



**Uned Atal Trais**  
**Violence Prevention Unit**



Ariennir gan  
**Lywodraeth Cymru**  
Funded by  
**Welsh Government**

**Beth sy'n Gweithio i Atal Trais yn  
erbyn Menywod, Cam-drin Domestig  
a Thrais Rhywiol (VAWDASV)?**

**Aseiad Systematig  
o'r Dystiolaeth**



**Uned Atal Trais Cymru**

Canolfan Gydweithio Sefydliad Iechyd y Byd  
(WHO) ar Fuddsoddi mewn Iechyd a Llesiant,  
Iechyd Cyhoeddus Cymru

Llawr 5

2 Capital Quarter

Stryd Tyndall

Caerdydd

CF10 4BZ

**Authors:**

**Dr Samia Addis**

Samia.addis@wales.nhs.uk

**Lara Snowdon**

Lara.snowdon@wales.nhs.uk

**ISBN: 978-1-78986-154-454**

© 2021 Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Gellir atgynhychu'r deunydd a gynhwysir yn y ddogfen hon o dan delerau'r Drwydded Llywodraeth Agored (OGL) [www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/](http://www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/) ar yr amod y caiff ei wneud yn gywir ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol. Cydnabyddiaeth i'w nodi i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru. Oni noder fel arall, mae'r hawlfraint yn y trefniant teipograffyddol, y dyluniad a'r cynllun yn perthyn i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

# Cynnwys

<b>Crynodeb</b>	6	Cymdeithasol	46
<b>Adran 1: Cefndir</b>	7	Polisi Alcohol	46
Natur a maint y risgiau	8	Diwygio Deddfwriaethol	47
Effaith VAWDASV ar Iechyd	8	Atal VAWDASV – Ystod o Ymyriadau	48
Diffinio VAWDASV	9	<b>Adran 5: Trafodaeth</b>	50
Effaith COVID-19	11	Beth sy'n Gweithio i Atal VAWDASV?	51
Dull Iechyd y Cyhoedd o ymdrin â VAWDASV	11	Lefel Unigol	51
Atal VAWDASV	13	Lefel Perthynas	52
Atal Sylfaenol	13	Lefel y Gymuned	52
Atal Eilaidd	13	Lefel Cymdeithas	53
Atal Trydyddol	13	Goblygiadau o ran Polisi ac Arfer	54
<b>Adran 2: Cyd-destun Cymru</b>	14	Mynd i'r Afael ag Effaith Covid-19	54
VAWDASV yng Nghymru	15	Cryfderau a Chyfyngiadau	55
Y Cyd-destun Polisi yng Nghymru	15	Ymchwil Pellach	55
Ymyriadau yng Nghyd-destun Cymru	16	<b>Adran 6: I gloi</b>	56
Nodau'r Astudiaeth	17	<b>Llyfryddiaeth</b>	58
<b>Adran 3: Dulliau</b>	18	<b>Atodiad 1 Crynodeb o'r Dystiolaeth:</b>	
Chwiliad Llenyddiaeth	19	<b>Beth sy'n Gweithio i Atal VAWDASV?</b>	65
Imeni Prawf Cynnwys/Gwahardd	20		
Dadansoddiad	21		
<b>Adran 4: Canfyddiadau</b>	22		
Canfyddiadau Allweddol	23		
Lefel Unigol	23		
Newid Normau Rhywedd	23		
Grymuso	25		
Ymyriadau i Atal FGM	26		
Lefel Perthynas	28		
Atal Trais yn y Glasoed	28		
Y Gymuned	29		
Ymyriadau Theatr	29		
Ymyriadau mewn ysgolion	30		
Newid Normau Rhywedd yn y Lleoliad			
Cymunedol	32		
Rhaglenni Rhai sy'n Sefyll Gerllaw	33		
Marchnata	39		
Addysg a Sgrinio mewn Lleoliadau Gofal			
Iechyd	39		
Ymyriadau ar y We a TGCh	42		
Addysg mewn Lleoliadau yn y Gweithle	44		
Economi'r Nos	44		
Dulliau Amlasiantaethol	45		

# Tablau

<b>Tabl 1:</b>	Termau Chwilio: Chwiliad 1	19
<b>Tabl 2:</b>	Termau Chwilio: Chwiliad 2	19
<b>Tabl 3:</b>	Meini Prawf ar gyfer Asesu Lefel y Dystiolaeth (Adolygiadau)	21
<b>Tabl 4:</b>	Meini Prawf ar gyfer Asesu'r Lefel Dystiolaeth (Astudiaethau Sylfaenol)	21
<b>Tabl 5:</b>	Ymyriadau: Newid Normau Rhywedd	23
<b>Tabl 6:</b>	Ymyriadau: Grymuso	25
<b>Tabl 7:</b>	Ymyriadau: Anffurfio/torri organau rhywiol merched a menywod	26
<b>Tabl 8:</b>	Ymyriadau: Atal Trais yn y Glasoed	28
<b>Tabl 9:</b>	Ymyriadau: Ymyriadau Theatr	29
<b>Tabl 10:</b>	Ymyriadau: Lleoliad yr Ysgol	31
<b>Tabl 11:</b>	Ymyriadau: Newid Normau Rhywedd mewn Lleoliad Cymunedol	32
<b>Tabl 12:</b>	Ymyriadau: Rhaglenni Rhai sy'n Sefyll Gerllaw (Adolygiadau)	34
<b>Tabl 13:</b>	Ymyriadau: Rhaglenni Rhai sy'n Sefyll Gerllaw (Astudiaethau Sylfaenol)	35
<b>Tabl 14:</b>	Ymyriadau: Marchnata	39
<b>Tabl 15:</b>	Ymyriadau: Lleoliadau Gofal Iechyd (Adolygiadau)	40
<b>Tabl 16:</b>	Ymyriadau: Lleoliadau Gofal Iechyd (Astudiaethau Sylfaenol)	42
<b>Tabl 17:</b>	Ymyriadau: TGCh mewn lleoliadau Gofal Iechyd	43
<b>Tabl 18:</b>	Ymyriadau: Y Gweithle	44
<b>Tabl 19:</b>	Ymyriadau: Economi'r Nos	44
<b>Tabl 20:</b>	Ymyriadau: Dulliau Amlasiantaethol	45
<b>Tabl 21:</b>	Ymyriadau: Polisi Alcohol	46
<b>Tabl 22:</b>	Ymyriadau: Ystod	48

# Ffigurau

<b>Ffigur 1:</b>	Dull Iechyd y Cyhoedd o Atal Trais	12
<b>Ffigur 2:</b>	Y Model Cymdeithasol-Ecolegol	12
<b>Ffigur 3:</b>	Haenau Atal	13
<b>Ffigur 4:</b>	Diagram PRISMA	20
<b>Ffigur 5:</b>	Real Consent	24
<b>Ffigur 6:</b>	Coaching Boys into Men	26
<b>Ffigur 7:</b>	The Fourth R	28
<b>Ffigur 8:</b>	Safe Dates	32
<b>Ffigur 9:</b>	Green Dot	37
<b>Ffigur 10:</b>	Active Bystander Communities	38
<b>Ffigur 11:</b>	The Good Night Out Campaign	45

# Cydnabyddiaeth

Hoffai'r awduron ddiolch i Joanne Hopkins ac Emma Barton (Iechyd Cyhoeddus Cymru), Dr Cerys Miles (Gwasanaeth Carchardai a Phrawf EM), Paula Hardy (Swyddfa Comisiynydd Yr Heddlu a Throseddu De Cymru) a Heddwen Daniel (Cymorth i Fenywod Cymru) am roi sylwadau ar ddrafft cynharach. Hoffem hefyd gydnabod cyfraniad cydweithwyr yn Uned Atal Trais Cymru.

## Cyllid

Ariannwyd yr adolygiad hwn gan Lywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru.



## Acronymau

<b>VAWDASV</b>	Trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol
<b>IPV</b>	Trais partner agos
<b>SVA</b>	Trais a cham-drin rhywiol
<b>DVA</b>	Trais a cham-drin domestig
<b>VAWG</b>	Trais yn erbyn menywod a merched
<b>GBV</b>	Trais ar sail rhywedd
<b>FGM/C</b>	Anffurfio/torri organau rhywiol merched a menywod
<b>RCT</b>	Hap-brawf rheoledig
<b>HBA</b>	Cam-drin ar Sail Anrhydedd
<b>CSEA</b>	Cam-drin a Chamfanteisio'n Rhywiol ar Blant
<b>LGBT</b>	Lesbiaidd, Hoyw, Deurywiol, a Thrawsryw
<b>NTE</b>	Economi'r Nos
<b>CSA</b>	Cam-drin Plant yn Rhywiol
<b>HMPPS</b>	Gwasanaeth Carchardai a Phrawf Ei Mawrhydi
<b>CSE</b>	Child Sexual Exploitation
<b>SDV</b>	Sexual and Dating Violence
<b>SV</b>	Sexual Violence

# Crynodeb



## Cefndir:

Mae trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol (VAWDASV) yn broblem fawr o ran iechyd cyhoeddus, cyfiawnder troseddol a hawliau dynol, gydag amrywiaeth o ddeilliannau andwyol i iechyd a lles trwy gydol oes. Yng Nghymru, un o amcanion allweddol y strategaeth VAWDASV genedlaethol yw gwneud ymyrryd ac atal yn gynnar yn flaenoriaeth, gan gydnabod bod atal yn hanfodol i dorri'r cylch trais mewn teuluoedd a chymunedau. Diben yr adolygiad hwn yw nodi arfer effeithiol ar gyfer atal VAWDASV a defnyddio'r dystiolaeth i lywio'r gwaith o adnewyddu'r strategaeth VAWDASV genedlaethol yng Nghymru yn 2021.

## Dulliau:

Cyflawnwyd yr asesiad tystiolaeth systematig mewn dau gam; chwilio cronfeydd data i nodi adolygiadau o ymyriadau a ddyluniwyd i atal VAWDASV sydd wedi cael eu cyhoeddi ers 2014 a chwiliad atodol i nodi astudiaethau gwreiddiol sydd wedi cael eu cyhoeddi ers 2018. Nodwyd adolygiadau (n=35) ac astudiaethau sylfaenol (n=16), gan ganolbwyntio ar amrywiaeth o fathau o VAWDASV, a mathau o ymyriad. Chwiliwyd am lenyddiaeth lwyd ychwanegol i nodi gwerthusiadau o raglenni atal VAWDASV yng Nghymru sydd wedi cael eu cynnal dros y ddeng mlynedd ddiwethaf.

## Canfyddiadau:

Mae'r model cymdeithasol-ecolegol yn amlygu pedair lefel lle gall atal ddigwydd ac mae'n gweithredu fel fframwaith ar gyfer cyflwyno canfyddiadau. Ar y lefel unigol, mae ymyriadau effeithiol yn canolbwyntio ar weithio gyda phobl ifanc i drawsnewid normau rhywedd niweidiol a dulliau grymuso. Ar lefel y berthynas, ffocysir ar ymyriadau i atal trais yn y glasoed; gan gynnwys hyrwyddo perthnasoedd iach ac ymyriadau gan y rhai sy'n sefyll gerllaw; ac ar lefel y gymuned amlinellir amrywiaeth o ymyriadau, sydd wedi'u lleoli mewn ysgolion, y gweithle a lleoliadau gofal iechyd. Yn olaf, mae'r lefel gymdeithasol yn cwmpasu ymyriadau fel deddfwriaeth a pholisi alcohol. Mae dulliau addawol o atal VAWDASV yn amlwg ym mhob lefel.

## Casgliad:

Ystyriwch bod atal VAWDASV yn elfen gynyddol hanfodol a dichonadwy wrth fynd i'r afael â'r mater cymdeithasol pwysig hwn. Mae'r asesiad tystiolaeth systematig hwn yn nodi ystod o arferion effeithiol i atal VAWDASV y gellir ystyried eu gweithredu fel rhan o gyflwyno'r strategaeth VAWDASV genedlaethol.

Adran

**1**

**Cefndir**

# Adran 1: Cefndir



## Natur a maint y risgiau

Mae trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol (VAWDASV) yn broblem iechyd cyhoeddus fawr, yn fater cyfiawnder troseddol ac yn groes i hawliau dynol. Mae VAWDASV yn effeithio'n ddifrifol ar unigolion a theuluoedd, ac yn niweidio iechyd cymunedau, cymdeithasau ac economïau. Noda'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth Iechyd a Gofal (NICE, 2014): "Mae'r gost, yn nhermau dynol ac economaidd, mor arwyddocaol fel bod hyd yn oed ymyriadau nad ydynt ond ychydig bach yn effeithiol yn gost-effeithiol". Nododd adroddiad gan y Swyddfa Gartref a fu'n amcangyfrif costau economaidd a chymdeithasol cam-drin domestig y gost flynyddol fel £66 biliwn (Oliver et al., 2019), gan awgrymu bod costau pob math o VAWDASV gryn dipyn yn uwch. Gall mynd i'r afael â thrais a'i achosion sylfaenol wella iechyd a lles unigolion a chymunedau a chael effaith gadarnhaol ehangach ar yr economi a chymdeithas.

Mae atal VAWDASV yn gofyn am gydnabyddiaeth ei fod yn rhan o batrwm cymdeithasol o drais gwrywaidd yn bennaf tuag at fenywod (Hester and Lilley, 2014). Er y gall bechgyn a dynion fod yn ddi-ddedfyr VAWDASV, a bod cam-drin yn digwydd o fewn cydberthnasau o'r un rhyw yn ogystal ag o fewn cydberthnasau teuluol ac yn erbyn dynion a menywod trawsryw, o ran graddfa'r broblem ym ymdrinnir â hi gan raglenni VAWDASV, mae cyflawnwyr yn tueddu i fod yn ddynion yn bennaf ac mae di-ddedfyr yn fenywod yn bennaf. Adlewyrchir hyn yn iaith Confensiwn Istanbul, sy'n seiliedig ar y ddealltwriaeth bod anghydraddoldeb rhwng y rhywiau yn achos ac yn ganlyniad i drais yn erbyn menywod. Mae hyn yn golygu cydnabod natur rhyweddol drais yn erbyn menywod fel rhywbeth sydd wedi'u gwreiddio mewn anghydbwysedd pŵer ac anghydraddoldeb rhwng menywod a dynion (Cyngor Ewrop, 2011).

Ar yr un pryd, mae rhywioldeb, oedran, dosbarth cymdeithasol, hil ac anabledd yn gorgyffwrdd â rhywedd ac yn creu gwahaniaethau mewn profiad o lygad y ffynnon o VAWDASV a'i ddeilliannau. Mae hyn yn golygu, er y gall VAWDASV ddigwydd i unrhyw un, unrhyw le, mae rhai menywod a merched yn arbennig o agored i niwed, er enghraifft, menywod ifanc a merched, menywod sy'n nodi eu bod yn lesbiaidd, deurywiol, trawsrywiol neu ryngrywiol, ymfudwyr a ffoaduriaid, menywod cynhenid a lleiafrifoedd ethnig, neu fenywod a merched sy'n byw gyda HIV ac anabledau a'r rhai sy'n byw drwy argyfyngau dyngarol (Cenhedloedd Unedig, 2021).

## Effaith VAWDASV ar Iechyd

Mae effeithiau iechyd tymor byr a thymor hir VAWDASV ar iechyd menywod yn niferus ac yn sylweddol. Gall trais rhywiol arwain at nifer o ddeilliannau iechyd ar gyfer menywod, gan gynnwys deilliannau corfforol, atgenhedlol a seicolegol (Jina and Thomas, 2013). Gall anffurfio organau rhywiol merched a menywod arwain at risgiau iechyd uniongyrchol yn ogystal ag amrywiaeth o gymhlethdodau hirdymor a all effeithio ar iechyd a lles corfforol, meddyliol a rhywiol menywod drwy gydol oes (Sefydliad Iechyd y Byd, 2021a). Mae menywod sy'n profi trais mewn mwy o berygl o gael anafiadau gyda 42% o fenywod sy'n profi IPV yn adrodd am anaf o ganlyniad i'r trais hwn. Mae menywod sy'n di-ddedf IPV ddwywaith mor debygol â menywod heb brofiad o IPV i brofi iselder ac 1.5 gwaith yn fwy tebygol o ddal haint a drosglwyddir yn rhywiol (Sefydliad Iechyd y Byd, 2018).

Yn ogystal, gall y fath drais fath arwain at farwolaeth. Bob dydd, mae 137 o fenywod yn cael eu lladd gan aelod o'r teulu ac o'r 87,000 o fenywod a laddwyd yn fwriadol yn fyd-eang yn 2017, amcangyfrifir bod dros hanner (50,000) wedi'u lladd gan bartneriaid agos neu aelodau o'r teulu. Cafodd mwy na thraean (30,000) o'r menywod a laddwyd yn fwriadol yn 2017 eu lladd gan eu partner presennol neu gyn bartner agos Swyddfa'r Cenhedloedd Unedig ar Gyffuriau a Throseddau, 2019).



Mae'r ffigurau hyn yn adlewyrchu natur ryweddol trais a cham-drin rhyngpersonol gyda menywod yn llawer mwy tebygol o brofi mathau mynych a difrifol o gam-drin gan gynnwys trais rhywiol yn ogystal â cham-drin corfforol, seicolegol neu emosïynol parhaus, neu drais sy'n arwain at anaf neu farwolaeth. Yn ogystal, mae menywod yn profi cyfraddau uwch o erledigaeth dro ar ôl tro ac maent yn llawer mwy tebygol o gael eu brifo'n ddirifol neu eu lladd na dynion sy'n dioddef cam-drin domestig. Mae data ar gyfer y flwyddyn a ddaeth i ben ym mis Mawrth 2016 i'r flwyddyn a ddaeth i ben ym mis Mawrth 2018 yn dangos bod 218 o 270 o ddioddefwyr dynladdiad domestig benywaidd wedi'u lladd gan bartner neu gyn-bartner o gymharu â 43 o ddioddefwyr gwrywaidd a laddwyd gan bartner neu gyn-bartner yn yr un cyfnod (Women's Aid, 2020a).

Mae VAWDASV yn faich trwm ar ragolygon iechyd, economaidd a chymdeithasol ac mae'r deilliannau iechyd seicolegol, rhywiol ac atgenhedlol andwyol yn effeithio ar oroeswyr ym mhob cam o fywyd. Yn ogystal, mae gan VAWDASV ddeilliannau iechyd i blant yn ogystal ag effeithiau economaidd-gymdeithasol ar deuluoedd, cymunedau a chymdeithasau (Sefydliad Iechyd y Byd, 2021b).

## Diffinio VAWDASV

Cydnabyddir amrywiaeth o fathau o drais o fewn y term VAWDASV, mae'r rhain yn cynnwys trais ar sail rhywedd (GBV); trais gan bartner agos (IPV); trais a cham-drin domestig (DVA); trais a cham-drin rhywiol (SVA); rheolaeth drwy orfodaeth; priodas dan orfod; priodi plant; cam-drin er anrhydedd fel y'i gelwir (HBA); anffurfio organau cenhedlu merched a menywod); masnachu mewn pobl; aflonyddu rhywiol; seiberaflonyddu a thrais ar ddêts mewn glasoed (ADV). Defnyddir llawer o'r termau hyn fel termau mantell, ac nid ydynt yn bodoli ar eu pennau eu hunain, ond yn cael eu hadlewyrchu yma gan iddynt gael eu defnyddio yn y llenyddiaeth. Bydd y rhain yn cael eu hamlinellu yn eu tro.

Trais ar sail rhywedd yw trais a gyfeirir yn erbyn person yn seiliedig ar rywedd. Mae'n torri'r hawl sylfaenol i fywyd, rhyddid, diogelwch, urddas,

cydraddoldeb rhwng menywod a dynion, diffyg gwahaniaethu ac uniondeb corfforol a meddyliol (Cyngor Ewrop, 2011). Mae trais ar sail rhywedd wedi'i adnabod o dan lawer o wahanol amlygiadau megis trais rhywiol, trais gan bartner agos a cham-drin ar sail anrhydedd fel y'i gelwir, fodd bynnag, nid yw'r gwahanol ffurfiau hyn yn bodoli ar eu pennau eu hunain a gall nifer o achosion o drais ddigwydd ar yr un pryd ac atgyfnerthu ei gilydd (European Institute for Gender Equality, 2021). Disgrifir trais ar sail rhywedd yn aml fel achos a chanlyniad anghydraddoldeb rhwng y rhywiau.

Mae trais gan bartner agos (IPV) yn ymddygiad gan bartner agos neu gyn bartner sy'n achosi niwed corfforol, rhywiol neu seicolegol, gan gynnwys ymddygiad ymosodol corfforol, gorfodaeth rywiol, cam-drin seicolegol, cam-drin economaidd a rheoli ymddygiad (Sefydliad Iechyd y Byd, 2017). Yn seiliedig ar ddata o 2000-2018, amcangyfrif bydeang 2018 o fenywod 15-49 oed priod/partneredig a fu'n dioddef IPV o leiaf unwaith yn ystod eu hoes ers 15 oed yw 27%, sy'n cyfateb i hyd at 753 miliwn o fenywod (Sefydliad Iechyd y Byd, 2021c).

Defnyddir y term cam-drin domestig mewn llawer o wledydd i gyfeirio at drais mewn lleoliad domestig, gan gynnwys trais gan bartner agos, ond gall y term hefyd gynnwys trais plant i rieni neu gam-drin pobl hŷn neu gam-drin gan unrhyw aelod o deulu neu aelwyd.

Mae trais ar ddêts mewn glasoed (ADV), a elwir hefyd yn gam-drin cydberthynas mewn glasoed, yn cyfeirio at gam-drin emosïynol, corfforol neu rywiol partner ar ddêts neu rywiol lle mae o leiaf un person yn ifanc. Mae'r ffocws ar y glasoed yn hytrach na thrais ar ddêts a rhywiol ymysg pobl yn eu harddegau'n tynnu sylw at y ffaith y gall ymddygiadau sarhaus a rheoli ddigwydd yn gynnar yn y glasoed (cyn blynyddoedd yr arddegau) ac ymestyn i oedolaeth. Mae trais rhywiol hefyd yn gyffredin ymysg pobl mewn glasoed ac yn gorgyffwrdd ag ADV gyda thros hanner y profiadau o drais rhywiol yn digwydd yng nghyd-destun perthynas ddêts neu agos. Mae trais rhywiol y tu allan i berthynas ddêts hefyd yn gyffredin, gyda 28% i 56% o fenywod mewn samplau coleg yn adrodd am o leiaf un profiad o'r fath ac mae dros

75% ohonynt yr ymosodwyd arnynt yn rhywiol yn dweud bod y cyntaf o brofiadau o'r fath wedi digwydd cyn 25 oed (Miller et al., 2018).

Mae trais rhywiol, ymosodiad neu aflonyddu rhywiol yn cynnwys unrhyw weithred rywiol, ceisio cael gweithred rywiol, neu weithred arall a gyfeirir at rywioldeb person gan ddefnyddio gorfodaeth, gan unrhyw berson waeth beth fo'i berthynas â'r dioddefwr, mewn unrhyw leoliad (Sefydliad Iechyd y Byd, 2012b). Gall gweithredoedd treisgar rhywiol ddigwydd mewn amrywiaeth o leoliadau a gallant gynnwys trais rhywiol o fewn priodas neu berthnasoedd dêts; trais gan ddiethriaid; cam-drin plant yn rhywiol; gorfodi puteindra neu fasnachu pobl at ddibenion camfanteisio rhywiol ac aflonyddu rhywiol (Krug et al., 2002). Mae pymtheg miliwn o ferched ifanc ledled y byd, 15-19 oed, wedi profi ryw dan orfod, yn fwyaf cyffredin gan ŵr, partner neu gariad presennol neu flaenorol (Unicef, 2017).

Cydnabyddir hefyd bod trais rhywiol wedi cael ei ddefnyddio fel tacteg strategol a systematig yn ystod cyfnodau o wrthdaro arfog. Ni waeth p'un a gaiff ei gyflawni gan filwyr y lluoedd arfog, gangiau neu sifiliaid, bwriad trais rhywiol yn ystod gwrthdaro yw gwanhau gwedd cymdeithasol teuluoedd a chymunedau ac yn aml mae goroeswyr trais rhywiol yn cael eu beio, eu gwrthod gan eu gwŷr a'u stigmatiddio'n ddifrifol gan eu cymunedau a'u hynysu oddi arnynt (Stark and Wessells, 2012). Diffinnir aflonyddu rhywiol fel ymddygiad rhywiol digroeso ac mae astudiaethau wedi dangos yn gyson fod nifer sylweddol o fenywod a merched wedi profi aflonyddwch rhywiol drwy gydol eu bywydau. Mae arolwg diweddar yn dangos bod 71% o fenywod o bob oedran yn y DU wedi profi rhyw fath o aflonyddu rhywiol mewn man cyhoeddus, a dywedodd 97% o'r rhai 18-24 iddynt brofi rhyw fath o aflonyddu (All Party Parliamentary Group for UN Women, 2021). Yn yr Undeb Ewropeaidd, mae un o bob deg menyw yn dweud eu bod wedi profi seiberfwlio ers 15 oed. Roedd hyn yn cynnwys derbyn negeseuon e-bost neu negeseuon SMS dieisiau a neu sarhaus yn rhywiol, neu gysylltiadau sarhaus a/neu amhriodol ar wefannau rhwydweithio cymdeithasol. Mae'r risg ar ei uchaf ymhlith menywod ifanc 18-29 oed (European Union Agency for Fundamental Rights, 2015).

Mae rheolaeth drwy orfodaeth yn weithred neu batrwm o weithredoedd ymosod, bygwth, cywilydd a dychrynu neu gam-drin arall a ddefnyddir i niweidio, cosbi neu ddychryn y dioddefwr. Mae'r ymddygiad rheoli hwn wedi'i ddylunio i wneud person yn ddibynol drwy eu hynysu rhag cymorth, gan fanteisio arnynt, eu hamddifadu o annibyniaeth a rheoleiddio eu hymddygiad bob dydd (Women's Aid, 2020b). Mae rheolaeth drwy orfodaeth yn aml yn cynnwys trais corfforol a gorfodaeth rywiol a cheir tystiolaeth bod achosion sy'n ymwneud â rheolaeth drwy orfodaeth yn fwy tebygol o arwain at niwed difrifol, gan gynnwys dynladdiad domestig, nag achosion sy'n ymwneud â gweithredoedd unigol o drais corfforol (Myhill and Hohl, 2019). Yn y flwyddyn a ddaeth i ben ym mis Mawrth 2019, cofnodwyd 17,616 o droseddau rheolaeth drwy orfodaeth gan yr heddlu yng Nghymru a Lloegr (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2019).

Priodas dan orfod yw lle nad yw un neu'r ddau berson yn (neu mewn achosion o bobl sydd â rhai anableddau dysgu, na allant) cydsynio i'r briodas a bod pwysau neu gam-drin yn cael eu defnyddio. Fe'i cydnabyddir fel math o drais yn erbyn menywod a dynion, cam-drin domestig/plant, math o gaethwasiaeth fodern, ac yn ddifrifol groes i hawliau dynol (Rights of Women, 2014).

Mewn perthynas â phriodasau plant, ystyrir nad yw unrhyw blentyn (o dan 18 oed) yn gallu dewis priodi'n rhydd. Mae cymhlethdodau'n codi pan fo hawl gyfreithiol i blentyn briodi'n gynharach (o 16 oed) gyda chaniatâd y rhieni, fel yn y DU (Girls Not Brides, 2020). Yn 2019, roedd un o bob pum menyw, 20-24 oed, yn briod cyn eu bod yn 18 oed, mae'r risg uchaf o briodas plant yn Affrica Is-Saharaidd ar hyn o bryd, lle'r oedd mwy nag un o bob tair menyw, 20-24 oed, yn briod cyn cyrraedd 18 oed. Mae priodas ymysg plant yn aml yn arwain at feichiogrwydd cynnar ac arwahanrwydd cymdeithasol, yn tarfu ar addysg ac yn cynyddu risg merch o brofi trais domestig (Cenhedloedd Unedig, 2020).

I rai cymunedau, ystyrir bod y cysyniad o 'anrhydedd' yn eithriadol o bwysig, a bod cyfaddawdu 'anrhydedd' teulu yn peri gwarth a chywilydd, gan achosi deilliannau difrifol. Gall y gosb am ddod â

gwarth fod yn gam-drin emosiynol, cam-drin corfforol, diarddel o'r teulu a hyd yn oed llofruddiaeth mewn rhai achosion. Yn y rhan fwyaf o achosion o gam-drin ar sail anrhydedd fel y'u gelwir, ceir nifer o gyflawnwyr o'r teulu agos, weithiau'r teulu estynedig ac weithiau'r gymuned yn gyffredinol. Gwyddys bod mamau, chwiorydd, modrybedd a hyd yn oed neiniau a theidiau yn rhan o gynllwynio troseddau ar sail anrhydedd fel y'u gelwir (Karma Nirvana, 2019).

Mae anffurfio organau cenhedlu merched a menywod (FGM) yn cynnwys yr holl weithredoedd sy'n ymwneud â thynnu organau rhywiol menywod allanol yn rhannol neu'n gyfan gwbl, anaf arall i organau rhywiol merched a menywod, neu eu newid am resymau nad ydynt yn rhai meddygol (Sefydliad Iechyd y Byd, 2017). Mae o leiaf 200 miliwn o fenywod a merched 15-49 oed wedi profi anffurfio eu horganau rhywiol ac mewn gwledydd lle mae FGM bron yn hollgyffredinol, mae 9 o bob 10 merch a menyw wedi cael eu torri (Cenhedloedd Unedig, 2020). Amcangyfrifir bod 600,000 o fenywod a merched sy'n byw yn Ewrop wedi profi'r weithred; mae'r niferoedd uchaf yn y DU a Ffrainc (137,000 a 125,000 yn y drefn honno) ac yna'r Almaen a'r Eidal. Mae'r arfer yn aml yn digwydd yn ystod gwyliau'r ysgol pan fydd merched yn teithio i wlad wreiddiol eu teulu er gwaethaf cyfreithiau mewn llawer o wledydd (gan gynnwys y DU, Ffrainc a'r Almaen) sy'n caniatáu i rieni sy'n mynd â'u merched i wlad dramor i'w horganau rhywiol gael eu torri gael eu herlyn (Tidey, 2021).

Mae caethwasiaeth fodern yn derm mantell ar gyfer gweithgareddau pan fydd un person yn dod o hyd i, neu'n dal, person arall ar gyfer gwasanaeth gorfodol (Unseen, 2021). O fewn hyn, mae masnachu mewn pobl yn golygu gorfodi pobl i fanteisio ar eraill, fel arfer at ddibenion rhywiol neu lafur, sy'n effeithio ar unigolion, teuluoedd, cymunedau a chymdeithasau ledled y byd. Mae dioddefwyr masnachu mewn pobl yn profi anafiadau, heintiau, clefyd cronig heb ei drin a phroblemau iechyd meddwl ac mae teuluoedd dioddefwyr yn cael eu trawmateiddio gan wahanu, stigma cymdeithasol, ac effeithiau iechyd sy'n para o un genhedlaeth i'r llall (Greenbaum et al., 2018). Menywod sy'n oedolion yw bron i hanner yr holl ddioddefwyr masnachu mewn pobl a ddatgelir yn

fyd-eang (49%). Gyda'i gilydd, mae menywod a merched yn cyfrif am 72% gyda merched yn cynrychioli mwy na thri o bob pedwar dioddefwr masnachu mewn plant. Mae'r rhan fwyaf o fenywod a merched yn cael eu masnachu at ddibenion camfanteisio rhywiol (Swyddfa'r Cenhedloedd Unedig ar Gyffuriau a Throseddau, 2018).

## Effaith COVID-19

Ers dechrau'r pandemig COVID-19, mae data ac adroddiadau sy'n dod i'r amlwg gan y rhai sy'n gweithio mewn gwasanaethau rheng flaen wedi dangos bod llawer o fathau o VAWDASV, yn enwedig trais domestig, wedi dwysáu. Mae galwadau i linellau cymorth wedi cynyddu bum gwaith mewn rhai gwledydd wrth i gyfraddau IPV a gofnodwyd gynyddu o ganlyniad i'r pandemig COVID-19. Cyfeirir at hyn fel y pandemig cysgodol, gan fod COVID-19 yn parhau i roi straen ar wasanaethau iechyd, a bod trais yn cael ei waethygu yn y cartref, mae gwasanaethau hanfodol fel llochesi trais domestig a llinellau cymorth wedi cyrraedd eu capasiti (Cenhedloedd Unedig, 2021).

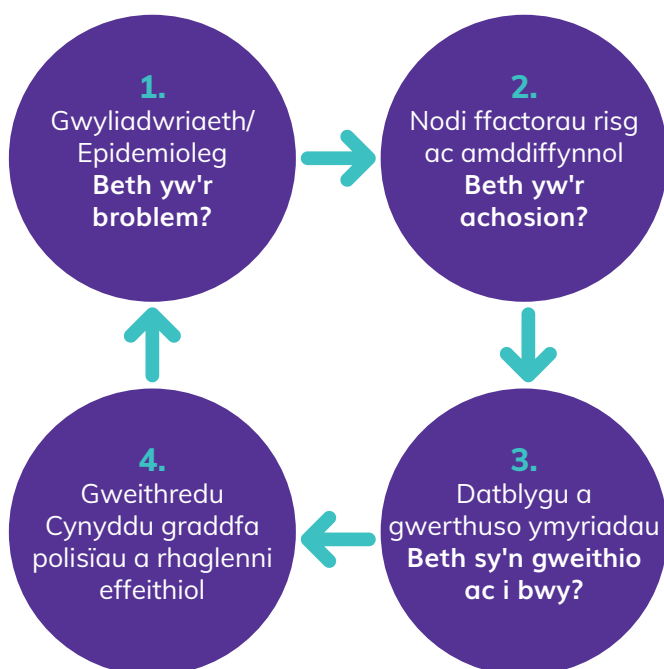
Mae COVID-19 wedi amlygu VAWDASV ymhellach fel argyfwng byd-eang sydd angen gweithredu ar frys. Mae'r pandemig wedi amlygu methiant ymdrechion i atal ac ymateb i drais ond hefyd natur hynod sefydledig a systemig VAWDASV. Wrth i'r pandemig barhau, mae straen economaidd a chymdeithasol cynyddol yn cael effaith ar bawb, ond yn enwedig menywod, sydd yn aml yn ysgwyddo baich ychwanegol cyfrifoldebau gofalu, yn fwy tebygol o fod mewn cyflogaeth ansicr, yn ogystal â bod mewn mwy o berygl o erledigaeth drwy drais yn y cartref. Ar yr un pryd, mae mesurau cyfyngu ar symud ac ynysu cymdeithasol yn golygu bod menywod yn fwy agored i niwed a thrais ac ers cyflwyno mesurau cyfnod clo, mae mynediad cyfyngedig at wasanaethau cymorth, ffrindiau a theulu yn lleihau mynediad goroeswyr at gymorth gan gynyddu'r risg o niwed (Cynulliad Cyffredinol y Cenhedloedd Unedig, 2020).

## Dull Iechyd y Cyhoedd o ymdrin â VAWDASV

Mae egwyddorion iechyd y cyhoedd yn darparu fframwaith defnyddiol i ymchwilio a deall achosion a chanlyniadau trais ac i atal trais rhag digwydd drwy raglenni atal sylfaenol, ymyriadau polisi ac eiriolaeth (Violence Prevention Alliance, 2021a). Mae'r dull iechyd cyhoeddus wedi'i anelu at boblogaethau cyfan ac felly mae ei lwyddiant yn dibynnu ar weithredu gan fwy nag un sefydliad neu grŵp ar yr un pryd, gan gydnabod achosion lluosog problemau iechyd a (Walden a Wall, 2014)chymdeithasol , a gwerth gwaith amlasiantaethol.

Mae Sefydliad Iechyd y Byd wedi mabwysiadu dull iechyd cyhoeddus o atal trais sy'n anelu at hyrwyddo iechyd a lles ar lefel y boblogaeth drwy fynd i'r afael â ffactorau risg sylfaenol sy'n cynyddu'r tebygolrwydd o drais a hyrwyddo ffactorau amddiffynnol. Mae Cynghrair Atal Trais Sefydliad Iechyd y Byd yn disgrifio ymagwedd iechyd y cyhoedd at atal trais fel un sy'n 'ceisio gwella iechyd a diogelwch pob unigolyn drwy fynd i'r afael â ffactorau risg sylfaenol sy'n cynyddu'r tebygolrwydd y bydd unigolyn yn dioddef neu'n cyflawni trais' (Violence Prevention Alliance, 2021b).

Mae'r Gynghrair yn disgrifio ymhellach bedwar cam o'r dull iechyd cyhoeddus o atal trais, fel a ganlyn:

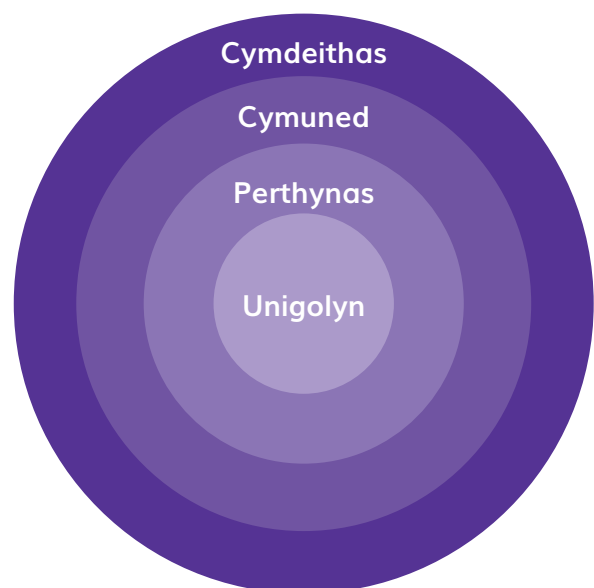


Ffigur 1: Disgrifir y pedwar cam ymhellach fel a ganlyn

1. Diffiniad o'r broblem drwy gasglu gwybodaeth yn systematig am faint, cwmpas, nodweddion a deilliannau trais.
2. Sefydlu pam mae trais yn digwydd gan ddefnyddio ymchwil i bennu achosion a cydberthyniadau trais, y ffactorau sy'n cynyddu neu'n lleihau'r risg o drais, a'r ffactorau y gellid eu haddasu drwy ymyriadau.
3. Ymchwilio i'r hyn sy'n gweithio i atal trais drwy ddylunio, gweithredu a gwerthuso ymyriadau.
4. Gweithredu ymyriadau effeithiol ac addawol mewn ystod eang o leoliadau, a ddylai gynnwys monitro effeithiau'r ymyriadau hyn ar ffactorau risg a'r canlyniad targed a gwerthuso eu heffaith a'u cost-effeithiolrwydd.

Mae'r pedwar cam hyn o ddull iechyd cyhoeddus wedi cael eu defnyddio'n llwyddiannus i weithredu gweithgareddau atal trais ledled y byd.

At hynny, mae 'fframwaith ecolegol' Sefydliad Iechyd y Byd ar gyfer atal trais (ffigur 2) yn cyflwyno model sy'n cynrychioli'r rhyngweithio cymhleth rhwng ffactorau unigol, perthynas, cymunedol a chymdeithasol sy'n rhyngweithio i bennu'r risg; a phrofiad o drais. Bydd modelau o'r fath yn nodwedd o iechyd y cyhoedd yn seiliedig ar y syniad bod cysylltiad yn bodoli rhwng dylanwad a phenderfynyddion, gan atgyfnerthu pwysigrwydd dull gweithredu cynhwysfawr lle mae camau gweithredu ar bob lefel o'r ecoleg gymdeithasol yn gweithio i gefnogi lefelau eraill.

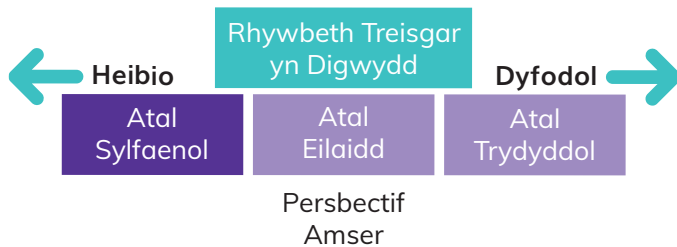


Ffigur 2: Y Model Cymdeithasol-Ecolegol

Yn seiliedig ar yr wybodaeth hon, gall strategaethau atal trais weithredu ar un neu fwy o'r lefelau hyn, gan dargedu poblogaethau cyffredinol neu benodol sydd mewn mwy o berygl o drais. Er enghraifft, nod rhaglenni rhai sy'n sefyll gerllaw yw grymuso pobl i herio agweddau ac ymddygiadau sy'n cefnogi trais o fewn eu grŵp cymheiriaid neu eu cymuned. Wrth wneud hynny, eu nod yw newid ymddygiad a lleihau'r tebygolrwydd y bydd VAWDASV yn digwydd.

## Atal VAWDASV

Mae gwyddor atal iechyd y cyhoedd yn nodi tair haen o ymyriad. Nod atal sylfaenol yw atal trais cyn iddo ddigwydd, mae atal eilaidd yn canolbwyntio ar yr ymateb uniongyrchol i drais, ac mae atal trydyddol yn canolbwyntio ar ofal hirdymor yn sgil trais.



(Krug et al., 2002)

Figure 3: Tiers of Prevention

## Atal Sylfaenol

Ymhlith y strategaethau atal sylfaenol mae ymyriadau cyffredinol wedi'u hanelu at y boblogaeth gyffredinol yn ogystal ag ymyriadau detholedig wedi'u hanelu at y rhai a allai fod mewn mwy o berygl i VAWDASV. Cyfeiria atal sylfaenol at leihau nifer yr achosion newydd o drais drwy ymyrryd cyn i drais ddigwydd. Mae hyn yn cynnwys cymdeithasau maethu, cymunedau, sefydliadau a chydberthnasau lle mae trais yn llai tebygol o ddigwydd drwy herio agweddau, ymddygiadau ac arferion sy'n cyfiawnhau, yn esgusodi neu'n cydoddef trais (Arango et al., 2014). Mae strategaethau o'r fath ar gyfer atal sylfaenol yn cynnwys rhaglenni perthynas iach yn yr ysgol neu'r gymuned, herio normau cymdeithasol sy'n cefnogi ac yn cydoddef trais ar sail rhywedd, gan ddatblygu sgiliau cynnal perthynas agos heb drais, mynd i'r afael â phenderfynyddion cymdeithasol fel cyfreithiau sy'n gwahaniaethu yn erbyn menywod, tlodi ac anghydraddoldeb rhwng y rhywiau ac ymgyrchoedd cyfryngau torfol sy'n anelu at herio normau cymdeithasol niweidiol (Anderson et al., 2019, Heard et al., 2020).

## Atal Eilaidd

Targedir strategaethau atal eilaidd, y cyfeirir atynt yn aml fel ymyriad cynnar, at unigolion a grwpiau sy'n arddangos arwyddion cynnar o gyflawni neu brofi VAWDASV. Canolbwyntia atal eilaidd ar ddatgelu'n gynnar ar ôl dod i gysylltiad a thriniaeth ddilynol a/neu atgyfeiriad i brysbennu unrhyw ddeilliannau iechyd negyddol neu amlygiad rheolaidd. O'r herwydd, mae atal eilaidd yn cyfeirio at liniaru deilliannau uniongyrchol cam-drin drwy ddarparu gwasanaethau a chymorth i oroeswyr yn ogystal ag atal cam-drin rheolaidd neu fynych (Fergus 2012 cited in Arango et al., 2014). Mae enghreifftiau o raglenni atal eilaidd yn cynnwys sgrinio mewn lleoliadau gofal iechyd mewn cysylltiad â gwasanaethau pellach fel cwnsela, triniaeth feddygol, a chamau cyfreithiol i atal erledigaeth yn y dyfodol (Thomas et al. 2005 cited in Anderson et al., 2019). Gall dulliau atal eilaidd hefyd gynnwys diwygio deddfwriaeth a'r sector cyfiawnder troseddol megis polisiâu arestio gorfodol, ac ymyriad cynnar gan rai sy'n sefyll gerllaw ac sy'n dyst i weithredoedd trais ar sail y rhywedd (Heard et al., 2020).

## Atal Trydyddol

Mae ymyriadau atal trydyddol yn cynnwys cymorth, triniaeth ac amddiffyniad a ddarperir i bobl sydd wedi profi VAWDASV ar ôl iddo ddigwydd. Nod ymyriadau yw ymateb ac atal deilliannau mynych, dwysach a niweidiol (Welsh Women's Aid, 2020). Ymhlith y dulliau o atal trydyddol mae llochesi brys a gwasanaethau cymorth hirdymor i oroeswyr, hyfforddi gweithwyr proffesiynol i wella gwasanaethau, a chryfhau ffyrdd y caiff cyflawnwyr eu dal yn atebol.

Mae cymhwyso'r fframwaith hwn i VAWDASV wedi dangos ei effeithiolrwydd fel offeryn cefnogi newid ar draws y sbectrwm amser y mae trais yn digwydd (Walden a Wall, 2014). Fodd bynnag, cydnabyddir nad yw'r rhaniad rhwng atal trais sylfaenol, eilaidd a thrydyddol bob amser yn glir, ac nad yw lefelau atal yn digwydd ar eu pennau eu hunain (Heard et al., 2020). Hefyd, gan fod atal trydyddol yn cyfeirio at drais sydd eisoes wedi digwydd, gall system ymateb gyflym, gydgyssylltiedig a anelir at ddiodeffwyr a chyflawnwyr atal trais a/neu erledigaeth rhag digwydd eto (Walden a Wall, 2014).



Adran

2

**Cyd-destun  
Cymru**

# Adran 2: Cyd-destun Cymru



## VAWDASV yng Nghymru

Mae'r ffigurau'n dangos bod tua 5.5% o oedolion 16-74 oed (2.3 miliwn o bobl) wedi profi cam-drin domestig yn ystod y flwyddyn ddiwethaf yng Nghymru a Lloegr (Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2020). Mae bron i hanner miliwn o oedolion yn dioddef ymosod rhywiol bob blwyddyn ac mae tua 85,000 o fenywod a 12,000 o ddynion yn cael eu treisio bob blwyddyn yng Nghymru a Lloegr (Llywodraeth Cymru, 2016). Yn 2015, nododd Gwasanaeth Erllyn y Goron (CPS) y nifer uchaf erioed o achosion yn ymwneud â throeddau trais yn erbyn menywod a merched yng Nghymru, gyda 6878 o achosion yn cael eu herlyn gan Wasanaeth Erllyn y Goron yn 2014-2015. Roedd yr achosion hyn yn 6.42% o gyfanswm nifer yr achosion ledled Cymru a Lloegr yn 2014-2015 (Jurasz, 2018).

Mewn perthynas â cham-drin ar sail anrhydedd fel y'i gelwir, mae ystadegau'n dangos y bu 2,024 o droseddau'n seiliedig ar anrhydedd yng Nghymru a Lloegr yn 2019/2020, mae hyn yn cynnwys troseddau FGM, troseddau priodas dan orfod a throeddau eraill ar sail anrhydedd (GOV.UK, 2020). Yn 2011, amcangyfrifwyd y bu 137,000 o ferched a menywod yn byw gyda chanlyniadau torri eu horganau rhywiol. Yn y flwyddyn a ddaeth i ben ym mis Mawrth 2018, adroddwyd 271 o achosion newydd eu cofnodi o anffurfio/torri organau rhywiol merched a menywod yng Nghymru, er nad yw'r ffigurau hynny'n dangos bod anffurfio/torri organau rhywiol merched a menywod yn ddiweddar, na'i fod wedi digwydd yn y DU (Public Health Wales, 2018). Yn ogystal, amcangyfrifir bod hyd at 100 o ddiodefwyr priodas dan orfod bob blwyddyn yng Nghymru ac roedd 80% o achosion yr ymdriniwyd â hwy gan Uned Priodasau dan Orfod Llywodraeth y DU yn cynnwys diodefwyr benywaidd ac roedd 20% yn cynnwys diodefwyr gwrywaidd (Llywodraeth Cymru, 2016).

Ar gyfer y flwyddyn a ddaeth i ben ar 31 Mawrth 2017, amcangyfrifwyd cost cam-drin domestig yng Nghymru a Lloegr fel £66 biliwn. Rhennir y costau hyn yn dri maes penodol: rhagweld (gwariant ar fesurau amddiffynnol ac ataliol), deilliannau (difrod i eiddo, niwed corfforol ac emosiynol, allbwn a gollwyd, gwasanaethau iechyd a diodefwyr) ac ymateb (yr heddlu a'r system cyfiawnder troseddol). O'r £66 biliwn, yr elfen fwyaf (£47 biliwn) oedd y niwed corfforol ac emosiynol a ddiodefwyd, yn enwedig niwed emosiynol (ofn, gorbryder ac iselder ysbryd a brofir gan ddiodefwyr o ganlyniad i gam-drin domestig). Yn ogystal, mae'r gost i'r economi yn sylweddol, gydag allbwn a gollwyd oherwydd amser i ffwrdd o'r gwaith a llai o gynhyrchiant o ganlyniad i gam-drin domestig wedi'i amcangyfrif fel £14 biliwn. O ran gwasanaethau, amcangyfrifir bod y costau i'r gwasanaethau iechyd yn £2.3 biliwn, yr heddlu, £1.3 biliwn a chostau tai, £550 miliwn. Nodir hefyd, er bod yr amcangyfrif o £66 biliwn i'w weld yn fawr, ei fod yn debygol o fod yn danamcangyfrif (Oliver et al., 2019), ac nad yw'n cynnwys cost mathau eraill o VAWDASV ar wahân i gam-drin domestig, gan awgrymu bod cost gyffredinol VAWDASV yn llawer uwch.

## Y Cyd-destun Polisi yng Nghymru

Yn 2005, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru ei strategaeth genedlaethol gyntaf 'Mynd i'r Afael â Cham-drin Domestig' (Llywodraeth Cymru, 2005) a fabwysiadodd fframwaith seiliedig ar hawliau a fu'n gwarantu hawl pob dinesydd i fyw bywyd heb drais a chamdriniaeth (McCarry et al., 2018). Dilynwyd hyn gan y 'Strategaeth Hawl i fod yn Ddiogel', strategaeth chwe blynedd a ganolbwyntiodd ar bedwar maes allweddol; atal a chodi ymwybyddiaeth, cefnogi diodefwyr, gwella ymateb gwasanaethau cyfiawnder troseddol yn ogystal â gwasanaethau iechyd (a gwasanaethau cysylltiedig (Llywodraeth Cymru, 2010). Yn 2012, aeth papur gwyn Llywodraeth Cymru ar drywydd gwell addysg ac ymwybyddiaeth a gwasanaethau mwy integredig (Llywodraeth Cymru, 2012).

Yn 2015, pasiodd Llywodraeth Cymru Ddeddf Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (Cymru) 2015'. Y darn cyntaf o ddeddfwriaeth yn y Deyrnas Unedig i fynd i'r afael yn benodol â thrais yn erbyn menywod yn hytrach na thrais domestig yn gyffredinol. Prif ddiben y Ddeddf oedd gwella ymateb y sector cyhoeddus mewn perthynas ag atal gweithredoedd trais ar sail rhywedd, cam-drin domestig, a thrais rhywiol, amddiffyn dioddefwyr a chymorth i'r rhai yr effeithir arnynt. Mae'n arwyddocaol i fenywod gan ei fod yn nodi camau ymarferol y dylai llywodraeth genedlaethol a lleol a chyrrff y sector cyhoeddus eu rhoi ar waith i gydweithio i atal trais yn erbyn menywod. Mae'r Ddeddf hefyd yn ceisio cryfhau'r cymorth sydd ar gael i ddioddefwyr VAWDASV drwy wella ymateb y sector cyhoeddus a chysondeb y gwasanaethau a ddarperir drwy ddarparu ffoecs strategol gydag ymagwedd ataliol (Price et al., 2020, Jurasz, 2018).

Ym mis Ionawr 2016, cyhoeddwyd y Fframwaith Hyfforddiant Cenedlaethol ar Drais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol, a fu'n cynnwys canllawiau statudol a bennodd safonau gofynnol o ran hyfforddiant a gofynion proffesiynol ar gyfer gwasanaethau sector cyhoeddus sy'n gweithio gyda dioddefwyr trais ar sail rhywedd, trais rhywiol a cham-drin domestig ledled Cymru. Nod y fframwaith yw dod ag ymateb cyson, sensitif o ran rhywedd ac arbenigol i drais ar sail rhywedd a cham-drin domestig drwy hyfforddiant proffesiynol ar gyfer awdurdodau perthnasol (Jurasz, 2018). Mae'r Fframwaith yn cyfeirio at yr egwyddor o 'Gofyn a Gweithredu', system o nodi'n gynnar a chymryd camau priodol i ddioddefwyr trais ar sail rhywedd a cham-drin domestig, a oedd wedi codi wrth gydnabod pwysigrwydd y rôl a chwaraeir gan wasanaethau cyhoeddus wrth nodi a mynd i'r afael â VAWDASV (Jurasz, 2018), gyda chymorth gwasanaethau VAWDASV arbenigol.

## Ymyriadau yng Nghyd-destun Cymru

Yng nghyd-destun deddfwriaethol Deddf VAWDASV 2015, nododd adolygiad o ymyriadau i fynd i'r afael â cham-drin domestig a chadw pobl yn ddiogel fod goroeswyr ac ymarferwyr yn gwerthfawrogi llochesi'n fawr. Hefyd, bod tystiolaeth gref dros wasanaethau eirioli megis cynghorwyr trais domestig annibynnol (IDVA) neu wasanaethau eiriolaeth annibynnol eraill (Price et al., 2020). O ran ymyriadau i atal VAWDASV, mae ystod o ymyriadau wedi'u gweithredu a'u gwerthuso dros y ddeng mlynedd ddiwethaf yng Nghymru, wedi'u hariannu gan Lywodraeth Cymru, y Swyddfa Gartref, Comisiynwyr yr Heddlu a Throsedd, Awdurdodau Lleol a Phrifysgolion. Dyma rai enghreifftiau: Menter Rhai sy'n Sefyll Gerllaw; Gofyn a Gweithredu, Adnabod ac Atgyfeirio i Wella'n Ddiogel (IRIS) a Newid sy'n Para. Cafodd y Fenter Rhai sy'n Sefyll Gerllaw ei threialu gan Gymorth i Fenywod Cymru mewn prifysgolion ledled Cymru a'i hasesu i benderfynu a yw'n effeithiol o ran mynd i'r afael â thrais rhywiol a cham-drin domestig ym mhoblogaeth fyfyrwyr Cymru. Cymerodd pedair prifysgol yng Nghymru ran yn y peilot a fu'n cynnwys sesiynau hyfforddi gyda myfyrwyr. Dengys y canfyddiadau fod y Fenter Rhai sy'n Sefyll Gerllaw yn effeithiol o ran cynyddu gwybodaeth myfyrwyr am drais rhywiol a cham-drin domestig a newidiodd yr wybodaeth hon eu hagweddau tuag at y materion hyn. Dangosodd y canfyddiadau hefyd fod myfyrwyr, yn sgil hyfforddiant, yn fwy ymwybodol o strategaethau i ymyrryd a'u bod yn fwy hyderus wrth wneud hynny (Welsh Women's Aid, 2018).

Nod Gofyn a Gweithredu (a ariennir gan Lywodraeth Cymru) yw rhoi'r sgiliau a'r wybodaeth i weithwyr proffesiynol nodi dioddefwyr trais domestig posib a darparu cymorth priodol drwy atgyfeiriadau ac ymyriadau. Mae Gofyn a Gweithredu wrthi'n cael ei werthuso ar hyn o bryd, i'w gwblhau yn 2022, i archwilio effeithiolrwydd yr hyfforddiant hyd yma ac i asesu pa mor llwyddiannus ydyw o ran cyflawni ei nodau.



Mae'r fenter IRIS yn rhaglen hyfforddi ac atgyfeirio cam-drin domestig a thrais rhywiol seiliedig ar arfer cyffredinol, a lansiwyd gan y Comisiynydd Heddlu a Throsedd. Profodd y gwerthusiad (Feder et al., 2011) effeithiolrwydd rhaglen hyfforddiant a chymorth mewn arfer gofal iechyd sylfaenol i wella'r broses o nodi menywod sy'n profi trais domestig a'u hatgyfeirio at wasanaethau eiriolaeth arbenigol. Y prif ddeiliant oedd cyfeirio wedi'i gofnodi o gleifion at wasanaethau eiriolaeth trais domestig, a'r deiliant eilaidd oedd cofnodi trais domestig yng nghofnodion meddygol electronig y feddygfa. Nododd y canlyniadau fod y 24 meddygfa ymyrryd, flwyddyn ar ôl yr ail sesiwn hyfforddi, wedi cofnodi 223 o atgyfeiriadau cleifion i eiriolaeth a bod y 24 meddygfa reolydd wedi cofnodi 12 atgyfeiriad. Cofnododd meddygfeydd ymyrryd 641 o ddatgeliadau o drais domestig a chofnododd y meddygfeydd rheolydd 236. I gloi, mae'r hyfforddiant a chymorth a dargedwyd at glinigwyr gofal sylfaenol a staff gweinyddol yn gwella'r broses o gyfeirio at asiantaethau trais domestig arbenigol ac yn cofnodi'r broses o adnabod menywod sy'n profi trais domestig.

Mae Change that Lasts yn fodel systemau cyfan sy'n ceisio trawsnewid y ffordd y mae'r cymunedau, gweithwyr proffesiynol dibynadwy hyfforddedig a gwasanaethau arbenigol yn ymateb i VAWDASV. Mae'r model hwn o ymyriad cynnar i fynd i'r afael â thrais yn erbyn menywod wedi'i ddatblygu mewn partneriaeth â gwasanaethau a rhanddeiliaid allweddol. Mae'n ddull seiliedig ar gryfderau sy'n ymateb i rywedd ac wedi'i gyfeirio gan drawma a bydd yn cefnogi goroeswyr a'u plant i gael cymorth mwy effeithiol yn gynnar yn eu taith chwilio am gymorth, eu helpu i feithrin gwydnwch, cyrraedd annibyniaeth a rhyddid rhag camdriniaeth. Bydd yn mwyafu pwyntiau datgelu diogel mewn cymunedau lleol ac yn creu mwy o wybodaeth, ymatebion cymunedol gwydn i atal trais a cham-drin.

## Nodau'r Astudiaeth

Yng Nghymru, mae'r Strategaeth Genedlaethol ar gyfer VAWDASV (Llywodraeth Cymru, 2016) yn nodi bod atal sylfaenol yn ymrwymiad allweddol. Mae hyn yn cynnwys cynyddu ymwybyddiaeth ymhlith poblogaeth Cymru o VAWDASV ac agweddau heriol sy'n cydoddef neu'n dilysu VAWDASV. At hynny, meithrin gallu sefydliadol, cyfundrefnol a chymunedol i nodi ac ymateb yn briodol i amheuan o VAWDASV ac ariannu gwasanaethau cymorth ymyriad cynnar yn ddigonol. Er mai prif nod atal sylfaenol yw atal VAWDASV cyn iddo ddigwydd, mae hefyd yn cynyddu'r tebygolrwydd o ymyriad cynnar â goroeswyr a chyflawnwyr cam-drin sy'n lleihau'r niwed a achosir, gan gynrychioli atal eilaidd (Welsh Women's Aid, 2020).

Gan ddefnyddio dull asesu tystiolaeth systematig, bydd yr adolygiad hwn yn nodi arfer effeithiol ar gyfer atal VAWDASV yn sylfaenol ac yn eilaidd gan ddefnyddio strategaeth chwilio ddiffiniedig i fynd i'r afael â chwestiwn yr ymchwil, Beth sy'n Gweithio i Atal VAWDASV? Y bwriad yw defnyddio'r dystiolaeth a nodwyd i lywio'r broses o fabwysiadu arfer sy'n seiliedig ar dystiolaeth drwy adnewyddu'r strategaeth VAWDASV genedlaethol yng Nghymru yn 2021.

Adran

**3**

**Dulliau**

# Adran 3: Dulliau



## Chwiliad Llenyddiaeth

Ymgwymerwyd ag asesiad tystiolaeth systematig i fynd i'r afael â'r cwestiwn ymchwil: Beth sy'n gweithio i atal VAWDASV? I ddechrau, ymgwymerwyd â gwaith mapio'r maes ymchwil i sicrhau bod yr adolygiad yn cynnwys:

- Yr ystod o fathau o drais a gwmpesir gan y term VAWDASV.
- Yr ystod o ymyriadau sy'n ymwneud ag atal sylfaenol ac eilaidd.
- Yr ystod o ganlyniadau ymyriad posib.

Chwiliwyd y cronfeydd data a ganlyn: Cochrane Database of Systematic Reviews; Pubmed; DARE; Medline a Google Scholar. Gan ddefnyddio strategaeth chwilio ddiffiniedig, ymgwymerwyd â'r chwiliadau mewn dau gam rhwng mis Tachwedd 2020 a mis Chwefror 2021. Roedd cam un yn cynnwys chwilio cronfeydd data i nodi adolygiadau systematig o ymyriadau fu'n ymwneud ag atal VAWDASV yn sylfaenol neu'n eilaidd (wedi'u cyhoeddi yn 2014-2020). Roedd Cam dau yn chwiliad atodol i nodi astudiaethau sylfaenol a gyhoeddwyd yn fwy diweddar (2018-presennol) ac felly efallai na chaiff ei gynnwys yn yr adolygiadau systematig a nodwyd nac yn cwmpasu pynciau y gallai eu sylfaen dystiolaeth fod yn rhy gyfyngedig i fod yn destun adolygiad systematig.

Defnyddiodd yr astudiaeth fformat PICO, roedd y termau chwilio yn cynnwys:

Poblogaeth/ Problem	Trais gan bartner NEU gam-drin gan bartner NEU drais rhywiol NEU gam-drin rhywiol NEU drais domestig NEU gam-drin domestig NEU drais ar sail rhywedd NEU drais yn erbyn menywod a merched NEU gamfanteisio rhywiol NEU reolaeth drwy orfodaeth NEU briodas dan orfod NEU anffurfio organau rhywiol merched a menywod NEU aflonyddu rhywiol NEU gaethwasiaeth NEU drais ar sail anrhydedd NEU Gam-drin ar sail Anrhydedd
------------------------	---

Ymyriad	Ymyriad cynnar NEU atal sylfaenol NEU atal eilaidd
Rheoli	Ddim yn berthnasol
Deilliant	Newid ymddygiad NEU leihau NEU beth sy'n gweithio NEU effeithiol*

**Tabl 1:** Termau Chwilio: Chwiliad 1

Ymysg y telerau ychwanegol ar gyfer y chwiliad atodol oedd:

Poblogaeth/ Problem	Camfanteisio rhywiol NEU Economi'r nos/trais rhywiol NEU Ymagweddau ar sail cymdeithas NEU Ddulliau cymunedol NEU Ymagweddau system gyfan NEU Gam-drin pobl hŷn NEU Ofal lechyd (gan gynnwys IDVA) NEU werthusiadau yn y DU NEU Gyfathrebu/marchnata cymdeithasol NEU Gamfanteisio'n rhywiol ar blant
------------------------	---

**Tabl 2:** Termau Chwilio: Chwiliad 2

Nid oedd cam-drin plant yn rhywiol (CSA) wedi'i gynnwys yn y chwiliad. Er bod cysylltiadau arwyddocaol rhwng CSA a VAWDASV, mae'n tueddu i gael ei ystyried yn bryder amddiffyn plant sydd y tu allan i gwmpas y diffiniad o VAWDASV.

Ymgwymerwyd â chwiliad ychwanegol o werthusiadau yng Nghymru o raglenni gysylltiedig â VAWDASV dros y ddeng mlynedd ddiwethaf; nodwyd y rhain drwy chwilio'r llenyddiaeth lwyd a chysylltu â rhanddeiliaid allweddol.

## Meini Prawf Cynnwys/Gwahardd

I gael eu cynnwys, ar gyfer Chwiliad 1, bu'n rhaid i bapurau fod yn adolygiad systematig o ymyriadau a ddylunnir i atal VAWDASV ac wedi'u cyhoeddi ers 2014. Ar gyfer Chwiliad 2, bu'n rhaid cyhoeddi papurau ers 2018 a chanolbwyntio ar ymyriadau a ddylunnir i atal VAWDASV. Ar draws y ddau chwiliad, bu'n rhaid i bapurau ganolbwyntio ar strategaethau atal sylfaenol ac eilaidd, cael eu hysgrifennu yn Saesneg ac adolygu ymyriadau a weithredwyd mewn gwledydd incwm uchel gyda chyd-destun cymdeithasol a diwylliannol sy'n debyg i Gymru. (Roedd adolygiadau a fu'n ystyried gwledydd incwm isel a chanolig yn ogystal ag incwm uchel wedi'u cynnwys hefyd).

Mewngludwyd cofnodion dewisedig i daenlen excel, dilëwyd dyblygiadau, a sgriniwyd pob cofnod yn erbyn y meini prawf cynnwys/gwahardd gan un awdur. Pan fu cyd-drafodaeth am gynnwys, aseswyd cofnodion gan yr ail awdur a datryswyd unrhyw wahaniaethau drwy drafodaeth. Arweiniodd hyn at gynnwys 35 o adolygiadau ac 16 astudiaeth sylfaenol (Ffigur 4: Diagram PRISMA).

**Ffigur 4:** Diagram PRISMA

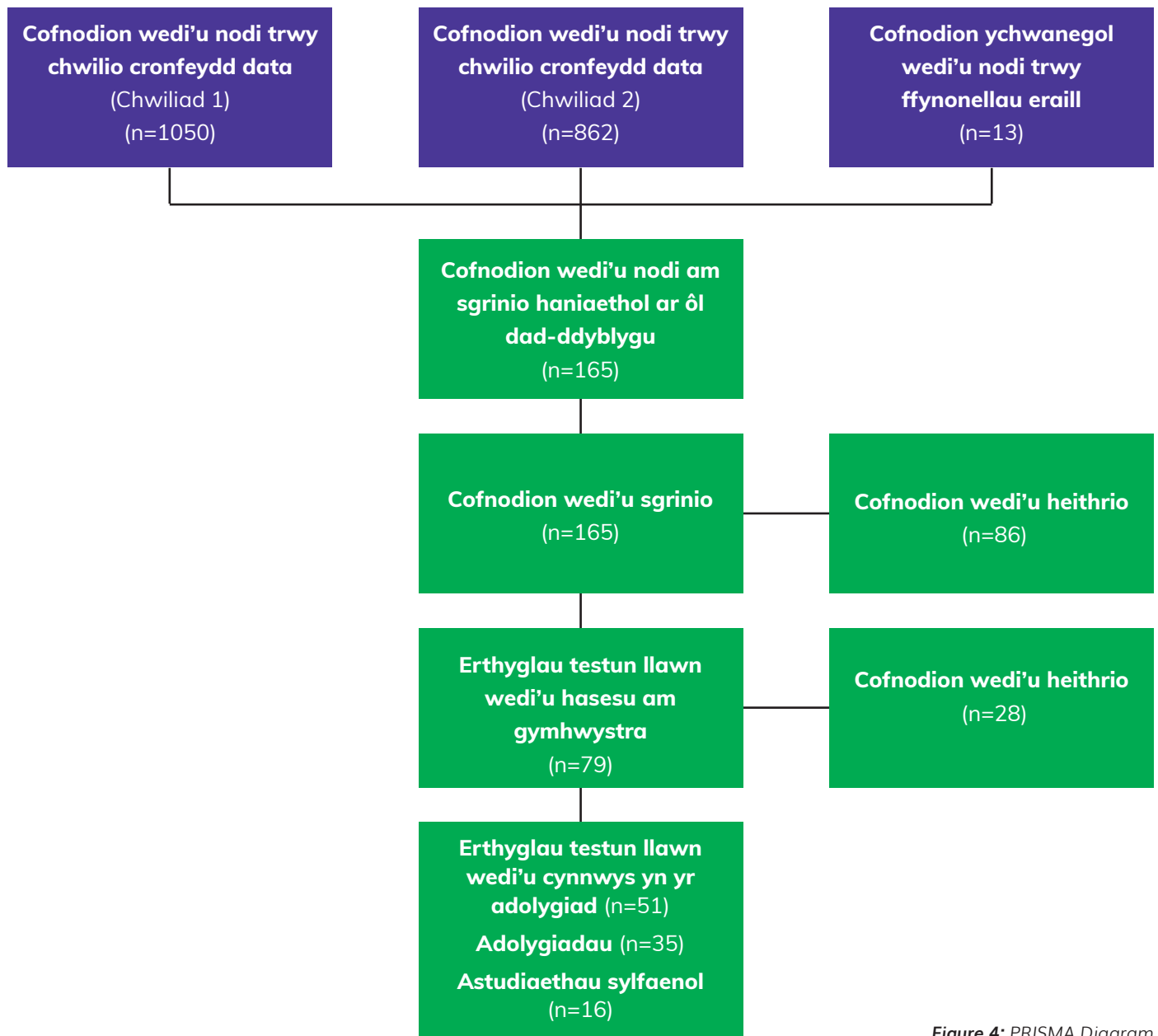


Figure 4: PRISMA Diagram

## Dadansoddiad

Ar gyfer pob papur, roedd y data a dynnwyd yn cynnwys y math o drais, y math o ymyriad, lleoliad yr ymyriad, yr ystod oedran a'r nifer a math o astudiaethau a oedd wedi'u cynnwys (adolygiadau systematig) neu'r math o astudiaeth (astudiaeth sylfaenol). Oherwydd yr amrywiaeth o ddulliau ac astudiaethau a oedd wedi'u cynnwys, mae'r adolygiad hwn yn defnyddio synthesis naratif, gan dddoli astudiaethau i themâu cyffredin a darparu crynodeb disgrifiadol o bob un.

Aseswyd effeithiolrwydd ymyriadau yn seiliedig ar newid ymddygiad cadarnhaol (lleihau cyflawniad neu erledigaeth mewn perthynas â VAWDASV) neu newid cadarnhaol mewn dangosyddion VAWDASV (gan gynnwys newidiadau cadarnhaol i agweddau neu gredoau sy'n ymwneud â VAWDASV neu ofyn am gymorth yn gynharach a lleihau niwed). Adolygwyd pob papur yn annibynnol gan y ddau awdur ac fe'u dosbarthwyd yn unol â'r categorïau a amlinellir yn Nhabl 3 (adolygiadau) neu Dabl 4 (astudiaethau sylfaenol); datryswyd unrhyw wahaniaethau drwy drafodaeth. Oherwydd heterogenedd yr ymyriadau sydd wedi'u cynnwys, darperir yr asesiad hwn fel canllaw.

Cryf	Newid ymddygiad cadarnhaol drwy astudiaethau cadarn lluosog
Addawol	Newid cadarnhaol ar ddeilliannau cyfryngol wedi'i ddangos drwy astudiaethau cadarn neu dystiolaeth gyfyngedig o newid ymddygiad
Cymysg	Amrywiaeth o ddeilliannau sy'n dangos effaith gadarnhaol neu nwl
Cyfyngedig	Tystiolaeth gyfyngedig o newid gydag ymchwil gyfyngedig
Niweidiol	Tystiolaeth o effaith niweidiol

**Tabl 3:** Meini Prawf ar gyfer Asesu Lefel y Dystiolaeth (Adolygiadau)

Cryf	Newid ymddygiad sy'n gadarnhaol
Addawol	Newid cadarnhaol ar ddeilliannau cyfryngol neu dystiolaeth gyfyngedig o newid ymddygiad
Cymysg	Amrywiaeth o ddeilliannau sy'n dangos effaith gadarnhaol neu nwl
Cyfyngedig	Tystiolaeth gyfyngedig o newid gydag ymchwil gyfyngedig
Niweidiol	Tystiolaeth o effaith niweidiol
Dim Effaith	Dim tystiolaeth o newid cadarnhaol

**Tabl 4:** Meini Prawf ar gyfer Asesu'r Lefel Dystiolaeth (Astudiaethau Sylfaenol)

Yn ogystal â dosbarthu pob papur unigol, cafodd y dystiolaeth ei grwpio gyda'i gilydd yn ôl y math o ymyriad (er enghraifft, newid normau rhywedd neu ymyriadau gan y rhai sy'n sefyll gerllaw) a rhoddwyd gradd tystiolaeth i bob categori ymyriad gan yr awduron, wedi'i gategoreiddio'n gryf, yn addawol neu'n gyfyngedig. Cyflwynir y canlyniadau yn Atodiad 1.

Adran

4

**Canfyddiadau**

# Adran 4: Canfyddiadau



## Canfyddiadau Allweddol

Cyflwynir yr adolygiadau a'r astudiaethau sylfaenol yn ôl y math o ymyriad; gosodir pob math o ymyriad o fewn y fframwaith cymdeithasol-ecolegol sy'n amlygu pedair lefel lle gall atal ddigwydd.

- Lefel unigol (credoau personol, agweddau, ymddygiad a hanes)
- Lefel y berthynas (cymheiriaid, ffrindiau, teulu)
- Lefel gymunedol (lleoliadau fel ysgolion, gweithleoedd a chymdogaethau)
- Lefel gymdeithasol (credoau neu bolisiâu diwylliannol)

Lle mae adolygiadau'n cynnwys amrywiaeth o fathau o ymyriadau ond yn canolbwyntio ar fath penodol o drais (e.e., IPV), mae'r rhain wedi'u crynhoi ar wahân. Trwy gydol yr adran hon, tynnir ymyriadau addawol allan mewn blychau testun i dynnu sylw at enghreifftiau o arfer da.

## Lefel Unigol

### Newid Normau Rhywedd

Mae'r angen am waith gyda dynion a bechgyn i atal trais yn erbyn menywod a merched wedi'i dderbyn ymhlith eiriolwyr, addysgwyr a llunwyr polisi i gydnabod bod gwrywod a normau cymdeithasol gysylltiedig â rhywedd yn gysylltiedig â thrais. O ganlyniad, mae arfer atal trais wedi esblygu drws yr ychydig ddegawdau diwethaf o ddulliau offerynnol sy'n targedu menywod yn unig, i ddulliau sy'n ceisio trawsnewid y perthnasoedd, y normau a'r systemau sy'n cynnal anghydraddoldeb o ran rhywedd a thrais (Jewkes et al., 2014). O ganlyniad, mae ymgysylltu â dynion a bechgyn fel cyfranogwyr a rhanddeiliaid mewn mentrau atal trais ar sail rhywedd yn gydran gynyddol o ymdrechion i roi terfyn ar drais ar sail rhywedd. O ganlyniad, mae 'ymgysylltiad dynion' wedi tyfu i gynnwys ystod eang o weithgareddau a nodau gan gynnwys codi ymwybyddiaeth dynion o drais ar sail rhywedd, meithrin y gallu i ddatblygu cydberthnasau llawn parch a chyfartal o ran rhywedd ac ymgysylltu â dynion fel asiantau newid cymdeithasol (Casey et al., 2018). Mae tri adolygiad yn gwerthuso ymyriadau sy'n canolbwyntio ar newid normau rhywedd (Casey et al., 2018, Jewkes et al., 2014, Graham et al., 2019).

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
Casey 2018	Adolygiad	GBV	Newid Normau Rhywedd		Bechgyn a dynion	Addawol
Jewkes 2014	Adolygiad	GBV	Newid normau rhywedd	Ystod o leoliadau	Bechgyn a dynion	Cymysg
Graham 2019	Adolygiad	SVA/ Trais ar Ddêts/ IPV	Ystod o Ymyriadau	Ystod o Leoliadau (Colegau UDA yn bennaf)	Bechgyn a dynion	Addawol

Tabl 5: Ymyriadau: Newid Normau Rhywedd

Roedd Casey et al. (2018) yn cynnwys astudiaethau o ymyriadau a ddefnyddiodd ddull trawsnewidiol o ran rhywedd, neu ffocws penodol ar gwestiynu normau a disgwyliadau rhywedd, mae'r rhain yn dangos addewid arbennig wrth gyflawni canlyniadau atal GBV. I gael eu gynnwys, bu'n rhaid i astudiaethau ddisgrifio gwerthusiad meintiol ac o leiaf lled-arbrofol ac asesu o leiaf un newid agweddol neu ymddygiadol mewn dynion gysylltiedig â: chynnydd mewn agweddau sy'n deg o ran y rhywiau; gostyngiad mewn adroddiadau am gyflawni IPV, cynnydd mewn gwaith gofal neu ddomestig a gostyngiad yn y derbyniad cymdeithasol o IPV. Er bod y rhan fwyaf o astudiaethau yn yr adolygiad systematig hwn wedi'u cynnal yn Affrica, dangosodd un astudiaeth o'r Unol Daleithiau 'Real Consent' gynnydd ystadegol arwyddocaol o ran agweddau sy'n deg o ran y rhywiau yn ogystal â dogfennu gostyngiad sylweddol mewn adroddiadau am IPV dros amser. Yn gyffredinol, daeth yr adolygiad hwn i'r casgliad bod y sylfaen dystiolaeth sy'n datblygu ar gyfer "dull trawsnewidiol o ran rhywedd" yn dangos addewid wrth gyflawni deilliannau atal GBV.

## Real Consent

*Mae'r Rhaglen Real Consent yn gweithio gyda myfyrwyr israddedig gwrywaidd gan ddefnyddio Normau Cymdeithasol a Theori Gwybyddol Cymdeithasol yn ogystal ag ymagwedd y rhai sy'n sefyll gerllaw at gefnogi cyfranogwyr i archwilio rolau rhywedd gwrywaidd yn feirniadol ac adeiladu sgiliau sy'n gysylltiedig â cyd-drafod rhywiol parchus ac ymyrryd mewn sefyllfaoedd a allai arwain at ymosod rhywiol. Cyflwynir y rhaglen mewn chwe modiwl 30 munud. Mae'r modiwlau'n cyfleu themâu allweddol gan ddefnyddio diffiniadau, senarios, straeon goroeswr a bortreadir gan actorion, tystiolaeth arbenigol, cyngor gan gymheiriaid, a chwisiau a gemau rhyngweithiol.*

**Ffigu 5:** Real Consent

Canolbwyntiodd Jewkes et al. (2014) ar ymyriadau a weithredwyd o dan y categori o 'weithio gyda dynion a bechgyn'. Roedd y rhain yn cynnwys ymyriadau gweithdy, ymyriadau gan y rhai sy'n sefyll gerllaw, ymyriadau ysgol a dêts, rhaglenni i gyflawnwyr,

ymyriadau newid normau cymdeithasol gan gynnwys dynion, ac ymyriadau aml-gydran i adolygu effeithiolrwydd wrth leihau trais a'i ffactorau risg. Defnyddiodd yr adolygiad hwn adolygiadau systematig a chynhwysfawr a meta-ddadansoddiadau yn ogystal ag ymyriadau. Cynhaliwyd y rhan fwyaf o astudiaethau (85%) mewn gwledydd incwm uchel a 90% mewn lleoliadau ysgol. Mae'r adolygiad hwn yn canfod bod tystiolaeth o effeithiolrwydd ymyriadau sy'n cynnwys dynion a bechgyn i leihau'r defnydd o drais, neu ei ffactorau risg, yn gyfyngedig; Dim ond pump o'r 12 gwerthusiad cymedrol neu gryf o ymyriadau a geisiodd newid rolau rhywedd oedd â chanfyddiadau cadarnhaol; Nid oedd ymyriadau gan y rhai sy'n sefyll gerllaw (y rhai a anelwyd at ymgysylltu â dynion neu fenywod nad ydynt yn dreisgar wrth herio'r ffordd y mae pobl eraill yn derbyn ymddygiad) yn gwneud yn dda. Yn gyffredinol, dau o dri gwerthusiad cymedrol neu gryf sydd wedi ildio unrhyw ganfyddiadau arwyddocaol, ond bu cyfyngiadau difrifol mewn llawer o'r gwerthusiadau ac felly ni ellir ystyried i'r rhain ddangos bod yr ymyriadau 'wedi gweithio', ac nid oes unrhyw ddeilliannau gwell ar gyfer ymyriadau o ran agwedd y rhai sy'n sefyll gerllaw.

Adolygodd Graham et al. (2019) astudiaethau rheoledig ar hap a werthusodd raglen atal cyflawni SV/DV/IPV ar gyfer bechgyn a dynion ac sydd wedi mesur newidiadau mewn ymddygiadau cyflawni yn hydredol. Cynhaliwyd yr ymchwil sydd ar gael yn yr Unol Daleithiau yn bennaf, mewn colegau a phrifysgolion. Nododd yr adolygiad hwn y daethpwyd o hyd i effeithiau arwyddocaol ar gyflawniad SV/DV/IPV ar gyfer pum rhaglen: Real Consent, Coaching Boys into Men (CBIM), The Men's Programme, The Men's Project a The Video Programme. Fodd bynnag, Real Consent oedd yr unig raglen y nodwyd ei fod yn gostwng cyflawniad SV yn sylweddol ymhlith poblogaeth gyffredinol (h.y., dynion coleg yn gyffredinol). Cafodd CBIM effeithiau arwyddocaol ar gyflawniad DV yn gyffredinol (h.y., heb eu hadrodd yn unigol ar gyfer DV corfforol, seicolegol neu rywiol) wrth ddilyn i fyny ar ôl 12 mis yn benodol ymhlith athletwyr ysgol uwchradd gwrywaidd, sef poblogaeth risg uchel. Canfu un o ddwy astudiaeth a The Men's Programme effeithiau arwyddocaol y rhaglen ar gyflawniad SV dim ond ymhlith cyfranogwyr a ymunodd â brawdoliaeth, ond



ni nododd yr astudiaeth arall effaith ar gyflawni SV. Nododd y gwerthusiad o The Men's Project ddiffyg effeithiau parhaus ar gyflawni SV, a dangosodd y gwerthusiad o The Video Programme, o'i gymharu â chyfranogwyr grŵp cymhariaeth risg uchel, canran uwch o gyfranogwyr rhaglen risg uchel a adroddodd eu bod wedi cyflawni SV ar ôl gwyllo'r fideo. Mae'r cymysgedd hwn o ganfyddiadau, sy'n cyd-fynd â'r heterogenedd mewn dulliau ymyrryd, yn awgrymu nad oes digon o dystiolaeth ar gael i ddisgrifio'n sicr beth sy'n gweithio i atal cyflawniad SV/DV/IPV mewn rhaglen sy'n canolbwyntio ar ddynton.

## Grymuso

Canolbwyntiodd dwy astudiaeth sylfaenol ar rymuso i atal VAWDASV (Jordan a Mossman, 2018, Rothman et al., 2019).

### Coaching Boys into Men (CBIM)

Mae Coaching Boys into Men yn seiliedig ar Theori Newid Normau Cymdeithasol ac mae'n rhaglen 12 wythnos gyfranogol a gyflwynir i fechgyn gan hyfforddwyr chwaraeon sydd wedi derbyn hyfforddiant gan eiriolwyr atal trais. Mae hyfforddwyr athletaidd yn chwarae rhan hynod ddylanwadol ac unigryw ym mywydau dynion ifanc. Oherwydd y cysylltiadau hyn, mae hyfforddwyr mewn sefyllfa dda i ddylanwadu'n gadarnhaol ar sut mae dynion ifanc yn meddwl ac yn ymddwyn, ar y cae ac oddi arno. Coaching Boys into Men yw'r unig raglen atal seiliedig ar dystiolaeth sy'n hyfforddi ac yn cymell hyfforddwyr ysgol uwchradd i ddysgu sgiliau perthynas iach i'w hathletwyr gwrywaidd ifanc ac nad yw trais byth yn cyfateb i gryfder.

Ffigur 6: Coaching Boys into Men

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
Jordan 2018	Astudiaeth Sylfaenol	GBV	Grymuso	Ysgolion (Seland Newydd)	Merched	Addawol
Rothman 2019	Astudiaeth Sylfaenol	CSE	Grymuso (My Life My Choice)	Cymuned (UDA)	Merched yn eu Harddegau	ddawol

Tabl 6: Ymyriadau: Grymuso

Mae Jordan a Mossman (2018) yn cyflwyno canfyddiadau gwerthusiad ar raddfa fawr o raglenni hunanamddiffyn a ddarparwyd i dri grŵp oedran gwahanol o ferched ysgol o gefndiroedd amrywiol yn Seland Newydd. Roedd yr ymyriad yn canolbwyntio ar godi ymwybyddiaeth, nodi ymddygiad amhriodol pobl eraill, dysgu ffyrdd o gadw'n ddiogel a chadw ffrindiau'n ddiogel, teimlo eu bod wedi'u grymuso a gwella hunan-barch. Casglwyd data gan arolwg o gyfranogwyr, wedi'u hategu gan ddata ansoddol a ddarparwyd gan gyfweiliadau hysbyswyr allweddol â'u hysgol ac athrawon hunanamddiffyn. Roedd newidiadau cadarnhaol ac ystadegol arwyddocaol yn amlwg ar gyfer y tri grŵp oedran mewn perthynas â'u dealltwriaeth o beth yw cyffwrdd amhriodol, a beth yw perthynas iach. Dangosodd merched ym mhob grŵp oedran welliannau arwyddocaol wrth ddeall pwysigrwydd ceisio cymorth drostynt eu hunain ac eraill, gyda chyfran uchel (95%) o ferched yn adrodd eu bwriad i wneud hyn os oes angen. Yn gyffredinol, mae'r canfyddiadau'n rhoi tystiolaeth glir o'r manteision cadarnhaol niferus a all fod ar gyfer merched o bob oedran sy'n cymryd rhan mewn cyrsiau hunanamddiffyn ffeministaidd a addysgir gan hyfforddwyr sydd wedi'u hyfforddi'n ofalus gyda ffocws grymuso cryf.

Gwerthusodd Rothman et al., (2019) y rhaglen My Life My Choice (MLMC) yn Boston sy'n cynnig grŵp seico-addysg aml-sesiwn i ferched y nodir eu bod mewn perygl anghymesur o erledigaeth CSE. Mae gan y rhaglen genhadaeth o fynd i'r afael â CSE drwy rymuso goroeswyr, hyfforddiant ac eiriolaeth a datrysiaadau atal. Gan ddefnyddio cynllun hydredol un grŵp, mesurwyd newidiadau mewn ymddygiad cyfranogwyr a gwybodaeth am CSE ar y waelodlin, ar ôl i'r grŵp gwblhau, a 3 mis wedyn. Dangosodd cyfranogwyr yn y grwpiau atal MLMC newidiadau mewn gwybodaeth, agweddau ac ymddygiad o ddechrau'r rhaglen i'w diwedd ar dri mis, ac yn achos llawer o ddeilliannau, parhaodd y newidiadau am 3 mis ychwanegol ar ôl i'r rhaglen ddod i ben. Nodwyd yn benodol bod y nifer o achosion o ymddygiad rhywiol echblyg hunan-gofnodedig wedi haneru dros amser. Gostyngodd erledigaeth cam-drin ar ddêts hefyd. Cynyddodd ymddiriedaeth yn yr heddlu yn sylweddol yn ystod y rhaglen ac fe'i cynhaliwyd, yn ogystal â gwybodaeth am CSE, gan deimlo y byddai rhywun yn gallu dweud wrth ffrind am adnoddau cymorth, a rhoi help neu wybodaeth go iawn am CSE i ffrind. Cynyddodd ymdeimlad cyfranogwyr o reolaeth dros gyflawr eu bywydau.

## Ymyriadau i Atal FGM

Adolygodd tair astudiaeth ymyriadau i atal FGM (Baillot et al., 2018, Njue et al., 2019, Balfour et al., 2016).

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
<b>Baillot 2018</b>	Adolygiad	Anffurfio/torri organau rhywiol merched a menywod	Ystod o Ymyriadau	Ystod o Leoliadau	Merched a Menywod	Cyfyngedig
<b>Njue 2019</b>	Adolygiad	Anffurfio/torri organau rhywiol merched a menywod	Ystod o Ymyriadau	Ystod o Leoliadau	Girls and Women	Cyfyngedig
<b>Balfour 2016</b>	Adolygiad	Anffurfio/torri organau rhywiol merched a menywod	Addysg (Gweithwyr Iechyd Proffesiynol)	Gofal Iechyd (UDA)	Bydwragedd	Addawol

Tabl 7: Ymyriadau: Anffurfio/torri organau rhywiol merched a menywod

Ymgwymerodd Baillot et al. (2018) â dylunio astudiaeth gwmpasu o atal FGM gyda'r nod o archwilio ymyriadau atal ac ymateb i FGM yn Ewrop, gan ddefnyddio llenyddiaeth a ffynonellau cyfweliadau. Amcanion yr astudiaeth oedd disgrifio ymyriadau yn yr UE, asesu a ellir dyblygu ymyriadau a oedd yn ymddangos yn llwyddiannus, a chynnig ymyriadau addawol y gellir eu gweithredu'n ehangach. O'r 70 o ffynonellau llenyddiaeth a oedd wedi'u cynnwys, cynrychiolwyd y DU orau (22 ffynhonnell), Ffrainc (9), Sweden (6), Norwy (4), Sbaen (3), yr Eidal, yr Iseldiroedd a'r Swistir (2) a Gwlad Belg, y Ffindir a'r Almaen (1). Canfu'r adolygiad hwn fod ymyriadau ataliol yn anelu at greu a chynnal newid ymddygiadol ac agweddol mewn cymunedau yr effeithir arnynt; daeth dwy thema atal i'r amlwg, codi ymwybyddiaeth a rôl y gweithwyr proffesiynol. Pwysleisiodd cyfranogwyr yr angen am ymdrechion ar y cyd i fynd i'r afael â FGM ar draws nifer o gyrff sy'n wynebu'r cyhoedd ac yn cwmpasu'r sbectrwm gwleidyddol cyfan, felly gallai codi ymwybyddiaeth gyrraedd y cyhoedd, darparwyr gwasanaethau a llunwyr polisi. Ystyriwyd bod dulliau aml-lefel yn fuddiol, gyda chyfranogwyr y DU yn dweud bod codi ymwybyddiaeth gydweithredol wedi gwthio'r Llywodraeth i ymateb i FGM. At hynny, gall gweithwyr proffesiynol chwarae rhan allweddol mewn atal FGM tymor hwy wrth i fenywod a merched yr effeithir arnynt gysylltu â gwasanaethau. Tynnwyd sylw at gyfleoedd ym maes iechyd, addysg, gwaith cymdeithasol a phlisma. Trafododd llawer o gyfranogwyr rôl ataliol gweithwyr iechyd proffesiynol, yn enwedig bydwragedd, obstetregwyr, pediatregwyr, meddygon teulu a meddygon ysgol.

Dadansoddodd Njue et al. (2019) lenyddiaeth lwyd a adolygwyd gan gymheiriaid i dynnu'r dystiolaeth ar gyfer ymyriadau atal FGM o safbwynt iechyd y cyhoedd mewn gwledydd incwm uchel. Roedd yr holl ddogfennau'n disgrifio gweithgareddau atal sylfaenol a geidiodd gynyddu ymwybyddiaeth a dealltwriaeth broffesiynol a chymunedol unigol o FGM. Gwerthusiadau proses yw mathau o astudiaethau i raddau helaeth sy'n cynnwys mesurau o ddeilliannau tymor byr (cyn ac ar ôl newidiadau mewn agwedd, gwybodaeth a hyder neu archwiliadau o arferion). Mae pump adroddiad yn trafod rhaglenni FGM yn y

DU, tri yn aelod-wladwriaethau'r UE a dau yng Nghanada ac Awstralia. Defnyddiodd yr astudiaethau ddulliau ansoddol a meintiol a barnwyd bod chwech o ansawdd uchel, pump o ansawdd cymedrol ac un o ansawdd isel. Canfu'r adolygiad hwn fod prinder ymchwil werthuso sy'n canolbwyntio ar weithgareddau ataliol â ffocws ar rymuso sy'n cynnwys menywod a merched unigol a effeithir gan FGM. Mae gwledydd incwm uchel wedi rhoi sylw i weithredu deddfwriaethol, ymyriadau biwrocraidd i fynd i'r afael ag anghyfiawnder cymdeithasol a diogelu'r rhai sydd mewn perygl o FGM, ynghyd â gweithgareddau atal sy'n ffafrio perswâd iechyd, meithrin ymgysylltiad â'r gymuned leol drwy allgymorth a chynnwys eiriolwyr cymunedol, hyfforddiant gofal iechyd proffesiynol a chryfhau gallu. Roedd y rhan fwyaf o'r adroddiadau'n disgrifio gweithgareddau atal sylfaenol yn y DU ac ar draws Ewrop sydd i raddau helaeth yn fathau rhagnodol neu o'r brig i lawr o ymyriad gymdeithasol o gymharu â ffurfiau cyfranogol neu 'o'r gwaelod i fyny.

Yn olaf, ymgwymerodd Balfour et al. (2016) ag adolygiad systematig o'r llenyddiaeth gyhoeddedig a llwyd ar ymyriadau gyda'r nod o wella gallu darparwyr gofal iechyd i atal a thrin FGM. Y deilliannau a welwyd oedd gwybodaeth ac agweddau am FGM, ystyriaethau meddygol ac atal. Dim ond dwy astudiaeth a fodlonodd y meini prawf cynnwys, un ym Mali ac un yn yr Unol Daleithiau a gynhaliwyd gydag 11 o nyrsys-bydwragedd ardystiedig. Yn astudiaeth UDA, adroddodd bydwragedd iddynt deimlo'n fwy hyderus wrth reoli menywod a oedd wedi profi FGM o safbwynt clinigol ac obstetrig. Gwellodd lefel yr hunanhyder wrth gydnabod y pedwar math o FGM (1-4) a rheoli pob math o 2.36 i 4.18 ar gyfartaledd, gyda phump yn fwyaf hyderus. Aeth eu hyder yn eu gallu i gwnsela menywod â math 3 o 2.00 i 4.09. Cynyddodd eu hyder mewn cymhwysedd diwylliannol o 2.36 i 4.09 ac wrth gyflawni diffibrilio (gwrthdroi) o 1.54 i 3.54. Aeth eu gallu i nodi ffactorau sy'n wrtharwyddion ar gyfer diffibrilio o 1.63 i 4.27 ac i ddeall ystyriaethau hanesyddol, diwylliannol, cyfreithiol a moesegol FGM o 2.64 i 4.09. Fodd bynnag, nodir bod yr adolygiad yn gyfyngedig oherwydd diffyg dystiolaeth.

## Lefel Perthynas

### Atal Trais yn y Glasoed

Awgryma amcangyfrifon fod rhwng 10% a 25% o'r rhai mewn glasgoed wedi profi rhyw fath o drais corfforol o fewn perthynas ddêts, ac mae un o bob pedair menyw oedran coleg wedi profi ymgais neu drais rhywiol ar y campws (Storer et al., 2016). Canolbwyntiodd dau adolygiad ar amrywiaeth o ymyriadau fu'n anelu at fynd i'r afael â VAWDASV yn ystod oedran y glasgoed (De Koker et al., 2014, Lundgren ac Amin, 2015).

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
De Koker 2014	Adolygiad	IPV	Ystod o Ymyriadau	Ystod o Leoliadau	Pobl ifanc mewn glasgoed	Cryf
Lundgren 2015	Adolygiad	IPV/ Trais Rhywiol	Ystod o Ymyriadau	Ystod o Leoliadau	Glasoed a phobl ifanc	Addawol

Tabl 8: Ymyriadau: Atal Trais yn y Glasoed

Adolygodd De Koker et al. (2014) hap-dreialon rheoledig o ymyriadau i leihau achosion o gyflawniad ac erledigaeth trais corfforol, rhywiol a seicolegol ymhlith pobl ifanc, gan geisio gwerthuso effeithiau ymyriadau sydd wedi'u hanelu at atal sylfaenol ac eilaidd. Roedd hyn yn cynnwys treialon a fu'n canolbwyntio'n bennaf ar gyflawniad ac erledigaeth IPV corfforol, gyda dwy astudiaeth yn canolbwyntio ar gam-drin emosiynol/seicolegol. Cafwyd wyth erthygl a fu'n adrodd ar chwe hap-dreial rheoledig; cynhaliwyd pedwar treial yn America (Shifting Boundaries, Safe Dates, Ending Violence, Coaching Boys into Men), un yng Nghanada (Fourth-R) ac un yn Ne Affrica (Stepping Stones). O'r chwe hap-dreial rheoledig, roedd pedwar ymyriad yn cynnwys cydrannau ysgol a chymunedol. Fodd bynnag, roedd pob treial yn hap-dreial rheoledig clwstwr, ond roedd problemau o ran ansawdd ym mhob un o'r chwe threial.

Mae'r adolygiad hwn yn awgrymu bod ymyriadau atal IPV cynhwysfawr yn yr ysgol a'r gymuned yn effeithiol o ran atal cyflawniad ac erledigaeth IPV ymhlith pobl ifanc. Canfu tair astudiaeth (Safe Dates, Fourth R a Shifting Boundaries)) effeithiau ymyriad cadarnhaol ar gyflawni IPV ac ar erledigaeth IPV. O'i gymharu â'r astudiaethau heb unrhyw effeithiau ar IPV, roedd yr ymyriadau effeithiol yn para'n hirach, ac

fe'u gweithredwyd mewn mwy nag un lleoliad. At hynny, arweiniodd Stepping Stones at lai o ddynion (ond nid menywod) yn y garfan ymyriad a adroddodd eu bod wedi cyflawni IPV corfforol/rhywiol er nad oedd y gwahaniaethau'n ystadegol arwyddocaol. Nid oedd dau ymyriad mor effeithiol wrth atal IPV; Ending Violence a Coaching Boys, bu'r rhaglenni hyn yn para'n fyrrach o gymharu â'r rhai a oedd yn effeithiol.

### The Fourth R

*Mae Fourth R: Skills for Youth Relationships yn seiliedig ar Ddysgu Seiliedig ar Sgiliau a addysgir mewn ysgolion uwchradd mewn dosbarthiadau gyda'r rhywiau ar wahân. Mae'r pynciau a drafodir yn cynnwys diogelwch personol, atal anafiadau; cyfrifoldebau trais ar ddêts a deilliannau sy'n gysylltiedig ag IPV a gwneud penderfyniadau ynghylch rhyw.*

Ffigur 7: The Fourth R

Yn Cindgren ac Amin (2015), y nod oedd nodi dulliau effeithiol o atal IPV a SV yn y glasoed a nodi bylchau gwybodaeth hanfodol. Ildiodd adolygiad o 142 o erthyglau a dogfennau 61 o ymyriadau, a fu'n ceisio atal IPV a SV ymhlith pobl ifanc. Roedd astudiaethau a adolygwyd yn cael eu categorio fel rhaglenni magu plant (8), ymyriadau wedi'u targedu ar gyfer plant a phobl ifanc sy'n destun camdriniaeth (3), yn yr ysgol (31), yn y gymuned (16), a grymuso economaidd (2). Dosbarthwyd y rhaglenni fel "effeithiol", "datblygol", "aneffeithiol," neu "aneglur" yn seiliedig ar gryfder y dystiolaeth. Mae trylwyredd y gwerthusiadau'n amrywio'n fawr, roedd gan nifer dda ddyluniadau ymchwil cymharol wan, cyfnodau dilyn i fyny byr, a chyfraddau cadw isel neu heb eu hadrodd. Dim ond chwech o'r gwerthusiadau oedd hap -dreialon rheoledig a defnyddiodd wyth ddyluniadau lled-arbrofol. Yn gyffredinol, mae diffyg mesurau safonedig cadarn ar gyfer deilliannau ymddygiadol. O'r rhaglenni a adolygwyd,

gweithredwyd 17 mewn gwledydd datblygol. O'r adolygiad hwn, daeth tri dull addawol i'r amlwg, yn gyntaf, mae ymyriadau trais ar ddêts a gyflwynir yn yr ysgol yn dangos cryn lwyddiant; yn ail, mae ymyriadau yn y gymuned i ffurfio agweddau sy'n deg o ran y rhywiau ymhlith bechgyn a merched, naill ai drwy weithio gyda bechgyn a dynion ifanc yn unig neu ar yr un pryd â grwpiau ar wahân o fechgyn a merched, wedi llwyddo i atal IPV neu SV. Yn drydydd, mae dystiolaeth yn awgrymu bod ymyriadau magu plant ac ymyriadau gyda phlant a phobl ifanc sy'n cael eu cam-drin yn dal addewid wrth atal IPV neu SV drwy fynd i'r afael â cham-drin plant, sy'n ffactor risg ar gyfer cyflawni neu brofi IPV neu SV yn ddiweddarach. Mae'r deilliannau'n awgrymu bod gan raglenni sydd â buddsoddiadau tymor hwy ac amlygiad mynych i syniadau a gyflwynir mewn gwahanol leoliadau dros amser ddeilliannau gwell na sesiynau codi ymwybyddiaeth neu drafod unigol.

## Y Gymuned

### Ymyriadau Theatr

Mae prosiectau theatr gymhwysol yn defnyddio ystod eang o dechnegau a dulliau gweithredu sy'n gyfranogol eu natur ar y cyfan ac yn rhannu'r nod o greu ymwybyddiaeth gymdeithasol a newid gyda'r gynulleidfa. Gall ymyriadau o'r fath gynnwys chwarae rôl, creu drama gyda chynulleidfa oedd, gweithdai rhyngweithiol a sesiynau siarad yn ôl. Mae ymchwil sy'n ymchwilio i sut yn union y mae theatr gymhwysol yn gweithio fel cyfrwng i newid yn amlygu creu gofod diogel sy'n caniatáu myfyrio ac archwilio ffenomenâu dynol cymhleth a chyfle dysgu ymgorfforedig lle gellir treialu ac ymarfer dulliau newydd o ymdrin â gormesod gymdeithasol a phersonol (Heard et al., 2020).

Canolbwyntiodd un adolygiad (Heard et al., 2020) ac un astudiaeth sylfaenol (May et al., 2020) ar ymyriadau theatr.

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
Heard 2020	Adolygiad	IPV	Drama/Theatr	Y Gymuned	13-40 oed	Addawol
May 2020	Astudiaeth Sylfaenol	CSE	Rhaglen Theatr	Ysgol (DU)	Pobl Ifanc	Cyfyngedig

Tabl 9: Ymyriadau: Ymyriadau Theatr

Mae Heard et al. (2020) yn darparu synthesis o ymyriadau theatr gymhwysol sy'n mynd i'r afael ag atal IPV sylfaenol, eilaidd a thrydyddol. Ymhlith y strategaethau penodol a ddefnyddiwyd yn yr astudiaethau roedd hyfforddiant perthnasoedd iach, ymwybyddiaeth gynyddol ac eiriolaeth gymunedol, hyfforddiant darparwyr gwasanaethau, hyfforddiant rhai sy'n sefyll gerllaw, a gweithio gyda goroeswyr. Roedd ymchwil a fu'n ymwneud ag amrywiaeth o fethodolegau wedi'i chynnwys a chynhaliwyd ymyriadau mewn tair gwlad, yr Unol Daleithiau, y DU ac Awstralia. Cynhaliwyd pedwar ymyriad gyda grwpiau lleiafrifoedd ethnig (Indiaidd, Latinaidd, Asiaidd), chwech gyda phobl ifanc (ysgol a phrifysgol/coleg), dau gyda goroeswyr IPV, a dau gyda darparwyr gwasanaeth. Mae deilliannau'r adolygiad hwn yn dangos rhywfaint o botensial i theatr gymhwysol gael deilliannau cadarnhaol ar lefelau sylfaenol ac eilaidd o atal IPV. O ran atal sylfaenol, dangosodd dau ymyriad ysgol yn yr Unol Daleithiau yr aseswyd eu bod yn ansawdd cymedrol ac uchel ostyngiadau sylweddol mewn parodrwydd cyfranogwyr i dderbyn IPV yn ogystal â mwy o hyder a bwriad i weithredu'n ddi-drais mewn perthnasoedd agos. Defnyddiodd dau ymyriad theatr gymhwysol ryngweithiol fel offeryn ar gyfer archwilio ac eiriolaeth o ran profiadau IPV ar gyfer grwpiau lleiafrifol yn yr Unol Daleithiau ac Awstralia. Canolbwyntiodd yr astudiaethau ansawdd cymedrol ac isel hyn ar atal sylfaenol drwy nodi anghenion, gwybodaeth gyfredol a setiau sgiliau grwpiau penodol er mwyn cyfeirio'r gwaith o ddatblygu strategaethau atal effeithiol. Yn olaf, nododd astudiaeth o ansawdd uchel o'r DU ddeilliannau cadarnhaol yn ymwneud â mwy o wybodaeth am IPV a llai o barodrwydd i dderbyn mythau cyffredin gysylltiedig ag IPV.

O ran atal eilaidd, roedd y ffocws ar hyfforddi darparwyr gwasanaethau ac adeiladu rhai sy'n sefyll gerllaw effeithiol. Nododd dau ymyriad (erthyglau o ansawdd cymedrol ac uchel) eu bod yn datblygu atal IPV eilaidd drwy wella'r gwasanaethau a ddarperir drwy feithrin empati ac ymwybyddiaeth o anghenion cleientiaid a chynyddu cydweithredu amlddisgyblaethol. Gan ganolbwyntio ar hyfforddiant y rhai sy'n sefyll gerllaw, bu i ddau ymyriad yn yr Unol Daleithiau ennyn diddordeb myfyrwyr prifysgol mewn

ymyriadau theatr cymhwysol i feithrin gwybodaeth, sgiliau a hyder i ymyrryd wrth weld IPV.

Ymchwiliodd Mai et al. (2020) i brofiadau pobl ifanc o fynychu rhaglen theatr-mewn-addysg mewn ysgolion a'r effaith a gafodd hyn ar eu hymwybyddiaeth a'u dealltwriaeth o Gam-drin a Chamfanteisio'n Rhywiol ar Blant (CSEA). Ymgwymerwyd â grwpiau ffocws mewn dwy ysgol yn y DU. Adroddodd cyfranogwyr fod elfen perfformiad theatr/byw y rhaglen yn arbennig o effeithiol, gan deimlo bod hyn yn cael ei gyflwyno iddynt ar yr adeg gywir, ond gan awgrymu y byddai pobl iau hefyd yn elwa o'r negeseuon pwysig. Awgryma'r deilliannau fod cyfranogwyr wedi datblygu ymwybyddiaeth a dealltwriaeth newydd o agweddau sy'n ymwneud â CSEA, gan gynnwys mathau eraill o gamfanteisio (troseddol), yn ogystal â sut i osgoi niwed a beth i'w wneud "os bydd pethau drwg yn digwydd", fodd bynnag, yn anffodus, nid oedd yn bosib pennu a oedd yr ymwybyddiaeth gynyddol hon yn trosi i isafu'r risg o CSEA.

## Ymyriadau mewn ysgolion

Gellir cyflwyno ymyriadau mewn ysgolion sy'n ceisio atal VAWDASV ar raddfa fawr i gynulleidfa gaeth nad ydynt eto wedi profi neu sydd newydd ddechrau ar eu perthynas agos eu hunain. Yn gyffredinol, mae damcaniaethau rhaglennu'n cynnwys rhyw fersiwn o newid ymddygiad, gyda'r bwriad o newid gwybodaeth a/neu agweddau tuag at normau cymdeithasol penodol (fel arfer, ond nid bob amser, yn normau rhywedd) gyda'r dybiaeth y byddai hyn yn newid bwriad ymddygiadol, ac, yn y pen draw, ymddygiad gwirioneddol, gydag effaith ddilynol ar nifer yr achosion o gyflawni a/neu erledigaeth (Stanley et al., 2015a).

Canolbwyntiodd pedwar adolygiad ar ymyriadau mewn ysgolion, dau i atal cam-drin domestig (Stanley et al., 2015a, Stanley et al., 2015b), a dau i atal IPV (Lester et al., 2017, Ellsberg et al., 2015).



Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
<b>Stanley 2015a</b>	Adolygiad	DVA	Addysg (Plant ysgol)	Ysgolion	Dan 18 oed	Addawol
<b>Stanley 2015b</b>	Adolygiad	DVA	Addysg (Plant ysgol)	Ysgolion	Dan 18 oed	Addawol
<b>Lester 2017</b>	Adolygiad	IPV	Newid Normau Rhywedd	Ysgolion	Pobl ifanc mewn glasgoed	Cymysg
<b>Ellsberg 2015</b>	Adolygiad	GBV	Ystod o Ymyriadau	Ystod o Leoliadau	Ystod o Oedrannau	Cymysg

Tabl 10: Ymyriadau: Lleoliad yr Ysgol

Mae Stanley et al. (2015a; 2015b) yn adrodd ar adolygiad realydd dulliau cymysg o astudiaethau sy'n adrodd am ymyriadau ataliol mewn cam-drin domestig i blant a phobl ifanc. Roedd astudiaethau a fu'n ddefnyddio ystod eang o ddulliau wedi'u cynnwys, adroddodd 13 o bapurau ar dreialon rheoledig a fu'n cynnwys naw rhaglen wahanol ac adroddodd 15 papur ar 14 o raglenni a fu'n cynnwys gwahanol fathau o garfannau neu astudiaethau rheoli achosion. Roedd yr astudiaethau wedi'u lleoli'n bennaf yn UDA ond hefyd yng Nghanada, y DU ac India. Roedd pob un ohonynt wedi'u lleoli yn yr ysgol ac eithrio Families for Safe Dates a chyfeiriodd tri yn benodol at ddamcaniaeth y rhai sy'n sefyll gerllaw. Nodwyd deilliannau'r rhaglen fel newidiadau yng ngwybodaeth, ymddygiadau agweddu pobl ifanc yn ogystal ag achosion o erledigaeth neu gyflawniad. Canfu Stanley (2015b) fod y meintiau effaith mwyaf wedi'u nodi mewn mesurau gwybodaeth, er y tueddodd y gwahaniaethau yn y rhain i ostwng dros amser. Nodwyd yr unig ganfyddiad cymharol fawr ac ystadegol arwyddocaol mewn astudiaeth a ddyluniwyd yn dda o ran nifer yr achosion o gyflawni neu erledigaeth mewn gwerthusiad o'r Rhaglen Fourth R, lle gwelwyd bod cyflawni trais corfforol gan fechgyn wedi gostwng 2.5 mlynedd ar ôl y rhaglen (Wolfe et al., 2009). Fodd bynnag, methodd y rhan fwyaf o'r papurau a oedd wedi'u cynnwys yn yr adolygiad systematig â darparu dystiolaeth gadarn o newid ymddygiad, ond cydnabuwyd y gallai

defnyddio ymddygiad fel prif ddeiliant ymyrryd sy'n targedu normau cymdeithasol beri trafferth. Ymgymerodd Ellsberg et al., (2015) ag adolygiad eang o dystiolaeth o ymyriadau i leihau mynychder a nifer yr achosion o drais yn erbyn menywod a merched. Roedd yr adolygiad hwn yn cwmpasu ystod eang o fodolau ymyrryd mewn gwledydd incwm uchel, canolig ac isel ac atal sylfaenol, eilaidd a thrydyddol. Mewn perthynas ag ymyriadau mewn ysgolion, canfu'r adolygiad hwn fod y rhan fwyaf o raglenni atal ar gyfer ymosod rhywiol IPV a ddim gan bartneriaid mewn gwledydd incwm uchel yn ymyriadau hyfforddiant grŵp mewn ysgolion. Fodd bynnag, er na fu'r dystiolaeth o'r rhaglenni hyn yn galonogol, nodwyd rhai eithriadau. Profwyd y rhaglen Healthy Relationships yng Nghanada mewn dau leoliad: un gyda myfyrwyr ysgol uwchradd gwrywaidd a benywaidd a'r llall yn y gymuned gyda phobl ifanc gwrywaidd a benywaidd. Dangosodd y ddwy astudiaeth ostyngiadau sylweddol o ran cyflawniad ac erledigaeth trais ar ddêts ymhlith bechgyn a merched yn y grwpiau ymyrryd o gymharu â'r grwpiau rheolydd. At hynny, nododd astudiaethau o ddau ymyriad adnabyddus, *Shifting Boundaries a Safe Dates*, ostyngiad mewn trais ar ddêts mewn glasgoed.

Cwblhaodd Lester et al. (2017) adolygiad systematig o adolygiadau o ymyriadau i leihau IPV a oedd wedi'u cynnal mewn ysgolion yn bennaf yn yr Unol

Daleithiau. Dangosodd llond llaw o raglenni addewid wrth atal IPV. Mae Safe Dates, the Fourth R, Stepping Stones a Shifting Boundaries yn sefyll allan fel rhaglenni a gyflawnodd effeithiau cadarnhaol. Mae Safe Dates, the Fourth R a Stepping Stones yn amlwg fel rhai sydd wedi'u hastudio mewn treialon gyda'r dulliau cryfaf o bennu tystiolaeth o effaith gan mai nhw sydd â'r cynnodau dilyn i fyny hwyaf (3, 2.5 a 2 flynedd, yn y drefn honno). Roedd y treial Safe Dates hefyd yn gryf gan iddo fesur yr ystod ehangaf o fathau o drais ar ddêts a'i fod yn gallu dangos yr effeithiau hynny ar gyfer sawl math o drais a barhaodd dros amser. Mae effeithiau cymedroli hefyd yn allweddol o ran deall rhaglenni. Mae Safe Dates wedi cynhyrchu tystiolaeth nad oes unrhyw wahaniaeth mewn effeithiolrwydd yn ôl rhyw, yn ôl gwyn vs. ethnigrwydd arall, neu yn ôl p'un a oedd gan fyfyrwyr brofiad blaenorol o drais ar ddêts; ond dangosodd y treial Fourth R mai dim ond i fechgyn yr oedd yr effaith yn bresennol. Felly, ymddengys mai Safe Dates yw'r rhaglen fwyaf effeithiol yn yr ysgol ar

gyfer atal trais ar ddêts, ond mae angen llawer mwy o ddatblygiad ar y sylfaen dystiolaeth yn gyffredinol. Er gwaethaf y cyfyngiadau hyn, mae'n amlwg bod nifer o fentrau atal trais wedi'u darparu'n llwyddiannus yn yr ysgol.

### Safe Dates

Mae Safe Dates yn rhaglen o weithgareddau ysgol a chymunedol i hyrwyddo atal sylfaenol ac eilaidd o ran trais ar ddêts drwy newid normau sy'n gysylltiedig â thrais gan bartner, lleihau ystrydebu o ran rhywedd a gwella sgiliau rheoli gwrthdaro. Ymhlith y gweithgareddau mewn ysgolion mae cynhyrchiad theatr, cwricwlwm 10 sesiwn, a cystadleuaeth bosteri, roedd gweithgareddau yn y gymuned yn cynnwys gwasanaethau i bobl ifanc mewn perthynas ymosodol a hyfforddiant i ddarparwyr gwasanaethau cymunedol.

Ffigur 8: Safe Dates

## Newid Normau Rhywedd yn y Lleoliad Cymunedol

Mae dwy astudiaeth sylfaenol yn gwerthuso ymyriadau sy'n canolbwyntio ar newid normau rhyw yn y gymuned Banyard et al. (2019) a Miller et al., (2019).

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
<b>Banyard 2019</b>	Astudiaeth Sylfaenol	Trais Rhywiol ac ar Ddêts (SDV)	Newid Normau Rhywedd Reducing Sexism & Violence Programme – Middle School Programme (RSVP-MSP)	Ysgol Ganol (UDA)	Bechgyn	Addawol
<b>Miller 2020</b>	Astudiaeth Sylfaenol	GBV	Newid normau rhywedd (Manhood 2.0)	Cymuned UDA	Bechgyn oedran ysgol uwchradd	Dim effaith

Tabl 11: Ymyriadau: Newid Normau Rhywedd mewn Lleoliad Cymunedol



Adolygodd Banyard et al. (2019) werthusiad peilot o raglen atal trawsnewidiol o ran rhywedd newydd ar gyfer bechgyn ysgol ganol yn yr Unol Daleithiau. Mae'r rhaglen Reducing Sexism and Violence Programme – Middle School Programme (RSVP-MSP) wedi'i gwreiddio'n ddamcaniaethol ac yn cynnwys pedair sesiwn un awr sy'n archwilio normaleiddio, hollbresenoldeb, a natur niweidiol tybiaethau rôl rhywedd anhyblyg gyda'r nod o leihau trais rhywiol ac ar ddêts (SDV). Mae'r rhaglen yn ymwneud â lleihau ffactorau risg sy'n gysylltiedig â thrais a hyrwyddo newidynnau datblygu ieuencid cadarnhaol. Defnyddiwyd cynllun lled-arbrofol, cymerodd 292 o fechgyn arolygon ar ddau bwynt amser, dri mis ar wahân. Mae'r canfyddiadau'n awgrymu bod y rhaglen yn gwella agweddau gysylltiedig â defnyddio gorfodaeth a thrais mewn perthnasoedd. Gwellodd pob bachgen ar fesurau cydraddoldeb rhwng y rhywiau mewn perthnasoedd a chanfyddiadau o bŵer gwrywaidd, gan ddangos llai o gefnogaeth i'r defnydd o drais mewn perthynas. Dangosodd y ddau grŵp, y grwpiau rheoli a thriniaeth, welliant sylweddol dros amser trwy lai o gefnogaeth dros bŵer gwrywaidd a mwy o gefnogaeth dros ecwiti rhywedd ymhlith cyplau. Mae canfyddiadau hyn yn awgrymu y gall addysg i fechgyn ysgol ganol lwyddo i newid credoau gysylltiedig â thrais sy'n ffactorau risg o ran aflonyddu ac SDV. Dangosodd canfyddiadau hefyd, er bod y rhaglen wedi'i dylunio ar gyfer atal trais cyffredinol neu sylfaenol, i lawer o fechgyn adrodd iddynt ddiodeff bwlio ac aflonyddu gan gymheiriaid cyn cymryd rhan yn y rhaglen hon. Gall ffocws y rhaglen ar wrywod iach gael swyddogaeth atal sylfaenol ac eilaidd ar gyfer bechgyn ysgol ganol.

Gwerthusodd Miller et al. (2020) effeithiolrwydd rhaglen drawsnewidiol o ran rhywedd yn y gymuned (Manhood 2.0) ar gyflawniad trais ar sail rhywedd gan fechgyn mewn glasoed a dynion ifanc. Mae Manhood 2.0, rhaglen ryngwladol a addaswyd ar gyfer bechgyn mewn glasoed a dynion ifanc yn yr Unol Daleithiau, yn annog unigolion i herio normau rhywedd sy'n meithrin trais yn erbyn menywod a pherthnasoedd rhywiol afiach. Roedd pob rhaglen yn 18 awr o hyd a chafodd unigolion yn y boblogaeth reolydd hyfforddiant parodrwydd am swydd yn lle.

Damcaniaethwyd y byddai Manhood 2 yn arwain at fwy o ostyngiad mewn unrhyw drais rhywiol (SV) neu gam-drin gan glasoed mewn perthynas (ARA) o'i gymharu â hyfforddiant parodrwydd am swydd gyda deilliannau eilaidd yn cynnwys agweddau sy'n deg o ran y rhywiau, adnabod ymddygiadau sy'n gyfystyr â cham-drin, bwriadau i ymyrryd â chymheiriaid, hunaneffeithiolrwydd gyda chondomau ac agweddau defnyddio dulliau atal cenhedlu, ac ymddygiad cadarnhaol a negyddol rhai sy'n sefyll gerllaw. Fodd bynnag, nid oedd unrhyw dystiolaeth o effaith ymyriad ar gyfer y prif ddeiliant ac nid oedd y canfyddiadau'n dangos effaith ymyriad sylweddol o ran lleihau cyflawniad SV neu ARA rhwng Manhood 2.0 a rhaglen rheoli parodrwydd am swydd.

## Rhaglenni Rhai sy'n Sefyll Gerllaw

Mae rhaglenni rhai sy'n sefyll gerllaw yn canolbwyntio ar arfogi pobl â'r sgiliau i ymyrryd yn ddiogel pan fyddant yn dyst i ymddygiadau a all arwain at VAWDASV. Mae'r rhan fwyaf o raglenni rhai sy'n sefyll gerllaw yn ceisio dylanwadu ar agweddau a chredoau am rolau rhywedd, trais a rhai sy'n sefyll gerllaw gan gydnabod bod ymddygiad y rhai sy'n sefyll gerllaw defnyddiol yn dibynnu ar gred a hyder yng ngallu rhywun i weithredu mewn ffordd rhag-gymdeithasol. Mae'r dull rhai sy'n sefyll gerllaw yn seiliedig ar y rhagdybiaeth bod gan ddynion a menywod gyda'i gilydd y gallu (a'r cyfrifoldeb) i atal ac ymyrryd fel rhai sy'n sefyll gerllaw rhag-gymdeithasol pan fyddant yn dyst i ymddygiadau sy'n gysylltiedig â thrais rhywiol ac ar ddêts. Er y bwriedir i'r rhan fwyaf o raglenni atal erlid menywod ifanc gan ddynion, mae rhai rhaglenni'n "niwtral o ran rhywedd" gan eu bod yn lleoli dynion a menywod yn gyfartal fel cyflawnwyr a diodeffwyr posib (Katz et al., 2011).

Canolbwyntiodd saith adolygiad ar raglenni rhai sy'n sefyll gerllaw (Jouriles et al., 2018, Kettrey a Marx, 2019a, Kettrey a Marx, 2019b, Kovalenko et al., 2020, Mujal et al., 2019, Storer et al., 2016, Fenton et al., 2016). Mae'r holl adolygiadau'n canolbwyntio ar bobl ifanc neu bobl ifanc mewn lleoliadau addysg, sef lleoliadau coleg yn bennaf, er y cyflwynwyd rhaglenni rhai sy'n sefyll gerllaw mewn lleoliadau ysgol hefyd.

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
Jouriles 2008	Adolygiad	SVA	Rhaglenni Rhai sy'n Sefyll Gerllaw	Campws Coleg	Oedolion ifanc	Addawol
Kettrey 2019a	Adolygiad	SVA	Rhaglenni Rhai sy'n Sefyll Gerllaw	Campws Coleg	Oedolion ifanc	Addawol
Kettrey 2019b	Adolygiad	SVA	Rhaglenni Rhai sy'n Sefyll Gerllaw	Campws Coleg	Oedolion ifanc	Addawol
Kovalenko 2020	Adolygiad	Trais ar Ddêts	Rhaglenni Rhai sy'n Sefyll Gerllaw	Ystod	15-30 oed	Addawol
Mujal 2019	Adolygiad	SVA	Rhaglenni Rhai sy'n Sefyll Gerllaw	Ystod o Leoliadau	Ystod	Addawol
Storer 2016	Adolygiad	Trais ar Ddêts	Rhaglenni Rhai sy'n Sefyll Gerllaw	Coleg	Glasoed a phobl ifanc	Cymysg
Fenton 2016	Adolygiad	SVA a DVA	Rhaglenni Rhai sy'n Sefyll Gerllaw	Prifysgol (DU)	Myfyrwyr	Addawol

Tabl 12: Ymyriadau: Rhaglenni Rhai sy'n Sefyll Gerllaw (Adolygiadau)

Ymgwymerodd Jouriles et al. (2018) ag adolygiad systematig a meta-ddadansoddiad i werthuso effeithiolrwydd rhaglen rhai sy'n sefyll gerllaw sy'n mynd i'r afael â thrais rhywiol ar gampysau colegau. Archwiliwyd effeithiau'r rhaglen ar agweddau, credoau ac ymddygiad myfyrwyr sy'n sefyll gerllaw. I gael eu cynnwys, bu'n rhaid bod astudiaethau wedi cynnwys grŵp rheolydd a gwerthuso rhaglen rhai sy'n sefyll gerllaw o ran lleihau trais ar ddêts, ymosod rhywiol, neu'r ddau. Canfu'r adolygiad hwn fod gan fyfyrwyr a gymerodd ran mewn rhaglen rhai sy'n sefyll gerllaw, o gymharu â'r rhai nad oeddent wedi gwneud hynny, agweddau/credoau mwy cymdeithasol am drais rhywiol ac ymyrryd i'w atal, ac yn ymwneud yn fwy ag ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw. Fodd bynnag, roedd effeithiau cadarnhaol rhaglenni rhai sy'n sefyll gerllaw ar agweddau a chredoau yn ogystal ag ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw yn fach o ran maint. Er bod effeithiau y rhaglen wedi lleihau dros amser, parhaodd newidiadau pwrpasol am o leiaf dri mis ar ôl cyflwyno'r rhaglen, gyda rhaglenni hirach yn cael mwy o effeithiau na rhaglenni byrrach ar agweddau/credoau.

Ymgwymerodd Kettrey a Marx (2019a) ag adolygiad systematig a meta-ddadansoddiad fu'n syntheseiddio

ymchwil o ansawdd uchel yn archwilio effeithiau rhaglenni rhai sy'n sefyll gerllaw ar ymyriad gan y rhai sy'n sefyll gerllaw a hunan-adrodd am gyflawni ymosodiad rhywiol. Rhodd yr astudiaeth sylw i ddull gweithredu ar sail rhywedd fel cymedrolwr effeithiau'r rhaglenni. O'r 14 astudiaeth a oedd wedi'u syntheseiddio, roedd 12 yn hap-dreialon rheoledig a defnyddiodd dau ddyluniad lled-arbrofol o ansawdd uchel. I gael eu cynnwys, bu'n rhaid i astudiaethau asesu effeithiau rhaglen atal ymosodiadau rhywiol gan y rhai sy'n sefyll gerllaw ar ymyriad gan y rhai sy'n sefyll gerllaw a/neu gyflawni ymosodiadau rhywiol ymhlith pobl ifanc neu fyfyrwyr coleg yn yr Unol Daleithiau. Canfu'r adolygiad hwn fod rhaglenni rhai sy'n sefyll gerllaw yn cael effaith sylweddol a dymunol ar ymyriad gan y rhai sy'n sefyll gerllaw gyda phobl mewn glasoed a myfyrwyr coleg. Fodd bynnag, nid oedd unrhyw gefnogaeth dros effeithiolrwydd y rhaglenni hyn o ran atal ymosodiadau rhywiol. At hynny, ni nodwyd unrhyw dystiolaeth bod fframio ymosod rhywiol ar sail rhywedd yn cymedroli effaith rhaglen rhai sy'n sefyll gerllaw. Mae canfyddiadau o'r adolygiad systematig hwn a meta-ddadansoddiad yn awgrymu y ceir corff eithaf cryf o ymchwil o ansawdd uchel yn asesu effeithiau rhaglen rhai sy'n sefyll gerllaw ar ymddygiadau.

Ymgwymerodd Kettrey a Marx (2019b) ag adolygiad systematig a meta-ddadansoddiad a syntheseiddiodd ddata o 15 astudiaeth o ansawdd uchel ac a archwiliodd effeithiau rhaglen rhai sy'n sefyll gerllaw atal ymosodiadau rhywiol ar (i) effeithiolrwydd rhai sy'n sefyll gerllaw, (ii) bwriadau, a (iii) ymyriadau ar draws blynyddoedd coleg yn yr Unol Daleithiau. Y nod oedd nodi unrhyw effeithiau gwahaniaethol rhaglen rhai sy'n sefyll gerllaw rhwng blynyddoedd cynnar a hwyr y coleg er mwyn nodi'r amseriad gorau ar gyfer gweithredu rhaglenni rhai sy'n sefyll gerllaw gyda myfyrwyr coleg yn yr Unol Daleithiau. Dim ond astudiaethau fu'n defnyddio dyluniad ymchwil arbrofol neu led-arbrofol rheoledig i gymharu grŵp ymyriad â grŵp cymhariaeth a gafodd eu cynnwys. Canfu'r adolygiad hwn fod rhaglenni rhai sy'n sefyll gerllaw yn cael effaith sylweddol a dymunol ar bob un o'r tri deilliant. Mae dadansoddiadau'r cymedrolwyr a adroddwyd yn dangos bod effeithiau rhaglenni ar fwriadau rhai sy'n sefyll gerllaw yn gryfach ym mlynnyddoedd cynnar y coleg nag yn y blynyddoedd coleg diweddarach. Er hynny, mae effeithiau ar effeithiolrwydd ac ymyriad rhai sy'n sefyll gerllaw yn debyg rhwng y cyd-destunau hyn.

Nododd Kovalenko et al. (2020) 40 o adolygiadau a meta-ddadansoddiadau a fu'n adrodd ar effeithiolrwydd rhaglen atal trais ymhlith pobl ifanc (15–30 oed) mewn sefydliadau addysgol, yn Ewrop a Gogledd America yn bennaf. Y ffocws oedd rhaglenni a ddyluniwyd i leihau trais ac ymosodiadau rhywiol yn ymwneud â dêts a pherthnasoedd a dim ond gwerthusiadau a adroddodd ar ddeilliannau ymddygiadol megis cyflawniad, erledigaeth ac ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw oedd wedi'u cynnwys. O'r 40 o adolygiadau, ystyriwyd un yn uchel ei ansawdd, un yn gymedrol, un yn isel, a 37 (92.5%) o ansawdd critigol o isel. Canfu'r adolygiad hwn i'r rhan fwyaf o astudiaethau nod effeithiau bach ar leihau trais ac erledigaeth a chynnydd mewn ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw hunan-gofnodedig. O ganlyniad, er i'r rhan fwyaf o astudiaethau nodi deilliannau buddiol sylweddol, ar y cyfan, nid yw effaith ymarferol y manteision hyn yn sicr. Profodd rhaglenni'n effeithiol o ran gwella gwybodaeth ac agweddau, yn llai aml ar gyfer ymddygiad, a gostyngodd yr effaith dros amser. Roedd rhaglenni effeithiol yn cynnwys addysg gan gymheiriaid, defnyddio gweithgareddau drama a phosteri yn

ogystal ag addysg ar ddeddfwriaeth, diogelwch personol, canlyniadau, iechyd a rhywioldeb, rolau rhywedd, perthnasoedd iach, a rôl rhai sy'n sefyll gerllaw. Daw'r adolygwyr i'r casgliad y dylai cynnwys rhaglenni gael ei ategu gan ddamcaniaethau sy'n seiliedig ar dystiolaeth a'i deilwra'n briodol i ddiwylliant ac anghenion cynulleidfaoedd targed. Cyfyngodd diffyg dylunio gwerthuso hydredol trwyadl a dadansoddiadau gan gymedrolwyr ar y gallu i lunio casgliadau am nodweddion penodol rhaglenni sy'n gwella effeithiolrwydd rhaglenni atal trais.

Crynhodd Mujal et al. (2019) ddulliau hyfforddi ymyriad gan rai sy'n sefyll gerllaw fel dull sylfaenol o atal trais ac ymosodiadau rhywiol, yn bennaf mewn myfyrwyr coleg ond hefyd oedolion yn America a Chanada. O'r astudiaethau, defnyddiodd bron i 40% ddyluniad hap-dreial rheoledig, roedd 36% yn ddyluniadau un grŵp a 25% yn ddyluniadau lled-arbrofol. O ran cynhwysiad, bu'n rhaid i astudiaethau fynd i'r afael â phwnc ymosod rhywiol, trais rhywiol, trais ar ddêts, aflonyddu rhywiol, trais ar sail rhywedd, neu drais rhyngpersonol a chasglu un o'r mesurau deilliant a ganlyn; agweddau, gwybodaeth, ymddygiadau, effeithiolrwydd, neu amllder/cyfradd trais rhywiol. Canfu'r adolygiad hwn y gall defnyddio hyfforddiant rhai sy'n sefyll gerllaw mewnol greu newidiadau cadarnhaol mewn agweddau ac ymddygiadau drwy gynyddu ymwybyddiaeth o broblem a chyfrifoldeb i'w datrys. Dadansoddodd tri deg dau y cant o'r astudiaethau ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw ar ôl ymyriad, a chanfu'r rhan fwyaf ddeilliannau buddiol sylweddol. Fodd bynnag, mae gwybodaeth am effeithiolrwydd ymyriadau rhai sy'n sefyll gerllaw ar gyfer atal trais rhywiol yn fach o hyd oherwydd prinder dyluniadau hap-dreial rheoledig a lled-arbrofol sy'n profi rhaglenni o'r fath a diffyg profion effeithiolrwydd y tu hwnt i 12 mis ar ôl i'r rhaglen ddod i ben.

Archwiliodd Storer et al. (2016) gynnwys a chydrannau rhaglen rhaglenni trais rhywiol ac ar ddêts seiliedig ar rai sy'n sefyll gerllaw ar draws cynulleidfaoedd pobl ifanc ac oedran coleg. Mae'r meini prawf cynhwysiad yn cynnwys deilliannau ôl-ymyriad sy'n gysylltiedig ag ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw a gwerthusiad o raglenni rhai sy'n sefyll gerllaw a ddylunnir i ddylanwadu ar ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw mewn perthynas ag ymosodiadau

rhywiol a/neu drais ar ddêts. Canfu'r adolygiad hwn fod rhaglenni rhai sy'n sefyll gerllaw yn addawol o safbwynt cynyddu parodrwydd oedolion ifanc i ymyrryd a hyder yn eu gallu i ymyrryd pan fyddant yn dyst i drais rhywiol neu ar ddêts. Fodd bynnag, er bod rhaglenni rhai sy'n sefyll gerllaw yn dangos addewid a bod ganddynt apêl reddfol, mae'r sylfaen ymchwil bresennol yn gymysg ac yn methu â mynegi'n bendant pa ddyluniad a chydannau rhaglenni a allai ddylanwadu ar y deilliannau a ddymunir. At hynny, mae cyflwr presennol y llenyddiaeth werthuso yn ei gwneud yn rhy gynnar i ddod i gasgliadau pendant ynghylch a yw rhaglenni atal sy'n seiliedig ar rai sy'n sefyll gerllaw yn effeithio ar gyfraddau cyffredinol traïs rhywiol neu ar ddêts neu ar amgylcheddau campws neu'r hinsawdd gymunedol. O ystyried canfyddiadau cymysg mewn perthynas ag effaith rhaglenni ar ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw, efallai y bydd angen i ymarferwyr asesu ffactorau o fewn eu cyd-destun neu eu cymuned leol a allai gefnogi neu gyfyngu ar ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw a theilwra ymyriadau i gynnwys sylw i'r ffactorau hynny.

Cynhaliodd Fenton et al. (2016) adolygiad llenyddiaeth naratif o gyhoeddiadau ymchwil sylfaenol yn ymwneud ag effeithiolrwydd rhaglenni rhai sy'n sefyll gerllaw i atal traïs yn erbyn menywod mewn lleoliadau prifysgol yn y DU. Canfu'r adolygiad

hwn fod tystiolaeth drylwyr yn gyfyngedig ac o ganlyniad, roedd lleihad mewn traïs yn anodd ei fesur. Fodd bynnag, canfu'r adolygiad dystiolaeth ar gyfer newidiadau cadarnhaol mewn ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw yn ogystal â ffactorau risg ar gyfer cyflawni traïs rhywiol ac erledigaeth yn ogystal â deilliannau eraill. Adroddwyd am newidiadau ystadegol arwyddocaol ar gyfer cyfranogwyr mewn rhaglenni ymyriad rhai sy'n sefyll gerllaw ar draws ystod o fesurau gan gynnwys lleihau cyflawniad ac erledigaeth o ran traïs; tebygolrwydd gostyngol o gyflawni traïs; mwy o ymyriadau gan rai sy'n sefyll gerllaw; mwy o hyder i ymyrryd a gostyngiad mewn agweddau rhywiaethol a derbyn mythau treisio. Canfu'r adolygiad hwn hefyd fod angen dealltwriaeth ar sail rhywedd o draïs rhywiol a domestig mewn prifysgolion er mwyn atal yn effeithiol. Hefyd, mae'r sylfaen ymchwil yn dangos bod dull ymyriad rhai sy'n sefyll gerllaw yn dangos dawn i fynd i'r afael ag atal traïs rhywiol a domestig yn bennaf mewn lleoliadau prifysgol, gyda'r potensial i ymgysylltu â dynion yn ogystal â menywod.

Gwerthusodd saith astudiaeth sylfaenol ymyriadau a ffocysodd ar Raglenni Rhai sy'n Sefyll Gerllaw (Borsky et al., 2018, Carlyle et al., 2020, Coker et al., 2019, Edwards et al., 2019, Fenton a Mott, 2019, Gainsbury et al., 2020, McMahon a Seabrook, 2019).

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Draïs	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
<b>Borsky 2018</b>	Astudiaeth Sylfaenol	Traïs ar Ddêts	Y Rhai sy'n Sefyll Gerllaw (The Red Flag campaign)	Prifysgol (UDA)	Myfyrwyr	Addawol
<b>Carlyle 2020</b>	Astudiaeth Sylfaenol	Traïs Rhywiol ac ar Ddêts	Y Rhai sy'n Sefyll Gerllaw (The Red Flag campaign)	Prifysgol (UDA)	Myfyrwyr	Addawol
<b>Coker 2019</b>	Astudiaeth Sylfaenol	Traïs ar Ddêts	Y Rhai sy'n Sefyll Gerllaw (Green Dot)	Ysgol (UDA)	Myfyrwyr gwrywaidd a benywaidd	Cryf
<b>Edwards 2019</b>	Astudiaeth Sylfaenol	Traïs ar sail rhywedd	Y Rhai sy'n Sefyll Gerllaw (Bringing in the Bystander – High School Curriculum)	Ysgol (UDA)	Myfyrwyr	Cymysg
<b>Fenton 2019</b>	Astudiaeth Sylfaenol	Traïs ar sail rhywedd	Y Rhai sy'n Sefyll Gerllaw (The Intervention Initiative)	Prifysgol (DU)	Myfyrwyr	Addawol
<b>Gainsbury 2020</b>	Astudiaeth Sylfaenol	Traïs ar sail rhywedd	Y Rhai sy'n Sefyll Gerllaw (Active Bystander)	Cymuned (DU)		Addawol
<b>McMahon 2019</b>	Astudiaeth Sylfaenol	Traïs Rhywiol	Y Rhai sy'n Sefyll Gerllaw	Prifysgol (UDA)	Myfyrwyr	Addawol

Tabl 13: Ymyriadau: Rhaglenni Rhai sy'n Sefyll Gerllaw (Astudiaethau Sylfaenol)

Defnyddiodd Borsky et al. (2018) gynllun lled-arbrofol i werthuso ymyriad dwysedd isel, adnoddau isel a anelwyd at atal trais ar ddêts ymhlith myfyrwyr coleg yn yr Unol Daleithiau. Mae'r ymyriad yn cynnwys cyflwyniad 30 munud ar drais ar ddêts mewn sesiynau cynefino myfyrwyr newydd yn ogystal ag ymgyrch farchnata gymdeithasol, Red Flag Campaign (RFC) sy'n para am wythnos. Mae'r deilliannau'n dangos cynnydd mewn ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw cyn ac ar ôl gweithredu yn y grŵp ymyriad, er hynny ni nodwyd unrhyw newidiadau sylweddol o ran bwriad rhai sy'n sefyll gerllaw, hunaneffeithiolrwydd, normau cymdeithasol nac agweddau gysylltiedig â thrais ar ddêts o cyn yr ymyriad i'r cyfnod wedyn. Mae'r deilliannau'n awgrymu bod ymyriadau adnoddau isel yn cael effaith gymedrol ar gynyddu ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw, ond mae'n debyg bod angen mwy o adnoddau i gael mwy o effaith. Hefyd, gwerthusodd Carlyle et al. (2020) Red Flag Campaign (RFC), ymgyrch ymwybyddiaeth gyhoeddus talaith gyfan i hyrwyddo atal SV/DV mewn campysau coleg yn yr Unol Daleithiau. Wedi'i lywio gan y dull rhai sy'n sefyll gerllaw, mae RFC yn defnyddio amrywiaeth o dechnegau i ymgysylltu ag aelodau cymunedol y campws a'u grymuso i ddweud rhywbeth pan welant arwyddion rhybudd neu 'fflagiau coch' ar gyfer SV/DV. Profodd y gwerthusiad hwn y rhagdybiaeth y bydd myfyrwyr coleg sy'n ymwybodol o RFC yn adrodd mwy o debygolrwydd ac effeithiolrwydd tuag at ymyrryd fel rhai sy'n sefyll gerllaw o gymharu â'r rhai nad ydynt yn ymwybodol o RFC. Casglwyd data gan ddefnyddio arolwg ar-lein a nododd fod myfyrwyr coleg a oedd wedi dod i gysylltiad â RFC yn adrodd effeithiolrwydd cynyddol o ran ymyrryd fel rhai sy'n sefyll gerllaw o gymharu â'r myfyrwyr hynny nad oeddent wedi dod i gysylltiad. Mae'r gwerthusiad hwn yn cynnig tystiolaeth gychwynnol bod RFC yn effeithiol o ran cynyddu penderfynyddion ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw rhag-gymdeithasol, a gallai eu gweithrediad leihau SV/DV ar gampysau coleg.

Cynhaliodd Coker et al. (2019) hap-dreial rheoledig trwyadl i werthuso effeithiolrwydd cyflwyniadau Green Dot a hyfforddiant rhai sy'n sefyll gerllaw ar lefel ysgolion ac unigolion yn yr Unol Daleithiau. Diben Green Dot yw newid agwedd myfyrwyr hyfforddedig bod trais yn rhywbeth i'w dderbyn ac annog myfyrwyr fel y rhai sy'n sefyll gerllaw posib i

weithredu'n ddiogel ac yn effeithiol er mwyn lleihau'r risg o drais rhyngpersonol o fewn eu rhwydwaith neu gymuned gymdeithasol. Trwy hyfforddiant rhai sy'n sefyll gerllaw Green Dot, addysgir myfyrwyr gwrywaidd a benywaidd i nodi sefyllfaoedd ac ymddygiadau a allai arwain at drais neu gam-drin. Y prif ddeilliannau oedd cyflawniad ac erledigaeth trais rhywiol, a'r deilliannau eilaidd neu ganolig oedd newidiadau gysylltiedig ag ymyriad mewn ymddygiadau derbyn trais a rhai sy'n sefyll gerllaw. Mae'r hap-dreial rheoledig hwn yn nodi tystiolaeth bod Green Dot yn gweithio fel damcaniaeth ac fel y'i gweithreidir, i wneud trais ar ddêts a thrais rhywiol ar lefel yr ysgol ac unigol yn llai derbyniol.

## Green Dot

*Trwy hyfforddiant y rhai sy'n sefyll gerllaw, mae'r rhaglen Green Dot yn cynnwys tystion mewn tarfu ar sefyllfaoedd sydd â risg uchel o fynd yn dreisgar yn fuan neu o bosib, yn cynyddu hunaneffeithiolrwydd ac yn adeiladu sgiliau a strategaethau penodol i gynyddu'r tebygolrwydd y bydd unigolion hyfforddedig yn ymyrryd. Mae Green Dot yn ceisio newid agwedd myfyrwyr hyfforddedig bod trais yn rhywbeth i'w dderbyn ac annog myfyrwyr fel y rhai sy'n sefyll gerllaw posib i weithredu'n ddiogel ac yn effeithiol er mwyn lleihau'r risg o drais rhyngpersonol o fewn eu rhwydwaith neu gymuned gymdeithasol. Trwy hyfforddiant, addysgir myfyrwyr i nodi sefyllfaoedd ac ymddygiadau a allai arwain at drais neu gam-drin. Teilw'r rhaglenni ar gyfer ystod o oedrannau o'r Meithrin, trwy ysgol uwchradd a choleg ac i'r gymuned.*

**Ffigur 9:** Green Dot

Gwerthusodd Edwards et al. (2019) effeithiolrwydd cwricwlwm saith sesiwn a gyflwynwyd mewn ystafelloedd dosbarth, sy'n canolbwyntio ar y rhai sy'n sefyll gerllaw, Bringing in the Bystander – High School Curriculum (BITB-HSC) o ran lleihau cyfraddau trais rhyngpersonol ymhlith myfyrwyr ysgol uwchradd yn yr Unol Daleithiau. Y prif ddeilliannau oedd yn cyflawniad ac erledigaeth trais rhyngpersonol ac roedd deilliannau canolradd yn cynnwys parodrwydd rhai sy'n sefyll gerllaw a derbyn mythau trais rhywiol. Canfu'r astudiaeth hon dystiolaeth y gallai BITB-HSC



leihau rhai mathau o drais rhyngpersonol, yn benodol stelcian ac aflonyddu rhywiol. Roedd y gostyngiadau canrannol ar gyfer trais rhywiol ac ar ddêts yn fwy ymhlith ieuenctid yn BITB-HSC na chyflyrau eraill. Felly, roedd yr ymyriad yn fwy effeithiol ar gyfer aflonyddu rhywiol a stelcian. Gall yr ymddygiadau hyn fod yn haws i'w newid, o bosib, nag ymosod rhywiol a thrais ar ddêts. Yn gyffredinol, roedd y deilliannau'n gymysg, arweiniodd BITB-HSC at rai newidiadau hirdymor (e.e., cynnydd mewn ymwybyddiaeth o'r cyfryngau, gostyngiadau mewn gwadu gan y rhai sy'n sefyll gerllaw), ond dim ond byrhoedlog oedd y deilliannau cadarnhaol eraill (e.e., gostyngiad mewn mythau trais rhywiol, cynnydd mewn empathi dioddefwyr). Yn gyffredinol, ychydig iawn o effaith hirdymor a gafodd BITB-HSC ar ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw gwirioneddol, cafwyd gostyngiadau mewn rhai mathau o drais ymhlith myfyrwyr yn y cyflwr BITB-HSC o'i gymharu â'r cyflwr rheoli.

Gwerthusodd Fenton a Mott (2019) The Intervention Initiative (TII), sef rhaglen addysg ymyriad gan y rhai sy'n sefyll gerllaw wedi'i hwyluso a gomisiynwyd gan Public Health England i'w defnyddio mewn prifysgolion yn Lloegr i atal trais, camdriniaeth a gorfodaeth. Gwerthuswyd y rhaglen drwy adborth gwerthuso'r cwrs ac mewn astudiaeth holiadur. Bu i'r rhaglen ostwng y nifer a fu'n derbyn mythau trais rhywiol a cham-drin domestig cyfranogwyr yn sylweddol, a bu cynnydd sylweddol o ran eu heffeithiolrwydd a pharodrwydd fel rhai sy'n sefyll gerllaw a'u bwriad i helpu. Roedd yr holl ddeilliannau arwyddocaol hefyd yn dangos meintiau effaith sy'n nodi newid pwrpasol gyda'r meintiau effaith uchaf ar gyfer derbyn mythau a pharodrwydd i helpu, ac yna effeithiolrwydd ac yn olaf, bwriad i helpu. Y canfyddiadau oedd na wnaeth ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw rhag-gymdeithasol gynyddu'n sylweddol yn syth ar ôl cymryd rhan yn y rhaglen. Gostyngodd cyfraddau derbyn mythau trais rhywiol, mythau cam-drin domestig a gwadu yn sylweddol a chynyddodd y bwriad i helpu'n sylweddol. Cafodd amlygiad i ymgyrch farchnata gymdeithasol gydredol ar gampws effaith gryfach sylweddol ar wella agweddau at fythau trais rhywiol ond nid unrhyw ddeilliannau eraill.

Mae Gainsbury et al. (2020) yn gwerthuso dichonoldeb a photensial ar gyfer effeithiolrwydd ymyriad rhai sy'n sefyll gerllaw trais a cham-drin domestig mewn cymunedau yn y DU. Yn strwythurol

ac yn ddamcaniaethol mae Active Bystander Communities (ABC) yn debyg i The Intervention Initiative (TII) gyda chyfranogwyr yn mynychu rhaglen tair sesiwn a hwylusir gan arbenigwyr. Aseswyd derbyn mythau, effeithiolrwydd rhai sy'n sefyll gerllaw, bwriad ymddygiadol ac ymddygiadau rhai sy'n sefyll gerllaw gan ddefnyddio graddfeydd wedi'u dilysu ar y waelodlin, ar ôl yr ymyriad ac wrth ddilyn i fyny ar ôl pedwar mis. Gwelwyd newid sylweddol yn y cyfeiriad a ddymunir ar draws derbyn mythau, effeithiolrwydd rhai sy'n sefyll gerllaw, bwriad ymddygiadol. Cynhaliwyd arwyddocâd ar ôl pedwar mis ac eithrio derbyn mythau. Mae'r canfyddiadau'n addawol ac yn dangos sut y gellir addasu'r dull rhai sy'n sefyll gerllaw ar gyfer atal trais a cham-drin domestig yn ogystal â chyd-destunau cymunedol yn y DU.

### Active Bystander Communities (ABC)

Mae Active Bystander Communities (ABC) yn rhaglen atal cam-drin domestig sylfaenol, wedi'i chyd-gynhyrchu gan academyddion ac ymarferwyr ieuchyd cyhoeddus a cham-drin domestig a ddylunnir ar gyfer cymunedau yn y DU. Y diben yw cynnwys y rhai sydd y tu allan i'r berthynas dioddefwr/cyflawnwr mewn atal trais. Ymyriad chwe awr yw ABC a ddarperir dros dair sesiwn wythnosol. Mae sesiynau un a dau yn cyd-fynd â'r tri cham cyntaf ar gyfer ymyrryd (sylwi ar gyfrifoldeb) ac mae sesiwn tri yn ymwneud â'r hyfforddiant sgiliau yng ngham pedwar (Mae gennyf y sgiliau i wneud rhywbeth). Defnyddir amrywiaeth o ddulliau gan gynnwys cyflwyniad, y cyfryngau, ymarferion dysgu gweithredol, gwaith grŵp phortreadau chwarae rôl bychain.

**Ffigur 10:** Active Bystander Communities

Ymchwiliodd McMahon a Seabrook (2019) i effaith derbyn negeseuon atal amrywiol drwy gydol y glasoed ac mewn oedolaeth ifanc i benderfynu a yw'n dylanwadu ar ymwybyddiaeth myfyrwyr coleg o drais rhywiol, parodrwydd i ymyrryd fel rhai sy'n sefyll gerllaw defnyddiol, ac ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw rhag-gymdeithasol gwirioneddol. Mae canfyddiadau'r astudiaeth hon yn gweddu i'r model "dos-ymateb", sy'n awgrymu bod mwy o amlygiad i wybodaeth a negeseuon am drais rhywiol yn

gysylltiedig â gwell barodrwydd i ymyrryd fel rhai sy'n sefyll gerllaw rhag-gymdeithasol yn ogystal â chynyddu ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw rhag-gymdeithasol gwirioneddol yn y coleg. Un canfyddiad pwysig oedd bod ychwanegu amlygiad i wybodaeth cyn dod i'r brifysgol yn gysylltiedig â gwell barodrwydd i ymyrryd a chynnyddu mewn ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw gwirioneddol hyd yn oed ar ôl rhoi cyfrif am wybodaeth ynghylch trais rhywiol a ddarperir gan y brifysgol.

## Marchnata

Canolbwyntiodd un astudiaeth sylfaenol ar ddefnyddio ymgyrch farchnata atal trais rhywiol (Mennicke et al., 2018).

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
<b>Mennicke 2018</b>	Astudiaeth Sylfaenol	Trais Rhywiol	Ymgyrch Farchnata	Prifysgol (UDA)	Dynion Myfyrwyr	Addawol

Tabl 14: Ymyriadau: Marchnata

Gwerthusodd Mennicke et al. (2018) effeithiolrwydd ymgyrch farchnata normau cymdeithasol atal trais rhywiol 5 mlynedd a ddyluniwyd yn benodol ar gyfer dynion mewn prifysgol fawr yn yr Unol Daleithiau. Mewn dyluniad arolwg gorgyffwrddol, casglwyd data am hunan-adrodd a chanfyddiad o agweddau, credoau ac ymddygiadau cymheiriaid gan fyfyrwyr gwrywaidd am bum mlynedd. Bob blwyddyn canolbwyntiodd yr ymgyrch farchnata normau cymdeithasol ar bedair thema gyffredinol: cydsyniad, rhai sy'n sefyll gerllaw, mythau trais rhywiol a gweithgarwch rhywiol. Mae'r canlyniadau'n awgrymu y bu'r ymyriad ymgyrch farchnata normau cymdeithasol yn llwyddiannus. Dros 5 mlynedd o gasglu data, gwelodd canfyddiad dynion o agweddau a chredoau eu cymheiriaid, gostyngodd yr anghysondeb rhwng canfyddiadau a hunan-adrodd, a gwelodd eu credoau eu hunain (yn fwy felly nag agweddau). Yn ychwanegol at enillion ar fesurau o gredoau a chanfyddiad hunan-gofnodedig o agweddau a chredoau cymheiriaid, gwelodd ymddygiad hunan-gofnodedig dynion hefyd drwy gydol yr ymyriad. Adroddodd dynion am ymddygiad rhywiol ymosodol yn llai aml yn ystod blynyddoedd diweddarach yr ymyriad, gan nodi eu bod yn ymwneud ag ymddygiad ymyriad rhai sy'n sefyll gerllaw yn amlach. Awgryma deilliannau'r ymchwiliad hon y gellir defnyddio ymgyrchoedd marchnata normau cymdeithasol i gynnwys dynion yn gadarnhaol mewn atal trais.

## Addysg a Sgrinio mewn Lleoliadau Gofal Iechyd

Cydnabyddir bod gweithwyr iechyd proffesiynol mewn sefyllfa ddelfrydol i nodi VAWDASV drwy sgrinio ac mewn sefyllfa dda i ddarparu cyngor a chymorth ac i gyfeirio cleifion at adnoddau pellach. Gallai sgrinio pobl yn rheolaidd nad ydynt yn dangos arwyddion neu symptomau cam-drin nodi cam-drin nas datgelwyd fel arall, gan ddarparu cyfleoedd ar gyfer ymyriadau a allai leihau cam-drin yn y dyfodol yn ogystal â deilliannau iechyd andwyol tymor byr a thymor hir (Feltner et al., 2018). Diffinnir sgrinio fel unrhyw un o ystod o ddulliau (arolwg wyneb yn wyneb, ysgrifenedig neu gyfrifiadurol) sy'n cynnwys ymchwiliad penodol am VAWDASV a fu'n anelu at ofyn i bob claf benywaidd mewn lleoliad gofal iechyd am eu profiad o drais o'r fath.

Mae pum adolygiad yn canolbwyntio ar atal VAWDASV mewn gwahanol leoliadau gofal iechyd. Roedd un yn canolbwyntio ar y lleoliad gofal (Bair-Merritt et al., 2014) sylfaenol, un ar leoliad yr adran achosion brys (Ansari a Boyle, 2017). Edrychodd dau adolygiad ar amrywiaeth o leoliadau gofal iechyd tra bod (O'Doherty et al., 2014, Feltner et al., 2018) y pumed astudiaeth yn edrych ar weithwyr iechyd proffesiynol cysylltiedig (Sawyer et al., 2016).

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
<b>Bair-Merritt 2014</b>	Adolygiad	IPV	Addysg (Gweithwyr lechyd Proffesiynol)	Gofal Iechyd (Gofal Sylfaenol)	Oedolion	Addawol
<b>Ansari 2017</b>	Adolygiad	Cam-drin Domestig	Addysg (Gweithwyr lechyd Proffesiynol)	Gofal Iechyd (Adrannau Achosion Brys)	Oedolion	Cyfyngedig
<b>O'Doherty 2014</b>	Adolygiad	IPV	Addysg (Gweithwyr lechyd Proffesiynol)	Gofal Iechyd	Menywod	Cymysg (rhai yn addawol)
<b>Feltner 2018</b>	Adolygiad	IPV	Ystod o Ymyriadau	Ystod o leoliadau	Ystod o Oedrannau	Cyfyngedig
<b>Sawyer 2016</b>	Adolygiad	IPV	Addysg (Cynghrair Gweithwyr Gofal lechyd Proffesiynol)	Gofal Iechyd	Oedolion	Addawol

Tabl 15: Ymyriadau: Lleoliadau Gofal Iechyd (Adolygiadau)

Cynhaliodd Bair-Merritt et al., (2014) adolygiad systematig a fu'n crynhoi ymyriadau gofal sylfaenol ar gyfer cleifion sy'n profi IPV. Roedd astudiaethau cymwys yn cynnwys erthyglau a fu'n asesu effaith ymyriadau IPV ar lefel cleifion a ddeilliodd o ymweliadau cleifion â darparwr gofal sylfaenol. Ffocws yr ymyriadau oedd grymuso, gwrando empathetig, trafod y cylch trais a diogelwch ac atgyfeirio at adnoddau cymunedol yn y lleoliad gofal sylfaenol. Ymchwiliodd astudiaethau i amrywiaeth o ddeilliannau, gan gynnwys lleihau IPV, gwella iechyd corfforol ac emosïynol, ymddygiadau sy'n hybu diogelwch, a defnyddio adnoddau/atgyfeiriadau IPV ac yn y gymuned. Roedd astudiaethau wedi'u cynnwys yn fyd-eang ond roedd y mwyafrif wedi'u lleoli yn yr Unol Daleithiau. Defnyddiodd un ar ddeg o astudiaethau hap-ddyluniadau, defnyddiodd dau ddyluniadau cynbrawf ac ôl-brawf, roedd dau yn ddarpar garfanau gyda grŵp rheolydd nad oedd ar hap, ac roedd dau yn astudiaethau disgrifiadol. O'r 17 astudiaeth a adolygwyd, canfu'r adolygiad hwn y dangosodd 13 o leiaf un budd sy'n gysylltiedig ag ymyriad. Canfu chwech o 11 erthygl fu'n mesur dyfalbarhad IPV ostyngiadau mewn trais yn y dyfodol; canfu dau o bump fu'n mesur ymddygiadau hybu diogelwch gynydd; a chanfu chwech o ddeg atgyfeiriad mesur IPV/adnoddau cymunedol fwy o ddefnydd. Roedd rhai astudiaethau hefyd yn cofnodi gwelliannau iechyd. Dangosodd y rhan fwyaf o astudiaethau fuddion ar lefel cleifion yn dilyn ymyriadau IPV gofal sylfaenol, gydag atgyfeiriadau IPV/cymunedol yn ddeilliant yr effeithiwyd yn fwyaf cadarnhaol arno.

Archwiliodd Ansari a Boyle (2017) astudiaethau ymyriadol i werthuso effeithiolrwydd ymyriadau seiliedig ar adrannau achosion brys i leihau afiachedd gysylltiedig â cham-drin domestig. Roedd naw astudiaeth yn gymwys i'w hadolygu, y canolbwyntiodd pedwar ohonynt ar effeithiau ymyriadau hyfforddi staff ED yn unig. Roedd yr astudiaethau a adolygwyd wedi'u lleoli yn UDA (4), Seland Newydd (3), Awstralia (1), DU (1). Canfu'r adolygiad hwn fod ymyriadau fu'n ymwneud â hyfforddi darparwyr gofal iechyd yn dangos manteision mewn mesurau goddrychol megis gwybodaeth staff am gam-drin. Fodd bynnag, gwelwyd gwelliannau bach mewn arfer clinigol yn seiliedig ar gyfraddau datgelu ac atgyfeirio. Pan weithredwyd hyfforddiant staff ar y cyd â chefnogi newidiadau i'r system, er enghraifft dogfennaeth safonol ar gyfer asesu ac atgyfeirio, nodwyd gwelliannau clinigol. Maent yn dod i'r casgliad bod ymyriadau a leolir mewn adrannau brys sy'n canolbwyntio ar hyfforddiant staff yn annigonol i sicrhau gwelliannau wrth reoli ac felly, deilliannau cleifion sy'n dioddef cam-drin. Yn hytrach, gall newidiadau system, megis dogfennau safonol a llwybrau atgyfeirio, wedi'u cefnogi gan hyfforddiant, arwain at newidiadau buddiol. Mae prif ganfyddiadau'r adolygiad hwn yn awgrymu mai effaith gyfyngedig sydd gan hyfforddiant cyfarwyddiadol untro ar arfer clinigol, er gwaethaf gwelliannau mewn ymwybyddiaeth staff, a phan nodir gwelliannau nid ydynt yn cael eu cynnal yn y tymor hir.



Archwiliodd O'Doherty et al., (2014) effeithiolrwydd sgrinio ar gyfer trais gan bartneriaid agos a gyflawnwyd mewn lleoliadau gofal iechyd i benderfynu a oedd sgrinio'n cynyddu'r broses o nodi ac atgyfeirio i asiantaethau cymorth, yn gwella lles menywod, yn gostwng trais pellach, neu'n achosi niwed. Ymhlith yr astudiaethau a oedd wedi'u cynnwys roedd hap-dreialon neu hap-dreialon rhannol o raglen sgrinio ar gyfer trais gan bartner agos a fu'n cynnwys pob menyw  $\geq 16$  oed yn mynychu lleoliad gofal iechyd. Rhagdybiwyd y gall sgrinio, fel cam cyntaf, arwain at well adnabyddiaeth, darparu gwybodaeth, ac atgyfeirio at wasanaethau cymorth (prif ddeilliannau), a allai yn ei dro arwain at ostwng cam-drin a gwella iechyd a lles (deilliannau eilaidd) yn y tymor hwy. Asesodd yr adolygiad hwn ddeilliannau 11 o dreialon cymwys. Mewn chwe astudiaeth a gronwyd, cynyddodd sgrinio'r broses o nodi trais gan bartner agos, yn enwedig mewn lleoliadau cynenedigol. Yn seiliedig ar dair astudiaeth, ni chafwyd unrhyw dystiolaeth bod sgrinio'n cynyddu atgyfeiriadau i wasanaethau cymorth trais domestig. Dim ond dwy astudiaeth fu'n mesur profiad menywod o drais ar ôl sgrinio (tri i 18 mis ar ôl sgrinio) ac ni chanfu unrhyw ostyngiad mewn trais gan bartner agos. Nododd un astudiaeth nad yw sgrinio yn achosi niwed. Yn ogystal, ychydig o dystiolaeth a ganfu'r adolygiad hwn fod sgrinio yn cynyddu atgyfeiriadau i wasanaethau cymorth. At hynny, er nad oedd wedi'i ddadansoddi'n feta, ni nododd y treialon effaith sgrinio ar ddeilliannau gwell i fenywod. Dim ond dwy astudiaeth a fesurodd effaith sgrinio ar ail-amlygiad i drais gan bartner agos ac ni welodd fod sgrinio ar ei ben ei hun yn gostwng cam-drin. Felly, gan bwysu a mesur y dystiolaeth gyfyngedig o fudd y tu hwnt i adnabod a'r ffaith nad yw'r rhan fwyaf o astudiaethau'n mesur risgiau sgrinio, honna O'Doherty et al. (2014) nad yw'r dystiolaeth gyfredol yn cefnogi rhaglenni sgrinio ar gyfer trais gan bartner agos mewn lleoliadau gofal iechyd.

Adolygodd Feltner et al., (2018) y dystiolaeth ar sgrinio ac ymyriadau ar gyfer IPV, cam-drin pobl hŷn, a cham-drin oedolion sy'n agored i niwed. Ymhlith yr astudiaethau oedd hap-dreialon clinigol, astudiaethau a fu'n gwerthuso cywirdeb profion ac astudiaethau carfan gyda grŵp rheolydd cydamserol yn asesu niwed. Ymhlith y mesurau ddeiliant oedd cam-drin neu esgeuluso, afiachedd a achosir gan gam-drin, cywirdeb profion a niwed. Canfu'r adolygiad hwn i dri hap-dreial rheoledig gymharu sgrinio IPV â dim sgrinio ac ni chanfu'r un ohonynt welliannau

sylweddol mewn deilliannau. Asesodd naw astudiaeth offer i ddatgelu unrhyw IPV blaenorol neu gyfredol mewn menywod. Ar gyfer IPV yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, mewn pum astudiaeth, amrywiodd sensitifrwydd 5 offeryn o 65% i 87% ac amrywiodd penodolrwydd o 80% i 95%. O ran datgelu cam-drin cyfredol, amrywiodd cywirdeb 5 offeryn yn fawr, amrywiodd sensitifrwydd o 46% i 94% ac amrywiodd penodolrwydd o 38% i 95%. Gwerthusodd un ar ddeg o hap-dreialon rheoledig ymyriadau ar gyfer menywod lle datgelwyd IPV drwy sgrinio, canfu dau fenyw feichiog a ymrestrodd lawer llai o IPV ymhlith menywod yn y grŵp ymyriad. Er y gallai'r offer sgrinio sydd ar gael nodi'n rhesymol y menywod sy'n profi IPV, nid oedd treialon sgrinio IPV mewn menywod sy'n oedolion yn dangos gostyngiad mewn IPV na gwelliant mewn ansawdd bywyd dros dri i 18 mis. Awgrymodd tystiolaeth gyfyngedig y gallai ymyriadau ymweld â'r cartref a chwmsela ymddygiadol sy'n ymdrin â ffactorau risg lluosog arwain at lai o IPV ymhlith menywod beichiog neu ôl-enedigol. Ni asesodd unrhyw astudiaethau sgrinio na thriniaeth ar gyfer cam-drin pobl hŷn a cham-drin oedolion sy'n agored i niwed.

Yn olaf, ymgwymerodd Sawyer et al., (2016) ag adolygiad a fu'n archwilio effeithiau ymyriadau IPV addysgol ar wybodaeth, agweddau, sgiliau ac ymddygiad ymarferwyr gofal iechyd cysylltiedig (AHCPs) megis nyrsys, deintyddion, gweithwyr cymdeithasol a pharafeddygon. Defnyddiodd y rhan fwyaf o'r astudiaethau gynllun un sampl cyn ac ar ôl y prawf; roedd dau dreial dau grŵp nad oeddent ar hap hap a dau hap-dreial rheoledig. Cynhaliwyd y rhan fwyaf o astudiaethau yn UDA gydag eraill yn Nhwrcei, y DU, Awstralia, Canada a Sri Lanka. Awgryma'r canfyddiadau'n fod ymyriadau addysgol IPV a gyflwynir i ymarferwyr gofal iechyd cysylltiedig (AHCPs) yn ymwneud â gwelliannau mewn rhai agweddau ar wybodaeth, agweddau, sgiliau ac ymddygiadau (KASB). Fodd bynnag, roedd y canlyniadau'n anghyson, ac mae cyfyngiadau'r astudiaethau a oedd wedi'u cynnwys yn golygu na ellir dod i unrhyw gasgliadau pendant. Er hynny, mae'r astudiaethau a oedd wedi'u cynnwys yn dangos cysylltiad cadarnhaol rhwng ymyriadau addysgol a gwell KASB mewn AHCP, sy'n cael ei gefnogi gan adolygiadau eraill. Daw'r adolygiad i'r casgliad fod angen clir am greu rhagor o ymchwil o ansawdd uchel ar effeithiolrwydd addysgol cyn y gellir dod i unrhyw gasgliadau pendant.

Roedd dwy astudiaeth sylfaenol yn canolbwyntio ar ymyriadau mewn lleoliadau gofal iechyd; un o fewn clinig bifida sbin pediatrig (Levin-Decanini et al., 2019) ac un astudiaeth a werthusodd raglen ymweld â'r cartref (Jack et al., 2019).

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
<b>Levin-Decanini 2019</b>	Levin-Decanini 2019 Astudiaeth Sylfaenol	IPV	Addysg (Cleifion)	Clinig Gofal Iechyd (UDA)	Pobl ifanc mewn glasoed	Addawol
<b>Jack 2019</b>	Levin-Decanini 2019 Astudiaeth Sylfaenol	IPV	Gofal iechyd/ Ymweld â'r cartref	Cymuned (UDA)	Menywod incwm isel beichiog	Dim effaith

**Tabl 16:** Ymyriadau: Lleoliadau Gofal Iechyd (Astudiaethau Sylfaenol)

Gwerthusodd un astudiaeth sylfaenol ddichonoldeb gweithredu rhaglen hyfforddiant addysgol fer yn deillio o ymyriad IPV seiliedig ar dystiolaeth mewn clinig spina bifida pediatrig (Levin-Decanini et al., 2019). Aseswyd amllder trafodaeth am IPV drwy werthuso adborth cleifion ac arolygon darparwyr. Roedd y prif ddeilliannau'n cynnwys amllder trafodaethau darparwyr am IPV a derbyn cardiau diogelwch cleifion. Cymharodd profion chi-sgwâr adborth cleifion cyn y sesiwn addysg a dau fis ar ôl. Aseswyd gwybodaeth darparwyr a newidiadau i agweddau drwy arolygon cyn ac ar ôl. Cynyddodd yr ymyriad IPV wedi'i addasu drafodaeth gynyddol rhwng darparwyr a chleifion am berthnasoddedd ac IPV. At hynny, nododd darparwyr fwy o gysur gyda'r deunydd pwnc, sut i ymateb i ddatgeliad, a chyfeirio unigolion at sefydliadau partner.

Gwerthusodd Jack et al. (2019) yr effaith ar ansawdd bywyd mamau yn sgil rhaglen ymwelwyr â chartrefi nyrsys wedi'i hategu gan ymyriad IPV, o'i gymharu â'r rhaglen ymwelwyr â chartrefi nyrsys yn unig. Roedd hwn yn hap-dreial clinigol dall unigol seiliedig ar glwstwr mewn wyth talaith yn yr Unol Daleithiau gyda menywod beichiog a fu o dan anfantais gymdeithasol. Derbyniodd nyrsys addysg IPV ddwys a chyflwynwyd ymyriad IPV a fu'n cynnwys llwybr clinigol i gyfeirio asesu a theilwra gofal fu'n canolbwyntio ar gynllunio diogelwch, ymwybyddiaeth o drais, hunaneffeithiolrwydd ac atgyfeirio at gymorth cymdeithasol. Yn y treial hwn, nid oedd ychwanegu at raglen ymweld â chartrefi nyrsys gydag ymyriad IPV cymhleth, aml-gydrannol yn arwain at fanteision ychwanegol yn y prif ddeiliant nac unrhyw un o'r

deilliannau eilaidd. Ymhlith menywod beichiog fu'n profi anfantais gymdeithasol ac economaidd ac yn paratoi i fagu plant am y tro cyntaf, nid oedd ategu rhaglen ymwelwyr â chartrefi nyrsys gydag ymyriad IPV cynhwysfawr, o'i gymharu â'r rhaglen ymwelwyr cartref yn unig, yn gwella ansawdd bywyd yn sylweddol 24 mis ar ôl ei chyflwyno. Daw'r awdur i'r casgliad nad yw'r canfyddiadau'n cefnogi'r defnydd o'r ymyriad hwn.

## Ymyriadau ar y We a TGCh

Cydnabyddir y gall rhwystr i atal IPV fod yn gysylltiedig â'r dull darparu a all leihau'r tebygolrwydd o gael eu defnyddio neu gael effaith. Roedd y rhwystrau cyffredin i ddiodefwrwr fu'n dymuno dechrau gwasanaethau'n cynnwys diffyg gwybodaeth am adnoddau cymunedol ac ofnau am breifatrwydd (Anderson et al., 2019). Y mae cysylltiad â'r Rhyngwrwd yn darparu mynediad uniongyrchol a chyfrinachol at adnoddau lleol a chymuned y Rhyngwrwd, yn cynyddu preifatrwydd ac anhysbysrwydd, ac yn cysylltu darparwyr â chleifion drwy wahanol fecanweithiau teleiechyd neu mHealth. Defnyddir technolegau iechyd symudol (mHealth) (a ddiffinnir fel dulliau a gymedrolir drwy'r Rhyngwrwd neu dechnoleg o ddarparu adnoddau neu ymyriadau iechyd) yn gynyddol ar draws rhaglenni iechyd gan gynnwys atal trais gan bartneriaid agos er mwyn optimeiddio sgrinio, allgymorth addysgol, a chysylltiadau â gofal drwy deleiechyd.

Roedd tri adolygiad yn ystyried y defnydd o dechnoleg (TGCh neu ffôn symudol) i atal IPV (Anderson et al., 2019, El Morr a Loyal, 2019, El Morr a Loyal, 2020).

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
Anderson 2019	Review	IPV	Ar y we neu'n symudol	Gofal iechyd Lleoliadau	Oedolion	Addawol
El Morr 2019	Review	IPV	TGCh	Gofal iechyd Lleoliadau	Oedolion	Addawol
El Morr 2020	Review	IPV	TGCh	Gofal iechyd Lleoliadau	Oedolion	Addawol

Tabl 17: Ymyriadau: TGCh mewn lleoliadau Gofal Iechyd

Gwerthusodd Anderson et al., (2019) ymyriadau iechyd ar y we a symudol (mHealth) sy'n cynnwys dulliau darparu ar y we neu drwy ddyfeisiau symudol ran atal dioddefwyr IPV sylfaenol, eilaidd a thrydyddol. Nododd yr adolygiad hwn astudiaethau a ddefnyddiodd mHealth i sgrinio, asesu risg, darparu cymorth neu addysg, neu hwyluso seicotherapi. Sgrinio cyfrifiadurol gyda neu heb addysg integredig oedd y dull mHealth mwyaf cyffredin, ac yna cymhorthion penderfyniadau diogelwch. Diben yr adolygiad oedd nodi a gwerthuso'n feiriadol pa fanteision, os o gwbl, sy'n bodoli i gyfranogwyr. I gael eu cynnwys, roedd angen i astudiaethau ystyried data empirig, cyfranogwyr mewn perthnasoedd rhamantus oedolion, IPV fel deilliant sylfaenol neu eilaidd ac elfen mHealth. O'r 31 astudiaeth a oedd wedi'u cynnwys, defnyddiodd tri ddull atal sylfaenol, 18 ddull eilaidd a 10 ddull trydyddol; Roedd 21 astudiaeth yn hap-dreialon rheoledig neu brotocolau hap-dreial rheoledig, tri yn feintiol a heb fod yn hap-dreialon, pump yn ddisgrifiadol/ meintiol, un yn ansoddol a thri yn ddull cymysg. Ymgwymerwyd â'r rhan fwyaf o'r astudiaethau (23) yn yr Unol Daleithiau. Canfu'r adolygiad hwn fod gan ddulliau ar y we o atal IPV y gallu i leihau risg ac mae astudiaethau'n dangos mynediad effeithiol a gymedrolir ar y we i wasanaethau teleiechyd megis CBT, grwpiau cymorth ar-lein i dioddefwyr, a disgwyliadau newidiol o ran ymddygiad drwy raglennu addysgol.

Yn El Morr a Loyal (2019) canolbwyntiwyd ar gynhoi astudiaethau mewn gwahanol leoliadau a ddefnyddiodd Dechnolegau Gwybodaeth a Chyfathrebu (TGCh) i fynd i'r afael ag IPV. Nodwyd 21 o astudiaethau lle gwelwyd bod TGCh yn opsiwn cost isel addas ar gyfer sgrinio a datgelu IPV, yn ogystal ag ar gyfer atal IPV. Canfu'r adolygiad hwn fod

sgrinio IPV yr un mor effeithiol gan ddefnyddio TGCh neu ddull wyneb yn wyneb/papur gyda lefel ddatgelu uchel o IPV gan ddefnyddio cyfrifiadurol. Nodwyd bod TGCh yn addas, o ran cyfrinachedd, defnyddioldeb a boddhad mewn tair astudiaeth, fodd bynnag, mewn un astudiaeth, mynegodd rhai cyfranogwyr amheuan ynghylch gallu ymyriadau TGCh i uniaethu, cynnal preifatrwydd, darparu cymorth, a rhoi adborth pwrpasol. O ran atal IPV, dangosodd un astudiaeth fod y rhan fwyaf o fenywod a fu'n cymryd rhan yn llai tebygol o ddweud iddynt brofi IPV corfforol yn y cam dilyn i fyny (12 mis), yn llai tebygol o adrodd am IPV gydag anaf ac yn llai tebygol o adrodd am IPV rhywiol difrifol.

Adolygodd El Morr a Loyal (2020) dystiolaeth ar ymyriadau seiliedig ar TGCh sy'n mynd i'r afael ag IPV, gan werthuso effeithiolrwydd, derbynioldeb ac addasrwydd TGCh o ran ymdrin ag ymwybyddiaeth, sgrinio ac atal. Amcanion yr astudiaeth oedd archwilio a allai TGCh fod yn dderbyniol ar gyfer ymyriadau IPV effeithiol. Roedd astudiaethau wedi'u cynnwys os oeddent yn disgrifio ymyriad a fu'n defnyddio rhyw fath o TGCh, ac os oedd y derbynyddion yn fenywod a fu'n profi trais partner agos neu drais domestig. Roedd y 25 astudiaeth yn cynnwys 16 o hap-dreialon rheoledig, pedwar cynllun cyn ac ar ôl, dwy astudiaeth orgyffyrddol, dwy astudiaeth arfaethedig, ac un astudiaeth rheoli achosion diagnostig. Defnyddiwyd TGCh ar gyfer sgrinio a datgelu (13 astudiaeth); atal IPV (pum astudiaeth); mynd i'r afael ag iechyd meddwl (pedair astudiaeth) a darparu cymorth wrth wneud penderfyniadau (dwy astudiaeth). Dim ond un astudiaeth a asesodd addasrwydd TGCh i'w defnyddio mewn cyd-destun IPV. Roedd y rhan fwyaf o astudiaethau yn yr Unol Daleithiau (20), gyda thri yng Nghanada a dau mewn manau eraill. Mae'r

adolygiad hwn yn awgrymu bod gan ymyriadau sy'n seiliedig ar TGCh y potensial i fod yn effeithiol o ran lledaenu ymwybyddiaeth o IPV a'i sgrinio. Mae'r defnydd o TGCh yn dangos addewid o ran lleihau gwrthdaro penderfynu, gwella gwybodaeth ac asesiadau risg, ac ysgogi menywod i ddatgelu, trafod a gadael eu perthynas gamdriniol. Fodd bynnag, mae diffyg homogenedd ymhlith mesuriadau deilliannau'r astudiaethau, a meintiau'r sampl, y grwpiau rheolydd a ddefnyddir (os o gwbl), y math o ymyriadau a gofod

recriwtio'r astudiaeth. Mae'n ymddangos bod y defnydd o ymyriadau sy'n seiliedig ar TGCh yn opsiwn deniadol ar gyfer lledaenu gwybodaeth am ymwybyddiaeth ac atal o ganlyniad i argaeledd cyffredinol TGCh (gan gynnwys ffonau symudol syml) mewn gwledydd incwm uchel ac incwm isel a chanolog. Gall TGCh hefyd fod yn gyfle i ddarparu ymyriadau amlieithog sy'n ddiwylliannol sensitif gan ddefnyddio gwybodeg iechyd defnyddwyr.

## Addysg mewn Lleoliadau yn y Gweithle

Ymgymrodd un adolygiad, Adhia et al. (2019) ag adolygiad systematig i grynhoi astudiaethau presennol sy'n gwerthuso ymyriadau yn y gweithle ar gyfer atal IPV.

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
Adhia 2019	Adolygiad	IPV	Addysg (cyd-weithwyr)	Gweithle (UDA)	Oedolion	Addawol

Tabl 18: Ymyriadau: Y Gweithle

Roedd yr adolygiad yn cynnwys chwe astudiaeth yn gwerthuso pum ymyriad, yr oedd un ohonynt yn defnyddio hap-ddyluniad a dwy astudiaeth fu'n mesur a oedd deilliannau wedi eu cynnal dros amser. Canolbwyntiodd yr ymyriadau ar nodi arwyddion o gam-drin, ymateb i ddioddefwyr a darparu atgyfeiriadau at adnoddau yn y gymuned. Roedd pump o'r astudiaethau o'r Unol Daleithiau ac un o India. Roedd themâu'r ymyriadau'n cynnwys nodi arwyddion o gam-drin, ymateb i ddioddefwyr a darparu adnoddau i ddioddefwyr. Ymhlith y canfyddiadau oedd gwell ymwybyddiaeth o IPV, mwy o wybodaeth i ddioddefwyr, a gwell barodrydd i ymyrryd os gallai cyflogai fod yn profi IPV. Ymchwiliodd yr astudiaethau i amrywiaeth o

ddeilliannau, gan gynnwys gwella gwybodaeth, parodrydd i ymyrryd, a'r tebygolrwydd o ddarparu gwybodaeth neu adnoddau. Nododd bron pob astudiaeth gynnydd sylweddol mewn o leiaf un deilliant. Mae'r adolygiad systematig hwn yn dangos y gallai fod manteision i ymyriadau yn y gweithle ar gyfer IPV o ran gwella gwybodaeth a darparu gwybodaeth ac adnoddau, ond mae tystiolaeth gref o wybodaeth effeithiol yn gyfyngedig.

## Economi'r Nos

Roedd un (Quigg et al., 2020) adolygiad ac un astudiaeth (Quigg a Bigland, 2020) sylfaenol a fu'n canolbwyntio ar ymyriadau mewn lleoliadau bywyd nos.

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
Quigg 2020	Adolygiad	Trais Rhywiol	Addysg (gweithwyr yn economi'r nos)	Economi'r nos		Cymysg
Quigg & Bigland 2020	Astudiaeth Sylfaenol	Trais Rhywiol	Addysg/ymwybyddiaeth /y rhai sy'n sefyll gerllaw (Yr ymgyrch Noson Dda Allan)	Economi'r nos (DU)	Gweithwyr NTE	Addawol

Tabl 19: Ymyriadau: Economi'r Nos

Canolbwyntiodd Quigg et al. (2020) ar drais rhywiol sy'n gysylltiedig â bywyd nos. Canolbwyntiodd 19 o astudiaethau ar atal ac ymateb i drais rhywiol gysylltiedig â bywyd nos ond dim ond dwy astudiaeth a werthusodd effaith dulliau atal ac ymateb a ddyluniwyd i dargedu trais rhywiol gysylltiedig â bywyd nos yn uniongyrchol. Roedd pob un mewn gwledydd incwm uchel. Amlygodd pum erthygl ffyrdd y gall unigolion (menywod yn bennaf) fonitro neu newid eu hymddygiad er mwyn lleihau pa mor agored i niwed y maent wrth fynychu lleoliadau bywyd nos. Archwiliodd pum erthygl gyfleoedd neu ddulliau rhai sy'n sefyll gerllaw o atal ac ymateb i drais rhywiol. Archwiliodd astudiaethau eraill yn yr adolygiad hwn ymgyrchoedd codi ymwybyddiaeth/cyfyngau a rôl deddfwriaeth/polisiâu alcohol, gan nodi bod natur rhywiol lleoliadau bywyd nos, gan gynnwys hysbysebion alcohol, yn gwrthdaro â gweithgarwch atal trais rhywiol, gan gyfyngu ar gyfathrebu negeseuon atal yn effeithiol (Gunby et al., 2017 wedi'i ddyfynnu yn Quigg et al., 2020). Daw'r adolygiad hwn i'r casgliad y dylai atal trais rhywiol fod yn rhan o gyfres o raglenni sy'n anelu at atal niwed mewn lleoliadau bywyd nos yn fwy eang, gan gynnwys y rhai i leihau'r defnydd gormodol o alcohol, addasu'r amgylchedd yfed i'w wneud yn fwy diogel, a gweithredu cyfreithiau i sicrhau na anogir ymddygiad rhywiol amhriodol sy'n benodol i drais rhywiol ac yr eir i'r afael â'r mater. At hynny, mae angen rhaglenni sy'n anelu at hyrwyddo cydraddoldeb rhwng y rhywiol ac yn mynd i'r afael â normau sy'n hyrwyddo trais rhywiol ar lefel cymdeithas.

Gwerthusodd Quigg a Bigland (2020) The Good Night Out Campaign (GNOC), rhaglen yn y DU a ddatblygwyd ar gyfer safleoedd trwyddedig gyda'r nod o gefnogi'r rhai sy'n gweithio mewn lleoliadau bywyd nos i ddeall, ymateb i, ac atal trais rhywiol yn

well. Gweithiodd hwyluswyr GNOC gydag 11 o leoliadau bywyd nos i'w cynnwys yn y GNOC, gan ddarparu canllawiau ar atal ac ymateb i drais rhywiol, hyfforddiant i dros 150 o weithwyr bywyd nos, a deunyddiau i'w harddangos mewn lleoliadau i godi ymwybyddiaeth o'r GNOC ac annog pobl sy'n mynd allan gyda'r nos i adrodd am ddiryddiadau. Casglwyd data gan arolwg o hyfforddeion ac awgryma'r canfyddiadau fod y rhaglen hyfforddi GNOC yn gysylltiedig â gwelliannau mewn gwybodaeth; gwell agweddau tuag at drais rhywiol; a gwell barodrydd a hyder i ymyrryd mewn trais rhywiol, ymhlith gweithwyr bywyd nos.

### The Good Night Out Campaign

*Dechreuodd The Good Night Out Campaign yn 2014, yn Llundain yn y lle cyntaf. Mae'r rhaglen yn helpu manau trwyddedig i wella sgiliau eu timau ac yn cyflwyno gweithdai rhyngweithiol arbenigol i staff, rheolwyr a phersonél diogelwch bariau. Mae'r Ymgyrch hefyd yn gweithio gydag Awdurdodau Lleol i ddatblygu ymgyrchoedd atal ac ymateb i drais rhywiol a gwasanaethau cymorth rheng flaen partner. Mae'r sesiwn hyfforddi graidd yn 2.5 awr o hyd, ar gyfer hyd at 20 o gyfranogwyr (wedi'i darparu dros Zoom ar hyn o bryd) – Understanding and Responding to Sexual Harassment and Assault in Licensed Premises. Mae'r sesiwn hyfforddi yn ymdrin ag amrywiaeth o bynciau i*

Ffigur 11: The Good Night Out Campaign

## Dulliau Amlasiantaethol

Nod yr adolygiad gan Cleaver et al., (2019) yw nodi arfer da presennol mewn ymagweddau amlasiantaethol, ymyriad cynnar at ymdrin â cham-drin domestig yn y DU.

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
Cleaver 2019	Adolygiad	Cam-drin Domestig	Amlasiantaethol	Ystod	Ystod	Cymysg

Tabl 20: Ymyriadau: Dulliau Amlasiantaethol



O ran atal sylfaenol, mae'r adolygiad hwn yn cynnwys ymyriadau mewn ysgolion; defnyddiodd y prosiectau hyn ddulliau gwahanol gan gynnwys drama, datblygu pecyn addysgu a chyflwyno sesiynau addysgu a ddatblygwyd fel rhan o gwricwlwm addysg bersonol, cymdeithasol ac iechyd (PSHE) ysgolion. Mae tystiolaeth yn cefnogi'r awgrym bod rhaglenni ymyriad a ddyluniwyd gyda chyfranogiad plant ac athrawon yn fwy llwyddiannus (Stanley et al, 2015; Hale et al, 2012). Fodd bynnag, prin yw'r arweiniad seiliedig ar dystiolaeth sydd ar gael i helpu ysgolion i bennu beth sy'n gweithio orau ac i bwy. O ran atal eilaidd, nododd yr adolygiad hwn amrywiaeth o fentrau a chanfu fod gwaith amlasiantaethol yn cynnig manteision a heriau o ran nodi ac atal cam-drin domestig yn gynnar. Roedd y rhaglenni'n cynnwys rhannu gwybodaeth; ymholiadau rheolaidd gan weithwyr iechyd proffesiynol; ymholiadau rheolaidd a chyd-leoli gwasanaethau; prosiectau partneriaeth ac eiriolaeth. Dangoswyd bod partneriaethau lluosog yn effeithiol o ran adeiladu ymateb cymunedol cydgysylltiedig i gam-drin domestig, a'r elfen fwyaf arwyddocaol ohonynt oedd y gwasanaeth allgymorth/eiriolaeth ymyriad cynnar cynhwysfawr. Roedd y gwasanaeth hwn yn cynnwys ystod eang o ymyriadau yn y gymuned ac yn canolbwyntio ar fenywod, yn ogystal ag ymyriadau eiriolaeth eraill a oedd yn tueddu i fabwysiadu dull mwy cyfannol. Yn gyffredinol, ymddengys fod ymyriadau sy'n mabwysiadu dull eiriolaeth yn cael mwy o effaith a'u bod yn fwy cynaliadwy, a bod gwaith amlasiantaethol yn well pan fydd wedi'u cydleoeli â gwasanaethau statudol neu wirfoddol.

## Cymdeithasol

### Polisi Alcohol

Mae'r defnydd o alcohol wedi ei nodi'n eang fel ffactor risg ar gyfer cyflawni trais rhywiol ac mae nifer o astudiaethau wedi nodi cysylltiad uniongyrchol rhwng y defnydd o alcohol a thrais rhywiol gyda thua hanner yr holl ymosodiadau rhywiol yn ymwneud â'r cyflawnwr, y dioddefwr neu'r ddau yn yfed alcohol. Awgryma'r llenyddiaeth fod rhwng 34% a 74% o gyflawnwyr trais rhywiol wedi defnyddio alcohol ar adeg yr ymosodiad, a bod dynion yr oeddent wedi yfed yn 'drwm' ar eu dêt diwethaf yn fwy tebygol o adrodd am gyflawni ymosodiad rhywiol ar y dyddiad hwnnw na dynion na wnaethant (Abbey et al a ddyfynnwyd yn Lippy a DeGue, 2016). O ganlyniad, mae gan bolisi alcohol y potensial i effeithio ar gyflawniad trais rhywiol drwy effeithiau uniongyrchol yfed gormod o alcohol ar ymddygiad neu drwy effaith mannau gwerthu alcohol ar drefniadaeth gymdeithasol o fewn cymunedau (Lippy a DeGue, 2016). Mae fframwaith ecolegol ar gyfer atal trais yn awgrymu y gall ymyriadau alcohol sy'n berthnasol i IPV gysylltiedig ag alcohol ddigwydd ar lefel gymunedol a lefel y boblogaeth, yn ogystal ag ar lefel yr unigolyn/perthynas (Wilson et al., 2014).

Adolygodd dwy astudiaeth bolisi alcohol fel ffordd o atal trais rhywiol (Lippy a DeGue, 2016, Wilson et al., 2014).

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
<b>Lippy 2016</b>	dolygiad	Trais a Cham-drin Rhywiol	Polisi Alcohol	Ystod o Leoliadau	Ystod	Addawol
<b>Wilson 2014</b>	dolygiad	IPV	Polisi Alcohol	Ystod	Oedolion	Cyfyngedig

Tabl 21: Ymyriadau: Polisi Alcohol

Adolygodd Lippy a DeGue (2016) bolisi alcohol sy'n effeithio ar brisiau alcohol, amserau gwerthu, dwysedd mannau gwerthu, yr amgylchedd yfed, marchnata ac amgylchedd y coleg i nodi tystiolaeth bresennol o'r effaith ar gyfraddau trais rhywiol neu ddeilliannau cysylltiedig, gan gynnwys ffactorau risg ac ymddygiadau iechyd cysylltiedig. Roedd yr adolygiad yn cynnwys ymchwil empirig sylfaenol, adolygiadau systematig, a meta-ddadansoddiadau o'r llenyddiaeth a adolygwyd gan gymheiriaid yn ogystal ag adroddiadau gan asiantaethau llywodraethol ac anllywodraethol. Canfu'r adolygiad hwn, er gwaethaf ehangder yr ymchwil polisi alcohol sydd ar gael, mai prin yw'r dystiolaeth uniongyrchol o effaith y polisïau hyn ar ddeilliannau trais rhywiol. Felly, ystyriodd yr adolygiad presennol nid yn unig dystiolaeth ar ddeilliannau trais rhywiol ond hefyd dystiolaeth o'r effaith ar ddeilliannau cysylltiedig a chyfryngwyr posib o ran trais rhywiol. Awgryma ymchwil y gallai polisïau sy'n codi prisiau alcohol drwy drethiant gael effaith fuddiol ar gyfraddau cyflawni trais rhywiol. Mae prisiau uwch hefyd yn gysylltiedig â chyfraddau is o yfed alcohol, trais a throeddu cyffredinol, a deilliannau iechyd cysylltiedig (e.e., heintiau a drosglwyddir yn rhywiol, ymddygiad rhywiol peryglus) ar lefel y boblogaeth. Fodd bynnag, mae effeithiau polisïau prisio yn amrywio yn ôl maint y cynnydd mewn prisiau, y math o ddiod, a gwahaniaethau mewn elastigedd prisiau, hynny yw, i ba raddau y mae newidiadau mewn prisiau alcohol yn cyfateb i newidiadau yn y galw am alcohol a'r defnydd ohono. Yn gyffredinol, mae'r dystiolaeth yn y maes hwn yn cefnogi cysylltiad cyson rhwng polisïau sy'n cynyddu prisiau drwy drethiant neu'n atal gostyngiadau mawr mewn prisiau drwy hyrwyddiadau diodydd a deilliannau iechyd perthnasol, gan gynnwys cyflawni trais rhywiol.

Archwiliodd Wilson et al. (2014) ymyriadau i leihau'r defnydd o alcohol ar lefel unigolion, perthnasoedd, cymunedau a/neu'r boblogaeth. Ymchwiliodd yr astudiaethau a oedd wedi'u cynnwys i nodi a oedd ymyriad neu bolisi i leihau'r defnydd o alcohol yn gysylltiedig yn uniongyrchol neu'n anuniongyrchol â newid mewn unrhyw fath o IPV fel deilliant sylfaenol neu eilaidd. Ymhlith yr astudiaethau roedd hap-dreialon rheoledig, astudiaethau hydredol a fu'n mesur IPV dros nifer o bwyntiau amser cyn ac ar ôl yr ymyriad, yn cynnwys dyblygiadau lluosog neu'n

defnyddio dyluniad cyfres amser bylchog; cynhaliwyd yr holl astudiaethau a oedd wedi'u cynnwys yn UDA. Canfu'r adolygiad hwn nad oedd y llenyddiaeth fach a oedd ar gael yn awgrymu fawr ddim tystiolaeth wan o effaith prisiau alcohol ar IPV, a hynny o bosib wedi'i lesteirio gan y ffaith bod y rhan fwyaf o astudiaethau'n gwerthuso newidiadau bach iawn mewn trethiant dros amser ac yn defnyddio mesur o IPV a oedd yn cynnwys IPV gysylltiedig ag alcohol ac IPV nad yw'n gysylltiedig ag alcohol. Er bod yr holl astudiaethau a adolygwyd yn seiliedig ar y dybiaeth ddamcaniaethol nod newid prisiau'n dylanwadu ar yfed alcohol, dim ond un astudiaeth oedd yn cynnwys mesurau yfed alcohol yn eu dyluniad, a methodd yr astudiaeth honno â nodi cyswllt digon cryf i ddangos y gall newidiadau i dreth ar alcohol ostwng trais yn erbyn menywod, gyda'r effaith hon wedi'i chymedroli drwy ostwng y defnydd o alcohol. Dangosodd astudiaethau o bolisïau neu ymyriadau ar lefel y gymuned (e.e., oriau gwerthu, dwysedd mannau gwerthu alcohol) dystiolaeth wan o gysylltiad ag IPV. Canfu astudiaethau trin alcohol unigol seiliedig ar gyplau ac unigolion gysylltiad rhwng lleihau'r defnydd o alcohol a gostyngiad mewn IPV ond roedd eu dyluniadau'n atal priodoli newidiadau i driniaeth. Canfu hap-dreialon rheoledig o'r rhaglen trin alcohol a thrais gyfunol rai effeithiau cadarnhaol yn sgil ymyriad alcohol fer fel ategiad i driniaeth curwyr ar gyfer cyflawnwyr IPV peryglus sy'n yfed, ac ymyriadau byr gyda phoblogaethau iau nad ydynt yn ddibynnol, ond yn aml nid oedd yr effeithiau wedi'u cynnal (Wilson et al., 2014).

## Diwygio Deddfwriaethol

Roedd dwy astudiaeth eisoes wedi amlinellu effaith deddfwriaeth ar IPV (Ellsberg et al., 2015, DeGue et al., 2014). Noda Ellsberg et al., (2015), yn ôl Swyddfa Gyfiawnder yr Unol Daleithiau, fod cyfradd IPV yn UDA wedi gostwng 53% rhwng 1993 a 2008 a bod nifer yr dynladdiadau partner agos o fenywod wedi gostwng 26%. Mae llawer o arbenigwyr yn priodoli'r gostyngiad hwn i'r Ddeddf Trais yn erbyn Menywod (VAWA), a awdurdodwyd gyntaf gan y Gyngres ym 1994, sy'n darparu cyllid ar gyfer llawer o raglenni. Yn wreiddiol, awdurdododd y Ddeddf UDA\$1-6 biliwn o gyllid dros 5 mlynedd ac mae wedi cael ei hailawdurdodi deirgwaith yn ychwanegol ers hynny. Dangosodd astudiaeth o fwy na 10,000 o awdurdodaethau rhwng 1996 a 2002 fod awdurdodaethau a



dderbyniodd grantiau VAWA wedi gweld gostyngiadau sylweddol yn nifer yr ymosodiadau rhywiol a difrifolach o gymharu ag awdurdodaethau nad oeddent wedi derbyn grantiau VAWA.

Noda De Gue et al., (2014) mai nod Deddf Trais yn Erbyn Menywod 1994 (VAWA) oedd cynyddu'r erlyn a chosbi gysylltiedig ag ymosodiadau rhywiol, stelcian, trais gan bartner agos a mathau eraill o drais yn erbyn

menywod, yn ogystal â chyllido ymchwil, rhaglenni addysg ac ymwybyddiaeth, gweithgareddau atal, a gwasanaethau dioddefwyr. Awgryma deilliannau gwerthusiad lled-arbrofol trwyadl rheoledig fod cyllid grant VAWA drwy Adran Gyfiawnder yr Unol Daleithiau ar gyfer gweithgareddau sy'n ymwneud â chyfiawnder troseddol yn gysylltiedig â gostyngiad blynyddol o .066% mewn treisiau a adroddwyd i'r heddlu, ynghyd â gostyngiadau mewn ymosodiadau difrifolach.

## Atal VAWDASV – Ystod o Ymyriadau

Roedd dau adolygiad yn cynnwys ystod eang o ymyriadau a fu'n canolbwyntio ar ystod eang o drais (Arango et al., 2014, DeGue et al., 2014).

Awdur/ Blwyddyn	Math o Astudiaeth	Math o Drais	Math o Ymyriad	Lleoliad	Poblogaeth	Tystiolaeth
Arango 2014	Adolygiad	Trais ar sail rhywedd	Ystod o Ymyriadau	Ystod o Leoliadau	Ystod	Cymysg
DeGue 2014	Adolygiad	Trais ar sail rhywedd	Ystod o Ymyriadau	Ystod o Leoliadau	Ystod	Cryf

Tabl 22: Ymyriadau – Ystod

Mae Arango et al., (2014) yn cyflwyno adolygiad o'r adolygiadau o dystiolaeth ar leihau erledigaeth neu gyflawniad amrywiaeth o fathau o Drais yn erbyn Menywod a Merched (VAWG). Hefyd, lle y bo ar gael, mae'r papur hwn yn adolygu canfyddiadau ar effeithiau ymyriadau ar newid normau ac agweddau sy'n sail i VAWG. Ymhlith yr ymyriadau cymwys roedd canlyniadau empirig o ddau neu fwy o werthusiadau effaith, dyluniadau arbrofol, neu ddyluniadau lled-arbrofol gyda grwpiau cymhariaeth a ddiffinnir yn dda. Cynhaliwyd rhan fwyaf o'r gwerthusiadau a nodwyd (70%) mewn saith gwlad incwm uchel yn cynnwys 6% o boblogaeth y byd (Awstralia, Canada, Denmarc, Hong Kong, Seland Newydd, y Deyrnas Unedig a'r Unol Daleithiau). Mae'r adolygiad hwn yn nodi, mewn perthynas ag atal IPV yn sylfaenol mewn gwledydd incwm uchel, mai dim ond pedwar gwerthusiad gyda chanfyddiadau cadarnhaol a nodwyd. Roedd y rhain yn cynnwys Hawaii Health Start Programme a gwerthusiad gorfodi atgenhedlol yn California. Asesodd y ddau werthusiad arall raglenni hyfforddiant grŵp ar 'Berthnasoedd Iach' i leihau trais ar ddêts ymhlith pobl ifanc yng Nghanada (a nodir hefyd yn Ellsberg et al., (2015). Canfu'r ddwy raglen, un a gynhaliwyd gyda myfyrwyr ysgol uwchradd gwrywaidd a benywaidd, a'r llall, ymyriad yn y gymuned gydag ieuencid gwrywaidd a

benywaidd risg uchel, ostyngiadau sylweddol mewn cyflawni trais ar ddêts yn y grŵp ymyriad o'i gymharu â'r grwpiau rheolydd. Canfu'r adolygiad hwn hefyd fod gan raglenni ymweld â'r cartref y potensial i leihau IPV, fodd bynnag, asesodd tri adolygiad cynhwysfawr effeithiolrwydd ymweliadau cartref amenedigol ac iechyd mamau a plant (MCH), gan nodi dystiolaeth gyfyngedig i gefnogi'r defnydd o'r math hwn o ymyriad i atal neu leihau IPV.

Mae gwerthusiadau o raglenni sgrinio wedi nodi deilliannau cadarnhaol sy'n ystadegol arwyddocaol ar gyfer nodi goroeswyr IPV, ac mae sgrinio rheolaidd drwy gydol beichiogrwydd wedi cynyddu cyfraddau nodi ymhellach, fodd bynnag, nid oes unrhyw dystiolaeth bod sgrinio ar ei ben ei hun wedi cynyddu atgyfeiriadau i asiantaethau cymorth. Roedd yr ychydig werthusiadau sgrinio a nododd ostyngiadau mewn trais fel arfer yn cyfuno sgrinio â chymorth seicogymdeithasol neu fath arall o wasanaeth i oroeswyr. Ymyriadau eraill a astudir yn aml yw rhaglenni "canolbwyntio ar fenywod" sy'n targedu goroeswyr y gwyddys amdanynt neu fenywod sydd newydd eu nodi drwy sgrinio. Mae'r ymyriadau hyn yn defnyddio cyfuniad o strategaethau, gan gynnwys eiriolaeth goroeswr a chymorth seicogymdeithasol i ddarparu adnoddau i fenywod i leihau eu risg o drais

yn y dyfodol, yn ogystal â gwella eu statws iechyd. Gall cwnsela seicogymdeithasol sylfaenol gynnwys darparu asesiadau perygl, cynllunio diogelwch, ac atgyfeiriadau at wasanaethau arbenigol. Ni nodwyd bod darparu sgrinio ar ei ben ei hun yn lleihau IPV, er bod nifer o'r gwerthusiadau sgrinio yn adrodd am deilliannau cadarnhaol ar gyfer menywod a'u plant, megis llai o iselder, llai o straen, a gwybodaeth gynyddol am wasanaethau a defnydd ohonynt (Arango et al., 2014). Adolygiadau o raglenni atal ymosodiadau rhywiol, yn enwedig ymhlith myfyrwyr lefel prifysgol yng Ngogledd America, oedd y rhai mwyaf niferus. Er i nifer o werthusiadau effaith nodi meintiau effaith cyfartalog sylweddol o ran gwella gwybodaeth ac agweddau gysylltiedig â thrais rhywiol, dim ond dau werthusiad effaith a nododd ganfyddiadau cadarnhaol o ostyngiadau mewn ymosod rhywiol nad oeddent wedi'u cyflawni gan bartner.

Hyfforddiant Grŵp Ymyriadau i fenywod: O 17 o werthusiadau ymyriad a oedd wedi'u cynnwys, dim ond dau a nododd ddeilliannau gadarnhaol arwyddocaol o ran gostwng ymosodiadau rhywiol nad oeddent wedi'u cyflawni gan bartner. Fe'u cynhaliwyd yn yr Unol Daleithiau ymhlith myfyrwyr benywaidd ac roeddent yn cynnwys rhaglen atal ymosodiadau rhywiol mewn prifysgolion. Nid yw'n glir i ba raddau y gellir cymhwyso'r rhaglenni hyn yn bwrpasol i leoliadau neu boblogaethau eraill. Y gwersi a amlygwyd mewn adolygiadau o'r ymyriadau hyn yw bod ymyriadau hirach yn fwy tebygol o arwain at ddeilliannau cadarnhaol nag ymyriadau byr, ac mae'r un peth yn wir ar gyfer rhaglenni lleihau risg o'i gymharu â rhaglenni sy'n canolbwyntio ar empathi. Tynnodd yr un adolygiad sylw hefyd at brinder gwerthusiadau sy'n canolbwyntio ar raglenni addysg ymosodiadau rhywiol â ffocws diwylliant a hil (Anderson a Whiston, 2005) wedi'i ddyfynnu yn (Arango et al., 2014).

Ymgwymerodd De Gue et al., (2014) ag adolygiad systematig a archwiliodd werthusiadau o ddeilliannau strategaethau atal sylfaenol o ran cyflawni trais rhywiol. Dim ond astudiaethau a gymharodd un amod ymyrdd â grŵp rheolydd dim

triniaeth neu restr aros (h.y., dyluniadau arbrofol, a lled arbrofol) neu a ddefnyddiodd ddyluniad un grŵp cyn ac ar ôl a oedd wedi'u cynnwys yn yr adolygiad hwn, gan mai'r nod oedd canfod newidiadau neu wahaniaethau yn y deilliannau ar ôl cael eu hamlygu i raglen driniaeth benodol.

Mae'r adolygiad hwn yn nodi bod y rhan fwyaf o strategaethau atal trais rhywiol yn y llenyddiaeth werthuso yn rhaglenni seico-addysgol byr sy'n canolbwyntio ar wella gwybodaeth neu newid agweddau, ac nid oes yr un ohonynt wedi dangos tystiolaeth o effeithiolrwydd ar ymddygiad rhywiol dreisgar gan ddefnyddio dyluniad gwerthuso trwyadl. At hynny, dim ond tair strategaeth atal sylfaenol a ddangosodd effeithiau arwyddocaol ar ymddygiad rhywiol dreisgar mewn gwerthusiad trylwyr o ddeilliannau: Safe Dates; Shifting Boundaries a chyllid sy'n gysylltiedig â Deddf Trais yn Erbyn Menywod (VAWA) 1994 yr Unol Daleithiau (sydd wedi'i gynnwys yn Adran 12).

Mae'r dystiolaeth orau sydd ar gael yn awgrymu y gallai'r strategaethau hyn, os cânt eu gweithredu'n dda gyda phoblogaeth briodol, fod yn effeithiol wrth atal ymddygiad rhywiol dreisgar. Mae Safe Dates yn rhaglen gyffredinol atal trais ar ddêts ar gyfer myfyrwyr ysgol ganol ac uwchradd, dangosodd deilliannau un gwerthusiad trwyadl a ddefnyddiodd ddyluniad hap-dreial rheoledig fod myfyrwyr yn y grŵp ymyriad yn llawer llai tebygol o fod yn ddiodefwrwr neu'n gyflawnwyr trais rhywiol hunan-gofnodedig, gan gynnwys partner ar ddêt, bedair blynedd ar ôl derbyn y rhaglen o'i gymharu â myfyrwyr yn y grŵp rheolydd. Mae Shifting Boundaries yn rhaglen atal trais ar ddêts gyffredinol yn yr ysgol ar gyfer myfyrwyr ysgol ganol, a dangosodd deilliannau un gwerthusiad trwyadl fod yr ymyriad ar lefel adeilad, ond nid y cwricwlwm yn unig, yn effeithiol o ran lleihau'r achosion o gyflawniad ac erledigaeth aflonyddu rhywiol a thrais rhywiol gan gymheiriaid, yn ogystal ag erledigaeth trais rhywiol (ond nid cyflawniad) gan bartner ar ddêts.

Adran

5

**Trafodaeth**

# Adran 5: Trafodaeth



Yng Nghymru, un o amcanion allweddol y Strategaeth VAWDASV Genedlaethol yw gwneud ymyriad ac atal cynnar yn flaenoriaeth, gan gydnabod bod ymyrryd yn gynnar yn hanfodol er mwyn atal trais rhag gwaethygu a lleihau niwed i ddiodefwr a phlant (Llywodraeth Cymru, 2016). At hynny, nodir bod adnabod a darparu ymateb priodol i VAWDASV cyn gynted â phosib er mwyn lleihau effaith a niwed yn hanfodol i gyflawni atal a diogelu. Diben yr adolygiad hwn yw nodi arfer effeithiol ar gyfer atal VAWDASV gyda'r bwriad o ddefnyddio'r dystiolaeth a nodwyd i lywio'r broses o fabwysiadu arfer sy'n seiliedig ar dystiolaeth drwy adnewyddu'r strategaeth VAWDASV genedlaethol yng Nghymru yn 2021.

Ffocws yr adolygiad systematig hwn o dystiolaeth oedd mynd i'r afael â chwestiwn yr ymchwili, beth sy'n gweithio i atal VAWDASV? Ymgwymerwyd â'r adolygiad mewn dau gam, sef asesiad systematig o dystiolaeth adolygiadau o ymyriadau a ddylunnir i atal VAWDASV a chwiliad atodol i nodi astudiaethau sylfaenol sydd wedi'u cyhoeddi'n fwy diweddar ac i gwmpasu pynciau lle gallai'r sylfaen dystiolaeth fod yn rhy gyfyngedig i fod yn destun adolygiad systematig. Nodwyd adolygiadau (n=35) ac astudiaethau sylfaenol (n=16) sy'n canolbwyntio ar amrywiaeth o fathau o drais a mathau o ymyriad. Gan ddefnyddio model ecolegol-gymdeithasol fel fframwaith, mae'r adran hon yn darparu crynodeb o'r canfyddiadau allweddol, er mwyn mynd i'r afael â'r cwestiwn beth sy'n gweithio i atal VAWDASV? Wedyn mae'r adran yn amlinellu goblygiadau o ran polisi ac arfer ac yn ymchwilio i effaith COVID 19, yna mae'n ystyried cryfderau a chyfyngiadau'r adolygiad ac yn olaf yn amlygu meysydd lle mae angen ymchwili pellach. Cyflwynir y canfyddiadau hefyd mewn tabl cryno yn Atodiad 1 gydag ymyriadau wedi'u categorioedd yn ôl lefel y dystiolaeth.

## Beth sy'n Gweithio i Atal VAWDASV?

Mae'r canfyddiadau'n dangos cyfoeth o lenyddiaeth ar atal VAWDASV, gan gynnwys nifer o astudiaethau o ansawdd uchel a gwblhawyd yn ddiweddar. Mae

nifer yr astudiaethau'n cydnabod yr angen am flaenoriaethu atal VAWDASV ac yn dangos dichonoldeb ymchwil yn y maes hwn yn ogystal â'r diddordeb gan ymchwilwyr a chyrrff ariannu. Yn ychwanegol at atal cyflawniad ac erledigaeth VAWDASV, mae'r astudiaethau a oedd wedi'u cynnwys yn ymgorffori amrywiaeth o ddeilliannau sy'n cydnabod bod mesur newidiadau mewn trais yn heriol, yn enwedig dros gyfnodau amser byrion y rhan fwyaf o brosiectau. O ganlyniad, mae llawer o astudiaethau'n asesu newidiadau mewn agweddau ac ymddygiad fel deilliannau, fel rhan o ddamcaniaeth ehangach o newid.

## Lefel Unigol

Yn gyffredinol, roedd y canfyddiadau ar gyfer dulliau trawsnewidiol o ran rhywedd yn gryf gyda rhai yn cyflwyno tystiolaeth addawol o newid. Dangosodd un astudiaeth o'r Unol Daleithiau 'Real Consent' gynnydd ystadegol arwyddocaol o ran agweddau sy'n deg o ran y rhywiau yn ogystal â dogfennu gostyngiad sylweddol mewn adroddiadau am IPV dros amser (Casey et al., 2018, Graham et al., 2019). Mae ymyriad addawol arall, Coaching Boys into Men wedi cael effeithiau arwyddocaol ar gyflawniad DV yn y cam dilyn i fyny 12 mis wedyn (Graham et al., 2019).

Canfu un astudiaeth sylfaenol a ganolbwyntiodd ar rymuso merched dystiolaeth addawol o ran gwelliannau mewn codi ymwybyddiaeth, cydnabod ymddygiad amhriodol, a dysgu ffyrdd o gadw eich hun a ffrindiau'n ddiogel (Jordan a Mossman, 2018). Nododd un arall ostyngiad yn nifer yr achosion o gam-drin ac erledigaeth ar ddêts ac ymddygiad rhywiol amlwg hunan-gofnodedig o ganlyniad i ddatrysiadau hyfforddiant grymuso goroeswyr, eiriolaeth ac atal i fynd i'r afael â CSE (Rothman et al., 2019). Mewn perthynas ag atal anffurfio/torri organau rhywiol merched a menywod, roedd y themâu sydd i'w gweld yn sail i dulliau llwyddiannus yn cynnwys cydnabod anffurfio/torri organau rhywiol merched a menywod fel trais ar sail rhywedd, darparu rolau ataliol clir ar gyfer gweithwyr proffesiynol rheng flaen, dulliau amddiffyn ac erlyn clir, a chyfranogiad

cymunedau yr effeithir arnynt (Baillot et al., 2018). Cydnabuwyd hefyd bod prinder ymchwil werthusol sy'n canolbwyntio ar weithgareddau ataliol yn ymwneud â menywod a merched y mae FGM yn effeithio arnynt.

## Lefel Perthynas

Canfuwyd bod gan dri ymyriad, Safe Dates, Fourth R a Shifting Boundaries effeithiau ymyrryd cadarnhaol, gan awgrymu bod ymyriadau atal IPV cynhwysfawr (gan gynnwys trais ar ddêts mewn glasoed) yn yr ysgol a'r gymuned yn effeithiol o ran atal cyflawniad ac erledigaeth IPV ymhlith pobl ifanc (De Koker et al., 2014, Lundgren ac Amin, 2015). Adleisir y canfyddiadau hyn mewn adolygiad pellach a ganfu fod myfyrwyr yng ngrŵp ymyriad yr astudiaeth Safe Dates yn llai tebygol o fod yn ddiodefwr neu'n gyflawnwyr trais rhywiol hunan-gofnodedig a bod Shifting Boundaries yn effeithiol o ran lleihau cyflawniad ac erledigaeth hunan-gofnodedig (DeGue et al., 2014).

## Lefel y Gymuned

Amlygodd adolygiadau o ymyriadau a gynhaliwyd yn yr ysgol y rhaglen Fourth R hefyd fel un a arweiniodd at ostyngiad mewn cyflwyniad trais corfforol ar ddêts (Woolfe et al. 2009 wedi'i ddyfynnu yn Stanley et al. 2015b). Hefyd, arweiniodd y rhaglen Healthy Relationships at ostyngiadau sylweddol mewn cyflawni ac erledigaeth trais ar ddêts (Ellsberg et al., 2015). Nododd dau ymyriad arall, Shifting Boundaries a Safe Dates ostyngiad mewn trais ar ddêts mewn glasoed (Ellsberg et al., 2015). Cefnogir y canfyddiadau hyn gan adolygiad pellach a ganfu mai Safe Dates, y rhaglen Fourth R a Stepping Stones oedd yr astudiaethau yn y treialon â'r dystiolaeth gryfaf o effaith gan mai hwy sydd â'r cyfnodau dilyn i fyny hwyaf (rhwng 2 a 3 blynedd). Roedd Safe Dates hefyd yn gryf gan iddo fesur yr ystod ehangaf o fathau o drais ar ddêts a'i fod yn gallu dangos yr effeithiau hynny ar gyfer sawl math o drais a barhaodd dros amser (Lester et al., 2017).

Adroddodd ymyriadau theatr ddeilliannau cadarnhaol mewn perthynas â chreu ymwybyddiaeth o IPV, lleihau ystrydebu o ran rhywedd ac annog ymgysylltiad â datrys gwrthdaro heb drais. Canfu astudiaeth sylfaenol hefyd fod cyfranogwyr wedi

caffael ymwybyddiaeth a dealltwriaeth newydd mewn perthynas â CSEA o ganlyniad i raglen theatr mewn ysgolion (May et al., 2020).

Mae dulliau trawsnewidiol o ran rhywedd yn y gymuned yn awgrymu y gall rhaglenni ar gyfer bechgyn ysgol ganol, The Reducing Sexism and Violence Programme – Middle School Programme, lwyddo i newid credoau gysylltiedig â thrais sy'n ffactorau risg ar gyfer cyflawniad aflonyddu ac SDV yn y gymuned (Banyard et al., 2019).

Mewn lleoliadau prifysgol, canfuwyd bod rhaglenni rhai sy'n sefyll gerllaw yn addawol gyda thystiolaeth o effaith gadarnhaol ar newid agweddau a chredoau, fodd bynnag, roedd yr effaith ar ymddygiad yn llai clir. Roedd yr ymyriadau'n cynnwys Red Flag Campaign (Borsky et al., 2018, Carlyle et al., 2020), Green Dot, (Coker et al., 2019) Bringing in the Bystander (Edwards et al., 2019) a The Intervention initiative (Fenton a Mott, 2019). Mae un astudiaeth sy'n gwerthuso Cymunedau Gweithredu gan Bobl sy'n Sefyll Gerllaw yn dangos y gellir trosglwyddo'r dull pobl sy'n sefyll gerllaw o boblogaeth myfyrwyr i gymunedau cyffredinol ac o drais rhywiol i DVA yn y DU (Gainsbury et al., 2020). Hefyd, mewn lleoliad prifysgol, gwerthusodd un astudiaeth sylfaenol effeithiolrwydd ymgyrch farchnata pum mlynedd, 'Social Norms Sexual Violence Prevention Marketing Campaign'. Mae'r canlyniadau'n awgrymu y bu'r ymgyrch yn llwyddiannus, gan arwain at adrodd am ymddygiad llai rhywiol ymosodol a mwy ymyriadau gan y rhai sy'n sefyll gerllaw (Mennicke et al., 2018) Ar gyfer ymyriadau yr ymgymerir â hwy mewn lleoliadau gofal iechyd, roedd y dystiolaeth yn gymysg. Yn y lleoliad gofal sylfaenol, dangosodd y rhan fwyaf o astudiaethau fuddion ar lefel cleifion gydag atgyfeiriadau cymunedol/IPV fel y deilliant mwyaf cyffredin y dylanwadwyd yn gadarnhaol arno (Bair-Merritt et al., 2014). Yn yr Adran Achosion Brys, nodwyd y gallai hyfforddiant untro ar wahân wella ymwybyddiaeth staff ond bod ei effaith ar arfer clinigol yn gyfyngedig (Ansari a Boyle, 2017). Pan ystyriwyd ymyriadau ar draws ystod o leoliadau, roedd y canfyddiadau'n gymysg a nododd un adolygiad nad oedd unrhyw dystiolaeth bod sgrinio yn cynyddu atgyfeiriadau nac yn gostwng IPV

(O'Doherty et al., 2014); nododd un arall nad oedd menywod yn dangos gostyngiad mewn IPV na gwelliant yn ansawdd eu bywydau (Feltner et al., 2018). Mewn astudiaeth bellach, roedd ymyriadau addysgol yn gysylltiedig â gwella gwybodaeth ac ymddygiadau gweithwyr gofal iechyd er gwaethaf canlyniadau anghyson (Sawyer et al., 2016). Mewn un astudiaeth sylfaenol yn yr Unol Daleithiau, ni nodwyd unrhyw fanteision mewn rhaglen ymweld â'r cartref (Jack et al., 2019).

Yn y lleoliad gofal iechyd, nodwyd bod dulliau seiliedig ar y we'n dangos mynediad effeithiol a gymedrolir dros y we at wasanaethau teleiechyd megis grwpiau cymorth ar-lein i ddioddefwyr a newid disgwyliaid o ran ymddygiad drwy raglenni addysgol (Anderson et al., 2019). Awgryma adolygiad arall fod gan ymyriadau TGCh y potensial i fod yn effeithiol o ran lledaenu ymwybyddiaeth ac atal IPV (El Morr a Layal, 2020), hefyd y bu cyfranogwyr yn llai tebygol o ddweud iddynt brofi IPV corfforol yn ystod y cyfnod dilyn i fyny (El Morr a Layal, 2019). Mae data'n awgrymu mai'r ffordd orau o ddefnyddio offer sgrinio seiliedig ar TGCh yw fel atodiad i sgrinio wyneb yn wyneb, gan ganiatáu cyngor manylach wedi'i deilwra gan ddarparwyr gofal iechyd. Hefyd, bod offer mHealth yn arbennig o dderbyniol mewn lleoliadau gofal iechyd, ar lwyfannau ffôn symudol, neu wrth gysylltu dioddefwyr â gofal iechyd (Anderson et al., 2019).

Mewn perthynas ag ymyriadau i atal IPV yn y gweithle, mae'r canfyddiadau'n dangos y gall fod manteision o ran cynnydd wrth ddarparu gwybodaeth ac adnoddau, ond mae tystiolaeth gref o ymyriadau effeithiol yn gyfyngedig ar hyn o bryd ac mae angen rhagor o ymchwil (Adhia et al., 2019). Yn amgylchedd y nos, canolbwyntiodd astudiaethau ar ymyriadau gan y rhai sy'n sefyll gerllaw, ymgyrchoedd codi ymwybyddiaeth a rôl deddfwriaeth alcohol. Daethpwyd i'r casgliad bod angen cyfres eang o raglenni i atal trais rhywiol yn amgylchedd y nos (Quigg et al., 2020). Gwerthusodd astudiaeth sylfaenol The Good Night Out Campaign a roddodd arweiniad i weithwyr ar atal ac ymateb i drais rhywiol a chanfu fod codi ymwybyddiaeth yn gysylltiedig â mwy o barodrwydd a hyder i ymyrryd (Quigg a Bigland, 2020).

Yn olaf, gan weithio ar draws asiantaethau, dangoswyd bod partneriaethau lluosog yn effeithiol o ran adeiladu ymateb cymunedol cydgysylltiedig i VAWDASV, a'r elfen fwyaf arwyddocaol ohonynt oedd y gwasanaeth allgymorth/eiriolaeth ymyriad cynnar cynhwysfawr. Roedd y gwasanaeth hwn yn cynnwys ystod eang o ymyriadau yn y gymuned ac yn canolbwyntio ar fenywod, yn ogystal ag ymyriadau eiriolaeth eraill a oedd yn tueddu i fabwysiadu dull mwy cyfannol. Yn gyffredinol, ymddengys fod ymyriadau sy'n mabwysiadu dull eiriolaeth yn cael mwy o effaith a'u bod yn fwy cynaliadwy, a bod gwaith amlasiantaethol yn well pan fydd wedi'u cydleoli â gwasanaethau statudol neu wirfoddol (Cleaver et al., 2019).

## Lefel Cymdeithas

Canfuwyd, er gwaethaf ehangder yr ymchwil polisi alcohol sydd ar gael, mai prin yw'r dystiolaeth uniongyrchol o effaith y polisiâu hyn ar ddeilliannau VAWDASV. Yn hytrach, roedd y ffocws ar effaith polisi alcohol ar ddeilliannau cysylltiedig a chyfryngwyr posibl VAWDASV. Yn gyffredinol, mae'r dystiolaeth yn cefnogi cysylltiad cyson rhwng polisiâu sy'n cynyddu prisiau (neu'n atal prisiau isel) a deilliannau iechyd perthnasol gan gynnwys atal cyflawni trais rhywiol (Lippy a DeGue, 2016). Mae sawl maes polisi yn dangos tystiolaeth gychwynnol o gysylltiad uniongyrchol â thrais rhywiol, gan gynnwys y rhai sy'n effeithio ar brisiau, dwysedd manau gwerthu, rheoli bariâu, cynnwys marchnata alcohol rhywiaethol, a gwaharddiadau alcohol ar gampysau coleg ac mewn ystafelloedd cysgu lle gwaherddir sylweddau. Mae'r dystiolaeth hon yn cyfeirio at y defnydd posibl o'r dulliau hyn fel rhan o strategaeth atal trais rhywiol gynhwysfawr sy'n targedu ffactorau risg unigol a chymunedol o ran cyflawni trais rhywiol. Fodd bynnag, mae angen mwy o ymchwil i ddeall yn well natur y cysylltiad rhwng y ffactorau hynny a'r risg o gyflawni trais rhywiol yn ogystal ag effeithiau polisiâu penodol ar VAWDASV a deilliannau trais rhywiol (Lippy a DeGue, 2016).

Mae dwy astudiaeth yn cyfeirio at effaith deddfwriaeth ar IPV, yn benodol y Ddeddf Trais yn erbyn Menywod (VAWA) a gyflwynwyd yn yr Unol



Daleithiau ym 1994. Dengys y canfyddiadau fod ardaloedd a oedd wedi derbyn grantiau VAWA wedi gweld gostyngiadau sylweddol yn nifer yr ymosodiadau rhywiol a difrifolach o gymharu ag ardaloedd nad oeddent wedi'u derbyn (Ellsberg et al., 2015, DeGue et al., 2014).

## Goblygiadau o ran Polisi ac Arfer

Mae'r astudiaethau'n tynnu sylw at nifer o ffactorau sy'n cyfrannu at lwyddiant ymyriadau, mae'r rhain yn cynnwys hyd yr ymyriad, perthnasedd cymdeithasol-ddiwylliannol a dull gweithredu.

Yn achos trawsnewid normau rhywedd, mae'r dystiolaeth yn dangos bod y rhaglenni atal trais mwy llwyddiannus wedi cael amser ymgysylltu cymharol hir â chyfranogwyr ac efallai nad yw ymyriadau byr yr un mor llwyddiannus (Jewkes et al., 2014). Ar gyfer ymyriadau mewn ysgolion, nodwyd hefyd bod ymyriadau hirach a ddarperir gan staff a hyfforddwyd yn briodol i'w gweld yn fwy tebygol o fod yn effeithiol a bod athrawon mewn sefyllfa dda i fewnblannu ymyriadau mewn ysgolion, gyda hyfforddiant a chymorth priodol (Stanley et al., 2015b). Mewn perthynas â rhaglenni rhai sy'n sefyll gerllaw, mae'r canlyniadau'n awgrymu bod ymyriadau adnoddau isel yn cael effaith gymedrol ar wneud ymddygiad rhai sy'n sefyll gerllaw yn fwy effeithiol a bod angen mwy o adnoddau i gael mwy o effaith (Borsky et al., 2018). Nodwyd mai'r strategaeth fwyaf effeithiol oedd ymagwedd aml-ddogn, aml-ddull, gan alw ar wahanol lefelau ecolegol gan fod mwy o amlygiad i wybodaeth ac addysg yn arwain at ddeilliannau gwell (Banyard, 2014, McMahon a Seabrook, 2019). Mae angen i ymyriadau fod yn berthnasol o safbwynt cymdeithasol-ddiwylliannol i fod yn effeithiol (Nation et al., 2003). Canfu'r dystiolaeth o'r adolygiad hwn, ar gyfer ymyriadau mewn ysgolion, mai un o'r cynhwysion allweddol oedd cynnwys pobl ifanc yn y gwaith o gynllunio a chyflwyno rhaglenni fel rhan o ddull ysgol gyfan (Stanley et al., 2015b). Er bod rhaglenni parod yn ddylanwadol, byddai cynnwys elfennau lleol o ran dyluniad a chynnwys y rhaglenni yn sicrhau bod y rhai sy'n cyflwyno ac yn derbyn yr ymyriad yn cyfrannu at ei ddatblygiad ac mae'r dystiolaeth yn awgrymu bod rhaglenni ymyrryd a ddyluniwyd gyda chyfranogiad plant ac athrawon yn

fwy llwyddiannus (Stanley et al., 2015b, Cleaver et al., 2019). Er hynny, nodwyd bod angen canllawiau seiliedig ar dystiolaeth ar ysgolion i'w helpu i benderfynu beth sy'n gweithio orau ac i bwy (Cleaver et al., 2019). Nodwyd hefyd ei bod yn bwysig i ymyriadau fynd i'r afael â gofynion penodol cyfranogwyr o amrywiaeth o gefndiroedd, amlygodd un astudiaeth ddiffyg deunyddiau wedi'u dylunio ar gyfer rhai grwpiau o bobl ifanc, pobl ifanc LHDT, er enghraifft (Stanley et al., 2015b).

O ran rhoi ar waith, gallai'r defnydd o lwyfannau ar-lein a chyfryngau cymdeithasol mewn atal trais fod yn berthnasol i gynulleidfa oedol ifanc mewn gwledydd sydd â defnydd uchel o'r Rhynggrwyd yn arbennig (Graham et al., 2019). Yn y lleoliad gofal iechyd, mae'n ymddangos bod y defnydd o ymyriadau sy'n seiliedig ar TGCh yn opsiwn deniadol ar gyfer lledaenu gwybodaeth am ymwybyddiaeth ac atal o ganlyniad i argaeledd cyffredinol TGCh (gan gynnwys ffonau symudol) yn fyd-eang. Un o brif gryfderau rhaglenni atal IPV mHealth yw'r gallu i deilwra ymyriadau i anghenion unigolion heb wariant helaeth ar adnoddau dynol gan ddarparwyr (Anderson et al., 2019). At hynny, mae TGCh yn gyfle i ddarparu ymyriadau amlieithog sy'n ddiwylliannol sensitif gan ddefnyddio gwybodeg iechyd defnyddwyr, fodd bynnag, mae'n amlwg bod angen datblygu dyluniad TGCh sy'n canolbwyntio ar fenywod wrth raglennu ar gyfer IPV. (El Morr a Loyal, 2020).

## Mynd i'r Afael ag Effaith Covid-19

Yn ystod y pandemig COVID-19 yn 2020-2021, awgryma llenyddiaeth sydd wedi dod i'r amlwg yn gyflym fod cyfyngiadau iechyd cyhoeddus COVID-19, gan gynnwys y rheoliadau cyfnod clo, gwarchod a chadw pellter cymdeithasol wedi effeithio ar lefelau VAWDASV (Snowdon et al., 2020). Er bod y darlun llawn o sut mae'r pandemig wedi effeithio ar VAWDASV yn dal i ddod i'r amlwg yn llawn, mae'n ymddangos yn debygol y gallai graddfa a natur VAWDASV fod wedi gwaethygu, gyda mwy o gysylltiadau â llinellau cymorth ar gyfer pob math o VAWDASV a mwy o adroddiadau i'r gwasanaethau brys mewn rhai ardaloedd mewn perthynas â cham-drin domestig (Hohl a Johnson, 2020).



Mae llawer o strategaethau atal a rhaglenni wedi'u gohirio neu eu gorfodi i addasu yn ystod y pandemig oherwydd cyfyngiadau ar symudiad, rhyngweithio wyneb yn wyneb a digwyddiadau cyhoeddus. Fodd bynnag, o ystyried y nifer cynyddol o adroddiadau am VAWDASV yn ystod yr argyfwng COVID-19, mae'n bwysicach nag erioed i hyrwyddo atal drwy drawsnewid normau, agweddau ac ystrydebau sy'n derbyn ac yn normaleiddio trais. Hefyd, er bod dulliau traddodiadol o atal, megis rhyngweithiadau wyneb yn wyneb yn gyfyngedig, mae cyfleoedd newydd wedi dod i'r amlwg, mae sawl math o gyfryngau, cyfathrebiadau ar-lein a nifer mawr o raglenni ysgogiadau cymunedol yn cynnwys darparu gweithgareddau'n rhithwir (Cynulliad Cyffredinol y Cenhedloedd Unedig, 2020). Mae nifer o ymyriadau sydd wedi'u cynnwys yn yr adroddiad hwn yn defnyddio llwyfannau ar-lein (Real Consent ac offer sgrinio mHealth), ac efallai bod yr ymyriadau hyn yn arbennig o berthnasol pan allai rhyngweithio wyneb yn wyneb fod yn gyfyngedig.

## Cryfderau a Chyfyngiadau

Un o gryfderau cynnal adolygiad systematig o adolygiadau yw ei fod yn caniatáu creu crynodeb o adolygiadau o fewn un ddogfen (Smith et al., 2011). Nododd yr adolygiad hwn nifer sylweddol o adolygiadau, sy'n cwmpasu amrywiaeth o fathau o VAWDASV a mathau o ymyriadau ac mae'n rhoi trosolwg cynhwysfawr o dystiolaeth allweddol mewn perthynas â'r hyn sy'n gweithio i atal VAWDASV. Yn ogystal, galluogodd defnyddio proses chwilio dau gam nodi astudiaethau sylfaenol nad oeddent wedi'u cynnwys yn yr adolygiadau systematig ac arweiniodd hyn at gynnwys ystod ehangach o astudiaethau yn yr adroddiad terfynol.

O ran cymhwyso i gyd-destun Cymru, y ffocws oedd ymyriadau a weithredwyd mewn gwledydd incwm uchel. Er bod llawer o'r ymchwil yn dod o'r Unol Daleithiau (ac mae'n rhaid cydnabod gwahaniaethau mewn systemau gofal iechyd) ceir corff cynyddol o ymchwil gan wledydd incwm uchel eraill gan gynnwys y DU.

Fodd bynnag, mae'r cwestiwn adolygu eang a'r raddfa amser gymharol fyr ar gyfer cynnal yr adolygiad yn golygu na all y chwiliad tystiolaeth fod yn hollgynhwysol ac, o ganlyniad, efallai y collwyd

rhai meysydd pwnc. Yn yr adolygiad hwn, nid oes ymyriad mewn perthynas ag atal rheolaeth drwy orfodaeth, masnachu mewn pobl, VAWDASV ymhlith grwpiau oedran hŷn neu gam-drin ar sail anrhydedd fel y'i gelwir ar wahân i anffurfio/torri organau rhywiol merched a menywod. At hynny, mae perygl gyda phob dull adolygu o greu canfyddiadau amhendant sy'n rhoi ateb gwan i'r cwestiwn gwreiddiol. Yn olaf, mae fframweithiau methodolegol amrywiol yr adolygiadau a'r astudiaethau sylfaenol yn cyflwyno heriau o ran syntheseiddio data, cyflwyno canfyddiadau a dod i gasgliadau.

## Ymchwil Pellach

Er bod y llenyddiaeth yn mynd rhagddynt yn gyflym yn y maes hwn, mae bylchau sylweddol o hyd yn yr ymchwil. Yn ogystal, codwyd pryder ynglŷn ag ansawdd yr astudiaethau sy'n cael eu hystyried gan nifer o adolygwyr gan gynnwys prinder astudiaethau gyda gwerthusiadau effaith dros gyfnod dilyn i fyny hir, a diffyg treialon a gynhaliwyd mewn lleoliadau yn y DU, yn hytrach na'r Unol Daleithiau (Kovalenko et al., 2020, Fenton et al., 2016, O'Doherty et al., 2014).

Ymhlith y meysydd i'w hystyried ar gyfer ymchwil pellach mae mecanweithiau ehangach ar gyfer addasu amgylcheddau a hyrwyddo normau cymdeithasol sy'n gyfiawn o ran rhywedd. Yn yr adolygiad hwn, mae llawer o ymyriadau'n canolbwyntio ar newidiadau ar lefel unigol a pherthynas mewn lleoliadau cymunedol, fodd bynnag, mae llai o dystiolaeth ar gyfer atal ar lefel cymdeithas, sy'n cael ei ystyried yn fwch critigol yn y maes (DeGue et al., 2014). Er bod ymyriadau lefel unigol yn hawdd eu hasesu, mae rhaglenni aml-lefel, aml-gydran cynhwysfawr a diwygiadau ar draws sefydliadau, sy'n allweddol i atal hirdymor, yn llawer mwy heriol i'w werthuso ac felly nid yw'r ymchwil iddynt yn ddigonol o hyd (Sefydliad Iechyd y Byd).

Mae angen rhagor o ymchwil hefyd ar frys i atal mathau penodol o VAWDASV gan gynnwys rheolaeth drwy orfodaeth, cam-drin ar sail anrhydedd, camfanteisio a masnachu mewn pobl, a sut mae rhaglenni atal yn gorgyffwrdd ag anghenion unigolion a chymunedau sy'n LHDT+, BAME, ac mewn grwpiau oedran hŷn.

Adran

6

I gloi

# Adran 6: I gloi



Ystyrir bod atal VAWDASV yn gydran gynyddol hanfodol yn ymateb cymdeithas i'r mater iechyd cyhoeddus hwn. Mae'r asesiad tystiolaeth cyflym systematig hwn yn adolygu'r dystiolaeth gyfredol yn y maes ymchwil hwn. Canfu'r adolygiad ystod eang o dystiolaeth ar gyfer rhaglenni effeithiol gan gynnwys rhaglenni sy'n cael effaith hirdymor ar atal VAWDASV rhag cael ei gyflawni, gan gynnwys nifer o astudiaethau o ansawdd uchel a gwblhawyd yn ddiweddar. Mae nifer yr astudiaethau'n cydnabod yr angen am flaenoriaethu atal VAWDASV ac yn dangos dichonoldeb ymchwil yn y maes hwn yn ogystal â'r diddordeb gan ymchwilwyr a chyrrff ariannu.

Awgryma adolygiadau rhyngwladol fod angen cydweithio hirdymor aml-sectoraidd cynhwysfawr rhwng llywodraethau a chymdeithas sifil ar bob lefel o'r fframwaith ecolegol (Krug et al., 2002). Mae'r model ecolegol yn cysyniadu trais fel cynnyrch lefelau lluosog, rhyngweithiol o ddylanwad, ond mae llawer o strategaethau atal yn canolbwyntio ar greu newid ar lefel unigol, gyda rhai'n mynd i'r afael â dylanwadau gan gymheiriaid neu newid normau cymdeithasol ar raddfa fach. Mae'n hanfodol nodi i hyn dynnu sylw at y ffaith y gallai fod angen strategaethau atal VAWDASV lluosog er mwyn ei atal ar raddfa'r boblogaeth.

O ganlyniad, dylai atal VAWDASV fod yn rhan o gyfres o raglenni sy'n anelu at atal VAWDASV rhag digwydd ar draws y sbectwm ecolegol gan gynnwys trawsnewid normau rhywedd, credoau ac agweddau grwpiau cymheiriaid, sgiliau ar gyfer cydberthnasau iach, gofal iechyd effeithiol ac ymatebion gwasanaeth i VAWDASV, rhaglenni sy'n benodol i gyd-destunau ar gyfer gwahanol leoliadau fel y gweithle ac economi'r nos, a deddfwriaeth effeithiol. Mae'n rhaid i bob elfen o'r model ryngweithio i ddatblygu system sy'n annog ymddygiadau diogel, iach a rhag-gymdeithasol ac sy'n atal ymddygiad treisgar ac yn ei dal i gyfrif (DeGue et al. 2012 wedi'i ddyfynnu yn DeGue et al., 2014).

Er bod y llenyddiaeth yn mynd rhagddynt yn gyflym yn y maes hwn, mae bylchau sylweddol o hyd yn yr ymchwil. Mae'n cynnwys mecanweithiau ehangach ar gyfer addasu amgylcheddau a hyrwyddo normau cymdeithasol sy'n gyfiawn o ran rhywedd. Mae angen rhagor o ymchwil ar frys hefyd i atal mathau penodol o VAWDASV gan gynnwys cam-drin seiliedig ar anrhydedd, camfanteisio a masnachu, a sut mae rhaglenni atal yn gorgyffwrdd ag anghenion unigolion a chymunedau sy'n LHDT+, BAME, ac mewn grwpiau oedran hŷn.

Adran



**Llyfryddiaeth**

# Llyfryddiaeth



- ADHIA, A., GELAYE, B., FRIEDMAN, L. E., MARLOW, L. Y., MERCY, J. A. & WILLIAMS, M. A. 2019.** Workplace interventions for intimate partner violence: A systematic review. *J Workplace Behav Health*, 34.
- ALL PARTY PARLIAMENTARY GROUP FOR UN WOMEN 2021.** Prevalence and Reporting of Sexual harassment in UK Public Spaces.
- ANDERSON, E. J., KRAUSE, K. C., MEYER KRAUSE, C., WELTER, A., MCCLELLAND, D. J., GARCIA, D. O., ERNST, K., LOPEZ, E. C. & KOSS, M. P. 2019.** Web-Based and mHealth Interventions for Intimate Partner Violence Victimization Prevention: A Systematic Review. *Trauma Violence Abuse*, 1524838019888889.
- ANSARI, S. & BOYLE, A. 2017.** Emergency department-based interventions for women suffering domestic abuse: a critical literature review. *European Journal of Emergency Medicine*, 24.
- ARANGO, D. J., MORTON, M., GENNARI, F., KIPLESUND, S. & ELLSBERG, M. 2014.** Interventions to prevent or reduce violence against women and girls: A systematic review of reviews.
- BAILLOT, H., MURRAY, N., CONNELLY, E. & HOWARD, N. 2018.** Addressing female genital mutilation in Europe: a scoping review of approaches to participation, prevention, protection, and provision of services. *International Journal for Equity in Health*, 17, 21.
- BAIR-MERRITT, M. H., LEWIS-O'CONNOR, A., GOEL, S., AMATO, P., ISMAILJI, T., JELLEY, M., LENAHAN, P. & CRONHOLM, P. 2014.** Primary care-based interventions for intimate partner violence: a systematic review. *Am J Prev Med*, 46, 188-94.
- BALFOUR, J., ABDULCADIR, J., SAY, L. & HINDIN, M. J. 2016.** Interventions for healthcare providers to improve treatment and prevention of female genital mutilation: a systematic review. *BMC Health Services Research*, 16, 409.
- BANYARD, V. L. 2014.** Improving college campus-based prevention of violence against women: a strategic plan for research built on multipronged practices and policies. *Trauma Violence Abuse*, 15, 339-51.
- BANYARD, V. L., EDWARDS, K. M., RIZZO, A. J., THEODORES, M., TARDIFF, R., LEE, K. & GREENBERG, P. 2019.** Evaluating a gender transformative violence prevention program for middle school boys: A pilot study. *Children and Youth Services Review*, 101, 165-173.
- BORSKY, A. E., MCDONNELL, K., TURNER, M. M. & RIMAL, R. 2018.** Raising a Red Flag on Dating Violence: Evaluation of a Low-Resource, College-Based Bystander Behavior Intervention Program. *J Interpers Violence*, 33, 3480-3501.
- CARLYLE, K. E., CONLEY, A. H. & GUIDRY, J. P. D. 2020.** Development and evaluation of the red flag campaign for the primary prevention of sexual and dating violence on college campuses. *J Am Coll Health*, 1-5.
- CASEY, E., CARLSON, J., TWO BULLS, S. & YAGER, A. 2018.** Gender Transformative Approaches to Engaging Men in Gender-Based Violence Prevention: A Review and Conceptual Model. *Trauma, Violence, & Abuse*, 19, 231-246.
- CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. 2021.** The Social-Ecological Model: A Framework for Prevention [Online]. Available: <https://www.cdc.gov/violenceprevention/about/social-ecologicalmodel.html> [Accessed 26.2.2021 2021].
- CLEAVER, K., MARAS, P., ORAM, C. & MCCALLUM, K. 2019.** A review of UK based multi-agency approaches to early intervention in domestic abuse: Lessons to be learnt from existing evaluation studies. *Aggression and Violent Behavior*, 46, 140-155.
- COKER, A. L., BUSH, H. M., BRANCATO, C. J., CLEAR, E. R. & RECKTENWALD, E. A. 2019.** Bystander Program Effectiveness to Reduce Violence Acceptance: RCT in High Schools. *Journal of family violence*, 34, 153-164.

- COUNCIL OF EUROPE 2011.** Convention on Preventing and Combating Violence against Women and Domestic Violence. Istanbul.
- DE KOKER, P., MATHEWS, C., ZUCH, M., BASTIEN, S. & MASON-JONES, A. J. 2014.** A Systematic Review of Interventions for Preventing Adolescent Intimate Partner Violence. *Journal of Adolescent Health*, 54, 3-13.
- DEGUE, S., VALLE, L. A., HOLT, M. K., MASSETTI, G. M., MATJASKO, J. L. & THARP, A. T. 2014.** A systematic review of primary prevention strategies for sexual violence perpetration. *Aggression and Violent Behavior*, 19, 346-362.
- EDWARDS, K. M., BANYARD, V. L., SESSAREGO, S. N., WATERMAN, E. A., MITCHELL, K. J. & CHANG, H. 2019.** Evaluation of a Bystander-Focused Interpersonal Violence Prevention Program with High School Students. *Prev Sci*, 20, 488-498.
- EL MORR, C. & LAYAL, M. 2019.** ICT-Based Interventions for Women Experiencing Intimate Partner Violence: Research Needs in Usability and Mental Health. *Stud Health Technol Inform*, 257, 103-109.
- EL MORR, C. & LAYAL, M. 2020.** Effectiveness of ICT-based intimate partner violence interventions: a systematic review. *BMC Public Health*, 20, 1372.
- ELLSBERG, M., ARANGO, D. J., MORTON, M., GENNARI, F., KIPLESUND, S., CONTRERAS, M. & WATTS, C. 2015.** Prevention of violence against women and girls: what does the evidence say? *The Lancet*, 385, 1555-1566.
- EUROPEAN INSTITUTE FOR GENDER EQUALITY. 2021.** Forms of Violence [Online]. Available: <https://eige.europa.eu/gender-based-violence/forms-of-violence> [Accessed 2021].
- EUROPEAN UNION AGENCY FOR FUNDAMENTAL RIGHTS 2015.** Violence against Women: an EU-wide Survey.
- FEDER, G., DAVIES, R. A., BAIRD, K., DUNNE, D., ELDRIDGE, S., GRIFFITHS, C., GREGORY, A., HOWELL, A., JOHNSON, M., RAMSAY, J., RUTTERFORD, C. & SHARP, D. 2011.** Identification and Referral to Improve Safety (IRIS) of women experiencing domestic violence with a primary care training and support programme: a cluster randomised controlled trial. *Lancet*, 378, 1788-95.
- FELTNER, C., WALLACE, I., BERKMAN, N., KISTLER, C. E., MIDDLETON, J. C., BARCLAY, C., HIGGINBOTHAM, L., GREEN, J. T. & JONAS, D. E. 2018.** Screening for Intimate Partner Violence, Elder Abuse, and Abuse of Vulnerable Adults: Evidence Report and Systematic Review for the US Preventive Services Task Force. *Jama*, 320, 1688-1701.
- FENTON, R. A. & MOTT, H. L. 2019.** Evaluation of the intervention initiative: a bystander intervention program to prevent violence against women in universities. University of Exeter.
- FENTON, R. A., MOTT, H. L., MCCARTAN, K. & RUMNEY, P. N. S. 2016.** A Review of Evidence of Bystander Intervention to Prevent Sexual and Domestic Violence in Universities.
- GAINSBURY, A. N., FENTON, R. A. & JONES, C. A. 2020.** From campus to communities: evaluation of the first UK-based bystander programme for the prevention of domestic violence and abuse in general communities. *BMC Public Health*, 20, 674.
- GIRLS NOT BRIDES. 2020.** Available: <https://www.girlsnotbrides.org/about-child-marriage> [Accessed 2021].
- GOV.UK. 2020.** Statistics on so called 'Honour-based' abuse offences, England and Wales, 2019-2020 [Online]. Available: <https://www.gov.uk/government/statistics/statistics-on-so-called-honour-based-abuse-offences-england-and-wales-2019-to-2020> [Accessed 2021].
- GRAHAM, L. M., EMBRY, V., YOUNG, B.-R., MACY, R. J., MORACCO, K. E., REYES, H. L. M. & MARTIN, S. L. 2019.** Evaluations of Prevention Programs for Sexual, Dating, and Intimate Partner Violence for Boys and Men: A Systematic Review. *Trauma, Violence, & Abuse*, 0, 1524838019851158.
- GREENBAUM, V. J., TITCHEN, K., WALKER-DESCARTES, I., FEIFER, A., ROOD, C. J. & FONG, H.-F. 2018.** Multi-level prevention of human trafficking: The role of health care professionals. *Preventive Medicine*, 114, 164-167.
- HEARD, E., MUTCH, A. & FITZGERALD, L. 2020.** Using Applied Theater in Primary, Secondary, and Tertiary Prevention of Intimate Partner Violence: A Systematic Review. *Trauma Violence Abuse*, 21, 138-156.



- HESTER, M. & LILLEY, S. J. 2014.** Preventing Violence Against Women: Article 12 of the Istanbul Convention. Strasbourg: Council of Europe
- HOHL, K. & JOHNSON, K. 2020.** A Crisis Exposed - how Covid-19 is Impacting Domestic Abuse Reported to the Police [Online]. Available: <https://www.city.ac.uk/news/2020/december/a-crisis-exposed-how-covid-19-is-impacting-domestic-abuse-reported-to-the-police> [Accessed 2021].
- JACK, S. M., BOYLE, M., MCKEE, C., FORD-GILBOE, M., WATHEN, C. N., SCRIBANO, P., DAVIDOV, D., MCNAUGHTON, D., O'BRIEN, R., JOHNSTON, C., GASBARRO, M., TANAKA, M., KIMBER, M., COBEN, J., OLDS, D. L. & MACMILLAN, H. L. 2019.** Effect of Addition of an Intimate Partner Violence Intervention to a Nurse Home Visitation Program on Maternal Quality of Life: A Randomized Clinical Trial. *Jama*, 321, 1576-1585.
- JEWKES, R., FLOOD, M. & LANG, J. 2014.** From work with men and boys to changes of social norms and reduction of inequities in gender relations: a conceptual shift in prevention of violence against women and girls. *The Lancet*, 385, 1580-1589.
- JINA, R. & THOMAS, L. S. 2013.** Health consequences of sexual violence against women. *Best Pract Res Clin Obstet Gynaecol*, 27, 15-26.
- JORDAN, J. & MOSSMAN, E. 2018.** "Back Off Buddy, This Is My Body, Not Yours": Empowering Girls Through Self-Defense. *Violence Against Women*, 24, 1591-1613.
- JOURILES, E. N., KRAUSS, A., VU, N. L., BANYARD, V. L. & MCDONALD, R. 2018.** Bystander programs addressing sexual violence on college campuses: A systematic review and meta-analysis of program outcomes and delivery methods. *Journal of American College Health*, 66, 457-466.
- JURASZ, O. 2018.** Violence Against Women, Domestic Abuse and Sexual Violence (Wales) Act 2015.
- KARMA NIRVANA. 2019.** What is Honour Based Abuse [Online]. Available: <https://karmanirvana.org.uk/about/honour-based-abuse/> [Accessed 2021].
- KATZ, J., HEISTERKAMP, H. A. & FLEMING, W. M. 2011.** The Social Justice Roots of the Mentors in Violence Prevention Model and Its Application in a High School Setting. *Violence Against Women*, 17, 684-702.
- KETTREY, H. H. & MARX, R. A. 2019a.** Does the Gendered Approach of Bystander Programs Matter in the Prevention of Sexual Assault Among Adolescents and College Students? A Systematic Review and Meta-Analysis. *Arch Sex Behav*, 48, 2037-2053.
- KETTREY, H. H. & MARX, R. A. 2019b.** The Effects of Bystander Programs on the Prevention of Sexual Assault across the College Years: A Systematic Review and Meta-analysis. *J Youth Adolesc*, 48, 212-227.
- KOVALENKO, A. G., ABRAHAM, C., GRAHAM-ROWE, E., LEVINE, M. & O'DWYER, S. 2020.** What Works in Violence Prevention Among Young People?: A Systematic Review of Reviews. *Trauma Violence Abuse*, 1524838020939130.
- KRUG, E. G., DAHLBERG, L. L., MERCY, J. A., ZWI, A. B. & LOZANO, R. 2002.** World Report on Violence and Health Geneva: World Health Organisation
- LESTER, S., LAWRENCE, C. & WARD, C. L. 2017.** What do we know about preventing school violence? A systematic review of systematic reviews. *Psychol Health Med*, 22, 187-223.
- LEVIN-DECANINI, T., MILLER, E., HOUTROW, A., KREASHKO, L. & CASSIDY, B. 2019.** Implementation of intimate partner violence education for adolescents with spina bifida. *Journal of Pediatric Rehabilitation Medicine*, 12, 339-343.
- LIPPY, C. & DEGUE, S. 2016.** Exploring Alcohol Policy Approaches to Prevent Sexual Violence Perpetration. *Trauma, violence & abuse*, 17, 26-42.
- LUNDGREN, R. & AMIN, A. 2015.** Addressing Intimate Partner Violence and Sexual Violence Among Adolescents: Emerging Evidence of Effectiveness. *Journal of Adolescent Health*, 56, S42-S50.
- MAY, H., KLOESS, J. A., DAVIES, K. & HAMILTON-GIACHRITSIS, C. E. 2020.** Young People's Experiences of Attending a Theater-in-Education Program on Child Sexual Exploitation. *Frontiers in Psychology*, 11.
- MCCARRY, M., LARKINS, C., BERRY, V., RADFORD, L. & STANLEY, N. 2018.** The Potential for Co-production in Developing Violence against Women Services in Wales. *Social Policy and Society*, 17, 193-208.

- MCCMAHON, S. & SEABROOK, R. C. 2019.** Impact of Exposure to Sexual Violence Prevention Messages on Students' Bystander Behavior. *Health Promotion Practice*, 20, 711-720.
- MENNICKE, A., KENNEDY, S. C., GROMER, J. & KLEM-O'CONNOR, M. 2018.** Evaluation of a Social Norms Sexual Violence Prevention Marketing Campaign Targeted Toward College Men: Attitudes, Beliefs, and Behaviors Over 5 Years. *Journal of Interpersonal Violence*, 0886260518780411.
- MILLER, E., CULYBA, A. J., PAGLISOTTI, T., MASSOF, M., GAO, Q., PORTS, K. A., KATO-WALLACE, J., PULERWITZ, J., ESPELAGE, D. L. & ABEBE, K. Z. 2020.** Male adolescents' gender attitudes and violence: Implications for youth violence prevention. *American journal of preventive medicine*, 58, 396-406.
- MILLER, E., JONES, K. A. & MCCAULEY, H. L. 2018.** Updates on adolescent dating and sexual violence prevention and intervention. *Curr Opin Pediatr*, 30, 466-471.
- MUJAL, G. N., TAYLOR, M. E., FRY, J. L., GOCHEZ-KERR, T. H. & WEAVER, N. L. 2019.** A Systematic Review of Bystander Interventions for the Prevention of Sexual Violence. *Trauma Violence Abuse*, 1524838019849587.
- MYHILL, A. & HOHL, K. 2019.** The "Golden Thread": Coercive Control and Risk Assessment for Domestic Violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 34, 4477-4497.
- NATION, M., CRUSTO, C., WANDERSMAN, A., KUMPFER, K. L., SEYBOLT, D., MORRISSEY-KANE, E. & DAVINO, K. 2003.** What works in prevention. Principles of effective prevention programs. *Am Psychol*, 58, 449-56.
- NICE 2014.** Domestic violence and abuse: multi-agency working National Institute for Health and Care Excellence.
- NJUE, C., KARUMBI, J., ESHO, T., VAROL, N. & DAWSON, A. 2019.** Preventing female genital mutilation in high income countries: a systematic review of the evidence. *Reproductive Health*, 16, 113.
- O'DOHERTY, L. J., TAFT, A., HEGARTY, K., RAMSAY, J., DAVIDSON, L. L. & FEDER, G. 2014.** Screening women for intimate partner violence in healthcare settings: abridged Cochrane systematic review and meta-analysis. *BMJ: British Medical Journal*, 348, g2913.
- OFFICE FOR NATIONAL STATISTICS. 2019.** Domestic Abuse in England and Wales: year ending March 2019 [Online]. Available: <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/crimeandjustice/articles/domesticabuseprevalenceandtr endsenglandandwales/yearendingmarch2019> [Accessed 2021].
- OFFICE FOR NATIONAL STATISTICS. 2020.** Domestic Abuse Prevalence and Trends, England and Wales: year ending March 2020 [Online]. Available: <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/crimeandjustice/articles/domesticabuseprevalenceandtr endsenglandandwales/yearendingmarch2020> [Accessed 2021].
- OLIVER, R., ALEXANDER, B., ROE, S. & WLASNAY, M. 2019.** The Economic and Social Costs of Domestic Abuse. Home Office,.
- PRICE, J., QUARMBY, S., JOHNSON, C. & BRISTOW, D. 2020.** Domestic Abuse Interventions in Wales. Wales Centre for Public Policy
- PUBLIC HEALTH WALES 2018.** Female Genital Mutilation (FGM) Health Leads Report April 2017 - March 2018.
- QUIGG, Z. & BIGLAND, C. 2020.** The Good Night Out Campaign: evaluation of a nightlife worker training programme to prevent sexual violence in Liverpool.
- QUIGG, Z., BIGLAND, C., HUGHES, K., DUCH, M. & JUAN, M. 2020.** Sexual violence and nightlife: A systematic literature review. *Aggression and violent behavior*, 51, 101363.
- RIGHTS OF WOMEN 2014.** Forced Marriage and the Law.
- ROTHMAN, E. F., FARRELL, A., PARUK, J., BRIGHT, K., BAIR-MERRITT, M. & PREIS, S. R. 2019.** Evaluation of a multi-session group designed to prevent commercial sexual exploitation of minors: The "My Life My Choice" curriculum. *Journal of interpersonal violence*, 0886260519865972.
- SAWYER, S., COLES, J., WILLIAMS, A. & WILLIAMS, B. 2016.** A systematic review of intimate partner violence educational interventions delivered to allied health care practitioners. *Medical education*, 50, 1107-1121.
- SMITH, V., DEVANE, D., BEGLEY, C. M. & CLARKE, M. 2011.** Methodology in conducting a systematic review of systematic reviews of healthcare interventions. *BMC Medical Research Methodology*, 11, 15.

- SNOWDON, L. C., BARTON, E. R., NEWBURY, A., PARRY, B., BELLIS, M. A. & HOPKINS, J. C. 2020.** Addressing the “shadow pandemic” through a public health approach to violence prevention. *Journal of Community Safety and Well-Being*, 5.
- STANLEY, N., ELLIS, J., FARRELLY, N., HOLLINGHURST, S., BAILEY, S. & DOWNE, S. 2015a.** Preventing Domestic Abuse for Children and Young People (PEACH): a Mixed Knowledge Scoping Review. National Institute for Health Research
- STANLEY, N., ELLIS, J., FARRELLY, N., HOLLINGHURST, S. & DOWNE, S. 2015b.** Preventing domestic abuse for children and young people: A review of school-based interventions. *Children and Youth Services Review*, 59, 120-131.
- STARK, L. & WESSELLS, M. 2012.** Sexual Violence as a Weapon of War. *JAMA*, 308, 677-678.
- STORER, H. L., CASEY, E. & HERRENKOHL, T. 2016.** Efficacy of Bystander Programs to Prevent Dating Abuse Among Youth and Young Adults: A Review of the Literature. *Trauma, Violence, & Abuse*, 17, 256-269.
- TIDEY, A. 2021. Female Genital Mutilation: COVID-19 school closures have led to a rise in FGM cases [Online]. Available: <https://www.euronews.com/2021/02/06/fgm-covid-19-pandemic-thought-to-have-sparked-a-rise-in-female-genital-mutilations-say-exp> [Accessed 2021].
- UN GENERAL ASSEMBLY 2020.** Intensification of Efforts to Eliminate all Forms of Violence against Women and Girls.
- UNICEF 2017.** A Familiar Face: Violence in the lives of Children and Adolescents.
- UNITED NATIONS. 2020.** Achieve Gender Equality and Empower all Women and Girls [Online]. Available: <https://unstats.un.org/sdgs/report/2020/goal-05/> [Accessed 2021].
- UNITED NATIONS. 2021.** Ending Violence against Women [Online]. Available: <https://www.un.org/en/observances/ending-violence-against-women-day> [Accessed 18th March 2021 2021].
- UNITED NATIONS OFFICE ON DRUGS AND CRIME 2018.** Global Report on Trafficking in Persons.
- UNITED NATIONS OFFICE ON DRUGS AND CRIME 2019.** Global Study on Homicide.
- UNSEEN. 2021.** Modern Slavery Explained [Online]. Available: <https://www.unseenuk.org/modern-slavery> [Accessed 2021].
- VIOLENCE PREVENTION ALLIANCE. 2021a.** Global Campaign for Violence Prevention [Online]. Available: [https://www.who.int/violenceprevention/approach/public\\_health/en/](https://www.who.int/violenceprevention/approach/public_health/en/) [Accessed 2021].
- VIOLENCE PREVENTION ALLIANCE. 2021b.** The Public Health Approach [Online]. Available: [https://www.who.int/violenceprevention/approach/public\\_health/en/](https://www.who.int/violenceprevention/approach/public_health/en/) [Accessed 2021].
- WALDEN, I. & WALL, L. 2014.** Reflecting on primary prevention of violence against women: the public health approach, Australian Centre for the Study of Sexual Assault.
- WELSH GOVERNMENT 2005.** Tackling Domestic Abuse: The All Wales National Strategy.
- WELSH GOVERNMENT 2010.** Right to be safe Strategy.
- WELSH GOVERNMENT 2012.** Consultation on Legislation to End Violence against Women, Domestic Abuse and Sexual Violence (Wales).
- WELSH GOVERNMENT 2016.** National Strategy on Violence against Women, Domestic Abuse and Sexual Violence - 2016 - 2021.
- WELSH WOMEN'S AID 2018.** Bystander Initiative; Welsh Pilot Research Report.
- WELSH WOMEN'S AID 2020.** A Blueprint for the Prevention of Violence against Women, Domestic Abuse and Sexual Violence in Wales: Understanding the Concepts.
- WILSON, I. M., GRAHAM, K. & TAFT, A. 2014.** Alcohol interventions, alcohol policy and intimate partner violence: a systematic review. *BMC Public Health*, 14, 881.
- WOLFE, D. A., CROOKS, C., JAFFE, P., CHIDO, D., HUGHES, R., ELLIS, W., STITT, L. & DONNER, A. 2009.** A school-based program to prevent adolescent dating violence: a cluster randomized trial. *Arch Pediatr Adolesc Med*, 163, 692-9.

**WOMEN'S AID. 2020a.** Domestic Abuse is a Gendered Crime [Online]. Available:

<https://www.womensaid.org.uk/information-support/what-is-domestic-abuse/domestic-abuse-is-a-gendered-crime/> [Accessed 2021].

**WOMEN'S AID. 2020b.** What is Coercive Control? [Online]. Available:

<https://www.womensaid.org.uk/information-support/what-is-domestic-abuse/coercive-control/> [Accessed 2021].

**WORLD HEALTH ORGANISATION. 2012a.** Intimate Partner Violence [Online]. Available:

[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/77432/WHO\\_RHR\\_12.36\\_eng.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/77432/WHO_RHR_12.36_eng.pdf) [Accessed 2021].

**WORLD HEALTH ORGANISATION. 2012b.** Understanding and Addressing Violence against Women [Online].

Available: [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/77434/WHO\\_RHR\\_12.37\\_eng.pdf?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/77434/WHO_RHR_12.37_eng.pdf?sequence=1) [Accessed 2021].

**WORLD HEALTH ORGANISATION. 2017.** Violence against Women [Online]. Available:

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women> [Accessed 2021].

**WORLD HEALTH ORGANISATION. 2018.** Violence against Women [Online]. Available:

<https://www.who.int/news-room/feature-stories/detail/violence-against-women#:~:text=Women%20who%20experience%20violence%20are,acquire%20a%20sexually%20transmitted%20infection.> [Accessed 2021].

**WORLD HEALTH ORGANISATION. 2021a.** Health risks of female genital mutilation (FGM) [Online]. Available:

<https://www.who.int/teams/sexual-and-reproductive-health-and-research/areas-of-work/female-genital-mutilation/health-risks-of-female-genital-mutilation> [Accessed 2021].

**WORLD HEALTH ORGANISATION. 2021b.** Violence against Women [Online]. Available:

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women#:~:text=These%20forms%20of%20violence%20can,experience%20depression%20and%20problem%20drinking.> [Accessed 2021].

**WORLD HEALTH ORGANISATION. 2021c.** Violence Against Women Prevalence Estimates, 2018 [Online].

Available:

<https://who.canto.global/pdfviewer/viewer/viewer.html?share=share%2Calbum%2CKDE1H&column=document&id=tfgc8uqvuh0b1157tevomtch1j&suffix=pdf> [Accessed 2021].

# Appendix

# 1

## Evidence Summary

# Atodiad 1 Crynodeb o'r Dystiolaeth: Beth sy'n Gweithio i Atal VAWDASV?



Math o ymyriad	Disgrifiad	Math o VAWDASV	Cynulleidfa darged	Lleoliadau	Enghreifftiau o arfer da	Crynodeb o'r dystiolaeth
<b>Newid normau rhywedd</b>	Ymyriadau sy'n ceisio trawsnewid normau rhywedd i atal VAWDASV	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trais ar sail rhywedd</li> <li>• IPV</li> <li>• Trais rhywiol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dynion a bechgyn</li> <li>• Poblogaeth gyffredinol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Colegau</li> <li>• Ysgolion</li> <li>• Ar-lein</li> <li>• Clybiau/rhaglenni chwaraeon</li> <li>• Prifysgolion</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Real Consent</b></li> <li>• <b>Coaching Boys into Men</b></li> </ul>	Tystiolaeth <b>gref</b> o newid ymddygiad (gostyngiad mewn cyflawni VAWDASV) drwy hap-dreialon rheoledig lluosog, cadarn.
<b>Ymyriadau mewn ysgolion</b>	Ymyriadau a gyflwynir mewn ysgolion i atal VAWDASV, yn gyffredinol gan gynnwys addysg perthnasoedd iach a sgiliau rhai sy'n sefyll gerllaw	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trais ar sail rhywedd</li> <li>• IPV</li> <li>• Trais rhywiol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Myfyrwyr oedran ysgol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ysgolion</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Fourth R</b></li> <li>• <b>Rhaglen Perthnasoedd Iach</b></li> <li>• <b>Shifting Boundaries</b></li> <li>• <b>Safe Dates</b></li> <li>• <b>Stepping Stones</b></li> </ul>	Tystiolaeth <b>gref</b> o newid ymddygiad (gostyngiad mewn cyflawni VAWDASV) drwy hap-dreialon rheoledig lluosog, cadarn gyda chyfnodau dilyn i fyny hir.
<b>Atal trais yn y glasoed</b>	Rhaglenni wedi'u targedu at bobl ifanc (mewn glasoed) i atal VAWDASV, yn gyffredinol gan gynnwys addysg perthnasoedd iach a sgiliau rhai sy'n sefyll gerllaw	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trais ar sail rhywedd</li> <li>• IPV</li> <li>• Trais rhywiol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Glasoed a phobl ifanc</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ysgol</li> <li>• Coleg</li> <li>• Ar-lein</li> <li>• Y Gymuned</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Safe Dates</b></li> <li>• <b>Fourth R</b></li> <li>• <b>Shifting Boundaries</b></li> </ul>	Tystiolaeth <b>gref</b> o newid ymddygiad (gostyngiad mewn cyflawni VAWDASV) drwy hap-dreialon rheoledig lluosog, cadarn gyda chyfnodau dilyn i fyny hir.



Math o ymyriad	Disgrifiad	Math o VAWDASV	Cynulleidfa darged	Lleoliadau	Enghreifftiau o arfer da	Crynodeb o'r dystiolaeth
<b>Rhaglenni rhai sy'n sefyll gerllaw</b>	Mae rhaglenni rhai sy'n sefyll gerllaw yn canolbwyntio ar roi'r hyder a'r sgiliau i bobl ymyrryd yn ddiogel pan fyddant yn dyst i ymddygiadau a all arwain at VAWDASV	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prifysgol</li> <li>• Ysgolion</li> <li>• Y Gymuned</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Myfyrwyr ysgol, coleg a phrifysgol</li> <li>• Cymuned / poblogaeth gyffredinol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ysgolion</li> <li>• Coleg</li> <li>• Prifysgol</li> <li>• Lleoliadau cymunedol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Green Dot</b></li> <li>• <b>Bringing in the Bystander</b></li> <li>• <b>The Intervention Initiative</b></li> </ul>	<b>Addawol → Cryf</b> Tystiolaeth gref o effaith gadarnhaol ar newid agweddau a chredoau, sgiliau a hyder i ymyrryd mewn astudiaethau a lleoliadau lluosog. Tystiolaeth o newid ymddygiad cadarnhaol (gostyngiad mewn cyflawni VAWDASV) a ganfuwyd mewn un hap-dreial rheoledig (Green Dot).
<b>Ymyriadau ar y We a TGCh</b>	Defnyddio technolegau ar y we neu dechnolegau symudol i optimeiddio rhaglenni nodi, atgyfeirio ac atal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• IPV</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oedolion</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mHealth</li> <li>• teleiechyd</li> <li>• addysg</li> <li>• Gofal iechyd</li> </ul>		<b>Addawol</b> - mae gan ddulliau ar y we o atal IPV y gallu i leihau risg ac mae astudiaethau'n dangos mynediad effeithiol a gyfryngir ar y we i wasanaethau teleiechyd fel CBT, grwpiau cymorth ar-lein i ddioddefwyr, a newid disgwyliadau ymddygiad drwy raglenni addysgol.  Rhywfaint o dystiolaeth ddangosol o IPV ffisegol gostyngol wrth ddilyn i fyny ar ôl 12 mis.
<b>Ymyriadau theatr</b>	Prosiectau theatr gymhwysol, cyfranogol a gyflwynir mewn ysgolion a colegau a lleoliadau cymunedol	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trais ar sail rhywedd</li> <li>• IPV</li> <li>• Trais rhywiol</li> <li>• Camfanteisio'n rhywiol ar blant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plant a phobl ifainc</li> <li>• Oedolion</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ysgol</li> <li>• Coleg</li> <li>• Y Gymuned</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Every3Days</b></li> <li>• <b>Safe Dates</b></li> </ul>	Tystiolaeth <b>addawol</b> drwy astudiaethau cadarn o ddeilliannau cyfryngol cadarnhaol gan gynnwys creu ymwybyddiaeth o IPV, lleihau ystrydebu ar sail rhywedd a datblygu sgiliau ar gyfer datrys gwrthdaro heb drais.

Math o ymyriad	Disgrifiad	Math o VAWDASV	Cynulleidfa darged	Lleoliadau	Enghreifftiau o arfer da	Crynodeb o'r dystiolaeth
<b>Grymuso</b>	Ymyriadau a ddyluniwyd i hyrwyddo grymuso drwy hunanamddiffyn a hyfforddi ar gyfer menywod ifanc	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trais ar sail rhywedd</li> <li>• IPV</li> <li>• Trais rhywiol</li> <li>• Camfanteisio'n rhywiol ar blant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Merched a menywod ifanc</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ysgol</li> <li>• Y Gymuned</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>My Life My Choice</b></li> </ul>	Tystiolaeth <b>addawol</b> o nifer fach o astudiaethau sy'n dangos gostyngiad mewn erledigaeth IPV a gwelliannau mewn ffactorau cyfryngol gan gynnwys codi ymwybyddiaeth a sgiliau i nodi ymddygiad amhriodol a chadw ffrindiau'n ddiogel.
<b>Marchnata</b>	Ymgyrch farchnata normau cymdeithasol	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trais rhywiol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Myfyrwyr Prifysgol Gwrywaidd</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prifysgol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Social Norms Sexual Violence Prevention Marketing Campaign</b></li> </ul>	Canlyniadau <b>addawol</b> sy'n awgrymu llai o adroddiadau am ymddygiad rhywiol ymosodol ac amllder cynyddol o weithredu gan y rhai sy'n sefyll gerllaw
<b>Economi'r nos</b>	Ymyriadau gan y rhai sy'n sefyll gerllaw, ymgyrchoedd codi ymwybyddiaeth a deddfwriaeth alcohol	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trais ar sail rhywedd</li> <li>• Trais rhywiol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gweithwyr mewn lleoliadau nos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Economi'r nos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Good Night Out Campaign</b></li> </ul>	Awgryma deilliannau <b>addawol</b> fwy o barodrwydd a hyder o ran ymyriadau gan y rhai sy'n sefyll gerllaw.
<b>Addysg a sgrinio</b>	Addysg a hyfforddiant i weithwyr gofal iechyd proffesiynol	<ul style="list-style-type: none"> <li>• IPV</li> </ul>	Oedolion sydd mewn cysylltiad â gwasanaethau gofal iechyd	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gofal sylfaenol</li> <li>• Adran Damweiniau ac Achosion Brys</li> <li>• Ystod o leoliadau gofal iechyd</li> <li>• Ymwelwyr iechyd</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>IRIS</b></li> </ul>	Tystiolaeth <b>addawol</b> o newid ymddygiad proffesiynol drwy astudiaethau lluosog. Tystiolaeth fwy cyfyngedig o ddeilliannau ar lefel cleifion, a allai adlewyrchu diffyg astudiaethau hydredol.

Math o ymyriad	Disgrifiad	Math o VAWDASV	Cynulleidfa darged	Lleoliadau	Enghreifftiau o arfer da	Crynodeb o'r dystiolaeth
<b>Polisi Alcohol</b>	Prisiau alcohol, dwysedd mannau gwerthu, rheoli bariau, cynnwys marchnata alcohol rhywiaethol, a gwaharddiadau alcohol ar gampysau coleg ac mewn ystafelloedd cysgu lle gwaherddir sylweddau.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trais rhywiol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poblogaeth gyffredinol</li> <li>• Myfyrwyr</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poblogaeth gyffredinol</li> <li>• Campysau prifysgol</li> <li>• Lleoliadau nos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Isafswm Pris Alcohol yr Uned</b></li> </ul>	Tystiolaeth <b>addawol</b> bod cysylltiad cyson rhwng polisiau sy'n cynyddu prisiau (neu'n atal prisiau isel) a deilliannau iechyd perthnasol gan gynnwys atal trais rhywiol.
<b>Deddfwriaeth</b>	Deddfwriaeth a ddylunnir i fuddsoddi mewn atal VAWDASV a gwella cyllid ac ymateb	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VAWDASV</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poblogaeth gyffredinol</li> </ul>	Poblogaeth gyffredinol	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Deddf Trais yn erbyn Menywod (VAWA) a gyflwynwyd yn yr Unol Daleithiau ym 1994</b></li> </ul>	Tystiolaeth <b>addawol</b> o ddwy astudiaeth lle nododd canfyddiadau fod ardaloedd a dderbyniodd fwy o arian ar gyfer VAWDASV a gwell deddfwriaeth (yn UDA) wedi gweld gostyngiadau yn nifer yr ymosodiadau rhywiol a difrifolach o gymharu ag ardaloedd nad oeddent wedi'u derbyn.
<b>Y Gweithle</b>	Atal ac ymateb i VAWDASV yn y gweithle	<ul style="list-style-type: none"> <li>• IPV</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oedolion</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Y Gweithle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Recognise, Respond and Refer</b></li> <li>• <b>Men and Women as Allies</b></li> <li>• <b>Trais yn y Cartref a'r Gweithle</b></li> </ul>	Tystiolaeth <b>gyfyngedig</b> – canfu un astudiaeth y gallai fod manteision o ran mwy gwybodaeth a darpariaeth wybodaeth ac adnoddau gynyddol, ond mae tystiolaeth gref o ymyriadau effeithiol yn gyfyngedig ar hyn o bryd ac mae angen ymchwil pellach
<b>anffurfio/ torri organau rhywiol merched a menywod</b>	Cydnabod anffurfio/torri organau rhywiol merched a menywod fel trais ar sail rhywedd, darparu rolau ataliol clir ar gyfer gweithwyr proffesiynol rheng flaen, dulliau amddiffyn ac erlyn clir, a chyfranogiad cymunedau yr effeithir arnynt	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anffurfio/ torri organau rhywiol merched a menywod</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Goroewyr anffurfio/torri organau rhywiol merched a menywod</li> <li>• Darparwyr gofal iechyd</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Y Gymuned</li> <li>• Y System Cyfiawnder Troseddol</li> <li>• Gofal iechyd</li> </ul>		Tystiolaeth <b>gyfyngedig</b> o raglenni atal, mae gofyniad clir am ymchwil pellach.



**Uned Atal Trais**  
**Violence Prevention Unit**

**Uned Atal Trais Cymru**

Canolfan Gydweithio Sefydliad Iechyd y Byd  
(WHO) ar Fuddsoddi mewn Iechyd a Llesiant,  
Iechyd Cyhoeddus Cymru

Llawr 5

2 Capital Quarter

Stryd Tyndall

Caerdydd

CF10 4BZ

