Centre of expertise on child sexual abuse

Profiadau ac anghenion cymorth rhieni a gofalwyr plant wedi’u cam-drin yn rhywiol: Adolygiad gwybodaeth

Crynodeb gweithredol

Diana Parkinson

Medi 2026

Cydnabod

Hoffa'r awdur ddiolch i Dr Sarah West (Prifysgol Coventry) a Dr Emilie Smeaton (Trauma-informed Research) am eu cyfraniadau at yr adroddiad hwn, ac i Milly Steele (swyddog ymchwil a gwerthuso yn y Ganolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol) am ei chymorth at y broses mapio llenyddiaeth.

Gair am yr awduron

Mae Dr Diana Parkinson yn brif swyddog ymchwil a gwerthuso yn y Ganolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol.

Gair am y Ganolfan arbenigedd ar gam-drin plant yn rhywiol (Canolfan 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.

Y nodau y gweithiwn i'w cyrraedd 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.

Am fwy o wybodaeth am ein gwaith, ewch i'n gwefan yn **www.csacentre.org.uk**

Crynodeb gweithredol

Mae'r adolygiad gwybodaeth hwn yn cynnig trosolwg ymchwiliol o'r ymchwil a'r adnoddau cyfredol ar anghenion, a chymorth i rieni a gofalwyr nad ydynt wedi cam-drin i blant sydd wedi'u cam-drin yn rhywiol ar ôl canfod plant wedi'u cam-drin yn rhywiol. Mae hyn yn rhan o raglen 'Gwella Cymorth i Rieni a Gofalwyr' y Ganolfan CPRh a'i nod yw mapio'r hyn sy'n hysbys ar hyn o bryd am effaith cam-drin plant yn rhywiol ar rieni'r plentyn, pwysigrwydd cymorth rhieni i blant, sut mae rhieni'n gofalu am eu plant, y rhwystrau maent yn eu hwynebu wrth chwilio am a chael cymorth, rôl gweithwyr proffesiynol, a'r bylchau mwyaf yn y sylfaen dystiolaeth.

Mae'r adolygiad yn mabwysiadu dull mapio pragmataidd yn hytrach na chynnal adolygiad llenyddiaeth trylwyr. Aethpwyd ati i chwilio drwy'r prif gronfeydd data academaidd gan gynnwys PubMed, PsycINFO, Scopus a Google Scholar, ynghyd â llenyddiaeth lwyd fel gwerthusiadau gwasanaeth, crynodebau o dystiolaeth a chanllawiau ymarfer; defnyddiwyd ôl-chwiliadau o gyfeiriadau i ganfod rhagor o astudiaethau perthnasol. Canfuwyd cyfanswm o 109 o astudiaethau a ffynonellau cysylltiedig o'r byd Saesneg ei iaith yn bennaf, gyda'r mwyafrif yn dod o'r UDA a Chanada gyda chyfran lai o'r DU a gwledydd eraill gan gynnwys Awstralia, Iwerddon, yr Iseldiroedd, Seland Newydd, De Affrica a De Korea.

Mae'r adolygiad yn canolbwyntio ar rieni nad oedd yn gysylltiedig â'r cam-drin a defnyddir y term 'rhiant' fel llaw fer am unrhyw oedolyn nad yw wedi cam-drin sydd â rôl rhiant neu brif ofalwr.

Y prif ganfyddiadau

Pwysigrwydd cymorth rhieni i blant sydd wedi cael eu cam-drin yn rhywiol

Canfu'r adolygiad dystiolaeth gref fod cymorth rhieni'n chwarae rôl ganolog yn adferiad plant ar ôl iddynt gael eu cam-drin yn rhywiol::

- Yn y llenyddiaeth, yr ymatebion gwarchodol a nodwyd amlaf oedd credu'r plentyn, rhoi cymorth emosiynol a sicrwydd, a gweithredu i amddiffyn y plentyn rhag rhagor o niwed.
- Roedd lefelau uwch o gymorth rhieni'n cael eu cysylltu â gwelliant mewn iechyd meddwl, canlyniadau ymddygiadol gwell a gwytnwch mwy tymor hir ymhlith plant, ac mi allai ymatebion nad oedd yn cynnig cymorth neu a oedd yn amau'r plentyn waethygu'r a achoswyd gan y cam-drin ei hun.
- Roedd adroddiadau'r plant eu hunain yn cadarnhau'r pwynt hwn, gan ddisgrifio pwysigrwydd cael eu credu a gwybod bod eu rhieni'n bresennol yn emosiynol ac yn mynd ati i geisio helpu.
- Mae'r adolygiad felly'n dangos bod rhieni nid yn unig yn cael eu heffeithio gan y cam-drin ond eu bod hefyd yn ffigurau allweddol yn adferiad eu plentyn. Pan fydd y rhieni eu hunain yn cael help proffesiynol, gall hyn eu gwneud yn fwy galluog i amddiffyn eu plant, ymgysylltu'n effeithiol â gwasanaethau ac i ymateb i anghenion eu plant wrth iddynt esblygu. Dylid deall felly bod cymorth i rieni'n cyfrannu at adferiad a chanlyniadau diogelu, ac fel rhan o unrhyw ymateb teulu cyfan.

Effaith y cam-drin ar rieni a'u gallu i ofalu am eu plentyn

Mae'r dystiolaeth yn dangos dro ar ôl tro bod darganfod bod plentyn yn cael ei gam-drin yn gallu cael effaith ddifrifol ar lesiant emosiynol a seicolegol rhieni:

- Yn aml roedd rhieni'n nodi sioc, euogrwydd, cywilydd, anobaith, dicter, trallod ac yn beio'u hunain, gyda rhai hefyd yn profi symptomau trawma, effeithiau salwch, gydag atgofion am eu camdriniaeth eu hunain neu drawma arall yn dychwelyd.
- Yn aml roedd yr effeithiau hyn yn tarfu ar gydberthnasau teuluol, ynysigrwydd cymdeithasol, straen ariannol a phwysau ymarferol difrifol, ac roeddent i gyd yn ei gwneud yn anos i rieni ofalu am eu plentyn ac i ymateb yn y ffordd y buasent yn dymuno.
- Canfu'r adolygiad hefyd fod mamau a thadau'n gallu profi'r effeithiau hyn mewn ffyrdd gwahanol, a bod y rhain wedi'u ffurfio gan ddisgwyliadau rhywedd. Roedd mamau'n amlach yn cael eu portreadu fel yr un a oedd yn ysgwyddo'r baich emosiynol a gofal mwyaf, ac nad oedd tadau'n cael eu cynnwys mor aml yn y llenyddiaeth er bod tystiolaeth i ddangos eu bod hwythau hefyd yn profi trallod sylweddol a bod angen cymorth arnynt hwythau sy'n ymateb i'w rolau a'u profiadau penodol.

Sut mae rhieni'n gofalu am blentyn sydd wedi cael ei gam-drin yn rhywiol

Dangosodd yr adolygiad bod rhieni'n gofalu am eu plentyn mewn ffyrdd cymhleth ac mewn sawl ffordd wahanol ar ôl darganfod y gamdriniaeth:

- Y mathau o gymorth uniongyrchol a ddisgrifiwyd amlaf oedd credu'r plentyn, cynnig cymorth emosiynol a sicrwydd, a chymryd camau rhagweithiol i sicrhau diogelwch y plentyn.
- Amlygodd yr adolygiad hefyd bwysigrwydd gofal mwy tymor hir drwy rianta bob dydd, argaeledd emosiynol, gofal ymarferol, eiriolaeth, cadarnhad, a helpu'r plant i wneud synnwyr o'r hyn sydd wedi digwydd dros amser.
- Gwelwyd fod rhieni'n gefnogwyr gweithredol i'w plant yn hytrach na derbynwyr goddefol gwasanaethau. Yn aml roedd angen iddynt ddeall therapi, ysgolion, systemau diogelu, a chydberthnasau teuluol ehangach a hynny ar yr un pryd â rheoli sefydlogrwydd yr aelwyd a'u trallod eu hunain.
- Gall darparu'r fath lefel o gymorth fod yn feichus ac yn aml nid yw hyn yn cael ei gydnabod yn llwyr gan weithwyr proffesiynol neu ymchwilwyr, er gwaethaf ei bwysigrwydd i adferiad y plant.

Y rhwystrau mae rhieni'n eu hwynebu wrth gael mynediad at a chael cymorth

Canfu'r adolygiad fod rhieni'n wynebu sawl rhwystr wrth geisio cael cymorth ar ôl canfod y cam-drin, a bod y rhwystrau hynny'n gallu gwaethygu'r hyn mae rhai awduron yn ei ddisgrifio fel "trawma systemig".

- Roedd y cymorth yn aml yn gyfyngedig, gyda'r cyfeirio ato'n wael neu nid oedd yn bodoli o gwbl, ac roedd anghenion cymorth y rhieni eu hunain yn aml yn cael eu hesgeuluso gan weithwyr proffesiynol ar draul pwyslais cul ar y plentyn neu ar brosesau ymchwiliol.
- Roedd ofn a methu ag ymddiried hefyd yn rhwystrau pwysig, yn enwedig os oedd rhieni'n poeni am gael eu beirniadu, eu beio neu hyd yn oed y byddai eu plant yn cael eu rhoi mewn gofal.
- Dywedodd rhieni y gallai cywilydd, euogrwydd a stigma waethygu hunanynysu a'u gwneud yn llai parod i gael therapi neu i ddatgelu eu trallod eu hunain.
- Roedd pwysau ariannol yn ychwanegu haen arall o anawsterau, gan gynnwys costau teithio, amseriad, cost a lleoliad gwasanaethau, absenoldeb o'r gwaith, a gofal plant.
- Gallai ymatebion proffesiynol eu hunain fod yn achos niwed mewn sefyllfaoedd lle'r oedd rhieni'n cael eu trin fel rhai annigonol, a oedd yn cael eu beio am y cam-drin neu eu gadael heb wybodaeth eglur. Roedd oedi, cyfathrebu annigonol, prosesau diogelu a chyfiawnder troseddol tameidiog, a chydlynu annigonol rhwng asiantaethau'n gwaethygu trallod rhieni ac yn tanseilio eu ffydd mewn gwasanaethau ar adeg pan fyddant fwyaf o angen help.
- Roedd y rhwystrau hyn yn aml yn cael eu gwaethygu gan anghydraddoldebau strwythurol sy'n gysylltiedig ag ethnigrwydd, diwylliant, rhywioldeb neu anabledd.

Y ffordd orau i weithwyr proffesiynol helpu rhieni

Mae'r llenyddiaeth yn dangos bod modd i weithwyr proffesiynol chwarae rôl bwysig drwy helpu rhieni i reoli eu trallod eu hunain ac i helpu eu plentyn yn fwy effeithiol:

- Mae rhieni'n elwa ar gymorth emosiynol a therapiwtig sy'n helpu i leihau hunan-feio ac i wneud synnwyr o'r cam-drin, ac sy'n rhoi hwb i'w hyder i ymateb i anghenion eu plentyn.
- Mae gwybodaeth a chanllawiau clir hefyd yn bwysig, yn enwedig ar yr hyn sy'n digwydd, pa wasanaethau sy'n gysylltiedig, a beth ddylai rhieni ei ddisgwyl gan brosesau diogelu, cyfiawnder troseddol a therapiwtig.
- Mae help ymarferol hefyd yn cyfrif, yn enwedig yn syth ar ôl darganfod camdriniaeth. Efallai y bydd ar rieni angen help gyda chynllunio diogelwch, materion yn ymwneud ag addysg eu plentyn, trefn yr aelwyd, a'r pwysau o ddydd i ddydd sy'n dilyn datgeliad neu ymchwiliad.
- Dangosodd yr adolygiad fod cymorth gan gymheiriaid a gwaith sy'n seiliedig ar grwpiau hefyd yn bethau sy'n cael eu gwerthfawrogi fel arfer am eu bod yn lleihau ynysigrwydd, stigma a hunan-feio gormodol wrth helpu rhieni i deimlo bod eraill â phrofiadau tebyg yn eu deall.
- Gwelwyd fod help dros amser yn arbennig o bwysig: mae anghenion rhieni'n newid yn y cyfnod ers y cam-drin, felly dylai cymorth proffesiynol effeithiol fod yn arferol, hyblyg, anfeirniadol, ystyriol o drawma ac ymatebol, i lesiant y rhieni ac i'w rôl i gynnal eu plentyn.
- Mae'r dystiolaeth hefyd yn cyfeirio at ddulliau teulu cyfan sy'n cydnabod y cydgysylltiadau rhwng llesiant y plant, llesiant y rhieni a gweithrediad y teulu, gan sicrhau bod plant a rhieni nad ydynt yn cam-drin i gyd yn gallu cael cymorth ar eu cyfer eu hunain pan fydd angen.

Bylchau yn y llenyddiaeth

Er gwaethaf ehangder y llenyddiaeth, mae'r sylfaen dystiolaeth yn parhau'n dameidiog ac anwastad:

- Nid oes diffiniad cyffredin na gweithrediad cyson o'r hyn mae cymorth rhieni yn ei olygu, sy'n ei gwneud yn anodd ceisio cymharu astudiaethau a dod i gasgliadau pendant o ran pa fathau o gymorth sydd fwyaf effeithiol.
- Mae llawer o'r llenyddiaeth bresennol yn canolbwyntio ar effeithiau'r cam-drin ar rieni yn hytrach nag ar eu profiadau bywyd o ofalu am eu plant, ac mae'r dystiolaeth yn gyfyngedig o hyd o ran sut mae anghenion rhieni'n amrywio dros amser neu rhwng strwythurau ac amgylchiadau teuluol gwahanol.
- Mae bylchau pwysig yn achos tadau, rhieni o gefndiroedd ethnig leiafrifol, cyplau o'r un rhyw, rhieni anabl, rhieni â statws mewnfudo ansicr, rhieni sy'n byw mewn tlodi, a grwpiau eraill sy'n cael eu tangynrychioli.
- Mae angen hefyd am fwy o ymchwil sy'n gwahaniaethu rhwng profiadau teuluoedd yn ôl y math o gamdriniaeth a brofwyd gan eu plant, ac yn ôl oedran a rhyw'r plant; mae diffyg ymchwil pendant o ran rhianta bechgyn sydd wedi cael eu cam-drin yn rhywiol.
- Mae tystiolaeth o'r DU yn arbennig o brin, ac mae hynny wedyn yn cyfyngu ar gryfder y casgliadau y gellir eu gwneud yn achos polisi ac arferion gweithio yn y DU.
- Mae bylchau pwysig hefyd sy'n berthnasol i ymarfer. Mae angen rhagor o dystiolaeth o sut mae ymatebion proffesiynol, gweithio rhyngasiantaethol, cyfathrebu a chydlyniad gwasanaethau'n effeithio ar ymddiried, llesiant a gallu rhieni i helpu eu plant.

Casgliadau ac argymhellion

Yn gyffredinol, mae'r adolygiad yn dangos bod rhieni a gofalwyr nad ydynt yn cam-drin yn cael eu heffeithio'n ddifrifol gan gam-drin plant yn rhywiol yn ogystal â bod yn ganolog i adferiad y plant. Mae eu gallu i gredu, amddiffyn, eiriol dros a rhoi cynhaliaeth emosiynol i'w plant yn cael ei ffurfio nid yn unig gan y cam-drin ei hun ond hefyd gan ansawdd yr ymateb proffesiynol a systemig o'u cwmpas. Nid yw helpu rhieni felly'n ychwanegiad dewisol at waith sy'n canolbwyntio ar y plentyn; mae'n rhan angenrheidiol o ymateb effeithiol i gam-drin plant yn rhywiol. Heb gymorth digonol, mae rhieni'n wynebu heriau enfawr wrth geisio cynnal eu teulu a darparu gofal effeithiol i'w plant, gyda chanlyniadau a allai fod yn ychwanegu straen parhaus ar gydberthnasau teuluol, gweithrediad teuluol sy'n chwalu ac, mewn rhai achosion, chwalfa deuluol.

Mae'r goblygiadau i bolisi, comisiynu, ymarfer ac ymchwil yn amlwg. Mae'r canlyniadau'n dangos yr angen am fwy o gydnabyddiaeth i gymorth i rieni fel elfen ganolog o ymatebion effeithiol i gam-drin plant yn rhywiol, yn hytrach nag ychwanegiad opsiynol at wasanaethau sy'n canolbwyntio ar blant. Mae cysylltiad clos rhwng llesiant plant, llesiant rhieni, a gweithrediad y teulu, sy'n dangos gwerth dulliau teulu cyfan a'r angen am gymorth sy'n cydnabod anghenion y ddau riant i helpu eu plentyn. Mae'r adolygiad hefyd yn pwysleisio pwysigrwydd gwella cyfathrebu, cydlyniant a chymorth rhwng prosesau diogelu, plismona a chyfiawnder troseddol, o ystyried effaith sylweddol y systemau hyn ar brofiadau ac adferiad teuluoedd.

Yn ymarferol, mae'r adolygiad yn cyfeirio at yr angen i sicrhau bod rhieni'n cael cymorth amserol, anfeirniadol, ystyriol o drawma, cydlynus sy'n cael ei gynnal y gellid ei addasu wrth i anghenion y teulu newid dros amser, wedi'i ategu gan arweiniad cliriach, cyfathrebu gwell a gweithio rhyngasiantaethol cryfach. Dylai comisiynwyr a darparwyr gwasanaethau hefyd ystyried sut mae'r bylchau presennol ac amrywiadau daearyddol i'r ddarpariaeth yn effeithio ar allu teuluoedd i gael cymorth.

Mae bylchau pwysig o hyd yn y sylfaen dystiolaeth. Mae angen cryfhau eglurder cysyniadol o ran cymorth i rieni, ehangu ymchwil gymharol ac ymchwil sy'n cael ei chynnal yn y DU, a datblygu dealltwriaeth fwy trylwyr o brofiadau bywyd rhieni dros amser. Mae angen rhagor o ymchwil hefyd i ddeall profiadau tadau a grwpiau sy'n cael eu tangynrychioli; dylanwad ethnigrwydd, diwylliant ac anghydraddoldeb strwythurol; y gwahaniaethau sy'n gysylltiedig â gwahanol fathau o gam-drin a llwybrau gwasanaeth; ac argaeledd ac effaith gwasanaethau cymorth i rieni ledled Cymru a Lloegr.

Centre of expertise on child sexual abuse

Gellir lawrlwytho fersiwn Saesneg o'r adroddiad cyflawn yn:
www.csacentre.org.uk/research-resources/research-evidence/supporting-victims-survivors/improving-support-for-parents-and-carers/

Tynnwyd y llun sydd ar y clawr drwy ddefnyddio actorion ac nid yw'n dangos sefyllfa go iawn.

Barnardo House, Tanners Lane, Barkingside, Ilford, Essex IG6 1QG
E: info@csacentre.org | @csacentre
www.csacentre.org.uk

26308km26