

Comisiwn Profedigaeth Y Deyrnas Unedig

Arolwg Unigolion

Mae'r arolwg hwn wedi'i gynllunio i ddeall profiadau pobl a theuluoedd mewn profedigaeth yn well, a sut y gallwn wella'r cymorth sydd ar gael iddynt. Bydd eich ymatebion yn ein galluogi i sicrhau ein bod yn cynrychioli blaenoriaethau allweddol y rhai sydd wedi cael profedigaeth, a'r rhai sy'n gweithio neu'n cefnogi pobl mewn profedigaeth, yn gywir.

Mae'r arolwg hwn yn agored i bobl 18 oed neu hŷn sydd wedi cael profedigaeth yn ystod y 3 blynedd diwethaf. Mae'r arolwg yn gofyn cwestiynau ynglŷn â:

- eich profiad chi o brofedigaeth
- eich barn a'ch awgrymiadau ynglŷn â
 - materion ymarferol ar ôl marwolaeth
 - dod o hyd i gymorth profedigaeth
 - effaith y pandemig
 - cymorth gan eich cymuned
 - unrhyw beth arall yr hoffech ei ychwanegu
- rhywfaint o wybodaeth amdanoch chi (cwestiynau demograffig i'n helpu i ddeall pwy sydd wedi ymateb i'r arolwg)

Os ydych yn cefnogi rhywun arall i ateb yr arolwg hwn, llenwch yr atebion gyda'u hymatebion, gan gynnwys y cwestiynau demograffig ar y diwedd.

Nid oes rhaid i chi ateb pob cwestiwn. Weithiau bydd eich ateb i gwestiwn yn eich annog i symud ymhellach drwy'r arolwg. Drwy gymryd rhan yn yr arolwg hwn rydych yn cydsynio y gellir dyfynnu eich ymatebion yn ddienw mewn adroddiadau cyhoeddus.

Bydd yr holl wybodaeth a gesglir yn ystod y prosiect yn cael ei chyfuno, ac ni fydd unrhyw unigolyn yn cael ei nodi mewn unrhyw adroddiad na chyhoeddiad. Dim ond ar gyfer dadansoddi y bydd y wybodaeth a'r safbwyntiau a rannwch gyda ni yn cael eu defnyddio, a bydd data nad yw'n adnabyddadwy yn cael ei ddefnyddio mewn argymhellion, adroddiadau, cyflwyniadau cynhadledd a phapurau ymchwil. Efallai y byddwn yn rhannu data dienw gydag ymchwilwyr eraill yn y dyfodol, ond ni fyddwch yn cael eich adnabod yn y setiau data hyn. Darganfyddwch ragor o [Gwestiynau Cyffredin](#).

Mae'r arolwg hwn ar gyfer pobl sydd wedi profi profedigaeth yn ystod y tair blynedd diwethaf.

Ni all yr arolwg arbed ei hun yn awtomatig felly paratowch eich atebion mewn dogfen arall os ydych am gadw eich atebion. Dylai'r arolwg hwn gymryd tua 25 munud i'w gwblhau.

Bydd yr alwad am dystiolaeth ac arolwg yn cau ar **Ddydd Gwener 31^{ain} Rhagfyr 2021**.

Diolch yn fawr am eich amser.

Cychwyn

Caniatâd ar gyfer storio data a gyflwynir *

Ydw, rwy'n rhoi caniatâd i storio a phrosesu fy data

Parchu eich hanes a'ch data *

Deallaf y bydd fy nata a gesglir yn yr astudiaeth hon yn cael ei storio'n ddiennw ac yn ddiogel. Ni fydd yn bosibl fy adnabod mewn unrhyw gyhoeddiadau. Deallaf y bydd data diennw a ddarparaf yn cael ei ddefnyddio mewn adroddiadau, cyhoeddiadau ymchwil a chyflwyniadau. Cytunaf y gall eraill ddefnyddio fy data ymchwil ar gyfer ymchwil yn y dyfodol yn ddiennw. Deallaf na fydd unrhyw un yn gallu fy adnabod pan gaiff y data hwn ei rannu.

Ydw, rwy'n cytuno

Deallwn eich bod wedi cael profedigaeth o fewn y tair blynedd diwethaf. Dywedwch fwy wrthym am y profiad hwn.

E1. Pwy oedd yn marw? Os ydych wedi colli mwy nag un person yn ystod y tair blynedd diwethaf, dewiswch bob ateb sy'n berthnasol:

Gallai hyn gynnwys llys-berthnasau neu berthnasau fabwysiedig

- Fy ngŵr neu bartner gwrywaidd
- Fy ngwraig neu bartner benywaidd
- Fy mam
- Fy nhad
- Fy mrawd

- Fy chwaer
- Fy mab
- Fy merch
- Fy nain a / neu taid
- Fy modryb a / neu ewythr
- Fy wyr/es
- Ffrind
- Cydweithiwr
- Arall, nodwch y berthynas os gwelwch yn dda

E1a. Os ydych wedi colli mwy nag un person yn ystod y 3 blynedd diwethaf, dewiswch un o'r bobl hyn i ysgrifennu amdano wrth ateb y setiau nesaf hyn o gwestiynau. Nodwch isod pwy rydych chi wedi dewis ysgrifennu amdanynt:

- Fy ngŵr neu bartner gwrywaidd
- Fy ngwraig neu bartner benywaidd
- Fy mam
- Fy nhad
- Fy mrawd
- Fy chwaer
- Fy mab
- Fy merch
- Fy nain a / neu taid
- Fy modryb a/ neu ewythr
- Fy wyr/es
- Ffrind
- Cydweithiwr
- Arall, nodwch y berthynas os gwelwch yn dda

E2. Pa mor hen oedden nhw?

- dan 18
- 19-24
- 25-29
- 30-34

- 35-39
- 40-44
- 45-49
- 50-54
- 55-59
- 60-64
- 65-69
- 70-74
- 75-79
- 80-84
- 85-90
- 90+

E2a. Oedden nhw'n

- gwrywaidd
- menywaidd
- anneuaidd

E2b. Ble buon nhw farw?

- Mewn ysbyty
- Mewn hosbis
- Yn eu cartref
- Mewn cartref gofal
- Dydw i ddim yn gwybod
- Bu farw'r person yr oeddwn yn ei adnabod yn rhywle arall (er enghraifft, mewn damwain)

E2c. Os gwelwch yn dda, nodwch ble buon nhw farw

E2d. A wyddoch chi beth oedd achos y farwolaeth?

- Covid 19 wedi'i gadarnhau neu wedi'i amau
- Cancr

- Cyflwr arall terfynol/sy'n cyfyngu ar fywyd
- Arall - nodwch os gwelwch yn dda

Cymorth profedigaeth ymarferol

1. A gawsoch unrhyw anawsterau gyda'r tasgau ymarferol a gweinyddol canlynol yn dilyn y farwolaeth?

- cofrestru'r farwolaeth
- trefnu'r angladd
- rhoi trefn ar faterion ariannol e.e. cyfrifon banc, taliadau, yswiriant
- Arall, nodwch os gwelwch yn dda
- naddo

2. Beth oedd yr agwedd fwyaf heriol o'r tasgau hyn (os unrhyw beth)?

3. Beth wnaeth eich helpu chi (neu a fyddai wedi eich helpu chi) reoli'r tasgau ymarferol hyn?

4. A oedd gan y sawl a fu farw ewyllys?

- Oedd
- Nac oedd
- Ddim yn gwybod
- Ddim yn berthnasol e.e. roedd y person yn blentyn

5. A gawsoch unrhyw anawsterau ariannol oherwydd eich profedigaeth(au)?

Os hynny, nodwch fanylion os gwelwch yn dda

6. Pa mor dda oedd y gefnogaeth gan eich cyflogwr yn dilyn eich profedigaeth?

- Cefnogaeth dda iawn
- Cefnogaeth eithaf da
- Ychydig o gefnogaeth

- Dim cefnogaeth o gwbl
- Nid yw'r cwestiwn yma'n berthnasol i mi

6a. Pa mor dda oedd y gefnogaeth gan eich lleoliad addysg (e.e. ysgol, coleg, prifysgol) yn dilyn eich profedigaeth?

- Cefnogaeth dda iawn
- Cefnogaeth eithaf da
- Ychydig o gefnogaeth
- Dim cefnogaeth o gwbl
- Nid yw'r cwestiwn yma'n berthnasol i mi

7. Beth oedd yn dda am y cymorth a gawsoch gan eich cyflogwr a/neu eich ysgol, prifysgol neu ddarparwr hyfforddiant?

8. Beth nad oedd yn dda neu y gellid ei wella am y cymorth a gawsoch gan eich cyflogwr a/neu eich ysgol, prifysgol neu ddarparwr hyfforddiant?

Cael mynediad i gymorth profedigaeth

9. Wedi marwolaeth eich anwylyd, pwy a roddodd gymorth i chi a'ch helpodd i ymdopi (os unrhyw un)? [Ticiwch unrhyw un sy'n berthnasol]

- aelod o'r teulu
- ffrind/cymydog
- cymuned ffydd
- cydweithiwr
- cyflogwraig / athro
- gweithiwr gofal iechyd proffesiynol hosbis / ysbyty
- meddyg teulu neu weithiwr gofal iechyd cymunedol proffesiynol
- trefnydd angladdau
- elusen ar gyfer profedigaeth
- cynghorwr

- neb
- arall

10. Ydych chi'n teimlo eich bod angen, neu wedi angen, cymorth gan wasanaethau a gynigir gan y sector profedigaeth (megis llinell gymorth, grŵp cymorth neu gwmselydd) er mwyn ymdopi â'ch galar yn dilyn marwolaeth(au) eich anwylyd/iaid?

- Do a derbyniais/rwy'n derbyn cymorth
- Ydw, ond nid wyf wedi cael unrhyw gymorth gan wasanaethau
- Na, doedd dim angen y math yma o gefnogaeth arnaf
- Nid wyf yn siŵr a oedd / oes angen cymorth arnaf, ond yr wyf wedi'i dderbyn
- Nid wyf yn siŵr a oedd / oes angen cymorth arnaf, ond nid wyf wedi'i dderbyn

11. Pa fath o gymorth oeddech chi/ydych chi'n ei gael?

- meddyg teulu neu aelod arall o staff y feddygfa
- Cefnogaeth teleffon (e.e. llinell gymorth profedigaeth)
- Cymorth cymunedol ar-lein drwy sylwadau ysgrifenedig (e.e. grŵp Facebook, fforwm sgwrsio ar-lein)
- Grŵp cymorth anffurfiol (e.e. grŵp cymdeithasol ar gyfer pobl mewn profedigaeth)
- Grŵp cymorth profedigaeth (e.e. trafodaethau grŵp am brofedigaeth dan arweiniad hwylusydd; neu gwmsela grŵp)
- Cymorth un-i-un (e.e. cwmsela unigol)
- Cymorth iechyd meddwl arbenigol
- Arall

12. A ddarparwyd y cymorth hwn i chi ar yr adeg iawn?
Os hynny, a gallwch chi esbonio pam?

12a. A ddarparwyd y cymorth hwn i chi ar yr adeg iawn?
Os na, a gallwch chi esbonio pam?

13. A oedd y cymorth a gawsoch wedi diwallu eich anghenion?
Os na, gallwch chi esbonio pam?

13a. A wnaeth y cymorth a gawsoch ddiwallu eich anghenion?
Os hynny, a gallwch chi esbonio pam? Yn rhannol, allwch chi esbonio pam?

14. Beth wnaeth eich atal rhag derbyn cymorth? (ticiwch bob un sy'n berthnasol)

- Doeddwn i ddim yn gwybod pa gymorth oedd ar gael na sut i'w dderbyn
- Nid oedd y cymorth yr oedd ei angen arnaf ar gael
- Nid oedd ar gael ar yr adeg yr oedd ei hangen arnaf
- Doeddwn i ddim yn teimlo'n gyfforddus yn gofyn am help
- Doeddwn i ddim yn credu y byddai'r gefnogaeth yn fy helpu
- Arall
- Esboniwch eich ymateb os yn bosibl

15. Gwyddom nad yw rhai pobl yn cael mynediad at wasanaethau o'r sector profedigaeth er y gallent elwa ohono, gan gynnwys pobl o gefndiroedd Du a lleiafrifoedd ethnig, o gymuned LHDTC+, pobl hŷn, pobl iau, neu o ardaloedd mwy difreintiedig.

Yn eich barn chi, sut y gallem sicrhau bod pawb a fuasai'n elwa o gymorth yn gallu cael gafael arno?

16. A ydych wedi cael profedigaeth o ffrind neu aelod o'r teulu yn ystod pandemig COVID-19 (o achos marwolaeth o unrhyw fath)?

- Do
- Naddo

17. Mae'r pandemig wedi amharu ar ein defodau arferol ynghylch marwolaeth, marw a phrofedigaeth. Pa un o'r canlynol ydych chi wedi ei chael hi'n anodd o ran eich galar a'ch gallu i ymdopi? Ticiwch unrhyw un sy'n berthnasol.

- Diffyg cyswllt gyda'r person fu farw cyn ei farwolaeth

- Methu bod yn bresennol pan fuon nhw farw
- Methu ffarwelio yn y modd yr oeddwn i eisiau
- Arwahanwydd cymdeithasol ac unigrwydd wedi'r farwolaeth
- Cyfyngiadau angladdau
- Diffyg cefnogaeth gan ffrindiau a theulu
- Diffyg cefnogaeth gan weithwyr proffesiynol
- Sylw yn y cyfryngau i farwolaethau yn ystod y pandemig
- Y cyfryngau cymdeithasol
- Ofnau ynghylch Covid-19
- Arall – mae croeso i chi ddweud mwy wrthym am eich profiadau
- Teimlaf nad yw hyn yn berthnasol i mi

18. A oedd unrhyw beth a ganfuwyd gennych yn ddefnyddiol i chi a/neu i'ch teulu ar hyn o bryd?

19. A oedd unrhyw beth y dylai wedi'i wneud yn wahanol neu ei reoli'n well er mwyn gwella unrhyw un o'r profiadau hyn?

21. Dywedwch wrthym am y gefnogaeth a gawsoch gan deulu, ffrindiau a'ch cymuned, gan gynnwys sut rydych chi'n meddwl y gellid bod wedi gwella'r cymorth hwn?

22. Beth y gellid ei wneud i wella'r cymorth sydd ar gael gan ein teulu, ffrindiau a'n cymuned leol pan fyddwn mewn profedigaeth? Er enghraifft, drwy fentrau mewn ysgolion, gweithleoedd, sefydliadau cymunedol eraill.

Unrhyw beth arall?

23. A oes gennych unrhyw beth arall yr hoffech ei ddweud wrth Gomisiwn Profedigaeth Y Deyrnas Unedig ynghylch sut y gellid cefnogi pobl mewn profedigaeth yn well yn y dyfodol?

Cwestiynau amdanoch chi

Mae'r cwestiynau hyn i'n helpu i ddeall pwy atebodd ein holiadur (er enghraifft grwpiau oedran gwahanol). Ni fyddwch yn cael eich adnabod gan y byddwn yn cyfuno'r atebion gan yr holl ymatebwyr.

D1. Pa mor hen ydych chi?

- 18-30
- 31-40
- 41-50
- 51-60
- 61-70
- 71-80
- 81-90
- 90+

D2. Beth yw'r lefel uchaf o addysg ffurfiol yr ydych wedi'i chwblhau? (Dewiswch un yn unig)

<i>Dim cymwysterau</i>
<i>TGAU/ Lefel O / CSEs</i>
<i>Lefel A/ GNVQs/BTEC</i>
<i>Prentisiaeth masnachol</i>
<i>ONC/OND/City & Guilds</i>
<i>Tystysgrif Genedlaethol Uwch / Diploma Cenedlaethol Uwch</i>
<i>Gradd Gyntaf y Brifysgol (e.e. BA, BSc)</i>
<i>Gradd Ôl-raddedig (e.e. MA, MSc, PhD)</i>
<i>Cymhwyster Ôl-raddedig (e.g. tystysgrif neu ddiploma)</i>
<i>Arall</i>
<i>Nodwch.....</i>

D4. Pa un o'r datganiadau hyn sy'n disgrifio orau'r hyn yr ydych yn ei wneud ar hyn o bryd?

Os yw mwy nag un o'r rhain yn berthnasol i chi, ticiwch y prif UN

- Gwaith cyflogedig llawn amser (30 awr neu fwy yr wythnos)
- Gwaith cyflogedig rhan-amser (O dan 30 awr yr wythnos)
- Addysg amser llawn yn yr ysgol, y coleg neu'r brifysgol
- Di - waith
- Methu gweithio'n barhaol oherwydd salwch neu anabledd
- Wedi ymddeol yn llawn o'r gwaith
- Gofalu am y cartref
- Gofalu am aelod o'r teulu neu rywun annwyl
- Gwneud rhywbeth arall. Nodwch os gwelwch yn dda.

D5. Pa ran o'r Deyrnas Unedig ydych chi'n byw ynddi?

- Ynysoedd y Sianel
- Dwyrain Canolbarth Lloegr
- Llundain Fwyaf
- Ynys Manaw
- Gogledd Ddwyrain Lloegr
- Gogledd Orllewin Lloegr
- Gogledd Iwerddon
- Yr Alban
- De Ddwyrain Lloegr
- De Orllewin Lloegr
- Cymru
- Gorllewin Canolbarth Lloegr
- Swydd Efrog a Humber
- Yn byw dramor ar hyn o bryd

D6. Ai Saesneg yw eich priod iaith?

- Ie
- Nage

Priod iaith:

D7. Ethnigrwydd: Rhowch groes yn y blychau sy'n disgrifio eich grŵp ethnig orau.

- Gwyn

- Prydeinig - Saesneg
- Prydeinig - Albanaidd
- Prydeinig - Cymreig
- Gwyddel/Gwyddeles o Ogledd Iwerddon
- Gwyddelig
- Sipsi neu Deithiwr Gwyddelig
- unrhyw gefndir gwyn arall
- Cymysg
- Gwyn a Du Caribiaidd
- Gwyn a Du Affricanaidd
- Gwyn ac Asiaidd
- unrhyw gefndir ethnig / cymysg arall
- Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig
- Indiaidd
- Pacistanaidd
- Bangladeshaid
- Tsieineaidd
- unrhyw gefndir Asiaidd arall
- Du/Affricanaidd/Caribiaidd/ Du Prydeinig
- Affricanaidd
- Caribiaidd
- unrhyw gefndir Du/Affricanaidd/Caribiaidd arall
- Arabaidd
- grŵp ethnig arall

D8. Dewiswch yr opsiwn canlynol sy'n cynrychioli eich credoau crefyddol neu ysbrydol orau

- Agnostig
- Bwdhaeth
- Cristnogaeth (pob enwad)
- Hindŵaeth
- Islam

- Iddewiaeth
- Sikhiaeth
- Ysbrydol ond nid crefyddol
- Arall, nodwch
- Dim credoau crefyddol nac ysbrydol
- Nid ydw i am ddweud

D9. Os gwelwch yn dda nodwch eich rhywedd

Mae ymchwil flaenorol wedi dangos bod rhai pobl LHDTTC+ wedi wynebu heriau wrth geisio cael mynediad at gymorth profedigaeth. Dyna pam yr ydym yn gofyn i gyfranogwyr rannu eu rhywedd a'u cyfeiriadedd rhywiol, os ydych yn fodlon gwneud hynny.

- Menyw
- Menyw drawsryweddol
- Dyn
- Dyn trawsryweddol
- Anneuaidd /rhyweddhyllifol
- Buasai well gen i beidio â dweud
- Rhywbeth arall

D9a. A yw eich hunaniaeth o ran rhywedd yr un fath â'r rhyw a neilltuwyd i chi ar enedigaeth?

- Ydy
- Nac ydy
- Buasai well gen i beidio â dweud

D10. Disgrifiwch eich cyfeiriadedd rhywiol os gwelwch yn dda:

- Deurywiol
- Hoyw/ Lesbiaidd
- Heterorywiol/syth
- Arall, nodwch os gwelwch yn dda
- Buasai well gen i beidio â dweud

Diolch. Cyflwynwch eich atebion nawr os gwelwch yn dda.

Gwyddom y gallai meddwl am brofedigaeth peri i chi angen trafod gyda rhywun.
Mae cymorth ar gael i chi gan ystod eang o sefydliadau.