Hawdd ei Ddeall

Arolwg

Profiadau pobl anabl mewn gwaith

Rydyn ni eisiau clywed gennych chi

Mae'r ddogfen yma wedi cael ei hysgrifennu gan **Golley Slater**. Mae'n fersiwn hawdd ei ddeall o '**Arolwg pobl anabl mewn cyflogaeth a hyfforddiant**'.

Ebrill 2025

Cynnwys

Cyflwyniad 3

Am yr arolwg yma 4

Am y cwestiynau 5

Cwestiynau amdanoch chi 7

Cwestiynau am eich profiad mewn gwaith 17

Cwestiynau am beth fyddai'n gallu gwneud pethau'n well .. 27

Golley Slater ydyn ni. Rydyn ni'n fusnes sy'n arbenigo mewn ymchwil, marchnata a chyfathrebu.

Fe wnaeth Llywodraeth Cymru ofyn i ni ymchwilio i brofiadau pobl anabl o'r pethau yma:

- addysg
- hyfforddiant
- a chyflogaeth.

Rydyn ni'n cynnal arolygon, grwpiau ffocws a chyfweliadau i ddarganfod beth ydy profiadau pobl.

Fe fyddwn ni'n ysgrifennu adroddiad am beth rydyn ni'n ei ddysgu. Fe fydd hyn yn cynnwys argymhellion i Lywodraeth Cymru, i helpu i wella polisïau a ffyrdd o weithio.

Am yr arolwg yma

Rydyn ni eisiau clywed beth rydych **chi'n** feddwl a beth ydy eich profiadau chi o waith.

Fe fyddwn ni'n cadw eich gwybodaeth a'ch atebion yn breifat ac yn ddiogel.

I gael rhagor o wybodaeth am y gwaith yma, cysylltwch â Paula Torres Moneu:

Ebost: pmoneu@golleyslater.co.uk

Diolch am gymryd yr amser i wneud yr arolwg yma a rhannu beth rydych chi'n feddwl.

Hawdd ei Ddeall Cymru
Easy Read Wales

Mae'r ddogfen yma wedi cael ei gwneud yn hawdd ei deall gan **Hawdd ei Ddeall Cymru** gan ddefnyddio **Photosymbols.** I ddweud wrthym ni beth yw eich barn am y fersiwn hawdd ei ddeall hon, cliciwch yma.

Rhif trwydded Photosybols 403527247

Am y cwestiynau

Mae'r cwestiynau yn yr arolwg yma am eich profiad chi mewn gwaith.

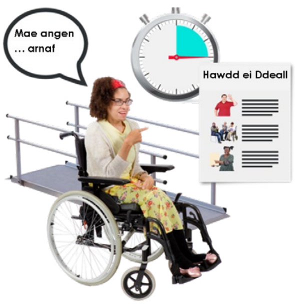
Mae'r cwestiynau yn dilyn model cymdeithasol anabledd. Mae hyn yn ffordd o feddwl am, ac o ddeall anabledd.

Mae'r Model Cymdeithasol Anabledd yn dweud bod y ffordd mae cymdeithas yn gweithio yn gallu stopio pobl anabl rhag gwneud pethau mae pobl sydd ddim yn anabl yn eu gwneud.

Dydy person ddim yn anabl oherwydd ei nam neu ei wahaniaeth. Mae person yn anabl oherwydd pethau yn ein cymdeithas.

Mae'r cwestiynau yn sôn am:

- **Rhwystrau** - rhywbeth sy'n stopio pobl rhag gallu gwneud rhywbeth.



- **Anabledd** – mae anabledd yn digwydd pan fydd rhwystrau yn stopio pobl â namau rhag cymryd rhan fel mae pobl eraill yn gallu.

- **Nam** – anaf, salwch, cyflwr iechyd neu **niwrowahaniaeth**. Mae **niwrowahaniaeth** yn meddwl bod ymennydd person yn gweithio'n wahanol. Mae'n cynnwys pethau fel anabledd dysgu, ADHD ac awtistiaeth.

Mae yna 24 cwestiwn:

- Ar dudalennau 7 i 16 mae 9 cwestiwn amdanoch chi.
- Ar dudalennau 17 i 26 mae 10 cwestiwn am eich profiad mewn gwaith.
- Ar dudalennau 27 i 33 mae 5 cwestiwn am wneud pethau'n well.

Cwestiynau amdanoch chi

Fe fydd y cwestiynau yma yn ein helpu i ddeall os ydy gwahanol grwpiau o bobl yn cael profiadau gwahanol.

Does dim rhaid i chi ateb y cwestiynau yma os nad ydych chi eisiau.

Cwestiwn 1. Ydych chi'n anabl?

- [ ] Ydw
- [ ] Nac ydw
- [ ] Mae'n well gen i beidio â dweud

Question 2. Oes gennych chi unrhyw un o'r namau neu'r cyflyrau iechyd ar y rhestr yma?

Mae cael nam yn meddwl bod rhywbeth yn stopio eich corff neu'ch ymennydd rhag gweithio'n dda. Mae'n gallu bod oherwydd eich bod chi'n sâl, wedi'ch anafu, neu fod gennych gyflwr iechyd.

☐ Anhawster dysgu.

☐ **Nam corfforol** - cyflyrau sy'n effeithio ar y ffordd rydych chi'n gallu defnyddio neu symud eich corff. Mae hyn yn cynnwys pethau fel parlys yr ymennydd, arthritis, colli clyw.

☐ **Nam synhwyraidd**- cyflyrau sy'n effeithio ar eich synhwyrau - golwg, clyw, cyffwrdd, arogli a blas.

☐ **Niwrowahaniaeth** - Mae niwrowahaniaeth yn meddwl pobl ag ymennydd sy'n gweithio mewn ffordd wahanol i eraill. fel Awtistiaeth ac ADHD.

☐ **Cyflwr iechyd meddwl** - mae pethau fel gorbryder ac iselder yn gyflyrau iechyd meddwl.

☐ Arall, dywedwch beth:

☐ Mae'n well gen i beidio â dweud

Cwestiwn 3. Beth ydy eich oed chi?

- [ ] Dan 16 oed
- [ ] 16 i 24 oed
- [ ] 25 i 34 oed
- [ ] 35 i 44 oed
- [ ] 45 i 54 oed
- [ ] 55 i 64 oed
- [ ] 65 oed a throsodd

Cwestiwn 4. Ydych chi yn:

- ☐ Yn gweithio'n llawn amser
- ☐ Yn gweithio'n rhan-amser
- ☐ Hunangyflogedig
- ☐ Di-waith – chwilio am waith
- ☐ Di-waith – dim yn chwilio am waith
- ☐ Mewn addysg neu hyfforddiant
- ☐ Heb fod mewn addysg, cyflogaeth na hyfforddiant (NEET)
- ☐ Arall, dywedwch beth:

Cwestiwn 5. Ydych chi yn:

- Dyn
- Menyw

- **Anneuaidd** – Dyma berson nad ydy ei ryw yn cyd-fynd â syniadau arferol o beth sy’n wrywaidd a beth sy’n fenywaidd.
- Arall, dywedwch beth:

- Mae’n well gen i beidio â dweud

Cwestiwn 6. Ydych chi'n drawsryweddol?

Mae trawsryweddol yn meddwl nad ydy eich rhyw yr un fath â'r rhyw roeddech chi'n meddwl ei fod pan gawsoch eich geni.

- Ydw
- Nac ydw
- Mae'n well gen i beidio â dweud

Cwestiwn 7. Ydych chi'n siarad Cymraeg?

- Ydw
- Nac ydw

Cwestiwn 8. Beth ydy eich cyfeiriadedd rhywiol?

Mae hyn yn meddwl at bwy rydych chi'n cael eich denu, er enghraifft dynion, menywod neu'r ddau.

Anrhywiol – pobl sydd heb fawr o atyniad rhywiol at eraill

Deurywiol – pobl sy'n cael eu denu at ddynion a menywod.

Hoyw – dyn sy'n cael ei ddenu at ddynion eraill.

Lesbiad – menyw sy'n cael ei denu at fenywod eraill.

☐ **Heterorywiol neu syth** – pobl sy'n cael eu denu at y rhyw arall.

☐ **Panrywiol** – pobl sy'n cael eu denu at bobl o unrhyw rywedd neu ryw.

☐ **Queer** – beth mae pobl yn galw eu hunain pan fyddan nhw'n teimlo nad ydy geiriau fel syth, hoyw a lesbiaidd yn ffitio iddyn nhw.

☐ Arall, dywedwch beth:

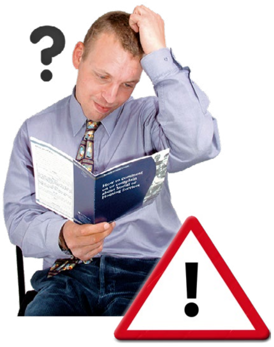
☐ Mae'n well gen i beidio â dweud.

Cwestiwn 9. Beth ydy eich hil neu gefndir?

- [ ] Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig
- [ ] Du, Du Prydeinig, Caribïaidd neu Affricanaidd
- [ ] Grwpiau ethnig cymysg neu lluosog
- [ ] Gwyn
- [ ] Grŵp ethnig arall. Dywedwch beth:

- [ ] Mae'n well gen i beidio â dweud

Cwestiynau am eich profiad mewn gwaith



Cwestiwn 10. Ydych chi erioed wedi wynebu unrhyw rwystrau yn y gwaith, neu wrth geisio cael swydd?

Rhwystr ydy unrhyw beth sydd wedi gwneud gwaith neu ddod o hyd i waith yn fwy anodd i chi oherwydd anabledd. Er enghraifft:

- Pobl sy'n eich barnu oherwydd eich cyflwr neu nam.
- Hysbysebion swyddi a ffurflenni sy'n anodd eu deall neu eu llenwi.
- Adeiladau nad ydych chi'n gallu mynd i mewn neu symud o gwmpas ynddyn nhw.

- [ ] Ydw
- [ ] Nac ydw
- [ ] Dydw i ddim yn gwybod

Cwestiwn 11. Os ydych chi wedi dweud ydw i gwestiwn 10, pa rwystrau ydych chi wedi'u wynebu?

Gofynion swydd annheg – mae hyn yn meddwl nad ydych chi'n gallu bodloni'r sgiliau, profiadau a rhinweddau mae'r swydd yn gofyn amdanyn nhw oherwydd pethau fel eich oedran, hil, rhyw, neu anabledd.

Roedd y broses o wneud cais neu gyfweliad yn annheg.

Doedd yr adeiladau ddim yn hygyrch – er enghraifft, oherwydd nad oedd ramp cadair olwyn, rheiliau llaw na thoiledau hygyrch.

Doedden nhw ddim yn darparu **addasiadau rhesymol**. Mae **addasiadau rhesymol** yn newidiadau sydd yn cael eu gwneud fel bod pobl anabl yn gallu gwneud pethau fel pawb arall. Er enghraifft, darparu cefnogaeth. Neu rhoi gwybodaeth yn hawdd ei ddeall.

☐ Doedd cyfleoedd hyfforddi a datblygu ddim yn ddigon da.

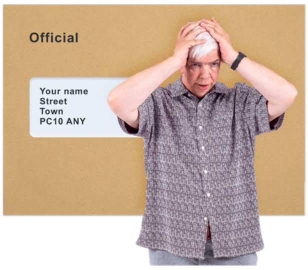
☐ Rydych chi wedi cael eich trin yn annheg oherwydd eich nam.

☐ Doedden nhw ddim yn darparu gwasanaethau cymorth digon da.

☐ Doedden nhw ddim yn deall anabledd.

☐ Doeddech chi ddim yn cael digon o gyfrifoldeb.

Dydych chi ddim wedi cael dyrchafiadau na chyfleoedd i wneud mwy oherwydd eich nam.



Fe wnaethoch chi golli eich swydd oherwydd eich nam.

Arall, dywedwch beth:

Mae’n well gen i beidio â dweud.

Cwestiwn 12. Ydy eich nam wedi ei gwneud hi'n fwy hawdd, yn fwy anodd neu heb wneud unrhyw wahaniaeth wrth i chi:

- **Dysgu am swyddi**
- **Gwneud cais am swyddi**
- **Cael swydd**
- **Cadw swydd**
- **Gwneud cynnydd mewn swydd**

☐ Mae wedi gwneud pethau'n fwy hawdd

☐ Dydy e ddim wedi gwneud unrhyw wahaniaeth

☐ Mae wedi gwneud pethau'n fwy anodd

☐ Dydw i ddim yn gwybod

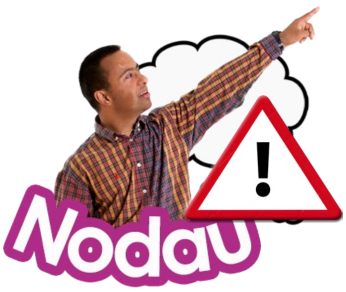
☐ Dydy hyn ddim yn berthnasol i mi

Cwestiwn 13. Darllenwch y datganiadau yma a ticiwch y blwch wrth ymyl y rhai rydych chi'n cytuno â nhw:

☐ Rydw i'n gallu bod yn fi fy hun yn y gwaith.

☐ Dydy fy nghyflogwr ddim yn gwneud ymdrech i ddeall fy nam.

☐ Rydw i'n gyfforddus yn siarad am fy nam gyda phobl yn y gwaith.



☐ Mae fy nam wedi ei gwneud hi'n fwy anodd i gyflawni fy nodau yn y gwaith.

☐ Mae fy ngweithle wedi bod yn gynorthwyol ac yn gefnogol am fy nam.

Cwestiwn 14. Ydych chi'n meddwl bod dealltwriaeth eich cyflogwyr diweddaraf o anabledd yn:

- [ ] Gwych
- [ ] Da
- [ ] Teg
- [ ] Gwael
- [ ] Gwael iawn
- [ ] Dydy hyn ddim yn berthnasol i mi

Cwestiwn 15. Ydych chi wedi profi unrhyw un o'r pethau yma yn y gwaith?

☐ Cael eich gadael allan o gyfarfodydd neu brosiectau oherwydd eich nam.

☐ Gwneud hwyl am eich pen, siarad amdanoch chi neu mae pobl wedi gwneud sylwadau oherwydd eich nam.

☐ Doedd y bobl rydych chi'n gweithio gyda nhw ddim yn deall anabledd.

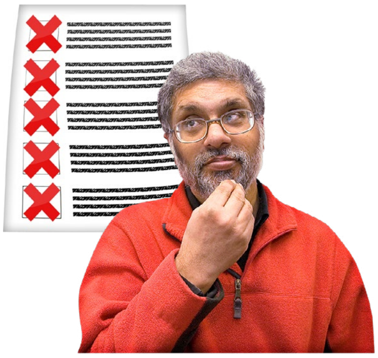
☐ Doedd eich rheolwyr ddim yn deall anabledd.

☐ Dim o'r uchod.

☐ Dydy hyn ddim yn berthnasol i mi.

Cwestiwn 16. Ydych chi erioed wedi cael eich trin yn annheg yn y gwaith, neu wrth wneud cais am swydd?

- Ydw
- Nac ydw
- Dydw i ddim yn gwybod
- Dydy hyn ddim yn berthnasol i mi



Cwestiwn 17. Faint o weithiau ydych chi'n teimlo eich bod chi wedi bod yn trin yn annheg yn y gwaith, neu wrth wneud cais am waith?

- Unwaith
- 2 i 3 gwaith
- 4 i 5 gwaith
- 6 i 10 gwaith
- Dros 10 gwaith
- Dydw i ddim yn gwybod neu dydw i ddim yn gallu cofio

Cwestiwn 18. Pryd ydych chi wedi cael eich trin yn annheg yn y gwaith ddiwethaf?

- Roedd o fewn y 12 mis diwethaf
- Yn ystod y 1 i 3 blynedd diwethaf
- Yn ystod y 4 i 10 mlynedd diwethaf
- Yn ystod yr 11 i 20 mlynedd diwethaf
- Dros 20 mlynedd yn ôl
- Dydw i ddim yn gwybod neu dydw i ddim yn gallu cofio

Cwestiwn 19. Y tro diwethaf i chi gael eich trin yn annheg yn y gwaith, beth ddigwyddodd?

Cwestiynau am beth fyddai'n gallu gwneud pethau'n well

Cwestiwn 20. Pa effaith mae triniaeth annheg yn y gwaith wedi'i gael ar eich hyder?

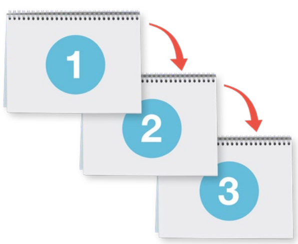
- Mae wedi cael effaith fawr iawn ar fy hyder.
- Mae wedi cael ychydig o effaith gwael ar fy hyder.
- Dydy e ddim wedi effeithio ar fy hyder.
- Mae wedi fy ngwneud ychydig yn fwy hyderus.
- Mae wedi fy ngwneud yn llawer mwy hyderus.

Cwestiwn 21. Fyddai unrhyw un o'r pethau yma yn gallu helpu i ddelio â thriniaeth annheg o bobl anabl mewn gwaith neu hyfforddiant?

Ticiwch yr holl bethau rydych chi'n meddwl fyddai'n gallu helpu:

- [ ] Gwell hyfforddiant anabledd i staff a myfyrwyr.
- [ ] Rheolwyr sy'n gweithio i wneud yn siŵr bod pobl anabl yn cael eu cynnwys.

- [ ] Defnyddio'r geiriau a'r iaith gywir i siarad am anabledd.
- [ ] Creu mannau diogel. A pheidio â chaniatáu unrhyw fath o driniaeth annheg neu fwlio.



- [ ] Cael ffyrdd clir o ddelio â thriniaeth annheg ac ymddygiadau bwlio.

- [ ] Gwybodaeth glir fel bod pobl yn gwybod beth i'w wneud neu â phwy i siarad os ydyn nhw'n cael eu trin yn annheg.
- [ ] Gwneud yn siŵr bod pobl yn gwybod y bydd eu hanghenion a'u pryderon bob amser yn cael eu gwrando.

- Llywodraeth yn cymryd mwy o gamau i stopio pobl rhag cael eu trin yn annheg.
- Cyflogwyr yn gwneud mwy pan fydd pobl yn cael eu trin yn annheg.

- Gwneud yn siŵr bod pawb yn deall anabledd a namau.
- Dangos mwy o bobl â namau mewn hysbysebion a gwybodaeth.

- Dim un o'r rhain.

- Dydw i ddim yn gwybod.
- Arall, dywedwch beth:

Cwestiwn 22. Ydych chi wedi clywed am unrhyw un o'r rhaglenni cymorth sydd ar y rhestr yma?

Ticiwch yr holl rai rydych chi wedi clywed amdanyn nhw:

- ☐ Mynediad i'r Gwaith
- ☐ Prentisiaethau
- ☐ Syniadau Mawr
- ☐ Gyrfa Cymru
- ☐ Cymunedau am Waith a Mwy (CfW+)
- ☐ Canolfan Byd Gwaith
- ☐ Twf Swyddi Cymru a Mwy (JGW+)
- ☐ ReAct +
- ☐ Cymru ar Waith
- ☐ Gwarant Person Ifanc
- ☐ Dim un o'r rhain
- ☐ Dim yn siŵr

Cwestiwn 23. Sut hoffech chi gael gwybodaeth am waith a hyfforddiant?

Lleoedd fel Gyrfa Cymru a Chymru ar Waith

Athrawon, darlithwyr a hyfforddwyr

Cynghorydd gyrfaoedd

Gwefannau am yrfaoedd a swyddi, fel Indeed

Ysgol, coleg, prifysgol neu fan addysg a hyfforddiant arall

Teulu a ffrindiau

Canolfan Byd Gwaith

Fy nghyflogwr

Fforymau ar-lein

Cyfryngau cymdeithasol

Darparwyr hyfforddiant

Arall, dywedwch beth:

Does gen i ddim diddordeb mewn gwybodaeth am waith neu hyfforddiant sgiliau

Dydw i ddim yn gwybod

Cwestiwn 24. Ydych chi’n ymddiried yn y cyngor gan y bobl neu’r sefydliadau yma?

Ticiwch y rhai rydych chi’n ymddiried ynddyn nhw:

- ☐ Busnes a chyflogwyr
- ☐ Fy nghyngor lleol
- ☐ Ffrindiau a theulu
- ☐ Cyfryngau neu sianeli newyddion
- ☐ Pobl ar y cyfryngau cymdeithasol
- ☐ Ysgol, coleg, prifysgol
- ☐ Grwpiau cymunedol
- ☐ Llywodraeth Cymru
- ☐ Gyrfa Cymru, Cymru ar Waith neu’r Ganolfan Byd Gwaith
- ☐ Pobl anabl
- ☐ Elusennau a sefydliadau. Fel Mind Cymru, Anabledd Cymru, Mencap Cymru