

# Cefnogi pobl i gael mynediad i waith ystyrllon: Datblygu dulliau adfer mewn gwasanaethau iechyd meddwl yn y gymuned

## Cefndir

Yn draddodiadol deallwyd y diffiniad clinigol o 'adferiad o broblemau iechyd meddwl' fel ' yn rhydd o symptomau iechyd meddwl' (Anthony, 1993). Mae'r adolygiad hwn yn ystyried model cymdeithasol o adferiad ac yn pwysleisio pwysigrwydd cyfleoedd i'r unigolion i drefnu eu bywydau eu hunain ac ymwneud â phob haen o gymdeithas waeth beth fo cyflwr eu symptomau iechyd meddwl (CISP, 2007). Mae'r cyfle i gael mynediad i, a chyfranogi o, hyfforddiant galwedigaethol oddi fewn i wasanaethau iechyd meddwl cymunedol i oedolion yn un agwedd ar gefnogi'r broses o adferiad unigolion.

Dros y 15 mlynedd ddiwethaf mae cynnydd wedi bod mewn ymchwil i anghenion hyfforddiant a galwedigaethol pobl sy'n defnyddio gwasanaethau iechyd meddwl. Bu cynnydd hefyd yn y cysyniad o waith ystyrllon a datblygiad diffiniadau cymdeithasol o adferiad ac fe ddaeth y diffiniadau hynny yn rhan fwyfwy canolog o ymchwil, polisi ac ymarfer. (Tew, 2005). I gydnabod y symudiad hwn tuag at fabwysiadu dulliau sydd ag adferiad yn ganolog iddynt, mae'r Sefydliad er Rhagoriaeth mewn Gofal Cymdeithasol (SCIE) wedi cynhyrchu map systemaidd sy'n dangos pa astudiaethau ymchwil ar ddulliau adfer mewn gwasanaethau galwedigaethol a hyfforddiant yn y gymuned sydd ar gael. Ar ôl cwblhau'r map systemaidd, comisiynodd SCIE yr adolygiad gwybodaeth hwn.

## Amcanion

Nod yr adolygiad gwybodaeth hwn yw:

- casglu ynghyd dystiolaeth ymchwil ar brosesau ymyrraeth hyfforddi a galwedigaethol sy'n defnyddio dulliau adfer mewn gwasanaethau iechyd meddwl i oedolion yn y gymuned, ynghyd â'u heffaith
- cynnal arolwg ar ymarfer cyfredol i ddarganfod pa ddulliau ymyrryd galwedigaethol a hyfforddi yn seiliedig ar ddulliau adfer sydd yn cael eu defnyddio ar hyn o bryd mewn gwasanaethau iechyd meddwl i oedolion yn y gymuned ym Mhrydain.

## Methodoleg

Yr adolygiad ymchwil

Mae'r adolygiad ar lenyddiaeth yn ystyried tystiolaeth berthnasol i'r pwnc ac yn cyfod y canfyddiadau er mwyn ateb pob un o gwestiynau'r adolygiad ymchwil. Mae hyn yn bennaf seiliedig ar ddiffiniadau, prosesau chwilio a sgrînio, a chanfyddiadau a gaed mewn proses o fapio systemaidd a wnaed gan SCIE (Carr a Clapton, 2007).

Mae'r adolygiad ymchwil hefyd yn edrych ar ymchwil ddiweddarach, a wnaed ers cyhoeddi canlyniadau'r broses fapio.

Defnyddiodd yr adolygiad ymchwil ddulliau adolygiad amrywiol EPPI-Centre (2006) sy'n cydymffurfio gyda'r canllawiau adolygu systemaidd a gynhyrchwyd yn ddiweddar gan SCIE (Coren a Fisher, 2006), ac fe'i cefnogwyd gan feddalwedd EPPI-Reviewer (Thomas a Brunton, 2006). Mae manylion llawn am fethodoleg yr adolygiad i'w cael yn yr atodiad technegol.

Mae gan yr adolygiad ymchwil ddwy elfen:

- adolygiad ar dystiolaeth ymchwil sy'n gwerthuso effaith hyfforddiant adfer ac ymyriadau galwedigaethol ar ganlyniadau nad ydynt yn alwedigaethol - hunan-barch neu ansawdd bywyd, er enghraifft.
- adolygiad ar dystiolaeth ynghylch y broses o ddarparu ymyriadau sy'n ceisio effeithio ar agweddau galwedigaethol ac agweddau nad ydynt yn alwedigaethol.

Goruwchwyliwyd yr adolygiad gwybodaeth (yr arolwg ymarfer a'r adolygiad ymchwil) gan Grwp Cynghori Prosiect a chan ymgynghorydd academiaidd.

## Prif ganfyddiadau

### Adolygiad ymchwil: astudiaethau canlyniadau

Roedd yr adolygiad ymchwil yn edrych ar y dystiolaeth sydd ar gael o ymchwil i ganlyniadau dulliau adfer galwedigaethol ac ar ganlyniadau nad ydynt yn alwedigaethol:

- Barnwyd fod dau ddeg un o werthusiadau yn gymwys i'w cynnwys a bod eu methodoleg yn ddibynadwy; fe'u cyhoeddwyd rhwng 1991 a 2006 ac roeddent yn gwerthuso amrediad o ymyriadau hyfforddiant a galwedigaethol yn y gymuned ac yn mesur canlyniadau agweddau galwedigaethol a rhai nad oedden nhw'n alwedigaethol.
- Digwyddodd y mwyafrif o'r astudiaethau yn yr Unol Daleithiau ( $n=16$ ), tair ym Mhrydain, un yng Nghanada ac un yn Ewrop.
- Ychydig o dystiolaeth oedd yn awgrymu bod gwahanol ddulliau o hyfforddiant galwedigaethol yn gwneud gwahaniaeth i ganlyniadau nad ydynt yn rhai galwedigaethol.
- Nid oedd y dystiolaeth ymchwil yn gyson. Roedd angysondebau mewn canfyddiadau ynghylch effaith hyfforddiant galwedigaethol ar hunan-barch,

- statws cymdeithasol ac ansawdd bywyd (gweler Adran 3.3.7).
- Er bod llawer o astudiaethau yn dangos bod ymyriad yn cael effaith, roedd llawer o astudiaethau eraill yn adrodd nad oedd tystiolaeth o effaith.
  - Y meysydd lle'r oedd effaith gyson oedd:
    - gwaith gwirfoddol a rhaglenni addysg wedi eu cefnogi yn cael effaith gadarnhaol ar hunan-barch, ym marn y cyfranwyr
    - rhaglenni addysg wedi'u cefnogi yn helpu cyfranwyr i ymdopi gyda straen astudio
    - gwaith gwirfoddol ac addysg yn dangos gwelliant mewn ansawdd bywyd
    - y rhan fwyaf o'r astudiaethau ar wasanaethau integredig yn dangos cynnydd mewn ymwneud â bywyd bob dydd a lleihad mewn symptomau iechyd meddwl.

Mae'r canfyddiadau yn dangos mai gwan yw'r cysylltiad rhwng cynhwysiad galwedigaethol a chanlyniadau nad ydynt yn rhai galwedigaethol - er bod ymyriadau a hyfforddiant galwedigaethol yn effeithio ar gynhwysiad galwedigaethol (Drake et al, 1996). Mae'n debygol fod effaith y rhaglenni ar ganlyniadau galwedigaethol a chanlyniadau nad ydynt yn rhai galwedigaethol yn dibynnu ar gynnwys a natur y rhaglenni unigol. Posibilrwydd arall yw bod ar ddefnyddwyr gwasanaeth angen mwy o amser, hyfforddiant neu addysg cyn i gynydd galwedigaethol ddechrau cael effaith ar agweddau mwy cyffredinol ar eu bywydau, y tu allan i'r lle gwaith. (Torrey et al, 2000).

#### Adolygiad ymchwil: astudiaethau o brosesau

- Barnwyd fod chwech gwerthusiad proses yn gymwys i'w cynnwys a bod eu methodoleg yn ddibynadwy; fe'u cyhoeddwyd rhwng 1992 a 2006. Cynhaliwyd pedwar yn yr Unol Daleithiau ( $n=4$ ) a dau ym Mhrydain.
- Roedd yr astudiaethau yn disgrifio amrediad eang o agweddau ar dulliau adfer mewn ymyriadau galwedigaethol.
- Er bod cyfoeth o awgrymiadau ynghylch adferiad yn yr astudiaethau hyn, ychydig o fanylion oedd ynddynt ynghylch y fecanwaith oedd ei hangen i wireddu'r awgrymiadau hynny neu ba ffactorau 'fyddai'n arwain at wasanaethau llwyddiannus neu aflwyddiannus.

#### Arolwg ymarfer

Mae'r arolwg ymarfer yn edrych ar wahanol ffyrdd y gall gwasanaethau galwedigaethol a hyfforddiant ymagweddu tuag at weithio gyda defnyddwyr i'w cefnogi i gael gwaith, addysg neu hyfforddiant er mwyn hwyluso'r broses o adferiad. Mae canfyddiadau yn dangos fod ymarferwyr yn defnyddio dulliau pobl-ganolog yn ogystal â dulliau yn seiliedig ar gryfderau unigolion. Roedd ymarferwyr yn credu yn y syniad o weithio gyda phobl i adeiladu ar eu cryfderau,

llwyddiannau ac amcanion. Roeddent hefyd yn darparu cefnogaeth i agweddau eraill ar fywydau defnyddwyr, yn cynnwys adegau pan fo iechyd meddwl yn fregus.

Roedd gwasanaethau hyfforddi a galwedigaethol yn ceisio darparu cyfleoedd i ddefnyddwyr i gefnogi ei gilydd mewn nifer o ffyrdd, ond roedd yn wasanaeth 'ychwanegol', yn hytrach nag yn ganolog i ddarpariaeth gwasanaethau. Roedd dulliau person-ganolog a dulliau cryfderau-ganolog yn dibynnu ar y berthynas rhwng defnyddwyr ac ymarferwyr unigol, ac roedd ychydig o densiwn rhwng datblygu perthynas weithiol dda gyda defnyddwyr ar yr un llaw a chyllidwyr oedd am weld canlyniadau mesuradwy ar y llall, fel sawl person oedd 'mewn swydd', er enghraifft.

Mewn llawer o amgylchiadau dylai gwasanaethau galwedigaethol a hyfforddiant gefnogi defnyddwyr i oresgyn y rhwystrau sydd rhyngddyn nhw a chyflogaeth. Y broblem a grybwyllwyd amlaf oedd yr angen i gefnogi pobl yn ystod y cyfnod cythryblus a chymhleth rhwng derbyn budd-daliadau a chychwyn ar addysg neu swydd lawn amser.

## Argymhellion

### Ar gyfer polisi ac ymarfer

- Datblygu dulliau amrywiol i gefnogi pobl ar wahanol bwyntiau yn y broses adferiad. Nid pawb sy'n gallu mynd yn syth i waith llawn amser, ond mae'n bosibl y bydd rhai angen cefnogaeth i ymchwilio i bosibliadau dychwelyd neu gychwyn ar waith yn y dyfodol.
- Darparu gwasanaethau hyfforddi a galwedigaethol integredig, fel y model leoli a chefnogaeth leol (placement and support, ISP), lle mae arbeniwigwr galwedigaethol yn ymuno â thîmau iechyd meddwl cymunedol.
- Parhau i adeiladu cefnogaeth gan gyd-ddefnyddwyr i'w galluogi i ddefnyddio gwasanaethau a manteisio ar brofiadau pobl eraill a dwyn ysbrydoliaeth ar gyfer eu proses adferiad eu hunain.
- Cael cyllid sicr i wasanaethau galwedigaethol a hyfforddiant sy'n cydnabod pwysigrywdd y gwaith. Darparu cyllid ychwanegol ar gyfer galluogi mwy o wasanaethau i gael polisi 'drws-agored', lle gall defnyddwyr barhau i ddefnyddio gwasanaethau ar ôl cychwyn gweithio.
- Gwasanaethau i barhau i drafod yr anghydbwysedd pwer rhwng defnyddwyr ac ymarferwyr ac effaith hynny ar y broses adferiad.
- Darparu cyngor dibynadwy ar y sytem fudd-daliadau. Mae angen i hyn fod yn rhan ganolog o unrhyw wasanaeth sy'n anelu at gefnogi pobl i gael mynediad i waith, addysg neu ffurfiau eraill ar alwedigaeth ystyrlon.

### Ar gyfer ymchwil pellach

- Archwilio'r ffordd y mae gwahaniaethu o ran hil, rhyw ac oed ynghyd â

ffactorau gormesol eraill yn gallu effeithio'r broses adferiad a sut mae gwasanaethau hyfforddi a galwedigaethol yn mynd i'r afael â'r materion hyn.

- Cynnal ymchwil defnyddwyr yn ystyried a yw gwasanaethau hyfforddi a galwedigaethol yn galluogi pobl i benderfynu ar ystyr 'gwaith ystyrllon' iddyn nhw, a'r hyn y maen nhw eisiau mewn bywyd, ynghyd â'r graddau y mae gwasanaethau wedi cefnogi hyn.
- Cynnal ymchwil defnyddwyr yn ystyried rôle gwasanaethau hyfforddi a galwedigaethol wrth ddylanwadu ar ddiffiniadau personol o 'ganlyniad wedi ei seilio ar adferiad'.
- Cynnal ymchwil defnyddwyr yn ystyried profiadau a barn darparwyr a defnyddwyr ar ddulliau sydd ag adferiad yn ganolog iddynt wrth ddarparu gwasanaethau hyfforddi a galwedigaethol.
- Cynnal treialon i ddarganfod effeithiolrwydd gwasanaethau hyfforddi a galwedigaethol ar ganlyniadau nad ydynt yn rhai galwedigaethol, er mwyn adeiladu ar y dystiolaeth ymchwil a ganfuwyd yn yr adolygiad ymchwil ar ganlyniadau.
- Ymgymryd ag ymchwil gwerthuso proses i ddatblygu modelau o wasanaethau sydd ag adferiad yn ganolog iddynt, er mwyn gwahaniaethu rhwng gwahanol gyfuniadau o wasanaeth, defnyddwyr a nodweddion cyd-destunol.
- Archwilio effaith gwasanaethau galwedigaethol, gweithio gyda chyflogwyr a darpar gyflogwyr er mwyn cefnogi unigolion ac annog cyfleoedd pellach i gyflogi pobl â phroblemau iechyd meddwl.

## Cyfeiriadau

Anthony, W.A. (1993) 'Recovery from mental illness: the guiding vision of the mental health service system in the 1990s', *Psychological Rehabilitation Journal*, vol 16, no 4, pp 11–23.

Carr, S. and Clapton, J. (2007) *The recovery approach in community-based vocational and training adult mental health day services*, Adults' Services Research Resource 03, London: Social Care Institute for Excellence ([www.scie.org.uk/publications/researchresources/rr03.asp](http://www.scie.org.uk/publications/researchresources/rr03.asp)).

Coren, E. and Fisher, M. (2006) *The conduct of systematic research reviews for SCIE knowledge reviews*, London: Social Care Institute for Excellence.

CSIP (Care Services Improvement Partnership), RCP (Royal College of Psychiatrists) and SCIE (Social Care Institute for Excellence) (2007) A common purpose: Recovery in future mental health services ([www.spn.org.uk/fileadmin/SPN\\_uploads/Documents/Papers/SPN\\_Papers/recovery2.pdf](http://www.spn.org.uk/fileadmin/SPN_uploads/Documents/Papers/SPN_Papers/recovery2.pdf)).

Drake, R., McHugo, G., Becker, D., Anthony, A. and Clark, R. (1996) 'The New Hampshire study of supported employment for people with severe mental illness', *Journal of Consulting Clinical Psychology*, vol 64, no 2, pp 391–9. EPPI-Centre

(2006) Social Science Research Unit, Institute of Education, University of London.

Tew, J. (2005) 'Core themes of social perspectives in social perspectives', in J. Tew (ed) *Mental health: Developing social models to understand and work with mental distress*, London: Kinglsey.

Thomas, J. and Brunton, J. (2006) *EPPI-Reviewer 3.0: Analysis and management of data for research synthesis*, EPPI-Centre software, London: Social Science Research Unit, Institute of Education.

Torrey. W., Mueser, K., McHugo G. and Drake, R. (2000) 'Self-esteem as an outcome measure in studies of vocational rehabilitation for adults with severe mental illness', *Psychiatric Services*, vol 55, pp 229–33.

Social Care Institute for Excellence Goldings House, 2 Hay's Lane London SE1 2HB  
Ffôn 020 7089 6840 ffacs 020 7089 6841 Ffôn Testun 020 7089 6893  
[www.scie.org.uk](http://www.scie.org.uk)

Elusen Gofrestredig rhif 1092778 Cwmni cofrestredig rhif 4289790