SEFYDLIAD DYSGU A GWAITH
LEARNING AND WORK INSTITUTE

Cynllun Gwaith, Iechyd a Sgiliau ar gyfer Cymru

Sicrhau marchnad lafur fwy cynhwysol ar gyfer pobl anabl a phobl gyda chyflyrau iechyd hirdymor.

Catherine Marren, Elizabeth Gerard, Joshua Miles, Jack Bradstreet, Calvin Lees, Danny Price

Tachwedd 2025

INVESTORS IN PEOPLE Gold

Learning and Work Institute
Patron: HRH The Princess Royal | Chief Executive: Stephen Evans
Director for Wales: Michelle Matheron
A company limited by guarantee, registered in England and Wales
Registration No. 2603322 Registered Charity No. 1002775
Sefydliad Dysgu a Gwaith
Noddwr: Ei Huchelder Y Dywysoges Frenhinol | Prif weithredwr: Stephen Evans
Cyfarwyddwr Cymru: Michelle Matheron
Cwmni cyfyngedig trwy warrant a gofrestrwyd yn Lloegr a Chymru
Rhif cofrestu 2063322 Rhif cofrestru elusen 1002775

INVESTORS IN PEOPLE
We invest in people Gold

We are a Living Wage Employer

Cynnwys

Cyflwyniad 2
Y bwlch cyflogaeth ar sail anabledd yng Nghymru 3
Anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd, cyflyrau iechyd a nodweddion eraill 9
Profiad o anweithgarwch economaidd 10
Beth nesaf? 13

Cyflwyniad

Mae cymorth cyflogaeth yng Nghymru yn newid, gyda Llywodraeth y DU wedi ymrwymo i ddatganoli pob rhaglen cyflogaeth heblaw'r Ganolfan Byd Gwaith. Mae dadansoddiad y Sefydliad Dysgu a Gwaith yn dangos y gellid darparu amcangyfrif o £47 miliwn y flwyddyn drwy ddatganoli i gyflenwi cymorth cyflogaeth yng Nghymru.

Daw'r newid hwn ar adeg pan mae 15.8 y cant o'r boblogaeth oedran gweithio yng Nghymru yn economaidd anweithgar, cyfradd sy'n uwch na'r un yn Lloegr (14.2 y cant).[1][2] Anabledd ac iechyd gwael yw prif achos hyn yng Nghymru, ar 6.9 y cant. Yn Lloegr, mae cyfran is (4.6% o'r boblogaeth oedran gweithio yn economaidd anweithgar am y rheswm hwn, gyda gofalu am gartref a theulu y prif sbardun (5.9 y cant).[3]

Mae Cymru hefyd yn wynebu mathau eraill o anghydraddoldeb yn y farchnad lafur. Mae menywod yn sylweddol fwy tebygol o fod yn economaidd anweithgar na dynion (ar gyfradd o 18.8 y cant o gymharu gyda 12.7 y cant).[4] Yn gyffredinol, mae anweithgarwch economaidd hefyd yn fwy tebygol o effeithio ar y rhai o grwpiau lleiafrif ethnig (18.0 y cant) o gymharu gyda'r rhai o gefndiroedd Gwyn (15.7 y cant), er fod anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd neu gyflwr iechyd hirdymor yn benodol yn fwyaf cyffredin ymysg rhai o gefndir Gwyn (7.1 y cant) a Chymysg (6.9 y cant).[5]

Mae'r symud at ddatganoli yn rhoi cyfle i strategaeth cyflogaeth y Llywodraeth Cymru nesaf i gyfarch heriau penodol ar lefel ranbarthol a lleol. I lywio ymagwedd newydd at gymorth cyflogaeth yng Nghymru, bu Dysgu a Gwaith yn cynnal ymchwil, a gyllidwyd

[1] Ym mhob rhan o'r papur hwn mae data ar anweithgarwgh econmaidd (o Gyfrifiad 2021) yn cyfeirio at oedolion (16-64 oed) a gaiff eu rhestru fel bod yn economaidd anweithgar oherwydd anabledd neu gyflwr iechyd hirdymor, yn gofalu am gartef neu deulu neu am resymau 'Arall'. Nid yw'n cynnwys myfyrwyr neu bobl syn dweud eu bod wedi ymddeol.
[2] Cyfrifiad 2021
[3] Cyfrifiad 2021
[4] Cyfrifiad 2021
[5] Cyfrifiad 2021

gan Serco, gyda ffocws ar hybu cyflogaeth a chau bylchau sy'n wynebu menywod, pobl o grwpiau lleiafrif ethnig, pobl anabl a phobl gyda chyflyrau iechyd hirdymor.

Mae'r papur gwybodaeth hwn yn ymchwilio'r bwlch cyflogaeth yng Nghymru ar gyfer pobl anabl a phobl gyda chyflyrau iechyd hirdymor. Mae'n defnyddio dadansoddiad o'r bwlch cyflogaeth ar gyfer y pedwar rhanbarth economaidd yng Nghymru yn defnyddio data o'r Arolwg Blynyddol o'r Boblogaeth a data Cyfrifiad 2021.

Mae hefyd yn cyflwyno canfyddiadau gwaith maes ansoddol a gynhaliwyd ym Mehefin a Gorffennaf 2025. Roedd hyn yn cynnwys dau grŵp ffocws gyda phobl â phrofiad bywyd o anabledd neu gyflyrau iechyd hirdymor. Cynhaliwyd y grŵp cyntaf ar-lein gyda saith o bobl yn byw yn Wrecsam a'r cylch. Roedd pawb a gymerodd ran yn y grŵp hwn mewn cyflogaeth ond roedd ganddynt brofiad blaenorol o anweithgarwch economaidd. Cynhaliwyd yr ail grŵp ffocws wyneb yn wyneb gyda phobl yn byw yng Nghastell Nedd a'r cylch. Roedd tri chyfranogwr yn bresennol, i gyd yn economaidd anweithgar. Wedyn cafodd cyfranogwyr o'r ddau grŵp eu gwahodd i sesiwn adborth ar-lein i helpu llunio argymhellion. Ymunodd dau gyfranogwr yn y drafodaeth hon.

Er fod y canfyddiadau ansoddol yn rhoi cipolwg werthfawr, mae'r nifer fach o gyfranogwyr yn golygu efallai nad ydynt yn gynrychioladol o'r boblogaeth ehangach. Mae hefyd yn bwysig nodi y dywedodd pob un o'r cyfranogwyr eu bod o gefndir Gwyn, a bod mwy na hanner yn fenywod. Roedd gan rai o'r cyfranogwyr gyflyrau iechyd corfforol, ond roedd gan y rhan fwyaf gyflyrau iechyd meddwl. Roedd cyfranogwyr yn gymysgedd o wahanol oedrannau yn amrywio o 23-58.

Cynhaliwyd gweithdy rhanddeiliaid ym Mehefin 2025 gyda 13 yn bresennol o sefydliadau preifat, cyhoeddus a thrydydd sector yn ymwneud â sgiliau a chymorth cyflogaeth yng Nghymru. Roedd ffocws y gweithdy hwn ar brofiadau rhanddeiliaid o gefnogi pobl anabl a phobl gyda chyflyrau iechyd hirdymor i gyflogaeth.

Gwahoddwyd rhanddeiliaid a fynychodd y gweithdy hwn a rhanddeiliaid a fynychodd ddau weithdy arall (gyda ffocws ar fenywod a phobl o gefndiroedd lleiafrif ethnig) i ymuno â sesiwn adborth ar-lein ym mis Gorffennaf 2025. Ymunodd wyth o randdeiliaid â'r sesiwn adborth hon i drafod argymhellion polisi posibl.

Y bwlch cyflogaeth ar sail anabledd yng Nghymru

Mae'r adran gyntaf hon yn cymharu'r gwahaniaeth yn y gyfradd cyflogaeth ar gyfer pobl anabl a rhai gyda chyflyrau iechyd hirdymor, gyda phobl heb fod yn anabl. Mae'n defnyddio data o'r Arolwg Blynyddol o'r Boblogaeth ar gyfer Ebrill 2024 i Mawrth 2025.

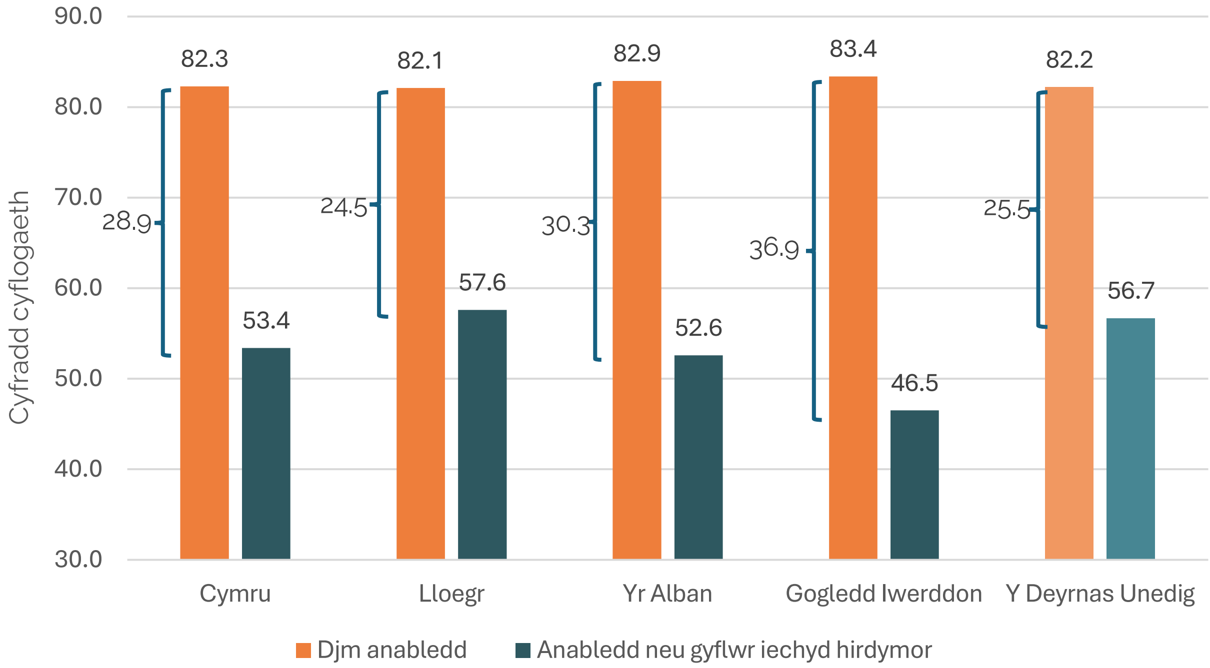
Sut mae Cymru'n cymharu gyda gweddill y DU

Roedd y gyfradd cyflogaeth ar gyfer pobl anabl a'r rhai gyda chyflyrau iechyd hirdymor yng Nghymru yn 53.4 y cant, o gymharu gyda chyfradd o 82.3 y cant gyfer pobl heb

fod yn anabl. **Mae hyn yn rhoi bwlch cyflogaeth ar sail anabledd o 28.9 pwynt canran i Gymru.**

Mae Ffigur 1 yn dangos sut mae'r bwlch cyfradd cyflogaeth yng Nghymru yn cymharu gyda chenhedloedd eraill y Deyrnas Unedig. Er fod gan Gymru fwlch cyfradd cyflogaeth mwy na Lloegr (24.5 pwynt canran) a'r Deyrnas Unedig gyfan (25.5 pwynt canran), mae ganddi fwlch llai na Gogledd Iwerddon (36.9 pwynt canran) a'r Alban (30.3 pwynt canran).

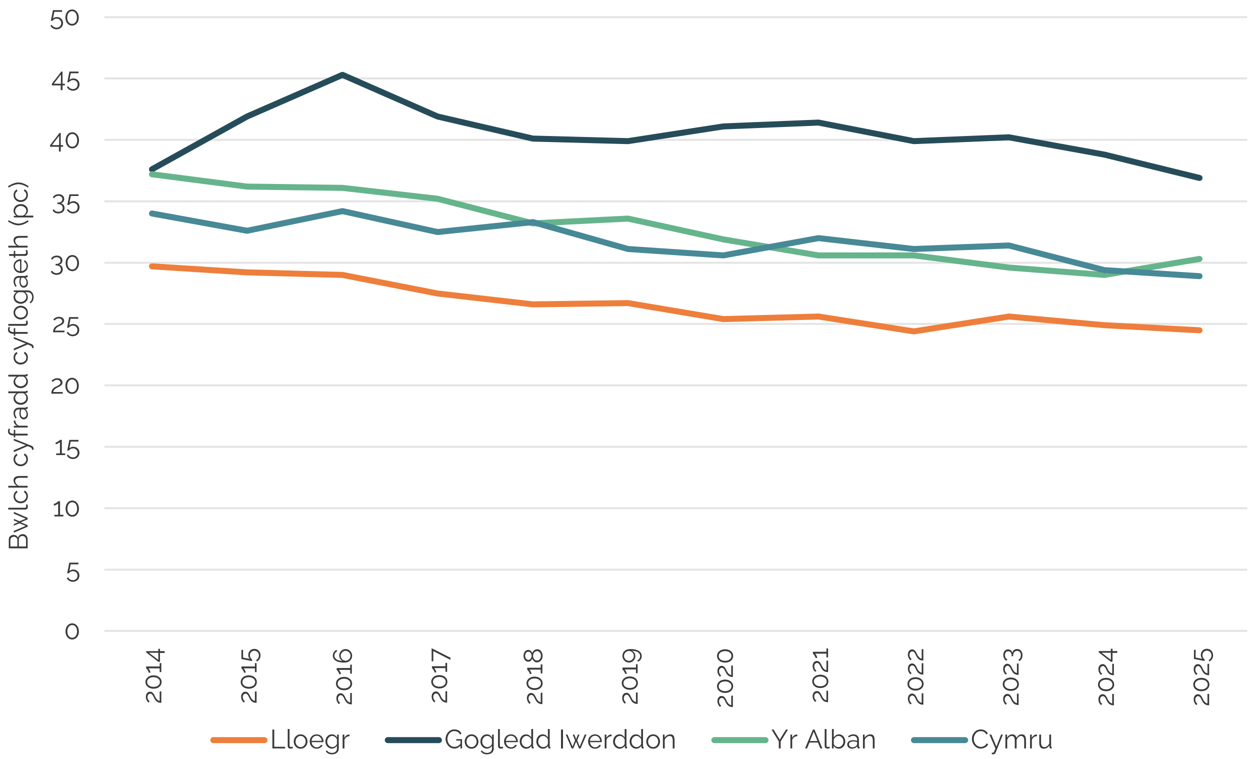
Ffigur 1: Bwlch cyfradd cyflogaeth rhwng pobl anabl a'r rhai gyda chyflyrau iechyd hirdymor a phobl heb fod yn anabl ym mhob cenedl yn y DU (16-24 oed)



Ffynhonnell: Arolwg Blynyddol o'r Boblogaeth Ebrill 2024 i Mawrth 2025

Dengys data cyfres amser fod y bwlch cyflogaeth yng Nghymru rhwng oedolion anabl ac oedolion gyda chyflyrau iechyd hirdymor ac oedolion heb fod yn anabl wedi gostwng yn raddol. Gwelir yn Ffigur 2 i'r bwlch cyflogaeth ar sail anabledd ostwng o 34.0 i 28.9 pwynt canran yn y 10 mlynedd rhwng Ebrill 2013 – Mawrth 2014 ac Ebrill 2024 – Mawrth 2025. Mae cyfradd y gostyngiad yng Nghymru yn debyg i'r hyn a gafwyd yn Lloegr a'r Alban yn y cyfnod hwnnw. Mae'n bwysig nodi fod cyfradd cau'r bwlch cyflogaeth ar sail anabledd yn sylweddol is nag ar gyfer rhywedd ac ethnigrwydd.

Ffigur 2: Bwlch cyfradd cyflogaeth rhwng oedolion 16-64 oed gydag anableddau neu gyflyrau iechyd hirdymor a heb unrhyw anabledd ym mhob cenedl yn y DU (gwahaniaeth pwynt canran) o Ebrill 2013 - Mawrth 2014 i Ebrill 2024 – Mawrth 2025



Ffynhonnell: Arolwg Blynyddol o'r Boblogaeth Ebrill 2024 i Mawrth 2025

Amrywiad ar draws rhanbarthau

Mae cymharu cyfraddau cyflogaeth pobl anabl a'r rhai gyda chyflyrau iechyd hirdymor a phobl heb fod yn anabl ar lefel ranbarthol yn datgelu amrywiad sylweddol. Mae Ffigur 3 yn dangos y bwlch cyflogaeth ar gyfer pob un o'r pedwar rhanbarth yng Nghymru.[6]

Canolbarth Cymru oedd â'r bwlch cyflogaeth mwyaf (31 pwynt canran) gyda De Ddwyrain Cymru yn dilyn (30 pwynt canran). Roedd y bwlch yn llai yn Ne Orllewin Cymru (28 pwynt canran) a'r bwlch lleiaf yng Ngogledd Cymru (25 pwynt canran).

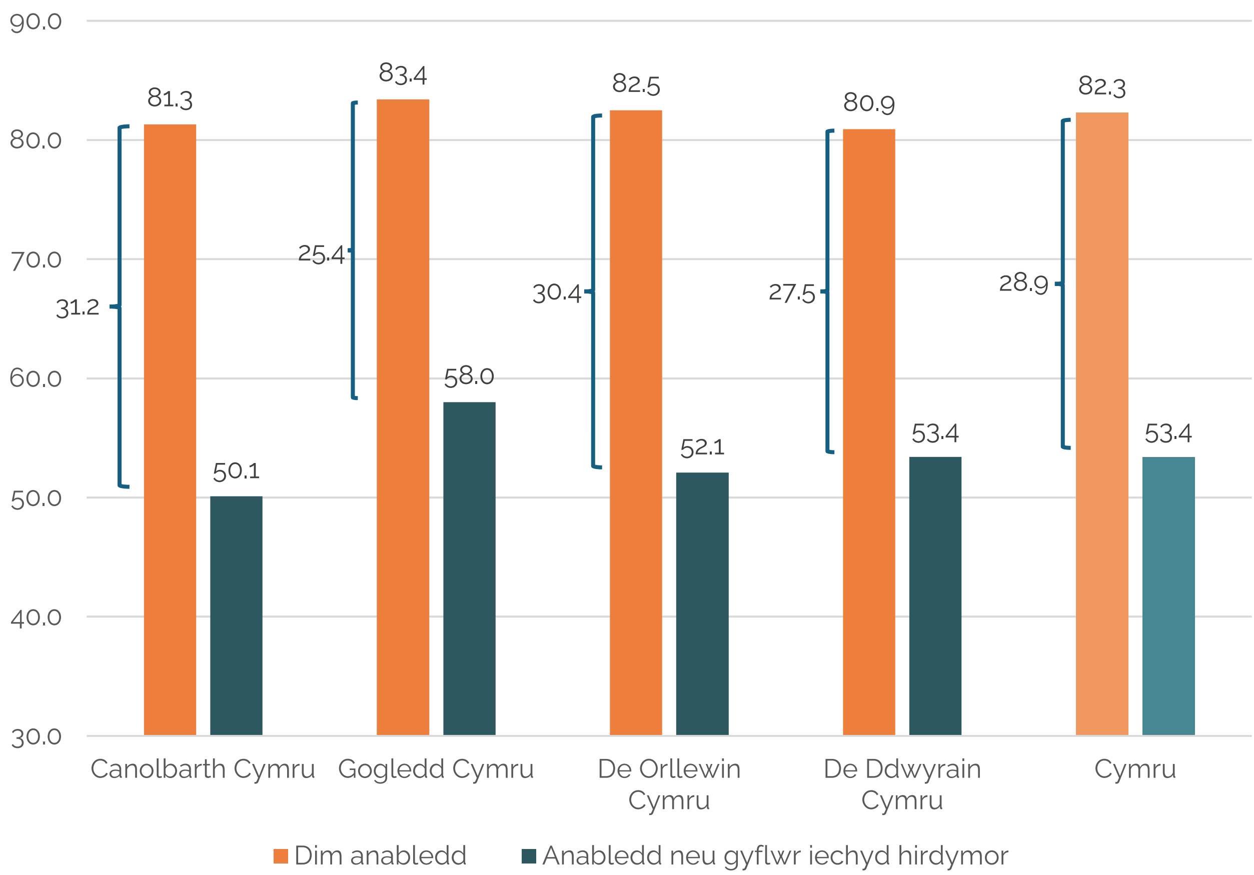
Mae tystiolaeth ehangach yn awgrymu mai cyfleoedd cyflogaeth cyfyngedig sydd ar gael yng Nghanolbarth Cymru oherwydd ei economi wledig, poblogaeth sy'n heneiddio a heriau seilwaith, tra bod De Ddwyrain a De Orllewin Cymru yn wynebu problemau gwaddol o ddad-ddiwydiannu yn y Cymoedd.[7] Yn gwrthgyferbynnu â

[6] Mae pedwar rhanbarth yng Nghymru. Mae De Ddwyrain Cymru yn cynnwys awdurdodau lleol Blaenau Gwent, Bro Morgannwg, Caerdydd, Caerffili, Casnewydd, Merthyr Tudful, Pen-y-bont ar Ogwr, Rhondda Cynon Taf, Sir Fynwy a Thorfaen. Mae De Orllewin Cymru yn cynnwys Abertawe, Castell-nedd Port Talbot, Sir Benfro a Sir Gaerfyrddin, Mae Gogledd Cymru yn cynnwys Conwy, Gwynedd, Sir Ddinbych, Sir y Fflint, Wrecsam ac Ynys Môn. Yn olaf, mae Canolbarth Cymru yn cynnwys Ceredigion a Phowys.

[7] Llywodraeth Cymru (2021) Fframweithiau Economaidd Rhanbarthol

hynny, mae Gogledd Cymru yn manteisio o ymgysylltu cryfach gyda chyflogwyr a mwy o ddarpariaeth sgiliau, gan gyfrannu at lai o fwlch.

Ffigur 3: Y bwlch cyflogaeth rhwng pobl anabl a phobl gyda chyflyrau iechyd hirdymor a phobl heb fod yn anabl ym mhedwar rhanbarth Cymru (16-64 oed)



Ffynhonnell: Arolwg Blynyddol o'r Boblogaeth Ebrill 2025 i Mawrth 2025

Anweithgarwch economaidd ar lefel awdurdod lleol

Anabledd ac iechyd gwael yw prif achos anweithgarwch economaidd yng Nghymru, gyda 6.9 y cant o'r boblogaeth oedran gweithio yn economaidd anweithgar am y rheswm hwn. Mae cyfran lai (5.4 y cant) yn economaidd anweithgar oherwydd eu bod yn gofalu am gartref neu deulu.

Yn Lloegr o gymharu, mae cyfran lai o'r boblogaeth yn economaidd anweithgar oherwydd anabledd neu gyflwr iechyd hirdymor (4.6 y cant). Yn lle hynny, mae anweithgarwch economaidd yn fwy tebygol o ddeillio o ofalu am y cartref neu deulu (5.9 y cant).

Mae Tabl 1 yn defnyddio data o Gyfrifiad 2021 i ddangos cyfraddau o anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd neu gyflwr iechyd hirdymor ym mhob un o'r 22 ardal awdurdod lleol yng Nghymru.

Mae Blaenau Gwent yn sefyll allan fel bod â'r gyfradd uchaf o anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd neu gyflyrau iechyd hirdymor gyda chyfradd o 10.5 y cant o'r boblogaeth oedran gweithio. Gwelwyd y cyfraddau ail uchaf ym Merthyr Tudful a Chastell-nedd Port Talbot, y ddau gyda 9.6 y cant. Roedd gan Gaerffili gyfradd o 8.7 y cant, a ddilynwyd gan Rhondda Cynon Taf gyda chyfradd o 8.6 y cant.

Ar ben arall y raddfa, Gwynedd oedd â'r gyfradd isaf o anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd neu gyflwr iechyd hirdymor gyda chyfradd o 4.8 y cant. Roedd Sir Fynwy (4.9 y cant), Sir y Fflint (5.1 y cant), Caerdydd (5.3 y cant) a Phowys (5.3 y cant) hefyd ar y pen is hwn.

Dengys y data fod awdurdodau lleol yn Ne Ddwyrain a De Orllewin Cymru yn tueddu i fod â chyfraddau uwch o anweithgarwch economaidd, tra bod y rhai yng Ngogledd a Chanolbarth Cymru yn tueddu i fod â chyfraddau is. Mae gan bob ardal awdurdod lleol yng Ngogledd neu Ganolbarth Cymru, heblaw Sir Ddinbych (7.7 y cant), gyfraddau anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd neu gyflyrau iechyd hirdymor sy'n is na'r gyfradd ar gyfer Cymru drwyddi draw.

Mae tystiolaeth ehangach yn awgrymu fod gan Dde Ddwyrain a De Orllewin Cymru gyfraddau uwch o anweithgarwch economaidd i raddau helaeth oherwydd gwaddol o ddirywiad diwydiannol sydd wedi arwain at lai o gyfleoedd cyflogaeth, tra bod problemau iechyd cronig wedi cynyddu. Yn ychwanegol, mae tlodi dwfn a pharhaus, yn arbennig ymysg pobl anabl a gofalwyr anffurfiol, yn cyfrannu at ddeilliannau iechyd gwael a mynediad cyfyngedig i waith.[8]

[8] Sefydliad Joseph Rowntree (2025) Tlodi yng Nghymru 2025.

Tabl 1: Cyfradd anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd neu gyflyrau iechyd hirdymor, o gymharu â'r gyfran yn hawlio budd-daliadau iechyd (oedolion 16-64 oed)

Rhanbarth	Awdurdod Lleol	Anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd neu gyflwr iechyd hirdymor
De Ddwyrain Cymru	Blaenau Gwent	10.5%
De Ddwyrain Cymu	Merthyr Tudful	9.6%
De Orllewin Cymru	Castell-nedd Port Talbot	9.6%
De Ddwyrain Cymru	Caerffili	8.7%
De Ddwyrain Cymru	Rhondda Cynon Taf	8.6%
De Ddwyrain Cymru	Torfaen	8.0%
De Ddwyrain Cymru	Pen-y-bont ar Ogwr	7.8%
Gogledd Cymru	Sir Ddinbych	7.7%
De Orllewin Cymru	Sir Gaerfyrddin	7.6%
De Orllewin Cymru	Abertawe	7.3%
De Orllewin Cymru	Sir Benfro	6.8%
Gogledd Cymru	Conwy	6.7%
De Ddwyrain Cymru	Casnewydd	6.5%
Gogledd Cymru	Ynys Môn	6.0%
Gogledd Cymru	Wrecsam	5.9%
De Ddwyrain Cymru	Bro Morgannwg	5.5%
Canolbarth Cymru	Ceredigion	5.4%
Canolbarth Cymru	Powys	5.3%
De Ddwyrain Cymru	Caerdydd	5.3%
Gogledd Cymru	Sir y Fflint	5.1%
De Ddwyrain Cymru	Sir Fynwy	4.9%
Gogledd Cymru	Gwynedd	4.8%

Ffynhonnell: Cyfrifiad Cenedlaethol ONS 2021

Anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd, cyflyrau iechyd a nodweddion eraill

Mae'r adran hon yn ymchwilio i ba raddau y mae gwahanol grwpiau yng Nghymru yn profi anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd a chyflyrau iechyd hirdymor. Mae'n cyflwyno data o Gyfrifiad 2021 gyda ffocws ar oedolion 16-64 y cofnodwyd eu bod yn aneconomaidd anweithgar oherwydd eu bod yn gofalu am y cartref neu deulu, anabledd neu salwch hirdymor, neu am resymau 'Arall'. Nid yw'n cynnwys myfyrwyr neu bobl sy'n dweud ei bod wedi ymddeol.[9]

Yn 2021 roedd gan Gymru gyfradd uwch o anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd neu gyflwr iechyd hirdymor (6.9 y cant) na Lloegr (4.6 y cant).

Ar draws Cymru, mae cydberthynas gadarnhaol rhwng cyfradd anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd neu gyflwr iechyd hirdymor ac oedran. Wrth i oedran gynyddu, mae cyfradd anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd neu gyflwr iechyd hirdymor hefyd yn cynyddu. Gwelir y cyfraddau uchaf ymysg y rhai 50 i 64 oed, gyda'r gyfradd ar eu cyfer yn 10.7 y cant, 3.8 pwynt canran yn uwch na'r gyfradd ar gyfer Cymru yn gyffredinol. Ar gyfer y grŵp oedran hwn, mae gan Gymru gyfradd uwch o anweithgarwch economaidd na Lloegr (7.8 y cant), fodd bynnag mae Lloegr yn dangos yr un gydberthynas gadarnhaol wrth i oedran gynyddu.

Dengys data fod anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd neu gyflyrau iechyd hirdymor yn fwyaf cyffredin ymysg y rhai o gefndiroedd Gwyn (7.1 y cant) a Chymysg (6.9 y cant). Roedd y gyfradd yn is ar gyfer rhai o gefndiroedd ethnig 'Arall' (4.5 y cant), Du (3.7 y cant) ac Asiaidd (2.3 y cant). Mae'n debyg fod proffil oedran iau y rhai o gefndiroedd lleiafrif ethnig yn sbardun ar gyfer y gwahaniaeth hwn.

Mae'r tueddiad hwn yn gyson gyda'r un yn Lloegr, fodd bynnag mae'r cyfraddau yn is ar gyfer pob grŵp ethnig. Mae'r rhai o gefndir Gwyn yn fwyaf tebygol o fod yn economaidd anweithgar oherwydd anabledd neu gyflwr iechyd hirdymor (4.9 y cant), a ddilynir gan y rhai o gefndiroedd Cymysg (4.4 y cant), 'Arall' (4.1 y cant), Du (3.8 y cant) ac Asiaidd (2.8 y cant).

Wrth edrych ar ddadansoddiadau ar sail rhywedd, dengys y data fod anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd neu gyflwr iechyd hirdymor ychydig yn uwch ymysg menywod (7.1 y cant) na dynion (6.7 y cant). Nodir y caiff hyn ei yrru gan y rhai 50 i 64 oed, gyda chyfran uwch o fenywod (11.6 y cant) nag o ddynion (9.8 y cant) yn

[9] Cafodd oedolion dan 64 oed a ddywedodd eu bod wedi ymddeol adeg Cyfrifiad 2021 eu heithrio o'r dadansoddiad.

economaidd anweithgar am y rheswm hwn. Ym mhob band oedran eraill, gwelir cyfraddau tebyg ar gyfer dynion a menywod.

Dengys dadansoddiad o anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd neu gyflwr iechyd hirdymor yn ôl daliadaeth tai fod cyfraddau yn sylweddol uwch ymysg y rhai sydd yn byw mewn llety rhent cymdeithasol (20.9 y cant). Ar y llaw arall, mae cyfraddau yn is ymysg y rhai sy'n berchen eiddo gyda morgais (2.1 y cant).

Anabledd, cyflyrau iechyd hirdymor a lefel cymwysterau

Adeg Cyfrifiad 2021 nododd 13.7 y cant o oedolion 16-64 oed yng Nghymru nad oedd ganddynt unrhyw gymwysterau. Roedd y gyfradd hon deirgwaith yn uwch ymysg y rhai sy'n economaidd anweithgar oherwydd anabledd neu gyflyrau iechyd hirdymor (41.7 y cant). Roedd oedolion sy'n economaidd anweithgar oherwydd anabledd neu gyflwr iechyd hirdymor hefyd yn fwy tebygol o ddweud mai eu cymhwyster uchaf oedd Lefel 1 neu Lefel Mynediad (13.6 y cant) na'r boblogaeth oedolion yng Nghymru yn gyffredinol (9.3 y cant).

Roedd y rhai sy'n economaidd anweithgar oherwydd anabledd neu gyflwr iechyd hirdymor hefyd yn sylweddol llai tebygol o fod â chymhwyster Lefel 4 neu uwch (13.3 y cant), o gymharu â'r boblogaeth oedran gweithio ehangach yng Nghymru (34.3 y cant).

Daw darlun tebyg i'r amlwg wrth ddadansoddi poblogaeth oedran gweithio Lloegr. Nododd cyfran uwch o'r rhai sy'n economaidd anweithgar oherwydd anabledd neu gyflyrau iechyd yn Lloegr nad oedd ganddynt unrhyw gymwysterau (39.2 y cant), o gymharu gyda'r boblogaeth ehangach (12.4 y cant).

Yn ychwanegol, dywedodd cyfran uwch o'r rhai sy'n economaidd anweithgar oherwydd anabledd neu gyflwr iechyd hirdymor mai eu cymhwyster uchaf yw Lefel 1 neu Lefel Mynediad (16.4 y cant), o gymharu gyda'r boblogaeth ehangach (9.9 y cant). Roedd y rhai sy'n profi anweithgarwch economaidd oherwydd anabledd neu gyflwr iechyd hirdymor hefyd yn llai tebygol o fod â chymhwyster Lefel 4 neu uwch (13.1 y cant) na'r boblogaeth ehangach (37.1 y cant).

Profiad o anweithgarwch economaidd

Mae'r adran hon yn cyflwyno canfyddiadau o'r ymchwil ansoddol o'r heriau a wynebir gan bobl anabl a'r rhai gyda chyflyrau iechyd hirdymor pan ddaw i ymuno neu ailymuno â'r farchnad lafur.

Cyflyrau iechyd corfforol ac iechyd meddwl

Mewn grŵp ffocws lle'r oedd cyfranogwyr allan o waith, dywedodd y rhan fwyaf o gyfranogwyr nad ydynt yn edrych am waith ar hyn o bryd oherwydd heriau parhaus

gyda'u hiechyd meddwl a/neu iechyd corfforol. Dywedodd cyfranogwyr gyda chyflyrau iechyd corfforol tebyg i boen cronig neu broblemau symudedd eu bod yn cael eu cyfyngu o ran y swyddi y gallant wneud cais amdanynt oherwydd na fedrant gyflawni rolau neilltuol yn gorfforol, yn arbennig y rhai sydd angen gwaith llafuriol. Mae llawer yn wynebu problemau sylweddol gyda symudedd a theithio oherwydd diffyg trafnidiaeth gyhoeddus hygyrch, yn arbennig mewn ardaloedd gwledig, ac nad oedd cyflogwyr yn gwneud rhoi addasiadau rhesymol ymarferol.

Ar gyfer cyfranogwyr gyda heriau iechyd meddwl, roedd nifer wedi profi argyfyngau iechyd meddwl difrifol fel canlyniad i drawma personol, tebyg i brofedigaeth neu chwalfa perthynas, oedd wedi arwain at ddiweithdra hirdymor:

> "Roeddwn yn gweithio ddwy flynedd yn ôl. Fe wnaeth fy iechyd meddwl chwalu. Rydw i wrthi'n ceisio cael fy hun yn ôl fy nhraed. Rydwi'n cymryd bob diwrnod fel y daw." *(Cyfranogwr, Castell Nedd)*

Mynediad cyfyngedig i gymorth effeithlon gyda iechyd meddwl

Er fod cyfranogwyr yn ymdrechu i wella eu hiechyd meddwl, fe wnaeth llawer ddisgrifio rhestri aros hir am wasanaethau iechyd meddwl, gyda rhai yn aros dros flwyddyn i gael mynediad i gymorth gan fudiadau gwirfoddol a'r GIG. Pan oedd cyfranogwyr yn cael mynediad i gymorth GIG, fe wnaethant ddweud fod y rhan fwyaf o gymorth yn canolbwyntio ar feddyginiaeth, heb fawr o fynediad i therapi na chwnsela:

> "Maen nhw mor gyflym i roi presgripsiwn am wrth-iselyddion ... ond mae achos gwraidd. Dim ond cuddio hynny fydd hyn yn ei wneud." *(Cyfranogwr, Castell Nedd)*

Dywedodd rhanddeiliaid y gall pobl anabl golli ei eu hyder, gan dueddu i ganolbwyntio ar yr hyn na fedrant ei wneud na'r hyn y gallant ei wneud.

Profiadau negyddol gyda chymorth cyflogaeth

Disgrifiodd y rhan fwyaf o gyfranogwyr eu profiad o gymorth cyflogaeth ffurfiol, yn arbennig drwy'r Ganolfan Byd Gwaith, fel bod yn codi ofn, heb fod yn gefnogol a gyda gormod o ffocws ar gosbau. Dywedodd cyfranogwyr y teimlent fod cynghorwyr cyflogaeth yn eu beirniadu ac yn yn amheus ohonynt oherwydd eu bod yn ddi-waith oherwydd problemau iechyd ac y rhoddwyd pwysau arnynt i ddod o hyd i waith yn gyflym, hyd yn oed os na fedrent gynnal y gwaith hwn oherwydd eu heriau iechyd:

> "Fe wnaeth yr anogydd gwaith oedd yn gweithio gyda fi fy rhoi dan lawer o bwysau i wneud cais am swyddi cyn i mi fod yn barod ... ond doedd dim help bob amser i wneud cais am y swydd." *(Cyfranogwr, Castell Nedd)*

Galwodd rhanddeiliaid am newid yn y ffordd mae gwasanaethau cyflogaeth yn cyfathrebu gyda phobl anabl. Tanlinellwyd ei bod yn bwysig symud ymaith o naratifau

seiliedig ar ddiffygion a thag at negeseuon sy'n hyrwyddo uchelgais, galluedd a datblygiad gyrfa hirdymor.

I rai o'r cyfranogwyr, mae newidiadau aml mewn cynghorwyr wedi llesteirio'r gallu i ffurfio perthynas o ymddiriedaeth a roedd cyfnodolion digidol yn gwneud i gyfranogwyr gyda sgiliau digidol cyfyngedig deimlo dan bwysau ac yn ansicr am y gwasanaeth a dderbynient. Soniodd cyfranogwyr am ddiffyg tybiedig o gymorth wyneb i wyneb pwrpasol, yn arbennig ar gyfer ysgrifennu CV a deall ceisiadau swydd gan ddweud, os yw'r cymorth hwn ar gael, nad oeddent yn gwybod ble i'w gael.

Stigma a gwahaniaethu

Dywedodd rhai cyfranogwyr nad oeddent yn teimlo yn hyderus i drafod eu hiechyd meddwl gyda chyflogwyr oherwydd stigma. Fe wnaethant esbonio fod datgelu problemau iechyd meddwl yn ystod cyfweliadau swydd wedi arwain at ymateb negyddol neu at iddynt gael eu gwrthod yn y gorffennol. Roedd rhai cyfranogwyr wedi teimlo dan bwysau i ddweud celwydd am eu hiechyd meddwl er mwyn osgoi cael eu gwrthod ar gyfer cyfweliadau neu gael eu trin yn wahanol yn y gwaith:

> "Fe wnaethon nhw holi am y bwlch yn fy nghyflogaeth. Fe wnes i sôn am iechyd meddwl ac fe fedrech chi deimlo nad oedd y bobl oedd fy nghyfweld eisiau fy ystyried ... Yn y diwedd roedd yn rhaid i mi fod yn anonest ... fe wnes bethau lan a dweud mod i wedi bod yn teithio. Ac yn rhyfedd ddigon, fe wnes i lwyddo wedyn". *(Cyfranogwr, Castell Nedd)*

Dywedodd un cyfranogwr gyda chyflwr iechyd corfforol y teimlai nad oedd cyflogwyr neu gynghorwyr cyflogaeth hyd yn oed yn ei ystyried ar gyfer gwaith y gallai ei wneud yn gorfforol, tebyg i swyddi desg:

> "Dydi pobl ddim yn meddwl fod gen i'r gallu corfforol i weithio, ond does llawer o swyddi ddim angen hynny." *(Cyfranogwr, Wrecsam)*

Soniodd rhanddeiliaid am ddiffyg ymwybyddiaeth ymysg cyflogwyr (yn arbennig fusnesau bach a chanolig) am y cymorth sydd ar gael tebyg i'r cynllun Mynediad i Waith. Roedd hefyd ganfyddiad fod rhai cyflogwyr yn ansicr sut i wneud addasiadau rhesymol ar gyfer gweithwyr na sut i weithredu prosesau recriwtio cynhwysol. Mae prosesau recriwtio arferol, yn cynnwys ceisiadau ar-lein, profion gorfodol a chyfweliadau traddodiadol, yn aml yn anhygyrch i bobl anabl. Dywedodd rhanddeiliaid y gall y dulliau hyn yn anfwriadol eithrio ymgeiswyr gyda chyflyrau niwroamrywiol neu sydd ag iechyd anwadal, gan gynyddu anghydraddoldeb ar fan mynediad cyflogaeth.

Diffyg cymorth mewn gwaith

Soniodd nifer o gyfranogwyr am fwlio a diffyg cymorth mewn gweithleoedd blaenorol a bod rhai cyflogwyr wedi methu gwneud addasiadau rhesymol neu roi cymorth ar gyfer eu hiechyd meddwl, gan arwain at iddynt golli eu swydd neu waethygu pellach:

> "Rydw i wedi bod â chryn nifer o swyddi … ond rydwi'n teimlo nad oes cymorth i'ch helpu ynddyn nhw neu symud i fyny." *(Cyfranogwr, Wrecsam)*

Cytunai rhanddeiliaid gyda hyn, gan ddweud fod camsyniadau gan gyflogwyr, stigma neu gamddealltwriaeth o anableddau yn parhau i fod yn rhwystr sylweddol i gyflogaeth. Mae'r agweddau hyn yn aml yn arwain at amharodrwydd i gynnig swyddi neu wneud addasiadau rhesymol, yn arbennig ymysg cyflogwyr llai sy'n brin o hyder neu ymwybyddiaeth.

Roedd nifer fach o gyfranogwyr wedi cael profiadau cadarnhaol gyda chymorth cyntaf iechyd meddwl, oriau llesiant (amser a ddyrannwyd gan gyflogwyr ar gyfer gweithgareddau sy'n cefnogi iechyd meddwl cyflogeion) a chwnsela allanol, ond roedd y rhain yn brin.

Dywedodd rhanddeiliaid fod y system budd-daliadau yn ddiffygiol gan y gall ysgogi ofn, yn arbennig am bosibilrwydd colli budd-daliadau, ar gyfer pobl anabl sy'n ymwneud â gwaith neu hyfforddiant. Awgrymir mai ychydig sy'n deall ffigurau cymhleth "gwell allan mewn gwaith" a bod y system yn methu hwyluso symud graddol i gyflogaeth.

Soniwyd hefyd fod diffyg cefnogaeth barhaus unwaith mae person anabl yn cael swydd yn fater hollbwysig. Dywedodd rhanddeiliaid fod agweddau "dim trosglwyddo" neu "dim dal llaw" yn golygu fod unigolion yn fwy tebygol i "fownsio yn ôl i'r system" oherwydd bod cymorth gweithle yn annigonol. Bwriedir i Cysylltu i Waith bontio'r bwlch ôl-leoliad yma, ond gall fod yn rhy gynnar dweud beth fu ei effaith.[10]

Roedd hefyd gytundeb fod gwasanaethau mewn gwaith presennol (e.e. ar gyfer cyflyrau iechyd cyhyrysgerbydol neu gyflyrau iechyd meddwl) yn rhy gul mewn cwmpas a bod angen eu hehangu i gynnwys ystod ehangach o gyflyrau.

Beth nesaf?

Mae papurau gwybodaeth ar wahân yn ystyried cyd-destun y farchnad lafur ar gyfer menywod a grwpiau lleiafrif ethnig ac adroddiad terfynol yn cyflwyno opsiynau ar gyfer sut y gall Cymru fanteisio i'r eithaf ar gyfle datganoli hefyd ar gael ar wefan Dysgu a Gwaith.

[10] Mae Cyswllt i Waith yn darparu cymorth mewn gwaith i bobl anabl, y rhai gyda chyflyrau iechyd a phobl gyda rhwystrau cymhlethu i gyflogaeth yn Lloegr a Chymru.