin y gellir cael rhywfaint o dystiolaeth fforensig. Gweler canllawiau'r Gyfadran Meddygaeth Fforensig a Chyfreithiol am fanylion yr amserlenni ar gyfer casglu gwahanol fathau o dystiolaeth, a gofynnwch am gyngor gan ganolfan atgyfeirio ymosodiadau rhywiol (SARC).

Os ystyrir nad yw'r cam-drin yn ddiweddar, dylid cynnig archwiliad meddygol o fewn pythefnos i'r penderfyniad i asesu, fel arfer ar ôl y cyfweliad ABE.

Darllenwch beth fyddai’r ffordd orau i chi helpu’r plentyn cyn archwiliad meddygol yn ein canllaw ymarfer Llwybr Ymateb i Gam-drin Plant yn Rhywiol.

9. Gall rhieni a gofalwyr, yn enwedig gyda chymorth gan weithwyr proffesiynol, chwarae rhan allweddol yn y gwaith o gefnogi eu plentyn i leihau effeithiau cam-drin plant yn rhywiol a byw dyfodol hapus ac iach.

- Pan mae plant yn gallu siarad am eu profiadau, maen nhw fel arfer yn troi at deulu neu ffrindiau cyn adrodd i weithwyr proffesiynol. Mae plentyn yn dueddol o droi at ei fam yn gyntaf, yn enwedig plentyn iau (Allnock et al, 2019).
- Ond dangoswyd bod rôl y teulu, yn enwedig rhieni a gofalwyr cefnogol, hefyd yn chwarae rhan bwysig yn y gwaith o wella'r canlyniadau tymor hir i blant sydd wedi cael eu cam-drin yn rhywiol. Gall rhieni, teulu a ffrindiau fod yn allweddol o ran helpu i gefnogi'r plentyn yn emosiynol ac yn ymddygiadol ar eu taith i wella. Gall gweithwyr proffesiynol hefyd wneud gwahaniaeth go iawn, gan gefnogi'r teulu cyfan gydag ymatebion anfeirniadol sy'n seiliedig ar ddealltwriaeth o drawma (Vera-Gray, 2023).
- Mae'r Ganolfan CPRh wedi creu Canllaw Cefnogi Rhieni a Gofalwyr er mwyn i weithwyr proffesiynol allu helpu i ddiwallu anghenion y rhieni eu hunain yn well, a'u helpu hefyd i amddiffyn a chefnogi eu plentyn (ac unrhyw blant eraill yn y teulu) a dod i delerau â'r cam-drin.
- Rydyn ni hefyd yn darparu Cyfeiriadur Gwasanaethau Cymorth lle gall pobl ifanc, oedolion, teuluoedd, gweithwyr proffesiynol ac unrhyw un sydd â phryderon chwilio drwy dros 350 o wasanaethau yn lleol ac yn genedlaethol, i ddod o hyd i gymorth ar gyfer y rheini y mae cam-drin plant yn rhywiol yn effeithio arnyn nhw.

Peidiwch â chymryd yn ganiataol nad yw rhiant/rhieni/gofalwr/gofalwyr plentyn yn fodlon neu'n methu amddiffyn y plentyn rhag cam-drin rhywiol, hyd yn oed os nad yw eu hymateb ar ôl clywed beth wedi digwydd yr hyn rydych chi'n ei ddisgwyl – efallai y byddan nhw mewn sioc neu'n gwadu. Mae eu cynnwys yn ymateb yr heddlu yn bwysig, ar yr amod eich bod yn siŵr nad ydyn nhw wedi bod yn rhan o'r gamdriniaeth. Cofiwch, fodd bynnag, y gall y plentyn fod yn trafod cyd-destunau teuluol/cymunedol lle gallai fod mewn perygl o fathau eraill o niwed (fel priodas dan orfod neu drais ar sail 'anrhydedd') os bydd eraill yn cael gwybod am y gamdriniaeth.

Cofiwch hefyd y gall aelodau o deulu'r plentyn hefyd fod yn destun bygythion neu ymosodiad gan y person neu'r bobl sydd wedi cam-drin y plentyn yn rhywiol.

Os yw ymchwiliad yn arwain at 'ddim gweithredu pellach gan yr heddlu ar hyn o bryd', byddwch yn glir gyda gweithwyr proffesiynol eraill, y rhieni/gofalwyr a (pryd bynnag y bo'n bosibl) y plentyn **nad yw hyn yn golygu nad oes unrhyw gam-drin rhywiol wedi bod** – yn syml mae'n golygu na allwch sicrhau digon o dystiolaeth ar hyn o bryd i fodloni llys y tu hwnt i bob amheuaeth resymol.

Gwnewch yn glir bod yn rhaid i gefnogaeth gan y teulu a gweithwyr proffesiynol eraill barhau – i gefnogi llesiant y plentyn ac i ddarparu cyfleoedd, os daw mwy o dystiolaeth i'r amlwg, i ailagor yr ymchwiliad ac adolygu'r penderfyniad i beidio â bwrw ymlaen.

10. Mae pobl yn gallu gwella ar ôl cael eu cam-drin yn rhywiol. Gall newidiadau bach wneud gwahaniaeth mawr.

- Gyda'r gefnogaeth iawn, mae plant a theuluoedd yn gwella.
- Os ydych chi'n weithiwr proffesiynol sy'n gweithio gyda phlentyn rydych chi'n meddwl sydd wedi cael ei gam-drin yn rhywiol, gall ymateb tosturiol a chyson – adnabod ac ymateb i arwyddion o'r cam-drin, darparu lle i'r plentyn ddweud a derbyn yr hyn mae'r plentyn yn ei ddweud wedi iddo ei ddweud – yn helpu i gyfyngu ar effeithiau camdriniaeth (Vera-Gray, 2023).
- Pan fo pryderon ynglŷn â cham-drin plant yn rhywiol, gall ymyrryd yn gynnar leihau gorbryder a straen i'r goroeswyr: mae'n bwysig bod gweithwyr proffesiynol yn darparu gwybodaeth am beth i'w ddisgwyl, sicrhau gofal prydlon, parchu dymuniadau a dewisiadau'r goroeswyr, creu amgylchedd sy'n hwylus i blant ac ymateb mewn ffordd ddilys sy'n anfeirniadol (Broaddus-Shea et al, 2021).

Gall ymwneud â'r system cyfiawnder troseddol fod yn brofiad negyddol i blant sydd wedi cael eu cam-drin yn rhywiol: gall prosesau ymchwilio beri gofid, amharu ar ymgysylltu ag addysg ac effeithio ar berthynas â theulu a ffrindiau, a gall y plentyn ofni am eu diogelwch corfforol ac emosiynol. Yn ogystal â monitro a mynd i'r afael â risgiau posibl i'r plentyn, gallwch wneud y profiad yn fwy cadarnhaol trwy gydnabod eu teimladau, gofyn iddynt am eu hofnau a'u pryderon, cynnig gwybodaeth glir am eu hawliau, esbonio'n glir beth sy'n mynd i ddigwydd, bod yn gyson, a darparu cyfleoedd lle bo hynny'n bosibl iddynt gael dewis a rheolaeth (trwy gynnig y dewis o heddlu benywaidd neu wrywaidd i siarad â nhw, ac oedolyn dibynadwy i fod yn bresennol os yw'r plentyn eisiau un, er enghraifft). Mae hefyd yn bwysig i chi gadw unrhyw addewidion rydych chi'n eu gwneud i'r plentyn a'i deulu, ac i fod yn onest am gyfrinachedd a'i derfynau.

Bydd cydweithio cynnar â Gwasanaeth Erlyn y Goron (CPS) wrth adeiladu'r achos yn arwain at benderfyniadau cyflymach ynghylch erlyn, a bydd yn lleihau unrhyw bryder ac amharodrwydd sydd gan y plentyn ynglŷn ag ymgysylltu â'r system cyfiawnder troseddol. Ond dywedwch yn glir wrth y plentyn a'i deulu y gall gymryd amser hir i achosion fynd drwy'r system, a gwnewch yn siŵr eich bod chi'n deall canllawiau'r CPS ar fynediad plant at gwnsela cyn treial.

Os yw'r CPS yn penderfynu nad yw'r achos yn bodloni'r profion statudol ar gyfer erlyn ac mai'r penderfyniad yw 'Dim Gweithredu Pellach gan yr Heddlu ar hyn o bryd', gallwch barhau i ystyried defnyddio gorchmynion sifil fel Gorchmynion Atal Niwed Rhywiol (os oes gan y person dan amheuaeth euogfarn rywiol flaenorol) neu Orchymyn Risg Rhywiol (nad yw'n ei gwneud yn ofynnol bod unrhyw hanes o droseddau rhywiol).

Gwneir penderfyniadau i osod y gorchmynion hyn yn ôl yr hyn sy'n debygol: o dan Ddeddf Troseddau Rhywiol 2003 (adrannau 103A a 122A), gellir eu gosod pan nad yw'r baich prawf troseddol yn cael ei fodloni ond bod pryderon ynghylch y bygythiadau posibl gan berson(au) a nodwyd. Gellir defnyddio tystiolaeth ail law a gwybodaeth i gefnogi cais gorchymyn sifil. Gweler y dudalen Court orders and notices o fewn Ymarfer Proffesiynol Awdurdodedig.

Gallwch hefyd geisio rhoi rhybudd cipio plant (CAWN) i'r person dan amheuaeth, sy'n eu hysbysu na chaniateir iddynt gael unrhyw gyswllt â phlentyn a enwir. Mae ein hadroddiad *Police Disruption of Child Sexual Abuse: A Scoping Review* yn cynnwys mwy o wybodaeth am y defnydd ac effeithiolrwydd o CAWNs mewn perthynas â tharfu ar gam-drin plant yn rhywiol.

Mewn sefyllfaoedd lle mae gennych bryderon ynghylch cam-fanteisio'n rhywiol ar blant, mae Child Exploitation Disruption Toolkit y Swyddfa Gartref yn cynnwys rhestr fanwl o gamau y gallwch eu cymryd i darfu ar y gweithgaredd.

- Meddyliwch am y ffordd y gallwch chi roi gobaith. Mae plant, pobl ifanc ac oedolion sydd wedi cael eu cam-drin yn rhywiol yn dweud eu bod am i weithwyr proffesiynol roi gobaith iddyn nhw (Warrington et al, 2017).
- Wrth weithio gydag unrhyw blentyn sydd wedi cael ei gam-drin yn rhywiol, mae'n bwysig deall beth sydd wedi digwydd i'r teulu cyfan, i sylwi ar eich ymatebion a'u herio a chynnal y gobaith y gall y teulu symud ymlaen. Drwy wneud hynny, rydych chi'n gosod y sylfeini ar gyfer yr hyn a allai ymddangos yn heriau aruthrol i ddechrau (Sabin, 2022).
- Cofiwch, mae cam-drin rhywiol yn ffynnu mewn cyfrinachedd. Po fwyaf rydyn ni'n siarad amdano, y mwyaf tebygol ydyn ni o sylwi ar arwyddion o bryder, cymryd camau i atal cam-drin, amddiffyn plant pan fydd pryderon a rhoi'r gefnogaeth sydd arnyn nhw eu hangen.

Mae rhai pobl sy'n cam-drin plant yn rhywiol yn cydweithredu â gweithwyr proffesiynol: maen nhw'n dibynnu ar y gwahanol weithwyr proffesiynol o amgylch y plentyn i beidio â rhannu gwybodaeth a phryderon gyda'i gilydd, a pheidio â chael y darlun llawn. Ni fyddwch yn cael golwg lawn ar bob agwedd ar fywyd y plentyn, felly bydd gweithio gyda gweithwyr proffesiynol eraill fel gweithwyr cymdeithasol, athrawon a gweithwyr iechyd yn eich helpu i lunio darlun o bryder a phenderfynu pa gamau sydd angen eu cymryd, gennych chi a ganddyn nhw.

Adnoddau defnyddiol

Fel y nodwyd yn gynharach, mae gwefan y Ganolfan CPRh yn cynnwys toreth o ymchwil ac adnoddau, gan gynnwys y canlynol:

Templed Arwyddion a Dangosyddion

Mae plant sy’n cael eu cam-drin yn rhywiol yn annhebygol o ddweud wrth weithwyr proffesiynol am eu camdriniaeth. Mae’r templed hwn wedi’i gynllunio i ddarparu iaith gyffredin ymysg gweithwyr proffesiynol i drafod, cofnodi a rhannu pryderon bod plentyn yn cael, neu wedi cael, ei gam-drin yn rhywiol. Bydd yn eich helpu i gofnodi ymddygiad y plentyn a’r rheini a allai fod yn eu cam-drin, yn ogystal ag arwyddion corfforol a ffactorau amgylcheddol, er mwyn i chi allu creu darlun o’ch pryderon.

www.csacentre.org.uk/research-resources/practice-resources/signs-and-indicators/

Canllaw Cyfathrebu gyda Phlant

Mae’n hanfodol bod unrhyw un sy’n gweithio gyda phlant yn gwybod sut i adnabod yr hyn sy’n digwydd ac yn deall sut i helpu’r plentyn i gael y sgwrs honno. Mae’r canllaw hwn yn egluro beth allai fod yn digwydd i’r plentyn a beth allai fod yn ei atal rhag siarad, ac mae’n sicrhau bod gan bob gweithiwr proffesiynol – nid dim ond y rheini mewn rolau diogelu penodol – y wybodaeth a’r hyder i siarad â phlant sydd angen help.

www.csacentre.org.uk/research-resources/practice-resources/communicating-with-children/

Canllaw Cefnogi Rhieni a Gofalwyr

Mae darganfod y gallai eu plentyn fod wedi cael ei gam-drin yn rhywiol yn ddinistriol i riant. Mae llawer o deuluoedd yn teimlo bod gweithwyr proffesiynol yn tybio eu bod yn gwybod am y cam-drin neu wedi methu ag amddiffyn y plentyn. Dysgwch sut gallwch chi ymateb mewn ffordd hyderus a chefnogol fydd pryderon ynghylch cam-drin plant yn rhywiol yn cael eu codi.

www.csacentre.org.uk/research-resources/practice-resources/supporting-parents-and-carers/

Negeseuon allweddol o ymchwil

Mae’r gyfres ‘Negeseuon allweddol o ymchwil’, sydd wedi’i chynllunio ar gyfer pob gweithiwr proffesiynol sy’n gweithio gyda phlant, yn cynnig crynodebau hawdd eu darllen o’r ymchwil ddiweddaraf ym maes cam-drin plant yn rhywiol i gefnogi ymarfer hyderus sy’n seiliedig ar dystiolaeth. Mae’r pynciau a drafodir yn cynnwys effeithiau cam-drin plant yn rhywiol, cam-drin plant yn rhywiol o fewn y teulu, cam-drin plant yn rhywiol gan oedolion mewn cyd-destunau ar-lein ac ymddygiad rhywiol niweidiol mewn cyd-destunau ar-lein.

www.csacentre.org.uk/research-resources/key-messages/

Cyfeiriadau

Ali, N., Butt, J. a Phillips, M. (2021) *Improving Responses to the Sexual Abuse of Black, Asian and Minority Ethnic Children.* Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. https://doi.org/10.47117/WYXG1699

Allnock, D., Miller, P. a Baker, H. (2019) *Negeseuon Allweddol o Ymchwil ar Nodi Datgeliadau o Gam-drin Plant yn Rhywiol ac Ymateb Iddynt.* Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. https://doi.org/10.47117/ZKRC5022

Brennan, E. a McElvaney, R. (2020) What helps children tell? A qualitative meta-analysis of child sexual abuse disclosure. *Child Abuse Review*, 29*(*2): 97–113. https://doi.org/10.1002/car.2617

Broaddus-Shea, E., Scott, K., Reijnders, M. ac Amin, A. (2021) A review of the literature on good practice considerations for initial health system response to child and adolescent sexual abuse. *Child Abuse & Neglect*, 116(1):104225. https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.104225

Brown, S. (2023) *Negeseuon Allweddol o Ymchwil ar Oedolion yn Cam-drin Plant yn Rhywiol mewn Cyd-destunau Ar-lein*. Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. https://doi.org/10.47117/SFGW8563

Brown, S. (2020) *Negeseuon Allweddol o Ymchwil ar Gam-drin Plant Sy'n Cael ei Gyflawni gan Oedolion*. Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. https://doi.org/10.47117/NKUE4918

Brown, S. a Tregidga, J. (2023) *Negeseuon Allweddol o Ymchwil ar Ymddygiad Rhywiol Niweidiol mewn Cyd-destunau Ar-lein.* Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. https://doi.org/10.47117/GEJZ4722

Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol mewn cydweithrediad â'r Centre for Abuse and Trauma Studies, Prifysgol Middlesex (2020) *A New Typology of Child Sexual Abuse Offending*. Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. https://doi.org/10.47117/GPWC2722

Dhaliwal, S. (2024) *Child Sexual Abuse of African, Asian and Caribbean Heritage Children: A Knowledge Review.* Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. https://doi.org/10.47117/AXXZ8961

Evans, J. (2019) *Negeseuon Allweddol o Ymchwil ar Blant Sy'n Derbyn Gofal ac ar Gam-drin Plant yn Rhywiol.* Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. https://doi.org/10.47117/HCPD6064

Finkelhor, D., Turner, H. a Colburn, D. (2022) Prevalence of online sexual offenses against children in the US. *JAMA Network Open*, 5(10):e2234471. https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2022.34471

Gill, A. a Harrison, K. (2019) 'I am talking about it because I want to stop it': Child sexual abuse and sexual violence against women in British South Asian communities. *The British Journal of Criminology*, 59(3):519–529. https://doi.org/10.1093/bjc/azy059

Glinski, A. a Sabin, N. (2025) *Cyfathrebu gyda Phlant: Llawlyfr i Rai Sy'n Gweithio gyda Phlant Sydd Yn, neu Efallai Wedi, Cael eu Cam-drin yn Rhywiol (ail argraffiad).* Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. https://doi.org/10.47117/JWPC8394

Karsna, K. a Bromley, P. (2024) *Child Sexual Abuse in 22/23: Trends in Official Data*. Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. https://doi.org/10.47117/ETKQ3400

Karsna, K. and Kelly, L. (2021) *The Scale and Nature of Child Sexual Abuse: Review of Evidence* (*revised edition).* Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. https://doi.org/10.47117/OBKC1345

Klebanov, B., Friedman-Hauser, G., Lusky-Weisrose, E. a Katz, C. (2024) Sexual abuse of children with disabilities: Key lessons and future directions based on a scoping review. *Trauma, Violence, and Abuse*, 25(2):1296–1314. https://doi.org/10.1177/15248380231179122

Llywodraeth Cymru (2019) *Cynllun Gweithredu Cenedlaethol Atal ac Ymateb i Gam-drin Plant yn Rhywiol: Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Pobl.* Caerdydd: Llywodraeth Cymru. www.llyw.cymru/atal-ac-ymateb-i-gam-drin-plant-yn-rhywiol-cynllun-gweithredu-cenedlaethol

McCrindle, L. (2024) Artificially generated child sexual abuse images: Understanding and responding to concerns. [Blog.] Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. www.csacentre.org.uk/blog/artificially-generated-child-sexual-abuse-images-2024/ [Cyrchwyd 13 Tachwedd 2024.]

McNeish, D. a Scott, S. (2023a) *Negeseuon Allweddol o Ymchwil i Gam-drin Plant yn Rhywiol mewn Cyd-destunau Sefydliadol (ail argraffiad).* Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. https://doi.org/10.47117/KSIQ1466

McNeish, D. a Scott, S. (2023b) *Negeseuon Allweddol o'r Ymchwil ar Blant a Phobl Ifanc Sy'n Arddangos Ymddygiad Rhywiol Niweidiol (ail argraffiad)*. Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. https://doi.org/10.47117/NNXP7141

Sabin, N. (2022) Have confidence in your skills: Navigating our response to sibling sexual harm. {Blog.] Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. www.csacentre.org.uk/blog/have-confidence-in-your-skills-navigating-our-response-to-sibling-sexual-harm-9/ [Cyrchwyd 13 Tachwedd 2024.]

Scott, S. (2023) *Negeseuon Allweddol o Ymchwil ar Gam-drin Plant yn Rhywiol o fewn y Teulu (ail argraffiad).* Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. https://doi.org/10.47117/IAOE4584

Scott, S., Williams, J., McNaughton Nicholls, C., McManus, S., Brown, A., Harvey, S., Kelly, L. a Lovett, J. (2015) *A Briefing for Mental Health Professionals: Why Asking about Abuse Matters to Service Users (Responding Effectively to Violence and Abuse Project, Briefing 3.)* Llundain: Prifysgol Metropolitan Llundain. www.londonmet.ac.uk/research/centres-groups-and-units/child-and-woman-abuse-studies-unit/projects-and-partners/reva-project/

Sharp-Jeffs, N., Coy, M. a Kelly, L. (2017) *Negeseuon Allweddol o Ymchwil ar Gamfanteisio'n Rhywiol ar Blant: Gweithio Amlasiantaethol.* Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. https://doi.org/10.47117/QGWJ4582

Swyddfa Ystadegau Gwladol (2023) Sexual offences prevalence and victim characteristics, England and Wales (Year ending March 2022 edition of this dataset). [Ar-lein.] Ar gael yn: www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/crimeandjustice/datasets/sexualoffencesprevalenceandvictimcharacteristicsenglandandwales [Cyrchwyd 13 Tachwedd 2024.]

Swyddfa Ystadegau Gwladol (2020) Child sexual abuse – Appendix tables (Year ending March 2019 edition of this dataset). [Ar-lein.] Ar gael yn: www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/crimeandjustice/datasets/childsexualabuseappendixtables [Cyrchwyd 13 Tachwedd 2024.]

Vera-Gray, F. (2023) *Negeseuon Allweddol o Yymchwil i Eeffeithiau Cam-drin Plant yn Rhywiol*. Barkingside: Canolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol. https://doi.org/10.47117/XHQX7049

Vulnerability Knowledge & Practice Programme (2024) *National Analysis of Police-Recorded Child Sexual Abuse & Exploitation (CSAE) Crimes Report: January 2022 to December 2022.* Wymondham: VKPP. www.vkpp.org.uk/assets/Files/Publications/National-Analysis-of-police-recorded-CSAE-Crimes-Report-2022-external.pdf

Warrington, C., Beckett, H., Ackerley, E., Walker, M. ac Allnock, D. (2017) *Making Noise: Children's Voices for Positive Change after Sexual Abuse*. Prifysgol Bedfordshire. www.beds.ac.uk/media/86813/makingnoise-20042017.pdf

Centre of expertise on child sexual abuse

Cafodd yr adnodd hwn ei greu gan Stephanie Cain, Kirsty Henderson a Paul Burnside o'r Ganolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol.

Tynnwyd y ffotograffau yn y cyhoeddiad hwn gan ddefnyddio actorion ac nid ydynt yn darlunio sefyllfaoedd gwirioneddol.

The CSA Centre, Tanners Lane, Barkingside, Ilford, Essex, IG6 1QG

www.csacentre.org.uk