barod

Gall dull gweithredu ystyriol o drawma gynorthwyo grwpiau heb gynrychiolaeth ddigonol yn well

Rydym yn dymuno i'r holl wasanaethau defnyddio sylweddau yng Nghymru gael eu seilio ar ddull gweithredu ystyriol o drawma.

Beth yw dull gweithredu ystyriol o drawma?

Mae'n bwysig amlygu'r hyn a olygir gan 'drawma', a dim ond ar ôl gwneud hynny y gallwn ddechrau trafod sut y dylid rhoi sylw priodol i hyn. Fel yr amlinellwyd yn fframwaith ystyriol o drawma Cymru, caiff trawma ei ddiffinio fel 'unrhyw brofiad sy'n amhleserus ac sy'n achosi, neu y mae ganddo y potensial i achosi gofid a/neu orbryder i rywun. Mae'n bwysig nodi y gellir defnyddio trawma hefyd i gyfeirio at effaith digwyddiad trawmatig'.[1] Gallem oll brofi digwyddiad trawmatig ar ryw adeg yn ystod ein bywydau. Canfu ymchwil gan Iechyd Cyhoeddus Cymru (ICC) yn 2015 [2] bod 47% o oedolion yng Nghymru wedi dioddef o leiaf un Profiad Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACE), sef 'profiad llawn straen sy'n digwydd yn ystod plentyndod ac sy'n peri niwed uniongyrchol i blentyn (er enghraifft cam-drin rhywiol neu gorfforol) neu sy'n effeithio ar yr amgylchedd y maent yn byw ynddo'.[2] A cheir sawl niwed arall y gall pobl eu profi yn ystod eu bywydau, gan gynnwys hiliaeth, gwahaniaethu ac anghydraddoldebau strwythurol. Felly, mae angen i ni gyd ddeall a siarad am ACEs a thrawma.

O ganlyniad, o ystyried niferoedd eang yr achosion o drawma a'r effeithiau y gall y rhain eu cael ar unigolion, mae'n hanfodol bod dull gweithredu yn cynnig sylfaen i wasanaethau, sy'n caniatáu cyfleoedd a llwybrau er mwyn gwella a goresgyn profiadau o'r fath, heb achosi trawma eto trwy gyfrwng ymddygiad a rhyngweithiadau, ac o ganlyniad, hyrwyddo cyfleoedd bywyd cadarnhaol i bobl.

Beth mae'r dystiolaeth yn ei awgrymu?

Er bod cyfran sylweddol o'r boblogaeth oedolion yng Nghymru wedi profi o leiaf un ACE, mae un o bob saith wedi profi pedwar. Canlyniad hyn yw bod yr unigolion hynny un ar ddeg gwaith yn fwy tebygol o fod wedi ysmygu canabis, un ar bymtheg gwaith yn fwy tebygol o fod wedi defnyddio crac cocên neu heroin ac ugain gwaith yn fwy tebygol o fod wedi cael eu carcharu ar ryw adeg yn ystod eu bywyd, o'u cymharu â rhywun nad ydynt wedi profi ACE. [2]

Er gwaethaf y risgiau sy'n codi o brofi sawl ACE, mae'n amlygu'r ffaith bod carfan sylweddol o bobl sydd wedi profi episodau trawmatig. Felly, os byddant yn manteisio ar ddarpariaethau trin defnydd sylweddau, ble bynnag y maent yn byw yng Nghymru, mae'n hanfodol bod gwasanaethau yn cadw at fframwaith ystyriol o drawma Cymru, gan ddarparu dull gweithredu cydlynus a chyson i faterion o'r fath. Trwy gydymffurfio â hyn, dylai gwasanaethau fod yn meddu ar y polisïau a'r gweithdrefnau angenrheidiol er mwyn sicrhau nad ydynt yn achosi trawma o'r newydd i'r bobl hynny, ac o ganlyniad, eu bod yn cynnig amgylchedd sy'n cynnig y cyfle gorau iddynt i lwyddo a ffynnu.

Ffeithiau allweddol

Mae 47% o boblogaeth oedolion Cymru wedi profi o leiaf un ACE.

x4

Mae pobl sydd wedi profi pedwar ACE neu fwy un ar bymtheg gwaith yn fwy tebygol o ddefnyddio heroin neu grac cocên na rhywun nad ydynt wedi profi un.

Mae menywod sydd wedi profi cam-drin domestig wyth gwaith yn fwy tebygol o ddatblygu arfer defnyddio sylweddau niweidiol na menywod nad ydynt wedi profi cam-drin domestig.

Bydd pobl sy'n nodi eu bod yn drawsryweddol yn aml yn profi cyfradd uwch o ddioddef trawma na'u cymheiriaid cisryweddol.

Yr hyn y mae'n werth ei nodi hefyd yw mai dim ond 36% o'r holl atgyfeiriadau i wasanaethau defnyddio sylweddau yng Nghymru sy'n fenywod.[3] Er bod menywod yn llai tebygol na dynion o ddefnyddio sylweddau, pan fyddant yn gwneud hynny, mae'n fwy tebygol o fod yn ymateb i drawma neu gam-drin.[4] Mae'r cyswllt rhwng defnydd sylweddau menywod a'u perthnasoedd yn arbennig o drawiadol pan fo'r perthnasoedd hynny yn cynnwys dynameg rhyweddol cam-drin a thrawma.[5] Mae ymchwil wedi nodi cyswllt penodol rhwng defnydd menywod o sylweddau a phrofi mathau amrywiol o gam-drin, gan gynnwys cam-drin emosiynol, corfforol, a rhywiol, a gyflawnir yn aml gan bartner neu aelod o'r teulu.[6]

Gweledigaeth Barod yw cael ei chydnabod gan ei rhanddeiliaid allweddol fel darparwr mwyaf blaenllaw gwasanaethau arloesol ac o ansawdd ym maes alcohol a chyffuriau.

barod.cymru | @wearebarod
@barodproject | @wearebarod
@barod2067 | @wearebarod

barod

Yn ogystal, gall defnyddio sylweddau fod yn gysylltiedig â pherthnasoedd cam-driniol parhaus rhwng oedolion: canfu Agenda, elusen cam-drin domestig, bod menywod sydd wedi profi cam-drin domestig, wyth gwaith yn fwy tebygol o ddatblygu defnydd sylweddau niweidiol na menywod nad ydynt wedi dioddef cam-drin domestig.[7] Yr hyn sy'n drawiadol yw y gall gwasanaethau wynebu cyfyngiadau o ran adnoddau sy'n cynnwys system anhyblyg yn eu hymateb i anghenion menywod sydd wedi dioddef trawma sylweddol.[5]

Gallai ymatebion o'r fath gan system anhyblyg gael eu hawgrymu hefyd mewn perthynas ag anghenion triniaeth pobl yn y gymuned LHDTC+. Mae adroddiadau yn awgrymu bod lefelau uwch o ddibyniaeth ar ddefnyddio sylweddau [8] a rhwystrau wrth fanteisio ar gymorth [9] ymhlith pobl yn y gymuned LHDTC+, o'i chymharu â'r boblogaeth ehangach, a bod pobl sy'n nodi eu bod yn drawsryweddol yn aml yn wynebu cyfradd uwch o brofi trawma ar ffurf trais rhywiol na'u cymheiriaid cisryweddol.[10] O ganlyniad, mae'n bwysig bod gwasanaethau yn cael eu cynllunio gydag anghenion rhyweddau a grwpiau lleiafrifiedig penodol a'r trawma cysylltiedig, wrth wraidd eu darpariaeth, gan bod triniaeth defnyddio sylweddau yn tueddu i fod yn aneffeithiol oni bai ei fod yn cydnabod realiti bywydau rhai pobl.[11]

Pam nawr?

Cyhoeddwyd fframwaith ystyriol o drawma Cymru yn 2022, gan nodi strwythur sy'n hwyluso 'dull gweithredu cydlynus a chyson tuag at ddatblygu a gweithredu arfer ystyriol o drawma' ar draws y genedl, ac o ganlyniad, caniatáu darpariaeth y 'cymorth gorau ag y bo modd i'r rhai y maent ei angen fwyaf'.[1] Yng ngoleuni'r dystiolaeth y cyfeiriwyd ati eisoes ynghylch trawma a defnyddio sylweddau, yn ogystal â'r profiadau niweidiol y mae nifer wedi eu profi dros y blynyddoedd diwethaf sy'n gysylltiedig â'r digwyddiad trawma torfol byd-eang cyntaf mewn degawdau, Covid-19, mae amser yn hanfodol er mwyn sicrhau bod gwasanaethau trin yn 'ymwybodol' o drawma, a bod eu harfer yn cyrraedd safon sy'n cydnabod gwahaniaethau a chymhlethdodau trawma ond hefyd, sy'n cynnig amgylchedd i bobl ffynnu heb ofni cael cyswllt pellach gyda niwed hanesyddol neu ychwanegol. Trwy weithio mewn ffordd ystyriol o drawma, bydd yn galluogi gwasanaethau trin defnyddio sylweddau i weithio tuag at y saith nod llesiant a bennwyd gan Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015,[12] ac felly datblygu cymdeithas fwy cyfartal a ffyniannus i bobl sy'n cael eu heffeithio gan ddefnyddio sylweddau.

Beth mae Barod wedi ei wneud a beth yw ein camau nesaf?

Yn 2023, sefydlwyd gweithgor TrACEs gan Barod, sy'n cynnwys cynrychiolaeth o'n holl wasanaethau, yn ogystal â chydweithwyr o fewn Hwb ACE ICC, i nodi bylchau yn ein gwasanaeth a gweithredu argymhellion sy'n sicrhau ein bod yn darparu gwasanaethau sy'n dilyn arfer gorau o ran bod yn ystyriol o drawma. Rydym hefyd wedi nodi meysydd yn ein sefydliad sy'n effeithio ar gyflogeion presennol a darpar gyflogeion, megis ein proses recriwtio ac o ganlyniad, rydym wedi gweithredu mesurau newydd er mwyn galluogi pobl i ffynnu mewn sefyllfaoedd y gallent achosi gofid a thrawma fel arall. Byddwn yn parhau i weithio gyda chydweithwyr yn Hwb ACE, gan weithredu argymhellion a mesurau, yn unol â dangosyddion penodedig, er mwyn sicrhau ein bod mor ystyriol o drawma ag y bo modd yn ein darpariaeth.

Beth ydym yn ei ddymuno?

- Rydym yn galw ar Lywodraeth Cymru i weithredu safonau craidd sy'n ymwneud ag arfer sy'n ystyriol o drawma o fewn gwasanaethau trin defnyddio sylweddau yng Nghymru, gan ddatblygu'r camau gweithredu fel yr amlinellwyd yn y rhifyn diwygiedig o Gynllun Cyflawni Camddefnyddio Sylweddau 2019-2022.[13]

- Rydym yn galw ar Fyrddau Cynllunio Ardal i sicrhau bod y gwasanaethau trin defnyddio sylweddau yn eu hardaloedd lleol yn coleddu dull gweithredu ystyriol o drawma system gyfan, a bod y gweithlu priodol yn meddu ar sgiliau digonol er mwyn darparu dull gweithredu o'r fath.

barod

Cyfeiriadau

1. ACE Hub Wales & Traumatic Stress Wales (2022) Trauma-Informed Wales: A Societal Approach to Understanding, Preventing and Supporting the Impacts of Trauma and Adversity.
2. Ashton, K., et al. (2016) Adverse Childhood Experiences and their association with health-harming behaviours in the Welsh adult population.
3. Treatment Data – Substance Misuse in Wales (Welsh Government).
4. Data from the ONS notes that rates of use are significantly higher for men than women across every category of illicit drug.
5. Centre for Justice Innovation (2023). Exploring women's experience of drug and alcohol treatment in the West Midlands.
6. With You (2024) A system designed for women? Understanding the barriers women face in accessing drug treatment and support services.
7. Agenda (2019) Ask and Take Action, Why public services must ask about domestic abuse – A report by Agenda, the alliance for women and girls at risk.
8. NHS Greater Glasgow & Clyde and NHS Lothian (2020) Health needs assessment of lesbian, gay, bisexual, transgender and nonbinary people
9. McDermott, E., et al (2021) The Politics of LGBT+ Health Inequality: Conclusions from a UK Scoping Review
10. Murray, S. (2022) LGBTQ+ Substance Use and Treatment Experiences in the UK
11. Covington, S. (2008) 'Women and Addiction: a trauma-informed approach'.
12. Well-being of Future Generations (Wales) Act 2015
13. Welsh Government (2021) Substance Misuse Delivery Plan 2019-2022. Revised in response to COVID-19