

Cefnogi Staff sy'n Profi Cam-drin Domestig yn ystod cyfnod o Gadw Pellter Cymdeithasol ac Ynysu



Cymorth i Ferched Cymru
Welsh Women's Aid

Cyflwyniad:

Mae cam-drin domestig yn batrwm o achosion o reolaeth, gorfodaeth, bygythiadau a / neu drais rhwng partneriaid agos, cyn-bartneriaid neu aelodau o'r teulu, a chaiff ei gyflawni gan amlaf yn y cartref. Gall hunanyysu a gweithio gartref, felly, ddwysáu'r gamdriniaeth i ddiodefwr a goroeswyr; i lawer o bobl, y gweithle yn aml yw'r unig ddihangfa oddi wrth eu drwgweithredwr.

Mae'r ddogfen hon yn tynnu sylw at faterion y gallai fod angen i reolwyr llinell eu hystyried o ran cefnogi aelodau tîm sy'n profi cam-drin domestig ac sy'n gweithio gartref.

Mae ynysu a chadw pellter cymdeithasol yn cynnig cyfleoedd pellach i ddrwgweithredwr cam-drin domestig ddyfeisio tactegau newydd i reoli o ystyried y newid mewn amgylchedd. Felly mae bod ar gael ac o gymorth i'ch holl staff yn ystod y cyfnod hwn yn hanfodol, a hefyd bydd deall y gall cynhyrchiant eich staff a'u cyfleoedd i weithio gartref fod yn wahanol i'w diwrnod gwaith arferol o gymorth wrth eu cefnogi yn ystod y cyfnod hwn.

Byddwch yn ystyriol os gwelwch yn dda o'ch staff sydd, o bosibl, wedi gwahanu oddi wrth eu partner camdriniol cyn hyn. Gall ynysu a chadw pellter cymdeithasol gynnig cyfle i gyn-bartneriaid ailgychwyn ymddygiad sy'n rheoli gan gynnwys, ymhlith pethau eraill, methu â chydymffurfio â gorchmynion amddiffyn cyfreithiol megis gorchmynion atal, gorchmyn peidio ag ymyrryd a gorchmynion cyswllt plant drwy beidio â dychwelyd plant yn dilyn cyswllt. Caiff hwn effaith ddirfawr ar staff sy'n profi'r gamdriniaeth ôl-wahanu hon.

Sut i gefnogi:

Mae darparu amgylchedd diogel a chefnogol i'r aelod o'ch tîm fedru siarad am ei phrofiad/brofiad gydag ymddiriedaeth a hyder yn hanfodol, ac felly dylai rheolwyr barhau i sicrhau yr ymdrinnir â sefyllfaoedd sy'n deillio o gam-drin domestig mewn ffordd ddiogel gan ddangos cydymdeimlad drwy:

- Cyfathrebu (siarad, yn ddelfrydol) ag aelodau'r tîm yn ddyddiol os yw'n bosibl. Mae'n hanfodol cytuno ar y ffordd hawsaf iddyn nhw a chadw at hon yn gyson fel rheolwr
- Sefydlu system côd geiriau gyda'r aelod o'r tîm i benderfynu a oes angen help arni/arno ai peidio

Sylwer os gwelwch yn dda y rhagwelir lefelau uwch o absenoldebau salwch yn ystod COVID-19 a dylid ystyried y posibilrwydd na fydd rheolwyr arferol ar gael ar fyr rybudd. Byddai'n fuddiol cael rheolwr dynodedig arall i fod yn ymwybodol o'r cynllun a wnaed uchod. Mae angen cyfleu hyn yn llawn i'ch staff o'r cychwyn cyntaf fel eu bod yn ymwybodol o bwy sy'n gwybod am eu profiadau a bod ganddynt rywfaint o reolaeth dros bwy sy'n gwybod.



Live Fear Free Helpline
Llinell Gymorth
Byw Heb Ofn
0808 80 10 800



Cymorth i Ferched Cymru
Welsh Women's Aid

Rhoi Merched a Phlant yn Gyntaf
Putting Women & Children First

Mae angen dewrder eithriadol i wneud datgeliad, hyd yn oed os yw'r aelod o'ch tîm yn gwybod eich bod eisoes yn ymwybodol ei bod/fod wedi profi cam-drin domestig. Mae'n hanfodol felly ein bod yn creu amgylchedd diogel i wneud datgeliad drwy:

- Diolch iddyn nhw a thawelu eu meddwl am ymddiried yn och.
- Peidio â gwneud addunedau na allwch eu cadw.
- Os oes amheuaeth, bod yn onest a gofyn am eglurhad 'Dydw i ddim yn siŵr a ydw i'n deall...'
- Cynnig dewsiadau ac opsiynau. Cyfeirio at wasanaethau arbenigol os yw'n briodol. Peidio â dweud wrthynt beth i'w wneud.
- Cadw'r ffiniau a deall cyfyngiadau eich rôl, nid ydych yn gwmselydd ac mae angen i chi ofal amdanoch chi eich hun hefyd.
- Rhoi cymorth cychwynnol – bod yn glir ynghylch y cymorth sydd ar gael yn y gweithle e.e. cynllun lles y cwmni.
- Trafod sut y gall y sefydliad gyfrannu at gynllunio diogelwch drwy newid trefniadau gweithio a chael côd geiriau yn ystod cyswllt.
- **Eu cyfeirio at Linell Gymorth Byw Heb Ofn ar 0808 80 10 800.**

Cynigiwch y canllawiau canlynol i unrhyw un sy'n profi camdriniaeth ddomestig:

Cadw ffôn symudol wedi'i wefru gyda nhw bob amser, a pheidio ag oedi rhag ffonio 999 os ydynt yn teimlo eu bod mewn perygl. Sicrhewch eu bod yn gwybod am y System Ateb Tawel – os na allant siarad, gallant bwysu 55 fel bod y person sy'n cymryd yr alwad yn ymwybodol eu bod mewn perygl ac yn methu â siarad.

Dweud wrth rywun y maen nhw'n ymddiried ynnddi/ynddo a rhoi gwybod iddi/iddo y gallant fod mewn perygl gan eu partner neu aelod o'r teulu. Gallant drefnu côd cyfrinachol gyda rhywun sy'n byw gerllaw iddynt (megis ffonio a therfynu'r alwad cyn siarad, neu anfon neges destun wag), sy'n rhoi gwybod i'r person bod angen help arnynt.

Cael cymorth arbenigol: mae Llinell Gymorth Byw Heb Ofn 0808 80 10 800 ar gael 24/7 i gael cymorth a chynghor cyfrinachol am ddim. Mae sawl ffordd o gysylltu â'r Llinell gymorth a gellir dod o hyd iddynt ar y wefan ganlynol, mae botwm ymadael cyflym ar y wefan hefyd i fynd â nhw i dudalen anamlwg pe bai angen ymadael â'r wefan <https://www.welshwomensaid.org.uk/what-we-do/our-services/live-fear-free-helpline/>

Troi at wasanaeth cymorth cam-drin domestig arbenigol lleol yn eu hardal am gymorth parhaus a lloches os oes angen, heb i'w partner wybod. Gall Llinell Gymorth Byw Heb Ofn 0808 80 10 800 ddarparu manylion cyswllt ar gyfer atgyfeiriadau i wasanaethau yn eu hardal, neu gallant eu chwilio ar-lein. Os ydynt yn chwilio ar-lein, dylent gofio y gallai partner neu aelod o'r teulu fod yn olrhain eu hanes chwilio – dylent geisio defnyddio cyfrifiadur nad oes ganddynt fynediad ato (e.e. gwaith)

Cadw cofnod: meddyliwch am ffyrdd diogel y gallai gasglu tystiolaeth am ymddygiad eu drwgweithredwr. Gallant wneud nodiadau am ddigwyddiadau cam-drin, gan gynnwys amserau, dyddiadau, enwau a manylion o sut y gwnaeth iddynt deimlo. Gallai gadw unrhyw negeseuon camdriniol. Fodd bynnag, dylent sicrhau nad ydynt wedi'u storio unrhyw le (yn gorfforol nac yn ddigidol) lle y gallai partner/aelod o'r teulu ddod o hyd iddynt.



Live Fear Free Helpline Llinell Gymorth
Byw Heb Ofn
0808 80 10 800



Cymorth i Ferched Cymru
Welsh Women's Aid
Rhoi Merched a Phlant yn Gyntaf
Putting Women & Children First

Mewn argyfwng: Os yw'r drwgweithredwr yn eu bygwth, yn ymosod arnynt neu'n eu dilyn, dylent ffonio 999 cyn gynted â phosibl.

Gallant hefyd:

Cynllunio llwybr dianc – dylent feddwl am ble y gallant fynd i alw'r heddlu neu rybuddio cymydog, a chynllunio lle i gyfarfod â'u plant os cânt eu gwahanu.

Dysgu eu plant sut i ffonio 999 mewn argyfwng

Osgoi ystafelloedd fel yr ystafell ymolchi, y gegin neu'r garej, lle mae gwrthrychau a allai cael eu defnyddio i'w niweidio nhw

Os na allant fynd allan o'r tŷ, baricedio neu gloi eu hunain mewn ystafell, lle gellir ffonio'r heddlu a chysylltu â ffrindiau, teulu neu gymdogion

Symud i rannau o'u cartref lle mae'r risg yn is, lle mae llwybr dianc neu fynediad at ffôn

Nodyn Pwysig am Dorri Cyfrinachedd:

Mewn amgylchiadau pan na ellir gwarantu cyfrinachedd, e.e. pan fo pryderon ynghylch plant neu oedolion bregus neu pan fo angen i Wasanaeth Sifil Cymru weithredu i amddiffyn diogelwch gweithwyr cyflogedig – cyn belled ag y bo modd, dim ond ar sail yr angen i wybod y caiff gwybodaeth ei rhannu a hynny yn unol â gweithdrefnau diogelu eich sefydliad eich hun.

Mewn amgylchiadau pan fo rhaid i chi dorri cyfrinachedd, trafodwch hyn gyda'r gweithiwr er mwyn esbonio pam mae hyn yn digwydd, gan geisio cytundeb y gweithiwr pan fo'n bosibl.

Llinell Gymorth Byw Heb Ofn

Mae Llinell Gymorth Byw Heb Ofn ar agor 24 awr 7 diwrnod yr wythnos ac mae'n rhad ac am ddim i gysylltu. Gallant roi cymorth a chyngor i:

- Unrhyw un sy'n profi cam-drin domestig
- Unrhyw un sy'n adnabod rhywun sydd angen cymorth. Er enghraifft, ffrind, aelod o'r teulu neu gydweithiwr
- Ymarferwyr sy'n ceisio cyngor proffesiynol

Mae pob sgwrs gyda Byw Heb Ofn yn gyfrinachol, gan staff sy'n brofiadol iawn ac wedi'u hyfforddi'n llawn.

Ffôn: 0808 80 10 800

Neges destun: 07860 077333

Ebost: info@livefearfreehelpline.wales

Gwasanaeth sgwrs fyw: <https://gov.wales/live-fear-free/domestic-abuse-wales>

Hyrwyddwch y wybodaeth uchod am Llinell Gymorth Byw Heb Ofn yn eich gweithle, os gwelwch yn dda, e.e. ei chynnwys ar eich llofnod ebost, ei rhoi yn llawlyfr y staff, ei gosod ar fewnrwyd y staff.



Live Fear Free Helpline
Llinell Gymorth Byw Heb Ofn
0808 80 10 800



Cymorth i Ferched Cymru
Welsh Women's Aid

Rhoi Merched a Phlant yn Gyntaf
Putting Women & Children First