Wales Centre for Public Policy
Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru

Briff ar Bolisi
Chwefror 2026

Beth sy'n gweithio i atal a mynd i'r afael â stigma tlodi?

Gwybodaeth allweddol o adolygiad cyflym o dystiolaeth

gan Alexander Jones
a Charlotte Morgan

Cefndir

Canfu adolygiad yn 2022 o strategaethau, rhaglenni ac ymyriadau rhyngwladol ynghylch tlodi ac allgáu cymdeithasol, a gynhaliwyd gan Ganolfan Polisi Cyhoeddus Cymru ar gyfer Llywodraeth Cymru, fod mynd i'r afael â stigma yn flaenoriaeth allweddol i bobl sy'n profi tlodi (Carter et al., 2022). Y rheswm am hyn yw bod stigma tlodi yn niweidio iechyd meddwl pobl a gall eu hatal rhag cael gafael ar gymorth a chyfranogi'n llawn yn eu cymuned.

Er mwyn adeiladu ar y gwaith hwn ar gyfer Llywodraeth Cymru, ac i lywio polisi a dulliau ymarfer o fynd i'r afael â stigma tlodi yng Nghymru ar lefel leol, fe wnaethom gomisiynu'r Gynghrair Tlodi ac Uned Ymchwil Anghydraddoldeb Tlodi'r Alban (SPIRU) i gynnal adolygiad cyflym o dystiolaeth (RER) ar sut mae stigma tlodi wedi cael ei atal neu ei daclo'n effeithiol drwy bolisi ac ymarfer, yn y DU ac yn rhyngwladol (Robertson et al., 2025). Mae'r briff ar bolisi hwn yn rhoi trosolwg o'r prif ganfyddiadau.

Nid oes diffiniad o stigma tlodi sy'n cael ei dderbyn yn gyffredinol. Yma, diffinnir stigma tlodi fel 'y mathau cyfunol o stigma y mae pobl sy'n byw ar incwm isel yn eu profi' (Inglis et al., 2024a, t. 1). Gall stigma tlodi fod ar sawl ffurf:

1. **Stigma a dderbynnir:** math o wahaniaethu wedi'i gyfeirio at berson oherwydd bod ganddo incwm isel.
2. **Stigma a ragwelir:** pryder unigolyn y bydd eraill yn ei drin yn annheg oherwydd bod ganddo incwm isel.
3. **Hunan-stigma:** mae'n digwydd pan fydd pobl ar incwm isel yn mewnoli stereoteipiau negyddol ac yn cymhwyso'r rhain iddyn nhw eu hunain.
4. **Stigma strwythurol canfyddedig:** sy'n ymwneud â chredoau unigolion am sut mae pobl ar incwm isel yn cael eu trin gan sefydliadau, gwasanaethau cyhoeddus neu lunwyr polisïau.

Mae'n effeithio ar bron i un o bob pedwar (24%) oedolyn yng Nghymru, yn enwedig pobl anabl, pobl ifanc, y rheini ar incwm isel a rhentwyr (Inglis et al., 2024b), ac mae stigma tlodi yn ysgogi teimladau o gywilydd, ofn a thristwch (Tyler, 2020), ar draul iechyd meddwl a lles (Inglis et al., 2023; Grŵp Tlodi Plant Senedd yr Alban (CPG) ar Dlodi, 2023). Mae Strategaeth Tlodi Plant Cymru (2024) Llywodraeth Cymru yn ymrwymo i herio stigma tlodi. Ei nod yw sicrhau bod plant, pobl ifanc a'u teuluoedd yn profi urddas a pharch ym mhob rhyngweithiad â phobl a gwasanaethau, tra'n derbyn y gefnogaeth sydd ei hangen arnynt (Amcan 4). Yn y cyd-destun hwn, nod y RER hwn yw llywio polisi ac ymarfer yng Nghymru. Mae canfyddiadau'r RER hefyd wedi cael eu defnyddio i lywio polisi ac ymarfer yn fwy penodol yn Abertawe gan fod y Cyngor wedi diffinio mynd i'r afael â stigma tlodi fel amcan allweddol yn ei Strategaeth Tlodi Plant.

Er bod y papur briffio hwn yn canolbwyntio ar ffyrdd o atal neu fynd i'r afael â stigma tlodi, y ffordd fwyaf effeithiol o fynd i'r afael â stigma tlodi yw lleihau tlodi ei hun – drwy gynyddu incwm a lleihau costau i'r rheini sydd ar yr incwm isaf. Yng Nghymru, lle mae pwerau dros nawdd cymdeithasol yn gyfyngedig, mae hyn yn tanlinellu'r angen i barhau i weithredu i liniaru'r niwed a achosir gan fyw mewn tlodi, gan gynnwys stigma tlodi.

Mae gweddill y papur briffio hwn wedi'i strwythuro fel a ganlyn:

(1) yn gyntaf, rydym yn amlinellu dull yr adolygiad cyflym o'r dystiolaeth;

(2) yn ail, rydym yn trafod y prif ganfyddiadau; ac yn drydydd

(3), rydym yn cloi gyda chyfres o argymhellion ar gyfer dileu stigma gwasanaethau i bobl sy'n profi tlodi.

Methodoleg

Roedd yr adolygiad yn canolbwyntio ar un cwestiwn ymchwil: **'beth sy'n gweithio i atal a mynd i'r afael â stigma tlodi drwy bolisi ac arferion cyhoeddus?**', gyda'r nod o nodi beth sy'n gweithio, i bwy, ac o dan ba amodau. I wneud hyn, mabwysiadodd yr adolygiad ddull systematig o nodi, asesu a chyfosod tystiolaeth ar fynd i'r afael â stigma tlodi a'i leihau. Roedd hyn yn cynnwys cwmpasu llenyddiaeth academaidd a llwyd i ddechrau, proses sgrinio pum cam, ac arfarniad manwl o bapurau ymchwil. At ei gilydd, roedd 23 papur yn bodloni'r meini prawf cynhwysiant ar gyfer yr adolygiad ar draws ystod o feysydd polisi gan gynnwys tai, cymorth bwyd, nawdd cymdeithasol ac addysg. O'r dystiolaeth a adolygwyd, dim ond nifer fach o ymyriadau sydd wedi cael eu gwerthuso, ac ychydig iawn ohonynt y gellid eu disgrifio fel gwerthusiad cadarn. Felly, mae'r adolygiad yn bennaf yn defnyddio tystiolaeth a gwersi o ymchwil nad yw wedi cael ei werthuso. Mae'r ymchwil yn edrych ar sut gall y gwasanaethau hyn, sy'n ceisio cefnogi pobl mewn tlodi, gael eu dylunio a'u darparu mewn ffordd nad yw (yn anfwriadol yn aml) yn creu stigma tlodi.

Yn ogystal â'r gwaith cyhoeddedig a drafodir yma, rydym yn defnyddio'r Cyfeiriadur Trechu Tlodi'n Lleol, a gynhelir gan SPIRU. Mae'r cyfeiriadur hwn yn arddangos astudiaethau achos o waith lleol sy'n ceisio mynd i'r afael â thlodi, ynghyd â chanllawiau ar ddyblygu. Er bod y cyfeiriadur yn canolbwyntio ar fynd i'r afael â thlodi yn ehangach, gellir defnyddio ei swyddogaeth chwilio i hidlo astudiaethau achos sydd ag elfen o stigma tlodi. Mae tystiolaeth yn sail i lawer o'r astudiaethau achos hyn, fodd bynnag, pwrpas y Cyfeiriadur yw rhannu'r holl arferion, gan gynnwys gwaith sy'n dod i'r amlwg a'r rhai sydd wedi bod yn llai llwyddiannus, y gellir dysgu ohonynt.

Y prif ganfyddiadau

Dyluniad gwasanaethau

Mae dyluniad gwasanaethau cyhoeddus ac elusennol yn allweddol i sicrhau eu bod yn atal yn hytrach na chreu stigma. Mae ymchwil wedi tynnu sylw at bwysigrwydd dylunio sy'n canolbwyntio ar y defnyddiwr, sy'n cynnwys pobl sydd â phrofiad bywyd o ddylunio, darparu a gwerthuso. Mae dulliau allweddol eraill yn cynnwys awtomeiddio, dulliau arian parod yn gyntaf a chydleoli gwasanaethau.

Datgelodd ymchwiliad diweddar i stigma tlodi yn yr Alban awydd i ddylunio gwasanaethau sy'n canolbwyntio ar y defnyddiwr, gan flaenoriaethu anghenion pobl ar yr un pryd â rhoi urddas a pharch iddynt (Grŵp Trawsbleidiol ar Dlodi Senedd yr Alban 2023). Roedd hyn ochr yn ochr â'r angen i gynnwys pobl sydd â phrofiad bywyd o ddylunio, darparu a gwerthuso gwasanaethau cyhoeddus.

Enghraifft

Fforwm Ar-lein Profiadau Bywyd

Nod Fforwm Ar-lein Profiadau Bywyd Cyngor Swydd Aberdeen yw darparu sianel i'r rheini sy'n profi tlodi roi adborth ar "wasanaethau lliniaru tlodi". Mae'r fforwm hwn yn bodoli i gefnogi'r Cyngor i wella'r modd y darperir gwasanaethau.

Ffynhonnell: SPIRU (n.d.,a)

Dylunio gwasanaethau

Awtomeiddio gwasanaethau a dulliau arian parod yn gyntaf

Mae nifer o enghreifftiau (o'r Alban) o wasanaethau sy'n herio stigmateiddio pobl mewn tlodi i bob pwrpas drwy awtomeiddio cymhwysedd a mabwysiadu dulliau arian parod yn gyntaf (Grŵp Trawsbleidiol ar Dlodi Senedd yr Alban, 2023). Yma, mae awtomeiddio yn cyfeirio at ddileu prosesau ymgeisio am fudd-daliadau yn seiliedig ar yr hawliau presennol. Mae dull arian parod yn gyntaf yn ddewis amgen i dalebau a pharseli bwyd, gan alluogi urddas a dewis, yn ogystal â grymuso pobl i wneud y dewisiadau gorau posibl ar gyfer eu haelwydydd a'u teuluoedd (Grŵp Trawsbleidiol ar Dlodi Senedd yr Alban 2023).

Yn ystod digwyddiad trafod a gynhaliwyd gydag aelodau Senedd yr Alban a phobl â phrofiad bywyd o stigma sy'n gysylltiedig â thlodi, canfu Grŵp Trawsbleidiol ar Dlodi Senedd yr Alban (2023) fod awtomeiddio Grantiau Dillad Ysgol gan Gyngor Dinas Glasgow yn 2017 a phrydau ysgol am ddim awtomataidd yn ystod Covid-19 wedi lleihau stigma drwy ddileu'r angen am geisiadau dro ar ôl tro, gyda rhieni'n siarad am y 'rhyddhad anhygoel' roeddent yn ei deimlo drwy beidio â gorfod wynebu eu statws fel hawlwyr dro ar ôl tro. Roedd adolygiad cyflym o stigma sy'n gysylltiedig â defnyddio banciau bwyd a darparu bwyd fforddiadwy yn Birmingham (y DU) yn argymell blaenoriaethu dulliau arian parod yn gyntaf, fel budd-daliadau digonol a pholisïau Cyflog Byw i atal dibyniaeth ar fanciau bwyd a galluogi dinasyddion i wneud dewisiadau wrth gyrchu bwyd (Cyngor Dinas Birmingham, dim dyddiad). Yn yr un modd, mae prosiect Menu for Change yr Alban yn hyrwyddo cynyddu incwm drwy daliadau arian parod i liniaru tlodi bwyd (Y Rhwydwaith Cymorth Bwyd Annibynnol, dim dyddiad).

"Mae dull arian parod yn gyntaf yn osgoi stigma, yn grymuso pobl i wneud y dewisiadau gorau ar gyfer eu haelwydydd a'u teuluoedd, ac yn dangos ymrwymiad i gynnwys llais teuluoedd incwm isel mewn penderfyniadau polisi sydd wedi'u cynllunio i fynd i'r afael â thlodi."

(Grŵp Trawsbleidiol ar Dlodi Senedd yr Alban 2023: t.37)

Dylunio gwasanaethau

Cydleoli gwasanaethau

Archwiliodd Carrick et al. (2017) sut roedd cydleoli gweithwyr/gwasanaethau cynghori mewn tri phractis meddyg teulu yn yr Alban yn lleihau stigma sy'n gysylltiedig â hawlio budd-daliadau nawdd cymdeithasol. Ymysg 35 o gleifion, roedd y rhan fwyaf yn teimlo llai o stigma ac yn dweud bod ganddynt well hunan-werth ar ôl cael mynediad at weithwyr cynghori. Roedd ffactorau allweddol o ran lleihau stigma yn cynnwys atgyfeiriadau gan staff meddygol dibynadwy a chael cymorth gan gynghorwyr anfeirniadol. Yn yr un modd, canfu Baskin et al. (2023), yn dilyn astudiaeth achos aml-safle a oedd yn edrych ar 6 gwasanaeth cymunedol / iechyd meddwl a llesiant, bod cydleoli gwasanaethau wedi helpu i leihau stigma drwy greu amgylcheddau seicolegol ddiogel ac anfeirniadol drwy ddatgysylltu â gwasanaethau iechyd clinigol a thrwy greu diwylliant o gyfeillgarwch, empathi ac ymddiriedaeth, gan adael defnyddwyr gwasanaeth â theimlad o urddas a pharch (Baskin et al. 2023).

Diogelu rhag tlodi mewn ysgolion

Nod rhaglenni Diogelu Rhag Tlodi ar Ddiwrnod Ysgol (Plant Gogledd Ddwyrain Lloegr) a Chost Diwrnod Ysgol (Grŵp Gweithredu Tlodi Plant, mewn partneriaeth â Phlant Gogledd Ddwyrain Lloegr) yw mynd i'r afael â stigma tlodi mewn ysgolion drwy nodi a chael gwared ar rwystrau i ddysgu sy'n gysylltiedig â thlodi. Drwy archwiliadau mewn ysgolion gyda disgyblion, staff a rhieni, mae ysgolion sy'n cymryd rhan yn rhoi newidiadau ar waith fel darpariaeth brecwast gyffredinol, cynlluniau gwisg ysgol fforddiadwy, a chyfathrebu heb stigma. Canfu gwerthusiadau o'r rhaglenni hyn fanteision gan gynnwys costau ysgol is, gwell presenoldeb a chyrhaeddiad, mwy o ddefnydd o brydau am ddim a theithiau ysgol, a gwell llesiant i deuluoedd (Laing et al., 2023; Mazzoli-Smith a Todd, 2016). Roedd llwyddiant y rhaglenni'n dibynnu ar gymorth gan arweinwyr a staff ymroddedig (Laing et al., 2023), er y dylid cydnabod na all ysgolion fynd i'r afael â llawer o achosion sylfaenol stigma.

Tai ac adfywio lleol

Mae'r dystiolaeth ar ymyriadau i leihau stigma sy'n seiliedig ar leoedd drwy dai ac adfywio yn gymysg. Canfu Ejiogu a Denedo (2021) fod mesurau fel polisïau adfywio a deiliadaeth gymysg, diwygiadau cynllunio, hyfforddiant staff, a chyfranogiad tenantiaid wedi cael effaith gyfyngedig, yn aml oherwydd eu bod yn mynd i'r afael â symptomau yn hytrach na'r perthnasoedd pŵer (er enghraifft rhwng landlordiaid tai cymdeithasol a thenantiaid) sy'n sail i stigma. Maent yn dadlau bod herio stigma tai cymdeithasol yn gofyn am ddull gweithredu ar y cyd sy'n seiliedig ar hawliau sy'n ystyried tai fforddiadwy fel 'hawl ddynol sylfaenol' (2021, t.8).

Yn yr un modd, mae Carnegie et al., (2018) yn archwilio cymysgu incwm / deiliadaeth mewn tair cymdogaeth yn Nulyn ac yn adrodd am ganlyniadau cymysg ar leihau stigma sy'n gysylltiedig â lle; er bod cymysgu incwm / deiliadaeth wedi arwain at ganfyddiadau allanol cadarnhaol mewn perthynas ag un o'r cymdogaethau, cafodd canfyddiadau mewnol o stigma mewn cymdogaethau eu gwaethygu oherwydd 'gwrthdaro sylweddol rhwng preswylwyr preifat a chyhoeddus' (Carnegie et al., 2018, t. 16). Mae Carnegie et al. yn cloi drwy bwysleisio pwysigrwydd ystyried cyd-destunau economaidd-gymdeithasol a marchnadoedd tai wrth ddylunio rhaglenni cymysgu deiliadaeth i fynd i'r afael â stigmateiddio tai cyhoeddus. Er enghraifft, canfu'r ymchwil ei bod yn anodd cymysgu deiliadaeth mewn cymdogaethau sydd wedi'u stigmateiddio'n fawr, gyda thai'n anodd eu gwerthu.

Hyfforddiant ac ymwybyddiaeth

Nodwyd tri phapur a oedd yn canolbwyntio ar leihau stigma tlodi drwy hyfforddiant ymarferwyr iechyd a gofal cymdeithasol (Gupta, 2015; Beddoe a Keddell, 2016; Murray et al., 2022).

Mae Beddoe a Keddell (2016) yn archwilio'r defnydd o astudiaethau achos cymhleth a realistig i ddod â lleisiau 'defnyddwyr gwasanaeth' i'r ystafell ddosbarth. Yn sail i'r dull hwn mae'r dybiaeth y gallai clinigwyr dan hyfforddiant fod â gwybodaeth gyfyngedig am heriau byw mewn tlodi, a allai arwain at stigmateiddio arferion. Gall ymarferion efelychu tlodi helpu ymarferwyr a chlinigwyr i ddeall sut y gall tlodi effeithio ar iechyd a lles. Fodd bynnag, ni ddarperir unrhyw dystiolaeth o effaith. Mae tystiolaeth gryfach o effeithiolrwydd mewn perthynas ag efelychiadau tlodi yn Murray et al., (2022).

Roedd yr ymchwil hon yn archwilio effaith chwarae rôl efelychu tlodi (y cyfeirir ato fel 'hyfforddiant cymhwysedd diwylliannol') ar agweddau ymarferwyr gofal iechyd yr Unol Daleithiau tuag at dlodi. Gan ddefnyddio 'Graddfa Agweddau at Dlodi', dangosodd y canlyniadau welliannau parhaus mewn agweddau tuag at dlodi dros gyfnod o chwe mis, gyda chyfranogwyr yn adrodd am fwy o ymwybyddiaeth, tosturi ac empathi, a llai o farnu ynghylch eu cleifion incwm isel (Murray et al., 2022).

Mae Gupta (2015) yn disgrifio gweithdy ar dlodi a chywilydd a oedd â'r nod o lywio'r gwaith o ddatblygu rhaglen hyfforddi ar gyfer gweithwyr cymdeithasol. I wneud hyn, daeth y gweithdy ag academyddion, ymarferwyr ac aelodau teuluoedd sy'n byw mewn tlodi a gyda phrofiad o wasanaethau amddiffyn plant (CPS), ynghyd. Rhannodd rhieni eu profiadau cadarnhaol a negyddol o CPS a thlodi a chywilydd. Roedd profiadau cadarnhaol yn cynnwys gweithwyr cymdeithasol yn treulio amser yn dod i adnabod rhieni, yn hytrach na'u trin fel ymarfer 'ticio blychau'.

Enghraifft

Think Poverty

Mae Think Poverty yn rhaglen hyfforddi sy'n cael ei rhedeg gan Gyngor Falkirk, sy'n ceisio codi ymwybyddiaeth o dlodi a herio'r stigma sy'n gysylltiedig â hynny. Mae staff yn cael eu herio i gael profiad o broses wneud penderfyniadau pobl sy'n byw mewn tlodi drwy weithgareddau cyllidebu. Dywedir bod y rhaglen yn gwella dealltwriaeth ac yn cynyddu empathi ymhlith staff.

Ffynhonnell: SPIRU (n.d.,b)

Nawdd cymdeithasol

Mae dwy astudiaeth ddiweddar yn darparu tystiolaeth ar leihau stigma tlodi a chynyddu'r nifer sy'n hawlio budd-daliadau nawdd cymdeithasol (Lasky-Fink a Linos, 2023; Cynghrair Tlodi, 2024).

Archwiliodd Lasky-Fink a Linos (2023) effaith dileu stigmateiddio iaith wrth gyfathrebu â phreswylwyr. Canfu'r awduron fod 'newidiadau cynnil i fframio' mewn llythyrau at breswylwyr yn cynyddu ymgysylltu â chymorth rhent 36%, a cheisiadau 18%. Roedd newidiadau cynnil i iaith yn cynnwys tynnu sylw at y ffaith mai bwriad y rhaglen oedd cefnogi preswylwyr cymwys i gael y cymorth roeddent yn ei haeddu (mynd i'r afael â stigma disgwyliedig posibl) a phwysleisio nad oedd bai ar neb os oeddent yn cael trafferth talu eu rhent (mynd i'r afael â stigma mewnol posibl).

Roedd ymchwil panel dinasyddion y Gynghrair Tlodi (2024) yn argymell nifer o fesurau i leihau stigma a chynyddu'r nifer sy'n hawlio budd-daliadau, gan gynnwys:

- Cymorth eiriolaeth;
- Hyfforddi staff;
- Symleiddio prosesau hawlio drwy awtomeiddio a 'phasbortio';
- Ymgyrch ymwybyddiaeth gyhoeddus;
- Gwasanaethau gwybodaeth a chymorth drwy bwyntiau mynediad lleol y gellir ymddiried ynddynt;
- Iaith heb stigma; a
- Gwybodaeth wedi'i thargedu am hawliau pobl sy'n dioddef cam-drin domestig i gael budd-daliadau.

Enghraifft

Arweinlyfr Stigma Fife

Mae Arweinlyfr Stigma Fife yn arweinlyfr sydd wedi'i ddylunio i hyrwyddo a gwella arferion ar draws ystod eang o ddarparwyr gwasanaethau sy'n ymgysylltu â phobl sy'n profi tlodi. Dywedir bod yr arweinlyfr hwn wedi grymuso defnyddwyr a darparwyr gwasanaethau i herio'n hyderus ymddygiadau sy'n stigmateiddio ac i ystyried sut gall iaith achosi stigma.

Ffynhonnell: SPIRU (n.d.,c)

Bwyd

Mae sawl astudiaeth wedi canfod y gall cynlluniau cymorth bwyd – fel prydau ysgol am ddim a banciau bwyd neu dalebau bwyd – stigmateiddio pobl mewn tlodi (Domina et al., 2024; Parikidou et al., 2019). Fodd bynnag, mae tystiolaeth hefyd yn dangos bod modd darparu cymorth bwyd mewn ffyrdd sy'n atal neu'n lleihau stigma tlodi.

Nodwyd tri phapur drwy'r adolygiad a oedd yn darparu tystiolaeth ar ddulliau o ymdrin â phrydau ysgol am ddim fel ffordd o fynd i'r afael â stigma tlodi (CPAG, 2023; Cyngor Dinas Birmingham, dim dyddiad; Domina et al., 2024).

Ar sail ymchwil gydag ysgolion a theuluoedd yn Llundain, argymhellodd y Grŵp Gweithredu ar Dlodi Plant (CPAG) fân newidiadau i ddarparu prydau ysgol am ddim a allai wneud 'gwahaniaeth mawr i brofiad pobl ifanc o fwyd ysgol' (2023). Roedd yr argymhellion yn cynnwys mwy o hyblygrwydd a dewis o ran prydau ysgol am ddim, gan gynnwys treigl arian a ffordd gynnil o gasglu pecynnau bwyd.

Gwerthusodd Domina et al., (2024) effaith darpariaeth prydau bwyd am ddim i bawb ar gyfraddau gwahardd dros dro mewn ysgolion yn yr Unol Daleithiau sydd â chyfraddau uchel o dlodi plant. Wrth wneud hynny, canfu Domina et al., drwy ddileu gwahaniaethau rhwng myfyrwyr a oedd yn cael prydau ysgol am ddim neu am bris gostyngol a'r rhai nad oeddent yn cael prydau ysgol am ddim, fod yr ymyriad wedi cyfrannu at leihau stigma tlodi. Wrth leihau'r stigma a brofir gan fyfyrwyr sydd dan anfantais economaidd, cyfrannodd yr ymyriad at ddiwygiadau ymddygiadol ehangach ymhlith myfyrwyr drwy welliannau i gyfraddau gwahardd dros dro (Domina et al., 2024). Yn yr un modd, canfu adolygiad o dystiolaeth genedlaethol a rhyngwladol ar botensial prydau ysgol am ddim i bawb i liniaru stigma, fod darpariaeth gyffredinol yn lleihau stigma oherwydd absenoldeb cysylltiad â nawdd sy'n seiliedig ar brawf modd (James, 2024).

Mae ymchwil ar hybiau bwyd[1] a banciau bwyd yn nodi nodweddion darpariaeth a all naill ai greu neu helpu i leihau stigma tlodi. Ar y naill law, mae Psarikidou et al., (2019) yn tynnu sylw at allu cyfyngedig yr hybiau bwyd yn eu hastudiaeth i oresgyn stigma tlodi. Wedi'u lleoli mewn ardaloedd difreintiedig trefol, roedd yn ymddangos bod yr hybiau bwyd yn 'priodoli ac yn atgynhyrchu naratifau presennol stigmateiddio neu hyd yn oed yn galluogi prosesau newydd o stigmateiddio drwy sgyrsiau ac arferion'. Priodolwyd hyn i'r hybiau bwyd sy'n defnyddio strategaethau rheoli stigma unigol yn bennaf i fynd i'r afael â thlodi bwyd, fel canolbwyntio ar wella sgiliau coginio a TGCh pobl, gan atgyfnerthu stereoteipiau diffyg gwybodaeth (Psarikidou et al., 2019).

1 Mae Hybiau Bwyd Lleol yn sianel ddosbarthu leol sy'n ceisio ailgysylltu cynhyrchwyr lleol ar raddfa fach â defnyddwyr (Psarikidou et al., 2019, t. 2)

Ar y llaw arall, mae tystiolaeth yn awgrymu y gall banciau bwyd a modelau bwyd fforddiadwy helpu i liniaru stigma a chywilydd os ydynt yn sicrhau amgylcheddau ffisegol a chymdeithasol croesawgar a chadarnhaol, gan bwysleisio pwysigrwydd cyfeillgarwch gwirfoddolwyr (Cyngor Dinas Birmingham, n.d; Purdam et al., 2015; Garthwaite, 2016; McNaughton et al., 2021). Er enghraifft, mewn astudiaeth ethnograffig o 2016, roedd gwirfoddolwyr a gyfwelwyd yn 'ceisio creu awyrgylch hamddenol ac anfeirniadol' i leddfu teimladau o stigma a oedd wedi'u pennu ymlaen llaw; 'cafodd byrddau eu sefydlu ar ffurf caffi... gyda phlatiau o fisgedi a bowlenni crisial o siwgr ar y top' (Garthwaite, 2016: 282).

Nododd CPCC ddau bapur a oedd yn canolbwyntio ar fynd i'r afael â stigma tlodi drwy gymorth bwyd (Brennan-Tovey et al., 2023; Ranta et al., 2024). Mae Ranta et al., (2024) yn archwilio safbwyntiau defnyddwyr o archfarchnadoedd cymdeithasol fel dewis amgen i fanciau bwyd yn Nwyrain Sussex (De Lloegr). Fel Cyngor Dinas Birmingham, n.d.), cafodd y ffyrdd y cafodd y gwasanaeth ei ddarparu – awyrgylch cyfeillgar, cyd-destun cymdeithasol a rhyngweithio, a chefnogaeth a ddarparwyd y tu hwnt i gael gafael ar fwyd – eu canmol am helpu i leihau stigma, er na chafodd teimladau o embaras wrth ddefnyddio archfarchnadoedd cymdeithasol eu dileu ymysg defnyddwyr. Cynhaliodd Brennan-Tovey et al., (2023) astudiaeth achos ethnograffig ar raddfa fach i archwilio profiadau defnyddwyr o "bŵer stigma", hynny yw, lle defnyddir stigma i 'ecsbloetio, rheoli neu eithrio eraill' (Brennan-Tovey et al., 2023, t. 780), a "strategaethau gwrth-stigma" a ddefnyddiwyd mewn canolfan fwyd annibynnol yng ngogledd ddwyrain Lloegr. Nod yr hyb bwyd oedd lleihau stigma drwy wneud i'w cyfleuster edrych yn llai tebyg i fanc bwyd, meithrin ymdeimlad bod hwn yn wasanaeth a ddarperir i'r gymuned gan y gymuned, gwirfoddolwyr yn empathig ac yn deall sensitifrwydd defnyddwyr, a chyflwyno eu gwasanaeth mewn ffordd a oedd yn pwysleisio ei rinweddau amgylcheddol (e.e. atal gwastraff bwyd rhag mynd i safleoedd tirlenwi) (Brennan-Tovey et al., 2023).

Enghraifft

Cymorth Angladdau Caledonia

Mae Cymorth Angladdau Caledonia, gwasanaeth sy'n gweithio i leihau cost angladdau i bobl ar incwm isel, yn gofalu nad yw'n hyrwyddo'i hun fel ymyriad sy'n mynd i'r afael â thlodi. Mae hyn yn adleisio argymhellion yn adroddiad profiad bywyd 2022 CPCC, sy'n pwysleisio pwysigrwydd defnyddio terminoleg sy'n seiliedig ar asedau, yn hytrach na diffyg, wrth gyfathrebu â defnyddwyr gwasanaeth (posibl).

Ffynhonnell: SPIRU (n.d.,d)

Casgliadau ac argymhellion

Negeseuon allweddol

Negeseuon allweddol ar gyfer polisi ac ymarfer:

Mae dulliau llwyddiannus o fynd i'r afael â stigma tlodi a'i atal yn seiliedig ar egwyddorion cyffredin gan gynnwys urddas a pharch, a chynnwys pobl sy'n byw ar incwm isel yn y gwaith o ddylunio, darparu a gwerthuso gwasanaethau.

Gellir tynnu'r prif wersi ar gyfer darparu gwasanaethau nad ydynt yn stigmateiddio o weithdrefnau bob dydd gwasanaethau effeithiol:

- Arferion gweithredol cyffredinol (e.e. awtomeiddio budd-daliadau, dulliau arian parod yn gyntaf, cyffredinoli'r ddarpariaeth, lleihau 'baich' profi hawl);
- Diwylliannau a gwerthoedd trosfwaol (e.e. ymgysylltu â phobl sydd â phrofiad bywyd o dlodi i sicrhau bod gwasanaethau'n ymwybodol o sut mae eu darpariaeth yn cael ei derbyn; egwyddorion sy'n sail i Gost y Diwrnod Ysgol fel urddas, empathi a pharch) a
- Herio stigma yn uniongyrchol (e.e. hyrwyddo dehongliadau a disgrifiadau amgen, heb stigma).

Fodd bynnag, ni ddylid tanamcanu'r her o fynd i'r afael â stigma – gall stigma fod yn barhaus ac wedi'i wreiddio'n ddwfn, ac mae'n afrealistig tybio y gall atebion sy'n seiliedig ar ddylunio yn unig ddileu stigma tlodi.

Argymhellion

Felly, nodir y canlynol fel argymhellion i adeiladu a chryfhau'r sylfaen dystiolaeth ynghylch dulliau ac ymyriadau i fynd i'r afael â stigma tlodi a'i atal sail dystiolaeth ar y dulliau a'r ymyriadau i fynd i'r afael â stigma tlodi a'u hatal:

Mwy o gyllid i gefnogi gwerthusiadau cadarn o ddulliau/ymyriadau sy'n ceisio mynd i'r afael â stigma tlodi, sy'n mynd y tu hwnt i werthuso ar ddiwedd ymyriadau.

Lledaenu'n weithredol yng Nghymru yr hyn a ddysgwyd o enghreifftiau lleol o ymarfer effeithiol o fannau eraill yn y DU.

Dylai **ymchwil bellach** ar stigma tlodi geisio deall y ffyrdd y mae stigma sy'n gysylltiedig â thlodi yn cydgysylltu â'r hyn sy'n deillio o stigmateiddio poblogaethau ymylol a gwendidau eraill, fel camddefnyddio sylweddau, anabledd ac ati.

Cynnwys stigma tlodi fel canlyniad mesur mewn gwerthusiadau o wasanaethau ac ymyriadau ar gyfer pobl ar incwm isel.

Nodi a gweithio gydag arbenigwyr stigma tlodi y tu allan i gyd-destun y DU i archwilio tystiolaeth ac arferion sy'n llwyddo i fynd i'r afael â stigma tlodi y tu hwnt i'r DU.

Cyfeiriadau

Baskin, C., Duncan, F., Adams, A.A., Oliver, E.J., Samuel, G. a Gnani, S. (2023). **How co-locating public mental health interventions in community settings impacts mental health and health inequalities: a multi-site realist evaluation.** BMC Public Health, 23. 2445.

Beddoe, L. a Keddell, E. (2016). **Informed outrage: tackling shame and stigma in poverty education in social work.** Ethics and Social Welfare, 10(2). 149-162.

Birmingham City Council. (dim dyddiad). **Addressing stigma and shame in use of affordable food models and food banks.** Cyrchwyd o: https://www.birmingham.gov.uk/downloads/file/28176/shame_and_stigma_in_foodbank_use_-_report

Brennan-Tovey, K., Board, E. a Fulton, J. (2023). **Counteracting stigma-power: An ethnographic case study of an independent community food hub.** Journal of Contemporary Ethnography, 52(6). 778-798.

Carnegie, A., Norris, B. a Byrne, M. (2018). **Tenure mixing to combat public housing stigmatisation: External benefits, internal challenge and contextual influences in three Dublin neighborhoods.** Cites, 79. 12-17.

Carrick, K., Burton, K. a Barclay, P. (2017) **Forecast Social Return on Investment Analysis on the Co-location of Advice Workers with Consensual Access to Individual Medical Records in Medical Practices.** Cyrchwyd o: https://www.improvementservice.org.uk/__data/assets/pdf_file/0023/9167/SROI-co-location-advice-workers.pdf

Carter, I., Hill-Dixon, A., a Roberts, M. (2022). **Poverty and social exclusion in Wales.** Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru. Cyrchwyd o: https://www.wcpp.org.uk/wp-content/uploads/2022/09/WCPP-Review-of-lived-experience-evidence-September-2022-English-final-updated.pdf

Child Poverty Action Group (2023). **Improving secondary school food barriers: barriers and solutions.** Cyrchwyd o: https://cpag.org.uk/sites/default/files/2023-08/Improving%20secondary%20school%20food%20provision%20-%20barriers%20and%20solutions.pdf

Domina, T., Clark, L., Radsky, V. a Bhaskar, R. (2024). **There Is Such a Thing as a Free Lunch: School Meals, Stigma, and Student Discipline.** American Educational Research Journal, 61(2). 287-327.

Ejiogu, A. a Denedo, M. (2021). **Stigma and Social Housing in England.** Durham University Business School. Cyrchwyd o: https://thinkhouse.org.uk/site/assets/files/2422/dur0721.pdf

Garthwaite, K. (2016). **Stigma, shame and 'people like us': An ethnographic study of foodbank use in the UK.** Journal of Poverty and Social Justice, 24(3). 277-289.

Gupta, A. (2015). **Poverty and shame – messages for social work.** Critical and Radical Social Work, 3(1). 131-139.

Hohle, R. (2023). **Rusty gardens: stigma and the making of a new place reputation in Buffalo, New York.** American Journal of Cultural Sociology, 11. 193-219.

Independent Food Aid Network. (dim dyddiad).

Independent Food Aid Network. (dim dyddiad). **Taking a cash first approach to food insecurity.** Cyrchwyd o: https://www.foodaidnetwork.org.uk/why-cash-first

Inglis, G., Jenkins, P., McHardy, F., Sosu, E. a Wilson, C. (2023). **Poverty stigma, mental health, and well-being: A rapid review and synthesis of quantitative and qualitative research.** Community and Applied Social Psychology, 33(4). 783-806.

Inglis, G., Hill-Dixon, A. a Coles-Riley, J. (2024b). **Lifting the lid on poverty stigma in Wales.** Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru. Cyrchwyd o: https://wcpp.org.uk/wp-content/uploads/2024/08/Report-Lifting-the-lid-on-poverty-stigma.pdf

Inglis, G., Sosu, E., McHardy, F., Witteveen, I., Jenkins, P. a Knifton, L. (2024a). **Testing the associations between poverty stigma and mental health: The role of received stigma and perceived structural stigma.** International Journal of Social Psychiatry, 0(0). doi: 10.1177/00207640241296055

James, J. (2024) **The Effects of Universal Free School Meals.** Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru. Cyrchwyd o: https://wcpp.org.uk/wp-content/uploads/2024/12/Report-The-effects-of-Universal-Free-School-Meals.pdf

Laing, K., Thomas, U., Tiplady, L. a Todd, L. (2023). **UK Cost of the School Day Final Evaluation – Short Report.** Child Poverty Action Group. Cyrchwyd o: https://cpag.org.uk/sites/default/files/2023-10/UK%20COST%20OF%20THE%20SCHOOL%20DAY%20%20FINAL%20EVALUATION%20Short%20Report.pdf

Lasky-Fink, J. and Linos, E. (2023) **Improving delivery of the social safety net: The role of stigma.** Faculty Research Working Paper Series. Cyrchwyd o: https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=4040234

Mazzoli-Smith, L. and Todd, L. (2016) **Poverty Proofing the School Day: Evaluation and Development Report.** Newcastle University. Cyrchwyd o: https://www.nasuwt.org.uk/static/e7dc0e21-39a7-4db9-946d4ae3a8f23279/Poverty-proofing-he-School-Day-Evaluation-and-Development-Report.pdf

McNaughton, D., Middleton, G., Mehta, K. a Booth, S. (2021). **Food charity, shame/ing and the enactment of worth.** Medical Anthropology, 40(1). 98-109.

Murray, P. M., Sepulveda, A. a Baird, J. (2022). **Longitudinal impact of a poverty simulation on healthcare practitioners' attitudes towards poverty.** Journal of Pediatric Nursing, 64. 24-30.

Psarikidou, K., Kaloudis, H., Fielden, A. a Reynolds, C. (2019). **Local food hubs in deprived areas: de-stigmatising food poverty?** Local Environment, 24(6). 525-538.

Purdam, K., Garratt, E. A. ac Esmail, A. (2015). **Hungry? Food Insecurity, Social Stigma and Embarrassment in the UK.** Sociology, 50(6). 1072-1088.

Ranta, R., Nancheva, N., Mulrooney, H., Bhakta, D. a Lake, S. (2024). **Access, dignity, and choice: Social supermarkets and the end of the food bank model in the UK?.** Food, Culture & Society, 27(4). 1216-1233.

Robertson, L., Bowman, N., Wilks, L., McKendrick, J. H. a Sinclair, S. (2025). **What works to prevent and tackle poverty stigma? A rapid evidence review.** Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru. Cyrchwyd o: https://doi.org/10.54454/26022502

Scottish Parliament Cross Party Group on Poverty. (2023). **An inquiry into poverty stigma in Scotland.** Cyrchwyd o: https://www.povertyalliance.org/wp-content/uploads/2023/02/Report-of-the-inquiry-into-stigma-CPG-on-Poverty.pdf

Scottish Poverty Inequality Research Unit. (dim dyddiad, a). **Lived Experiences Online Forum (Aberdeenshire Council) – facilitating a discussion space to gather lived experience feedback on poverty services.** Cyrchwyd o: https://www.gcu.ac.uk/aboutgcu/academicschools/gsbs/research/spiru/directory/case-studies/aberdeenshire-lived-experiences-online-forum

Scottish Poverty Inequality Research Unit. (dim dyddiad, b). **Think Poverty (Falkirk Council) – raising awareness of the impact of poverty.** Cyrchwyd o: https://www.gcu.ac.uk/aboutgcu/academicschools/gsbs/research/spiru/directory/case-studies/case-study-2

Scottish Poverty Inequality Research Unit. (dim dyddiad, c). **Fife Stigma Toolkit (throughout UK) – challenging poverty related stigma and informing of best practice at local level.** Cyrchwyd o: https://www.gcu.ac.uk/aboutgcu/academicschools/gsbs/research/spiru/directory/case-studies/055-fife-stigma-toolkit

Scottish Poverty Inequality Research Unit. (dim dyddiad, d). **Caledonia Funeral Aid (Scotland) – emotional and practical funeral support to tackle funeral poverty.** Cyrchwyd o: https://www.gcu.ac.uk/aboutgcu/academicschools/gsbs/research/spiru/directory/case-studies/caledonia-funeral-aid

The Poverty Alliance. (2024). **The impact of stigma on benefit take-up: Report of a Get Heard Scotland Citizens' Panel.** Cyrchwyd o: https://www.povertyalliance.org/wp-content/uploads/2024/05/Get-Heard-Scotland-Report-Impact-of-Stigma-on-Benefit-Take-Up-for-Publication-May-2024-1.pdf

Tyler, I. (2020). **Stigma: The Machinery of Inequality.** London: Zed Books.

Llywodraeth Cymru. (2024). **Strategaeth Tlodi Plant Cymru 2024.** Cyrchwyd o: https://www.gov.wales/child-poverty-strategy-wales-2024-html

Wilkinson, R. a Pickett, K. (2010). **The Spirit Level: Why equality is better for everyone.** Penguin UK.

Gwybodaeth am Ganolfan Polisi Cyhoeddus Cymru

Yma yn y Ganolfan, rydym yn cydweithio ag arbenigwyr polisi blaenllaw i roi cyngor annibynnol a thystiolaeth o ansawdd da i weinidogion, y gwasanaeth sifil a gwasanaethau cyhoeddus Cymru, i'w helpu i wella penderfyniadau a chanlyniadau polisi.

Mae'r Ganolfan yn cael ei hariannu gan y Cyngor Ymchwil Economaidd a Chymdeithasol, Llywodraeth Cymru a Phrifysgol Caerdydd. Mae wedi'i lleoli ym Mhrifysgol Caerdydd ac mae'n aelod o Rwydwaith What Works y DU.

I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch a:

Charlotte Morgan
+44 (0)29 2087 5345
Charlotte.morgan@wcpp.org.uk

Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru
Prifysgol Caerdydd, Sbarc | Spark
Heol Maendy, Caerdydd CF24 4HQ

www.wcpp.org.uk
029 2087 5345
info@wcpp.org.uk
@WCfPP

Economic and Social Research Council
Llywodraeth Cymru Welsh Government
Cardiff University Prifysgol Caerdydd