



O blaid gwell
iechyd meddwl

For better
mental health

Sicrhau cyfiawnder i ddioddefwyr a thystion sydd â gofid meddwl

Pecyn iechyd meddwl i erlynyddion ac eiriolwyr



Cyfiawnder cyfartal?

Un a ddioddefodd ymosodiad¹

Ymosodwyd ar wraig sydd â phrofiad o anorecsia ac agoraffobia gan ei chymdoges yn 2007. Barnai llys ynadon fod y digwyddiad mor ddifrifol fel y gwnaeth amod mechniaeth yn atal y gymdoges rhag dychwelyd adref. Aeth yr achos i Lys y Goron a bu gwrandawriad yn 2008. Yn ystod y prawf, gofynnodd bargyfreithiwr yr amddiffyniad nifer o gwestiynau i'r wraig yr ymosodwyd arni am ei hiechyd meddwl ac a oedd hi wedi cael ei chadw dan y Ddeddf Iechyd Meddwl yn y gorffennol. Synnodd wrth glywed hyn am iddi gael ei chadw cyn i'r gymdoges symud i mewn ac am nad oedd yn berthnasol i'r achos. Cyhuddodd yr amddiffyniad ei merch, a oedd â phrofiad o anhwylder gorfodaeth obsesiynol ac iselder, o ddweud celwyddau a dyfeisio tystiolaeth.

Rhoddodd y wraig dystiolaeth am gyfanswm o ddwy awr, ac yn ystod y cyfnod hwnnw profodd bwl o banig difrifol. Yn dilyn y gwrandawriad cafwyd y diffynnydd yn ddieuog. The Dywedodd y wraig wrth Mind:

“Petawn i wedi torri fy nghoes neu petai canser arna i, fyddai hyn ddim wedi cael ei ddefnyddio i’w ddefnyddio yn fy erbyn ... Ni ddywedodd fy margyfreithiwr a oedd yn cynrychioli fy merch a minnau, na’r barnwr, ddim i roi terfyn ar y cwestiynau amhriodol ac amherthnasol yma ... Petawn i wedi gwybod maint y croesholi a sut roedd hyn yn adlewyrchu arnon ni fyddwn i ddim wedi codi’r achos, oherwydd yr effaith a gafodd ar ein cyflyrau meddwl ni’n dwy.

“Oes gennym ni ddim amddiffyn rhag defnyddio problemau iechyd meddwl yn ein herbyn? Rydyn ni wedi dioddef chwe mis o uffern, ac i beth?”

1. Adroddwyd am y ddwy astudiaeth achos hyn yn uniongyrchol Mind a gafalwyd peidio â datgelu enwau.

Un a ddioddefodd fwlio²

Cafodd bachgen â phrofiad o iselder ei fwlio mewn ysgol annibynnol ac yn ei sgil ceisiodd ei ladd ei hun ar drip ysgol i Wlad Groeg. Daeth ag achos yn erbyn yr ysgol am esgeulustod a daeth yr achos gerbron yr Uchel Lys yn 2009 (wyth mlynedd yn ddiweddarach).

Ar drothwy’r prawf cyflwynodd yr amddiffyniad gannoedd o luniau o safle Facebook y mab o wahanol dripiâu’r mab a drefnwyd gan ei rieni wrth iddo ymadfer. Diagnosis ei seiciatrydd oedd bod ymyrryd â phreifatrwydd y bachgen fel hyn wedi arwain at bwl difrifol o iselder. Hysbyswyd y Barnwr am hyn ac am yr holl dystiolaeth feddygol cyn y prawf, felly gwyddai am y cyd-destun a’r risgiau meddygol cysylltiedig. Meddai ei rieni:

“Parhaodd yr amddiffyniad ag ymosodiad ffyrnig a thra phersonol yn y prawf. Dywedodd y bargyfreithiwr wrth fy mab dro ar ôl tro ei fod yn gwenu yn y lluniau hyn felly ei fod wedi dweud celwydd am ei iselder. Aethant trwy luniau o’i ben-blwydd yn 21 oed hyd yn oed, er bod hyn yn gwbl amherthnasol i’r bwlio a oedd wedi digwydd wyth mlynedd cyn hynny.

“Cafodd yr ymosodiad di-ildio hwn effaith ddifrifol ar fy mab ac yn ystod ei diwrnod cyntaf yn rhoi tystiolaeth torrodd i lawr yn gyfan gwbl a bu’n rhaid gohirio’r prawf. Parhaodd â’r prawf ond ni allai ddadlau ei achos mewn ffordd glir o dan yr holl bwysau ofnadwy yma. Caniataodd y Barnwr i’r croesholi ymosodol hwn barhau trwy gydol yr wythnos honno ac, er bod arno ofid meddwl cronig, ni chafodd fy mab unrhyw gymorth yn y llys. Erbyn diwedd yr ail wythnos, roedd am ei ladd ei hun ac fe’i cynghorwyd gan ei seiciatrydd i ddwyn y prawf i ben ar unwaith. Nid oedd rheithfarn a buwyd yn gwylio fy mab am arwyddion hunanladdiad am wythnosau.”

2. Er mai achos sifil ac nid achos troseddol oedd hwn, mae profiad y tyst yn nhermau ymddygiad yr amddiffyniad, a’r gofid a achoswyd gan hyn a’r diffyg cymorth a ddarparwyd yn y llys, yn parau i fod yn berthnasol.

Cynnwys

Rhagair	5
Geirfa	6
Cyflwyniad – cefndir a phwrpas	7
Iechyd meddwl – profiadau a goblygiadau	8
Cyflwyniad	8
Chwalu mythau am ofid meddwl	9
Profiadau o ofid meddwl	10
Effeithiau gofid meddwl	11
Pethau sy'n sbarduno gofid meddwl	13
Holi am ofid meddwl	13
Gwneud penderfyniadau am hygrededd a dibynadwyedd	15
Cyflwyniad	15
Dull gweithredu unigol a swyddogaethol – modelau cyfreithiol cyfredol	17
Profi hygrededd a dibynadwyedd	17
1. Egwyddorion	18
2. Proses	19
Perthnasedd a dyletswydd datgelu	20
Cyflwyniad	20
Cydbwysu dyletswyddau ac effaith datgelu	21
Sicrhau cydsyniad gwybodus	22
Proses i sicrhau prawf teg i bawb	24
Defnyddio tystiolaeth arbenigol a chofnodion meddygol	25
Cyflwyniad	25
Ceisio cyngor arbenigol	26
Gofyn y cwestiynau iawn	26
Dadansoddi tystiolaeth arbenigol	27
Defnyddio tystiolaeth arbenigol	27

Cynorthwyo pobl i roi eu tystiolaeth orau	28
Cyflwyniad	28
Asesu anghenion cymorth	29
Mesurau arbennig i leihau gofid meddwl	30
Addasiadau rhesymol i leihau gofid meddwl	31
Proses i benderfynu a sicrhau'r cymorth iawn	33
Cadw rheolaeth ar y diwrnod yn y llys	34
Cyflwyniad	34
Rhestr wirio	35
Cyfathrebu â'r tyst	35
Ail olwg: iechyd meddwl – profiadau a goblygiadau	36
Ail olwg: gwneud penderfyniadau ynglŷn â hygyrdd a dibynadwyedd	36
Ail olwg: perthnasedd a dyletswydd datgelu	37
Ail olwg: defnyddio tystiolaeth arbenigol a chofnodion meddygol	37
Ail olwg: cynorthwyo pobl i roi eu tystiolaeth orau	37
Cydnabyddiaeth	39
Am Mind	40

Rhagair

Rhaid i erlynyddion ac eiriolwyr fod yn abl i ymdrin ag achosion sy'n ymwneud â dioddefwyr a thystion sydd ag anawsterau iechyd meddwl er mwyn sicrhau cyfiawnder cyfartal. Rwyf yn ymwybodol iawn bod hyn wedi cael sylw fel maes anodd i Wasanaeth Erlyn y Goron yn y gorffennol ac rwyf wedi sôn yn agored am fy mwriad i ddatrys hyn. O gofio bod gan gyfan uchel o ddiodefwyr trosedd yn bobl sydd ag anawsterau iechyd meddwl, mae'n hanfodol bwysig bod erlynyddion yn teimlo bod yr hyder a'r sgiliau ganddynt i lywio'r achosion hyn trwy'r broses cyfiawnder troseddol.

Mae Mind wedi bod yn ymgyrchu'n ddiflino i gyflawni hyn er 2007. Bûm yn ddiolchgar am eu harbenigedd a'u cyngor dros y blynyddoedd diwethaf o ran cefnogi Gwasanaeth Erlyn y Goron i ddatblygu datganiad polisi cyhoeddus newydd a chyfarwyddyd ar achosion sy'n ymwneud â dioddefwyr a thystion sydd ag anawsterau iechyd meddwl er mwyn gwella arfer.

Yn fy nhro, bu'n bleser cael cefnogi datblygiad pecyn iechyd meddwl Mind ar gyfer erlynyddion ac eiriolwyr. Mae'r pecyn yn ateg ragorol i gyfarwyddyd Gwasanaeth Erlyn y Goron i erlynyddion ar iechyd meddwl, mae'n darparu gwybodaeth ymarferol, cyngor, awgrymiadau ac offer i gynorthwyo gyda gwneud penderfyniadau ar draws ystod o faterion. Rwyf yn annog erlynyddion ac eiriolwyr i wneud defnydd llawn o'r pecyn – fel adnodd amhrisiadwy wrth hyfforddi ac fel cydymaith ymarferol wrth drafod achosion o ddydd i ddydd.

Keir Starmer QC, Cyfarwyddwr Erlyniadau Cyhoeddus, Gwasanaeth Erlyn y Goron

Mae'n rhan sylfaenol o weinyddu cyfiawnder yn gywir fod pob tyst yn derbyn triniaeth deg gan yr erlyniad a'r amddiffyniad. Ond yn aml nid yw dioddefwyr a thystion sydd â phroblemau iechyd meddwl yn cael mynediad cyfartal i gyfiawnder wrth gymryd rhan yng ngweithrediadau'r llys. Rhaid i bob aelod o'r Bar, boed erlynydd neu amddiffynnydd, fod yn ymwybodol o'r cymorth sydd ei angen ar dystion o'r fath i'w galluogi i roi eu tystiolaeth yn deg ac yn llawn. Gallai hyn gynnwys gwybod pryd a sut y mae'n briodol defnyddio gwybodaeth seiciatryddol fel rhan o'u hachos, a pha fathau o gwestiynau a allai fod yn amherthnasol a chamwahaniaethol. Dyma'r rhesymau pam rwyf yn gadarn o blaid pecyn iechyd meddwl Mind. Gobeithio y bydd pob aelod o'r Bar yn croesawu'r cyfarwyddyd hwn a'i gael yn wirioneddol werthfawr i.

Nick Green QC, Cadeirydd Cyngor y Bar

Mae Mind wedi dod yn fudd-ddeiliad o bwys ym maes cyfiawnder troseddol yn y blynyddoedd diwethaf, gan ddadlau'n llwyddiannus dros wneud i asiantaethau ystyried y rhwystrau ar gyfiawnder a wynebir o hyd gan rai dioddefwyr a thystion sydd â phroblemau iechyd meddwl. Yn unol ag ymrwymiad Elusen Cymdeithas y Gyfraith i hybu anghenion grwpiau dieithriedig, dan anfantais a heb gynrychiolaeth ddigonol, fel rhan o'n nod o gynnal safonau uchel mewn addysg gyfreithiol yn y proffesiwn, roedd yn dda gennym gefnogi pecyn iechyd meddwl i erlynyddion ac eiriolwyr, o gofio enw da ac arbenigedd Mind. Rydym yn sir y bydd y pecyn hwn yn gwella'r sefyllfa i weithwyr cyfreithiol proffesiynol – a fydd yn meddu ar y sgiliau iawn i fynd i'r afael ag achosion heriol yn haws – ac i ddiodefwyr a thystion – a fydd yn teimlo eu bod yn cael cefnogaeth yn hytrach na'u hanwybyddu wrth ddefnyddio'r system cyfiawnder troseddol.

Nigel Dodds, Cadeirydd Elusen Cymdeithas y Gyfraith

Geirfa

Gofid meddwl – Mae Mind yn defnyddio'r term hwn fel arfer gan ei fod yn adlewyrchiad mwy cywir o'r rhychwant eang o symptomau cyfnewidiol y gall pobl eu profi a'r ffaith bod rhai pobl heb gael diagnosis o gyflwr. Mae'r term hefyd yn osgoi goblygiadau diagnostig 'problemau iechyd meddwl'. Mae pobl sydd â phrofiad o ofid meddwl wedi dweud wrth Mind ei bod yn well ganddynt yr ymadrodd hwn. Fodd bynnag, mewn manau yn y pecyn hwn byddwn yn defnyddio'r term 'cyflwr iechyd meddwl' lle y mae'n fwy priodol, megis yng nghyd-destun diagnosisu neu symptomau, ceisio tystiolaeth arbenigol ayb. Mae'r ddau derm yn adlewyrchu'n effeithiol ddiffiniad Gwasanaeth Erlyn y Goron o 'anawsterau iechyd meddwl'.³

Erlynyddion ac eiriolwyr – Defnyddiwn y ddau derm i adlewyrchu perthnasedd eang y pecyn i Erlynyddion y Goron (a allai gymryd rhan yn yr achosi ar wahanol adegau) a bargyfreithwyr a chyfreithwyr annibynnol sy'n gweithio i Wasanaeth Erlyn y Goron. Ar adegau rydym yn defnyddio 'erlynyddion' yn unig wrth gyfeirio at ymrwymadau ar erlynyddion o dan y Cod i Erlynyddion y Goron.

SMG – Defnyddiwn yr acronym cyffredin i gyfeirio at rôl yr heddlu.

Cyfarwyddyd perthnasol i erlynyddion – Am fod y pecyn hwn i fod yn ateg i gyhoeddiad Gwasanaeth Erlyn y Goron Victims and witnesses who have mental health issues and/or learning disabilities: Prosecution Guidance, oni nodir yn wahanol, mae 'cyfarwyddyd perthnasol i erlynyddion' yn cyfeirio at y ddogfen hon, er mwyn osgoi ailadrodd maith wrth groesgyfeirio.

3. Gwasanaeth Erlyn y Goron (2010), *Victims and witnesses who have mental health issues and/or learning disabilities: Prosecution Guidance*, 'Introduction'. http://www.cps.gov.uk/legal/v_to_z/victims_and_witnesses_who_have_mental_health_issues_and_or_learning_disabilities_-_prosecution_guidance/

Cyflwyniad – cefndir a phwrpas

Canfu ymchwil a wnaed gan Mind yn 2007 fod pobl sydd â phrofiad o ofid meddwl, er eu bod yn dioddef gan drosedd yn anghymesur, hefyd yn methu cael cyfiawnder yn rhy aml.⁴ Cadarnhaodd yr achos yn yr Uchel Lys a adwaenir fel *FB v DPP*⁵ mai un rheswm am hyn oedd dealltwriaeth annigonol ymhlith erlynyddion ynglŷn â sut i drafod achosion sy'n ymwneud â dioddefwyr neu dystion sydd â gofid meddwl yn briodol. Mae hyn wedi arwain at sawl rhwystr ar ffordd cyfiawnder, megis:

- peidio â dwyn achosion oherwydd camsyniadau am effaith iechyd meddwl ar hygredded a dibynadwyedd,
- cymorth annigonol i helpu dystion i wrthsefyll y prawf a rhoi eu tystiolaeth orau, a
- methu herio holi amhriodol neu ymosodol gan yr amddiffyniad o ran eiriolwyr yr erlyniad.

Mae Mind yn croesawu ymrwymadau Gwasanaeth Erlyn y Goron yn sgil *FB v DPP* i ymdrin â'r rhwystrau hyn ar

gyfiawnder. Mae'r pecyn iechyd meddwl hwn yn ategu datganiad polisi cyhoeddus y gwasanaeth, sef *Supporting victims and witnesses with mental health issues*⁶ a chyfarwyddyd perthnasol cysylltiedig ar gyfer erlynyddion.⁷ Ochr yn ochr â'r dogfennau cyfreithiol hyn, mae pecyn Mind yn cynnig gwybodaeth a chynghor ymarferol ar ofid meddwl a'i oblygiadau, gan gynnwys dulliau o leihau effaith hyn a rhoi cyfiawnder cyfartal i ddioddefwyr a thystion. Bwriedir iddo fod yn adnodd hyfforddi defnyddiol i wella ymwybyddiaeth o iechyd meddwl ac yn *aide-memoire* y gellir troi ato er mwyn teimlo'n hyderus wrth wneud penderfyniadau a thrafod achosion o ddydd i ddydd.

Yn y pen draw, bwriad y pecyn yw eich helpu chi i erlyn achosion mewn ffordd deg, gadarn a llwyddiannus. Gobeithiwn y bydd yn ddefnyddiol i erlynyddion sy'n cymryd rhan mewn paratoi achosion a rhai sy'n cyflwyno achosion yn y llys, gan gynnwys Erlynyddion y Goron ac eiriolwyr annibynnol.

4. Mind (2007) *Another assault: Mind's campaign for equal access to justice for people with mental health problems*. http://www.mind.org.uk/campaigns_and_issues/report_and_resources/894_another_assault

5. *R (ar gais B) v DPP* (2009) EWHC

6. CPS (2009) *Supporting victims a thystion with mental health issues*. http://www.cps.gov.uk/publications/docs/supporting_victims_and_witnesses_with_mental_health_issues.pdf

7. CPS (2010) *Victims and witnesses who have mental health issues and/or learning disabilities: Prosecution Guidance*

Iechyd meddwl – profiadau a goblygiadau

Pwyntiau allweddol

- Mae pawb yn wahanol – dylech osgoi cymryd yn ganiataol a dylech holi dioddefwyr neu dystion yn gyntaf am eu profiadau eu hunain.
- Dylech osgoi meddwl yn nhermau diagnosis – mae'n bosibl bod gan bobl un neu ragor o ystod o brofiadau a symptomau, un ai a oes ganddynt ddiagnosis neu beidio.
- Cofiwch fod gofid meddwl yn amrywio – gall pobl fynd trwy gyfnodau heb unrhyw symptomau o gwbl a gellir osgoi diwrnodau neu adegau mwy anodd.⁸
- Ni ddylid byth cyffredinoli am effaith gofid meddwl – ym mhob achos meddyliwch a yw'r profiadau hyn i'w ael; unrhyw ffactorau sy'n gwneud pethau'n waeth neu'n well; yr effaith benodol ar feddwl, canolbwyntio, atgofio, mynegi a rhyngweithio ar adegau arbennig.
- Cadwch mewn cof y pethau a all sbarduno gofid meddwl – byddwch yn onest, yn agored ac yn effro wrth holi am yr hyn a all leihau gofid.

Cyflwyniad

Mae iechyd meddwl ar sbectrwm ac mae'n effeithio ar bawb. Bydd y rhan fwyaf o bobl yn profi gofid rywbryd yn ystod eu bywydau, am wahanol resymau ac i wahanol raddau. Pan ddaw gofid meddwl yn rhywbeth mwy na chyflwr dros dro a dechrau effeithio ar allu rhywun i fyw bywyd llawn gall pobl ddatblygi a/neu dderbyn diagnosis o gyflwr iechyd meddwl.

Yn groes i'r gred gyffredin, mae gofid meddwl yn gyffredin iawn, a bydd un o bob pedwar o bobl yn profi problem iechyd meddwl bob blwyddyn.⁹ Mae gofid meddwl yn cynnwys ystod o gyflyrau, o bryder, iselder a phwl o banig i gyflyrau seicotig megis anhwylder deubegwn a sgitsoffrenia.

Mae'r adran hon yn cynnwys peth cyfarwyddyd cyffredinol ar brofiadau pobl o ofid meddwl, ond ni ellir byth ei ddefnyddio yn lle casglu tystiolaeth go iawn am sefyllfa'r unigolyn. Mae'r symptomau mewn llawer o gyflyrau iechyd meddwl yn newid o hyd a bydd pobl sydd â'r un diagnosis yn profi symptomau mewn gwahanol ffyrdd. Er ei bod yn wir bod rhai symptomau i'w cael yn amlach gyda rhai mathau o ddiagnosis – cysylltir rhithwelediadau a chlywed lleisiau â sgitsoffrenia, er enghraifft – nid oes yr un symptom sy'n ddiffiniol a gallant ddigwydd mewn pobl sydd heb gyflwr iechyd meddwl; hynny yw, gall rhithwelediadau ddigwydd wrth i rywun ddeffro neu fynd i gysgu.

Gall dibynnu ar wybodaeth generig arwain at ddod i gasgliadau camarweiniol ac anghywir am allu tyst i wrthsefyll ymchwiliad a phroses y llys a/neu i roi tystiolaeth gredadwy a dibynadwy. Felly mae'n hanfodol holi dioddefwyr neu dystion am eu profiadau eu hunain – mae pobl sydd â gofid meddwl yn aml yn arbenigwyr ar eu symptomau, eu cryfderau a'u hanghenion eu hunain, a phryd maent yn digwydd.

8. I wneud hyn, gall erllynyddion ac eiriolwyr ystyried addasiadau rhesymol perthnasol (gweler yr adran yn nes ymlaen) a/neu geisio trefnu i'r tyst roi tystiolaeth ar adegau arbennig pan fydd y symptomau'n llai difrifol.

9. Goldberg D., Huxley P. (1992), *Common mental disorders – a bio-social model*, Routledge

Chwalu mythau am ofid meddwl

Mae mythau a stereoteipiau negyddol am iechyd meddwl yn gyffredin iawn, ac mae naw o bob 10 o bobl sydd â gofid meddwl yn profi gwarth a chamwahaniaethu.¹⁰ Mae paragraff 2.4 o'r Cod i Erlynyddion y Goron yn gofyn bod erlynyddion yn "deg, yn annibynnol ac yn wrthrychol", felly mae'n hanfodol deall y gwir y tu ôl i'r mythau.¹¹

Myth	Ffaith
Mae cyflyrau iechyd meddwl yn anghyffredin iawn.	Mae cyflyrau iechyd meddwl yn effeithio ar un o bob pedwar o bobl. ⁷
Mae pobl sy'n profi gofid meddwl yn wahanol i bobl normal yn ac llai galluog i gymryd rhan mewn bywyd beunyddiol.	Mae gan bob un ohonom iechyd meddwl, fel y mae gan bawb iechyd corfforol. Mae pobl sydd â gofid meddwl yn dod o bob cefndir ac mae rhai o'r bobl fwyaf galluog a dawnus mewn hanes wedi profi cyflyrau iechyd meddwl – pobl megis Syr Charles Darwin a Syr Winston Churchill.
Nid yw pobl sydd â chyflyrau iechyd meddwl byth yn gwella.	Mae pobl sydd â chyflyrau iechyd meddwl yn medru gwella, ac yn gwneud.
Mae pobl sydd â chyflyrau iechyd meddwl yn ymosodol a di-ddal.	Dengys ymchwil fod pobl sydd â chyflyrau iechyd meddwl 14 gwaith yn fwy tebygol o ddiodeff trosedd treisgar na chael eu harestio a gyflawni trosedd o'r fath. ¹²
Mae pobl sydd â chyflyrau seicotig, megis sgitsoffrenia, yn profi symptomau difrifol o hyd, megis rhithwelediadau a rhithdybiau.	Nid yw traean o'r bobl sy'n cael diagnosis o sgitsoffrenia ond yn cael un profiad byth, ac mae traean arall yn cael profiadau achlysurol yn unig. Mae llawer o bobl sy'n cael diagnosis o sgitsoffrenia yn gwella. ¹³
Ni ellir byth ddibynnu ar bobl sydd â rhai mathau o ddiagnosis, ac yn enwedig cyflyrau seicotig, igofio ac adrodd am ddigwyddiadau'n gywir.	Nid oes unrhyw gyflwr iechyd meddwl y gwyddys amdano sy'n atal pawb sydd â'r cyflwr hwnnw rhag c0fio ac adrodd yn gywir am rywbeth sydd wedi digwydd.

10. Time to Change (2008) *Stigma Shout: Service user and carer experiences of stigma and discrimination*. Mind and Rethink <http://www.time-to-change.org.uk/challenging-discrimination/what-discrimination/research>

11. CPS (2010) *Y Cod i Erlynyddion y Goron*, p.3. http://www.cps.gov.uk/publications/code_for_crown_prosecutors/

12. Walsh E et al. (2003), 'Prevalence of violent victimisation in severe mental illness', *British Journal of Psychiatry*, vol. 183, pp. 233–8

13. Mind (2008) Understanding schizophrenia, http://www.mind.org.uk/help/diagnoses_and_conditions/schizophrenia

Profiadau o ofid meddwl

Mae'r tabl isod yn amlinellu diagnosisu cyffredin a'r gwahanol symptomau a phrofiadau o ofid meddwl. Fe'u rhoddir mewn rhestr syml heb unrhyw gysylltiadau agored rhyngddynt, gan y gall pobl sydd ag unrhyw ddiagnosis sydd ar y rhestr fod yn cael un neu ragor (neu ddim) o'r profiadau sydd ar y rhestr rywbryd neu'i gilydd.

Diagnosisau	Profiadau (heb fod yn gysylltiedig â diagnosisu neilltuol)
<ul style="list-style-type: none">• agoraffobia• pryder• anhwylder deubegynol (iselder manig)• gorddryswch• iselder• anhwylderau bwyta – anorecsia, bwlimia a gorfodaeth i fwyta• anhwylder gorfodaeth obsesiynol• pyliau o banig• anhwylder personoliaeth• iselder ar ôl geni• anhwylder straen yn sgil trawma ffobiâu• seicosis• anhwylder seicoaffeithiol• sgitsoffrenia.	<ul style="list-style-type: none">• difaterwch• gorfodaeth i wneud rhywbeth neu ymddwyn mewn ffordd arbennig• rhithdybiau – credoau neu brofiadau sydd heb fod yn gyson â realiti y• methu canolbwyntio• gofid neu ymddygiad emosiynol dwys• patrymau meddwl aflonydd neu afresymegol• gorlawenydd, gorawen neu gyffro• ofn neu banig• teimladau o euogrwydd neu anobaith• meddyliau ehedog neu gyflymder meddwl anarferol• syniadau mawreddog neu deimladau hunanbwysig• rhithwelediadau – clywed lleisiau, gweld pethau neu brofi teimladau nad oes neb arall yn eu gweld na'u teimlo• meddyliau ymyrgar neu deimlo bod meddyliau dan reolaeth• anhunedd• diffyg amynedd a chynnwrf• syrthni neu ddiffyg egni• colli archwaeth neu orfodaeth i fwyta• diffyg cymhelliad a diffyg diddordeb mewn gweithgareddau pob dydd• paranoia• siarad cyflym• meddyliau ailadroddus• hunanamheuaeth, ymdeimlad o fod yn ddiwerth a diobaith• meddyliau am hunanladdiad• ceisio osgoi pobl• eisiau diogelwch.

Gall unrhyw feddyginiaeth a gymerir gan ddiodeffwyr neu dystion at eu cyflwr effeithio ymhellach ar iechyd y meddwl neu'r corff. Fodd bynnag, gall fod yn anodd gwahaniaethu rhwng symptomau cyflwr a sgil-ffeithiau meddyginiaeth mewn rhai achosion. Mae'n bosibl bod gan bobl; sy'n cymryd unrhyw feddyginiaethau sydd ar y rhestr fod yn cael un neu ragor (neu ddim) o'r profiadau sydd ar y rhestr rywbryd neu'i gilydd.

Meddyginiaeth seiciatryddol o bwys	Effeithiau posibl
<ul style="list-style-type: none"> • Cyffuriau gwrth-iselder (a ragnodir weithiau ar gyfer iselder neu anhwylderau pryder). • Cyffuriau gwrth-seicotig (a ragnodir weithiau ar gyfer sgitsoffrenia neu anhwylder deubegynol). • Ancsiolytigau; e.e. bensodiasepinau (a ragnodir weithiau pan fydd pobl wedi profi trawma). • Sefydlyddion hwyliau; e.e. lithiwm (a ragnodir weithiau ar gyfer anhwylder deubegynol). 	<ul style="list-style-type: none"> • golwg aneglur • pendro • cysgadrwydd • diffyg llymder meddwl • problemau cofio • anystwythder yn y cyhyrau • methu canolbwyntio • curiad calon cyflym • diffyg libido • crynu neu frathau yn y cyhyrau • cwsg anesmwyth • meddwl araf • siarad bloesg • meddyliau am hunanladdiad • codi pwysau.

Effeithiau gofid meddwl

Gellir crynhoi tasgau allweddol tystion fel a ganlyn: gwybyddiaeth, canolbwyntio, atgofio, mynegi a dehongli gweithredoedd personol a gweithredoedd pobl eraill. Gall y profiadau gofid meddwl a ddisgrifir uchod effeithio ar unrhyw un o'r galluoedd hyn, er ei bod yn amhosibl cyffredinol. Bydd gallu rhywun i roi'r dystiolaeth orau'n dibynnu i raddau helaeth ar ddifrifoldeb ei symptom(au) ac unrhyw sgil effeithiau adeg y digwyddiad, cyfweiliadau wedi hynny a'r prawf. Gall yr effaith ar y gallu i weithredu amrywio gydag amser, gan ddwysau ar rai dyddiau neu yn ystod adegau neilltuol yn yr un diwrnod, ac, rhaid cofio, gellir ei goresgyn neu ei lleihau'n aml. Dylid defnyddio gwell ymwybyddiaeth o effeithiau potensial gofid meddwl fel offeryn i benderfynu anghenion cymorth ac ehangu mynediad i gyfiawnder – ac nid fel ffordd o wadu hawl i bobl gymryd rhan mewn cyfiawnder troseddol fel tystion.

Yr ystyriaethau allweddol mewn perthynas â sut mae profiad gofid meddwl yn effeithio ar ddiodeffwyr neu dystion yw:

- pryd mae/roedd y profiadau hyn?
- os ydynt yn mynd a dod, berth sy'n eu sbarduno, eu gwneud yn waeth neu'n eu lliniaru?
- ar unrhyw adeg neilltuol, beth yw'r effaith ar allu'r tyst i feddwl, i ganolbwyntio, i atgofio, i fynegi ac i ryngweithio ag eraill?

GWEITHREDU

- trefnu trafod y materion hyn gyda diodeffwyr neu dystion yn brydlon er mwyn penderfynu hygredded a dibynadwyedd ac unrhyw anghenion cymorth lle bo modd, cynnal cyfweiliad gyda thystion neu gyfarfod mesurau arbennig cyn y prawf i drafod y materion hyn wyneb yn wyneb, yn unol â'r cyfarwyddyd perthnasol i erlynyddion¹⁴
- fel arall dylech ofyn i'r Swyddog mewn Gofal neu'r Swyddog Gofal Tystion gynnal y trafodaethau hyn
- gyda chaniatâd y tyst, gellir ymgynghori ag aelod o'r teulu, cynhaliwr neu weithiwr/wraig iechyd proffesiynol hefyd

Mae'r tabl isod yn cynnwys rhai enghreifftiau o sut y gall gofid meddwl effeithio ar wybyddiaeth, canolbwyntio, atgofio, mynegi a rhyngweithio. **Ond cofiwch: rhaid penderfynu ar effaith gofid meddwl rhywun ar eu gallu i roi tystiolaeth bob amser o achos i achos ac o gyfnod i gyfnod.**¹⁵

14. CPS (2010) *Victims and witnesses who have mental health issues and/or learning disabilities: Prosecution Guidance*, 'Meeting witnesses' ac Atodiad A 'Supporting victims and witnesses a 'Credibility and reliability' '.

15. Lle y gall hyn gynnwys dyddiad y trosedd, gall yr erlyniad benderfynu hyn trwy ymgynghori'n uniongyrchol â'r tyst ynglyn â'u profiadau eu hunain o ofid, ceisio barn trydydd parti, a, lle hyn yn angenrheidiol, ceisio tystiolaeth arbenigol (gweler yr adrannau yn nes ymlaen am gyngor ar hyn).

Cofio	Mae trafferth i gofio pethau'n symptom sy'n gysylltiedig ag iselder. Gall rhai mathau o feddyginiaeth effeithio ar y cof hefyd. Gall problemau cofio ddwysau pan fydd pobl yn teimlo dan bwysau neu'n bryderus a gall hyn effeithio ar gysondeb tystiolaeth. Ond ceir gwahaniaeth rhwng atgofio manylion a dibynadwyedd sylfaenol yr adroddiad. Er enghraifft, gall pobl ei chael yn anodd cofio dyddiadau ac amserau penodol, ond nid yw hyn o reidrwydd yn bwrw amheuaeth ar yr holl stori. Gall problemau cofio effeithio ar lefel neu fanylder a manwl gywirdeb yn unig, ac nid ar ddibynadwyedd neu hygrededd y dystiolaeth gyfan.
Dehongli digwyddiadau	Mae dehongli digwyddiadau'n dibynnu ar allu rhywun i osod profiadau mewn cyd-destun ehangach. Os yw rhywun yn profi anhrefn meddwl, paranoia neu rithdybiau gall fod yn anodd dehongli digwyddiadau am eu bod yn profi realiti sy'n wahanol i realiti pobl eraill. Gall symptomau eraill megis diffyg cymhelliad, cynnwrf a meddyliau carlamus gael effaith hefyd ar y gallu i ddehongli digwyddiadau. Unwaith eto bydd y symptomau hyn yn amrywio o ran eu llymder ac maent yn debygol o newid dros amser.
Canolbwyntio a rhoi sylw	Symptom cyffredin mewn llawer o gyflyrau iechyd meddwl yw trafferth i ganolbwyntio. Fodd bynnag, mae gwahaniaeth rhwng cael trafferth i ganolbwyntio a methu canolbwyntio, ac ni ddylid cymryd yn ganiataol fod anawsterau'n ei gwneud yn amhosibl i rywun roi tystiolaeth. Os yw rhywun yn profi meddyliau obsesiynol neu rithwelediadau yna gall fod yn her fawr i ganolbwyntio ar ddim y tu hwnt i'r profiadau hyn. Gall symptomau eraill megis diffyg egni neu deimladau o anobaith ei gwneud yn anodd rhoi sylw llawn i sefyllfaoedd. Gall y mesurau cymorth iawn fod o help i oresgyn yr anawsterau hyn.
Ymateb i groesholi	Gall hyn fod yn anodd i bobl sy'n profi ystod o wahanol symptomau. Gall teimladau fel pryder a diffyg hunan-barch waethygu a gall tystion deimlo'n gynhyrfus neu ofidus. Gall tystion pryderus fod yn awyddus i blesio a/neu yn awyddus i'r profiad ddod i ben, felly gallant roi atebion cyflym gan gredu bod y cyfweilydd am eu clywed. Gall fod yn anodd i bobl barhau i ffocysu a rhoi ateb mesuredig os ydynt yn profi'r symptomau sy'n gysylltiedig â sgitsoffrenia a seicosis, megis clywed lleisiau - gallant amharu, megis gwranddo ar ddwy sgwrs yr un pryd. Gall meddyliau di-drefn, meddyliau ymyrgar neu baranoia gael effaith ar eglurder neu dôn yr atebion hefyd.
Y gallu i gyfathrebu	Gall sawl un o'r symptomau uchod effeithio ar allu pobl i gyfathrebu. Os yw hunan-barch pobl yn isel, gall fod yn anodd iddynt fynegi barn ar goedd a gall rhai meddyginiaethau amharu ar eglurder y llais. Os hysbysir barnwyr a chyfreithwyr am hyn, dylent ddarparu addasiadau priodol - megis yn achos rhywun sydd ag anabledd corfforol mwy amlwg megis parlys yr ymennydd. Gall hyn fod mor syml ag addasu dull a thôn wrth gyfarch y tyst, megis siarad yn arafach neu osgoi iaith fygythiol. Gall symptomau mwy difrifol, megis meddyliau di-drefn neu feddyliau obsesiynol ei gwneud yn fwy anodd i bobl ddilyn llinyn sgwrs a gall amharu ar gyfathrebu.
Rhyngweithio â phobl eraill	Eto, gall hyn gael ei effeithio gan nifer o wahanol symptomau. Bydd pobl yn aml yn cael diagnosis anhwylderau personoliaeth am eu bod yn ei chael yn anodd rhyngweithio â phobl eraill. Os yw rhywun yn clywed lleisiau, yn teimlo dan fygythiad neu'n baranoid, neu'n teimlo'n isel iawn, bydd yn fwy anodd rhyngweithio â phobl eraill nag arfer. Gall pobl sydd â gofid meddwl fod yn ofnusrwydd profiad blaenorol o anawsterau gyda phobl mewn awdurdod, a all wneud cyfathrebu â gweithwyr proffesiynol ym maes cyfiawnder troseddol yn neilltuol o frawychus neu heriol.

GAN BWYLL

Gall effaith gofid meddwl ar y gallu i weithredu fod yn fater ar wahân i hygrededd a dibynadwyedd tystiolaeth. Er y gall rhywun sydd â sgitsoffrenia glywed lleisiau a'i chael yn anodd canolbwyntio oherwydd hynny, nid yw hyn o reidrwydd yn berthnasol i hygrededd neu gysondeb eu tystiolaeth. Dylech fod yn wylriadwrus wrth ystyried y materion hyn ac osgoi dod i gasgliadau rhy barod neu gyffredinoli.

Sbardunau gofid meddwl

Gall llawer o'r pethau cyffredin sy'n gysylltiedig â'r llys a'r broses cyfiawnder troseddol sbarduno gofid meddwl a gwneud symptomau'n waeth. Dylai erlynyddion ac eiriolwyr fod yn ymwybodol o hyn a'r effaith y gallai ei chael ar allu tystion i roi eu tystiolaeth orau a/neu awgrymu bod angen cymorth.¹⁶

Pan fydd arwyddion gofid meddwl yn dod i'r golwg, naill ai drwy sylwi arno'n uniongyrchol neu drwy hysbysiad gan y Swyddog mewn Gofal, egwyddor hanfodol yw holi dioddefwyr neu dystion am eu profiadau a'u hanghenion eu hunain. Ond weithiau bydd yn anodd i rywun wybod beth sy'n anodd iddynt neu'n boen iddynt, neu'n amharod i ddweud, yn enwedig oherwydd y gwarth cymdeithasol cysylltiedig. Gall erlynyddion ac eiriolwyr oresgyn y rhwystrau hyn a bod yn effro iddynt trwy ddangos eu bod yn ymwybodol o'r gwahanol fathau o beth a allai fod yn anodd.

Ymhlith yr achosion mwyaf cyffredin ceir:

- sŵn
- ymyriadau
- ystafell ac amgylchedd anghyfarwydd
- gormod o bobl neu sgysiaid
- gormod o draul ar y synhwyrâu
- derbyn llawer o wybodaeth (newydd)
- y gofyn i ganolbwyntio – gan gynnwys darllen
- ysgrifennu a siarad (yn enwedig am gyfnod hir)
- pwysau, galwadau a therfynau amser
- sesiynau hir (cyfweliadau, cyfarfodydd ac
- eisteddiadau llys)
- gwisg anghyfarwydd a rheolau diarth
- technoleg megis camerâu cylch cyfyng a all
- achosi diffyg ymddiriedaeth neu baranoia

Holi am ofid meddwl

Weithiau, ni fydd dioddefwyr a thystion yn datgelu cyflwr iechyd meddwl, ond bydd rhywbeth yn eu hymddygiad yn dangos eu bod yn profi gofid.

- A yw'r tyst fel petai'n ofidus, pryderus neu'n methu canolbwyntio?

16. Gellir lleihau effaith y sbardunau trwy gynllunio priodol ymlaen llaw, trwy'r Gwasanaeth Tystion neu'r Swyddog Gofal Tystion, i reoli disgwyliadau'r tyst a/neu i addasiadau rhesymol – gweler t.31.

- A ydynt yn siarad yn ddigyswllt neu'n chwerthin yn amhriodol?
- A ydynt fel petaent yn meddwl yn afresymegol?
- A ydynt fel petaent wedi cyffroi'n ormodol, yn ddiamynedd neu'n ymosodol?
- A ydynt fel petaent wedi synnu, yn dawedog neu'n ddiymateb?
- A ydynt yn aflonydd, yn anesmwyth neu ar bigau drain?
- A ydynt yn ailadrodd pethau neu sôn amdanynt yn obsesiynol?
- A ydynt fel petaent yn deall gwybodaeth?
- A ydynt fel petaent yn ymateb i brofiadau neu deimladau neu bobl sydd heb fod yn y golwg?

GWEITHREDU

- Os gwelwch unrhyw un o'r dangosyddion hyn ac os credwch fod rhywun yn profi gofid, peidiwch â chymryd hynny'n ganiataol ond holwch yn gyntaf.
- Y polisi gorau yw bod yn onest, yn agored ac yn sensitif wrth holi gan ofyn sut mae'r tyst yn teimlo a beth a allai fod o help, megis:
'Rydych chi i'ch gweld yn anghyfforddus, oes rhywbeth neilltuol yn gwneud ichi deimlo fel hyn?'
'Rydych chi i'ch gweld yn ofidus yn y sefyllfa yma, oes rhywbeth a allai wneud ichi deimlo'n llai gofidus?'
'Rydych chi i'ch gweld yn ymddwyn ychydig y nod, oes rhywbeth yn eich trwblu ar hyn o bryd? Oes rhyw ffordd imi eich helpu?'
'Oes rhywbeth yr hoffech chi ei ddweud wrthon ni am eich teimladau ar hyn o bryd?'

GAN BWYLL

Os byddwch yn gofyn cwestiwn uniongyrchol am iechyd meddwl, gofawch nad ydych yn rhoi'r tyst mewn sefyllfa lle byddai'n rhaid iddo neu iddi ddweud celwydd er mwyn osgoi datgelu eu cyflwr:

'Mae'n rhaid imi ofyn ichi a ydych chi'n profi unrhyw fath o ofid meddwl neu a oes gennych chi gyflwr iechyd meddwl. Os ydych chi am ddweud wrtha i, dywedwch ie. Os nad oes neu os nad ydych chi am imi wybod, dywedwch "dim sylw".'



GAN BWYLL

Ni ddylid holi am iechyd meddwl o flaen rheithgor. Os bydd pryderon yn codi yn hwyr yn y dydd ac os oes angen holi tyst, dylid cynnal ymholiad ar y mater heb i'r rheithgor fod yn bresennol er mwyn gwarchod hygredd y tyst a'r achos.

Os na all tystion sôn am eu profiadau, neu os ydynt yn amharod i wneud hynny, Os yw tystion yn amharod i sôn neu'n methu sôn am eu profiadau, efallai y byddwch chi – gyda chaniatâd y tystion yn unig – am siarad ag aelod o'r teulu, cynhaliwr neu weithiwr iechyd proffesiynol. Ond peidiwch â chymryd yn ganiataol y bydd unrhyw wybodaeth a roddir yn wrthrychol. Mae'n bosibl y bydd gan y teulu a gweithwyr cefnogi eu barn oddrychol eu hunain am y symptomau, eu gallu i roi tystiolaeth ac ymdrin â'r ymholiad a'r achos llys, ac unrhyw anghenion cymorth (ac effaith botensial y rhain ar eu hamser eu hunain). Dylid trin gwybodaeth gan drydydd parti'n sensitif, yn unol â'r cyfarwyddyd perthnasol i erlynyddion.¹⁷

17. CPS (2010) *Victims a thystion who have mental health issues and/or learning disabilities: Prosecution Guidance*, 'Assessing needs'

Gwneud penderfyniadau am hygrededd a dibynadwyedd

Pwyntiau allweddol

- Peidiwch â chymryd y bydd gofid meddwl yn tansilio hygrededd a dibynadwyedd.
- Dilynwch y modelau cyfreithiol cyfredol gan fabwysiadu dull gweithredu ymarferol o achos i achos – gan ailasesu hygrededd a dibynadwyedd bob tro y bydd hynny'n angenrheidiol.
- Peidiwch â chymysgu hygrededd, dibynadwyedd, chymhwysedd a galluedd – mae goblygiadau pob un yn wahanol o ran y gallu i roi tystiolaeth.
- Ymgynghorwch â'r tyst – mae pobl yn aml yn arbenigwyr ar eu cryfderau, eu hanghenion cymorth, pan fydd yn ymddangos nad ydynt yn gredadwy neu'n ddibynadwy a sut i ddelio â hyn.
- Dylech fabwysiadu dull gweithredu ar sail teilyngdod tuag at y prawf tystiolaethol – gan asesu a yw'r dystiolaeth yn ddigon i deilyngu euogfarn, yn hytrach na'r tebygolrwydd o gael dedfryd felly gan y rheithgor.¹⁸

Cyflwyniad

Mae'r Cod i Erlynyddion y Goron yn gofyn bod yr erlynydd yn ystyried unrhyw bryderon ynglŷn â 'chwirdeb, dibynadwyedd neu hygrededd' tystiolaeth unrhyw dyst, fel rhan o Gymal Tystiolaethol Prawf Llawn y Cod (paragraff 4.7g).¹⁹ Mae egwyddorion cyfreithiol clir yn rheoli penderfyniadau mewn perthynas ag asesu hygrededd a dibynadwyedd tyst ac maent yn rhybuddio rhag cymryd dim yn ganiataol. Dywed y rhain fel a ganlyn:

1. 'Y man cychwyn i erlynyddion ddylai fod bod tyst yn gredadwy a dibynadwy.'²⁰
2. 'Nid yw anhwylder meddwl yn atal rhoi tystiolaeth ddibynadwy'²¹.

Eto, wrth wynebu tyst lle mae gofid meddwl wedi dod i'r golwg, man cychwyn cyffredin yw ceisio tystiolaeth am sut mae'r cyflwr iechyd meddwl dan sylw'n effeithio ar bobl o safbwynt penderfyniadau'r erlyniad. Mae'r dull gweithredu cyffredinol hwn ar sail cyflwr yn cymryd y bydd gofid meddwl bob amser yn cael rhyw effaith ar hygrededd a dibynadwyedd tystiolaeth. Mae'r dull hwn yn amhriodol a charmarweiniol, o gofio'r canlynol

- **mae gofid meddwl yn unigolyddol** – gall pobl profi un neu ragor o ystod eang o symptomau a diagnosisu sydd heb fod yn ddiffiniedig
- **mae dwysedd gofid meddwl yn amrywio** – felly ni fydd effaith unrhyw gyflwr ar ddibynadwyedd a hygrededd yn gyson
- **gall gofid meddwl fod yn amherthnasol** – gall symptomau gael effaith amrywiol neu gallant fod ag unrhyw effaith ar hygrededd neu ddibynadwyedd.

19. CPS (2010) *The Code for Crown Prosecutors*, t. 9.

20. CPS (2010) *Victims a thystion who have mental health issues and/or learning disabilities: Prosecution Guidance*, 'Credibility a dibynadwyedd'

21. Criminal Justice System (2007) *Achieving Best Evidence in Criminal Proceedings: Guidance on Interviewing Victims and Witnesses and Using Special Measures*, paragraph 3.33. http://www.cps.gov.uk/publications/docs/Achieving_Best_Evidence_FINAL.pdf

18. Gweler t.18 'Dull ar sail teilyngdod a dull y bwci' ac R (ar gais B) v DPP (2009) EWHC

Fel y dywed y cyfarwyddyd i erlynyddion yn glir: 'ni ddylid cwestiynu hygredd neu ddibynadwyedd ond yn yr un amgylchiadau ag unrhyw dyst arall',²² hynny yw, os bydd rhywbeth neilltuol yn dod i'r golwg sy'n taflu amheuaeth ar eu tystiolaeth, neu os bydd rhywbeth yng nghyflwyniad y tyst – megis anghysonderau neu osgoi delio â mater – yn tansellio'u stori. Nid ddylid dod i benderfyniadau am y prawf tystiolaethol yn unig ar sail gofid meddwl neu gyflwr arall, fel y cadarnheir gan gyfraith achos ddiweddar (gweler yr astudiaeth achos isod). Os nad yw tystiolaeth neu ymddygiad penodol yn gwanhau stori'r tyst, dylai penderfyniadau'r erlyniad ddigwydd fel y byddent yn digwydd yn achos tyst sydd heb ofid meddwl, gan ystyried yr un pryd a fyddai cymorth o help i'r tyst roi tystiolaeth dda.²³

Diffiniadau

Mae'n bwysig gwahaniaethu rhwng hygredd, dibynadwyedd, cymhwysedd a galluedd, y gall pob un ohonynt gael effaith ar allu tyst i roi tystiolaeth, ond sydd â goblygiadau gwahanol iawn i'w gilydd. Materion ar wahân yw'r rhain a dylid eu hasesu yn unol â'u fframweithiau cyfreithiol. **Mae'n hanfodol nodi bod gofid meddwl yn wahanol i allu meddyliol ac na ddylid byth cymryd bod cyswllt rhwng y ddau beth.**

Hygredd – a yw tystiolaeth y tyst yn gredadwy?

Dibynadwyedd – a yw tystiolaeth y tyst yn gyson? Gweler y prosesau penderfynu a amlinellir yn yr adran hon ac yn y cyfarwyddyd perthnasol i erlynyddion.²⁴

Cymhwysedd – a all y tyst ddeall y cwestiynau ac a yw'n ddealladwy? Gweler adran 53 o Ddeddf Cyfiawnder Ieuencid a Thystiolaeth Droseddol 1999.²⁵

Galluedd – a oes gan y tyst y galluedd i wneud penderfyniad er eu lles gorau eu hunain? Gweler Deddf Galluedd Meddyliol 2005 a'r Cod Ymarfer cysylltiedig.²⁶

22. CPS (2010) *Victims and witnesses who have mental health issues and/or learning disabilities: Prosecution Guidance*, 'Credibility and reliability'.

23. Gwleer t.23-5 'Defnyddio tystiolaeth arbenigol' on when and how it is appropriate to seek further advice to inform decisions.

24. CPS (2010), *Victims and witnesses who have mental health issues and/or learning disabilities: Prosecution Guidance*, 'Credibility and reliability'

25. http://www.opsi.gov.uk/acts/acts1999/ukpga_19990023_en_1

26. <http://www.dca.gov.uk/legal-policy/mental-capacity/mca-cp.pdf>

Astudiaeth achos: arfer gwael gan yr erlyniad (FB v DPP)²⁷

Roedd FB wedi dioddef ymosodiad a rhoddwyd y gorau i'r achos gan erlynyddion yn 2007 ar y sail fod sgitsoffrenia arno a'i fod gan hynny'n dyst annibynadwy. Dibynnai'r penderfyniad hwn ar asesiad ar sail cyflwr a thystiolaeth arbenigol a ddaeth i gasgliad cyffredinol am effaith sgitsoffrenia ar ddibynadwyedd FB "fel tyst a ddywedai'r gwir". Yn 2009 canfu'r Uchel Lys fod Gwasanaeth Eryln y Goron wedi torri erthygl tri o'r Confensiwn Ewropeaidd ar Hawliau Dynol am ei fod wedi methu cynnal dyletswydd y wladwriaeth i amddiffyn pobl rhag triniaeth annynol neu ddiraddiol trwy wadu'r hawl i FB weld y sawl a ymosododd arno o flaen llys. Dywedodd y barnwr:

"Mae'r casgliad na ellid cyflwyno [FB] fel tyst credadwy, er gwaethaf hygredd ffeithiol ymddangosiadol ei adroddiad, yn awgrymu naill ai fod adroddiad Dr C wedi cael ei gamddarllen (fel petai wedi dweud na ellid ystyried FB fel tyst credadwy) neu stereoteipio FB heb sail fel rhywun nad oedd i gael ei ystyried fel petai'n gredadwy ar unrhyw fater oherwydd ei hanes o broblemau iechyd meddwl. Am y rhesymau hynny rwyf yn dod i'r casgliad fod y penderfyniad i ddod â'r erlyniad i ben yn anghyfreithlon."

Astudiaeth achos: arfer gwael gan yr amddiffyniad²⁸

Mewn achos a glywyd yn 2009, roedd gan lygad-dyst i drosedd bygwith tyst ddiagnosis o sgitsoffrenia. Roedd y Goron wedi gwneud cais am fesurau arbennig ac, wrth wneud, soniodd am ei symptomau, gan gynnwys rhithwelediadau. Wrth holi cododd yr amddiffyniad fater ei gyflwr iechyd meddwl, nid yn benodol mewn perthynas â'r digwyddiad dan sylw, ond fel cwestiwn cyffredinol i danseilio'i ddibynadwyedd. Meddai erlynydd a oedd yn gysylltiedig â'r achos:

"Wrth iddo roi ei dystiolaeth fe'i hanogwyd gan yr amddiffyniad i gytuno ei fod yn aml yn gweld pethau ad oeddynt yn wir. Ym marn y llys, ni ellid ei drin fel tyst dibynadwy, ond y gwir oedd i'w gyflwr gael ei ddefnyddio i ecsbloetio'i dystiolaeth."

27. R (on the application of B) v DPP (2009) EWHC

28. Adroddwyd am yr achos hwn wrth Mind fel rhan o arolwg i ategu'r pecyn hwn, a gwaned ymgais i ddiogelu hunaniaeth.

Dull gweithredu ymarferol o achos i achos – modelau cyfreithiol cyfredol

Ni ddylai diagnosis iechyd meddwl yn ddo'i hun fod yn sail i gwestiynu hygrededd a dibynadwyedd, am fod gan bawb hawl gyfartal i gyfiawnder. Yn hytrach na dull ar sail cyflwr, mae'n ddefnyddiol ystyried hygrededd a dibynadwyedd yng nghyd-destun fframweithiau cyfreithiol cyfredol sy'n seiliedig ar brofion ymarferol. Y profion hyn yw'r hyn sy'n ofynnol gan y gyfraith mewn cyd-destun eraill ac maent yn fodelau cyfreithiol i'w dilyn wrth asesu hygrededd a dibynadwyedd.

1. Galluedd tystiolaethol

Er mwyn gwneud ewyllys dilys, rhaid i rywun allu:

1. gwybod am ei eiddo (asedau, morgais ayb) ond nid yn fanwl
2. gwybod pwy a allai ddisgwyl ei hawlio
3. osgoi dylanwad rhithdybiau.

Prawf ymarferol iawn yw hwn nad yw'n cyfeirio at unrhyw ddiagnosisau.

2. ffitrwydd i bledio

Nid yw'r prawf addasrwydd i bledio'n holi am gyflyrau neu symptomau – e.e. a yw'r diffynnydd yn bryderus, yn clywed lleisiau neu'n profi rhithdybiau.²⁹ Mae'n seiliedig ar dasgau, mae'n gofyn bod amddiffynwyr yn gallu deall cyhuddiadau, cyfarwyddo cyfreithiwr, dilyn y dystiolaeth, herio rheithwyr, a chroesholi tystion. Dylai eiriolwyr gymhwyso'r safon sefydledig hon ar gyfer diffynyddion at ddioddefwyr a thystion, osgoi cymryd dim yn ganiataol a sicrhau eu hawl i fynychu'r prawf a rhoi eu tystiolaeth orau o flaen rheithgor.

Prawf hygrededd a dibynadwyedd

Mewn perthynas â'r prawf tystiolaethol, y swyddogaethau dan sylw yw a all dioddefwyr neu dystion roi tystiolaeth gredadwy (y gellir ei chredu) a dibynadwy (cyson) ar adegau pwysig. Mae'n bosibl y bydd neu na fydd y ffaith bod dioddefwyr neu dystion â hanes o ofid meddwl yn berthnasol i'w gallu i gyflawni'r swyddogaethau hyn. Yn yr un modd, mae'n bosibl y bydd neu na fydd rhywun sydd heb hanes o ofid meddwl yn gallu rhoi tystiolaeth gredadwy a dibynadwy. O gofio natur amrywiol gofid meddwl, mae'n amhosibl deddfu ar yr effaith debygol ar hygrededd a dibynadwyedd tyst.

GWEITHREDU

Dylid asesu pob achos yn unol â'r swyddogaethau dan sylw.

Dylid defnyddio'r egwyddorion a'r prosesau canlynol i benderfynu hygrededd a dibynadwyedd mewn modd teg, gwrthrychol a diduedd.

GAN BWYLL

Dylai penderfyniadau fod yn benodol mewn perthynas â hygrededd a dibynadwyedd tystiolaeth pan fo hynny'n berthnasol, am y bydd y gallu i roi tystiolaeth yn aml yn amrywio yn unol â symptomau gofid meddwl. Gall fod yn angenrheidiol ailasesu hygrededd a dibynadwyedd ar wahanol adegau yn ystod y broses. Er enghraifft, gall y tyst roi adroddiad credadwy a dibynadwy ar y digwyddiad wrth adrodd amdano, ond gallai trawma'r profiad ychwanegu at eu gofid meddwl ac effeithio ar eu tystiolaeth yn nes ymlaen. Gall anhwylder yn sgil trawma ddigwydd fisoedd ar ôl digwyddiad a gall fygu atgofion cysylltiedig, gan ei gwneud yn anodd cofio ac adrodd am y profiad mewn modd cyson. Fodd bynnag, ni ddylai danseilio hygrededd a dibynadwyedd y dystiolaeth gyfan a, lle bo angen, dylid ceisio tystiolaeth arbenigol i egluro'r rhesymau am yr anghysondeb.

29. Er bod y prawf ffitrwydd i bledio'n gofyn tystiolaeth gan ddau feddyg, a fydd yn cyfeirio at gyflwr/gyflyrau a symptomau, ystyriir y rhain yn benodol mewn perthynas â'r swyddogaethau gofynnol i wynebu prawf llys.

1. Egwyddorion

Hygrededd a dibynadwyedd – egwyddorion sylfaenol

- Rhaid cymryd bod tyst yn gredadwy a dibynadwy oni ddangosir nad yw.
- Ni ddylid trin tyst fel petai'n methu rhoi tystiolaeth gredadwy neu ddibynadwy:
 - oni bai bod pob cam ymarferol posibl wedi cael ei gymryd i'w helpu a hynny heb lwyddo
 - yn unig ar y sail eu bod yn ei chael yn anodd rhoi tystiolaeth
 - yn unig am eu bod yn gweithredu mewn ffordd annoeth yn eich tyb chi.
- Ni ddylid trin tyst fel petai'n methu rhoi tystiolaeth gredadwy neu ddibynadwy byth am eu bod wedi methu gwneud hynny unwaith.³⁰

GAN BWYLL

- Fel man cychwyn, dylech ystyried pa dasgau sy'n ofynnol gan y tyst:
 - bod yn gredadwy a dibynadwy pan fo hynny'n bwysig?
 - gwrthsefyll y prawf a rhoi tystiolaeth dda?
- Os bydd agweddau ar ymarweddiad neu ymddygiad tystion yn awgrymu bod problemau ganddynt gyda'r tasgau hyn, dylid archwilio hyn yn llawn gyda'r tyst er mwyn penderfynu sut y gellir lleihau'r anawsterau, yn unol â chyfarwyddyd yr erlyniad.³¹

Mae gan dystion hawl i ddisgwyl cael eu hymgyngori'n bersonol am eu gallu i roi tystiolaeth, a hwy yn aml yw'r arbenigwyr ar eu cryfderau a'u hanghenion cymorth eu hunain, pryd (os byth) y byddant y gallant fod yn anghredadwy neu'n annibynadwy a sut i weithio ar hyn. Dylai erlynyddion geisio ymyriad gan **eiriolwr/wraig iechyd meddwl** – sef arbenigwr/wraig heb gysylltiad uniongyrchol â'r gyfraith sy'n arbenigol mewn helpu pobl sydd â gofid meddwl i gynrychioli

30. Mae'r egwyddorion yn addasiad o egwyddorion statudol he principles are an adaptation of the statutory principles of the Mental Capacity Act, which is a good model of a functional, case-by-case and time-specific test. <http://www.dca.gov.uk/legal-policy/mental-capacity/mca-cp.pdf>, p. 19

31. CPS (2010), *Victims a thystion who have mental health issues and/or learning disabilities: Prosecution Guidance*, 'Pre-trial witness interviews'

a chyfleu eu dymuniadau a'u hanghenion – ar gyfer tystion sy'n cael trafferthi fynegi barn. Gallant gyfryngu cyfathrach a gallant sicrhau a rhoi hyder i'r tyst. Ceir cyngor pellach ar yr egwyddorion safonol sydd i gael eu dilyn, gan gynnwys cynnal **cyfweiliad â'r tyst cyn y prawf**, os oes modd, yn y Cod i Erlynyddion ac yn y cyfarwyddyd perthnasol i'r erlyniad.³²

Dull ar sail teilyngdod a dull y bwci

Daeth achos FB v DPP i'r casgliad bod y penderfyniad i roi'r gorau i'r erlyniad wedi camddefnyddio'r prawf tystiolaethol sydd yn y Cod i Erlynyddion y Goron. Er mwyn osgoi hyn yn y dyfodol, sefydlodd y barnwr y dylai dull 'ar sail teilyngdod' yn hytrach na 'dull y bwci' wrth ddefnyddio'r 'prawf rhagweld euogfarn debygol'.³³

Mae 'dull y bwci' yn rhagfynegi ar sail profiad o achosion tebyg yn y gorffennol – sy'n gyfwerth â dyfaliad neu fwrw amcan am ymateb tebygol y rheithgor i'r dystiolaeth. Yn sgil FB v DPP, ni ddylai erlynyddion wneud penderfyniadau gan fwrw y bydd y rheithor yn diystyru'r tyst fel rhywun annibynadwy oherwydd eu cyflwr.

Gyda **dull ar sail teilyngdod**, mae'r erlynydd yn chwilio am ffeithiau ac yn ystyried a yw'r dystiolaeth, rhwng popeth, yn ddigon i deilyngu euogfarn, o gofio'r hyn sy'n hysbys am achos yr amddiffyniad. Yn FB v DPP, petai'r erlynydd wedi defnyddio'r dull ar sail teilyngdod ni fyddai wedi dod i'r casgliad rhesymegol ar sail y dystiolaeth fod y dioddefwr wedi meddwl ar gam fod yr amddiffynnydd wedi ei glwyfo.

Pwyntiau allweddol

- Yn lle gofyn pa mor debygol yw euogfarn, dylid gofyn a fyddai'r dystiolaeth yn teilyngu euogfarn, o gofio'r hyn sy'n hysbys am achos yr amddiffyniad.
- Dylid bwrw ymlaen ar sail y byd bod y rheithgor wedi cael ei heffeithio o gwbl gan stereoteipiau neu ragfarn.

32. Ibid., Annex A 'Credibility a dibynadwyedd' and CPS (2010) *The Code for Erlynwyr y Goron*, p. 9

33. R (on the application of B) v DPP (2009) EWHC, paragraphs 49–50.

2. Proses

Cael gwybod neu sylwi ar rywbeth a all effeithio ar allu'r tyst i wneud yr hyn sy'n ofynnol er mwyn rhoi tystiolaeth dda.



A oes rhywbeth penodol (ar wahan i'w diagnosis) sy'n bwrw amheuaeth ar eu tystiolaeth

- anghysondebau?
- cof byrdymor gwael?
- anhawster i ailadrodd y digwyddiad?
- awydd i bleisio wrth ateb cwestiynau?
- anhawster i ddeall cwestiynau neu drafodaeth?



Archwilio mater hygreddedd a dibynadwyedd, cael eglurhad ar fanylion unrhyw dystiolaeth y gall fod gennych bryderon amdani, a phenderfynu ar unrhyw gymorth angenrheidiol i leihau eu heffaith.



Arfer gorau – cynnal cyfweiliad â'r tyst cyn y prawf yn unol â pharagraff 4.8 o'r Cod i Erlynyddion y Goron. Os nad yw hyn yn ddichonadwy, dylech gyfarwyddo'r Swyddog mewn Gofal neu staff Gofal Tystion i archwilio'r materion hyn gyda'r tyst.



Lle mae tyst yn cael trafferth i fynegi barn, dylech geisio ymyrraeth gan **eirolwr/wraig iechyd meddwl** er mwyn sicrhau bod y tyst yn cael cymryd rhan mewn trafod unrhyw anawsterau potensial mewn perthynas â hygreddedd neu ddibynadwyedd.



Ystyriwch ofyn i'r Swyddog mewn Gofal geisio gwybodaeth ategol gan drydydd parti, megis y teulu, cynhalwyr, gweithwyr cefnogi neu weithwyr iechyd meddwl proffesiynol.



Os bydd pryderon yn parhau, neu os ceir gwybod bod yr amddiffyniad yn bwriadu defnyddio hygreddedd a dibynadwyedd yn eu hachos, **dylech geisio caniatad y tyst*** i gael tystiolaeth arbenigol gan weithwyr iechyd meddwl priffesiynol sy'n gysylltiedig â'u gofal (meddyg teulu, seiciatrydd, nyrs seiciatryddol cymunedol).



Ar sail y dystiolaeth benodol a gasglwyd mewn perthynas â'r tyst hwn (ac nid ar sail syniad cyffredinol am gyflyrau iechyd meddwl), defnyddiwch **ddull gweithredu 'ar sail teilyngdod'** i farnu posibilrwydd realistig euogfarn.



Peidiwch â chymryd dim yn ganiataol ynglyn â sut y gall (neu a fydd) hyn yn effeithio hygreddedd a dibynadwyedd.

Holwch y tyst:

- am eu profiad personol o ofid meddwl
- a yw a phryd y bydd yn effeithio ar eu gallu i feddwl, canolbwytio, atgofio, mynegi a rhyngweithio.



Peidiwch â chymryd yn ganiataol y bydd trydydd parti'n wrthrychol wrth asesu hygreddedd, dibynadwyedd na gallu tyst i roi tystiolaeth dda ac ymdopi ag achos llys.

*gweler y Cyfarwyddyd perthnasol gan Wasanaeth Eryl y Goron ar beth i'w wneud os gwrthodir caniatâd (troednodiadau 30 a 31).

Perthnasedd a dyletswydd i ddatgelu

Pwyntiau allweddol

Dylech ganolbwyntio ar synnwyr cyffredin o fewn y fframwaith datgelu:

- **Peidiwch â dod i gasgliadau rhy barod** am berthnasedd iechyd meddwl i'r achos a'r angen am geisio tystiolaeth feddygol.
- **Dylech geisio cydsyniad gwybodus bob amser** ac esbonio goblygiadau tystiolaeth feddygol gan yr erlyniad neu'r amddiffyniad .
- **Peidiwch â datgelu dim oni bai fod hynny'n gwbl angenrheidiol o dan reolau'r CPIA**, yn enwedig lle mae tystiolaeth yn niwtral ac nid oes dyletswydd i'w datgelu i'r amddiffyniad.
- **Peidiwch â bod yn rhy wylidwrus** – peidiwch â datgelu gwybodaeth yn awtomatig gan ragweld apêl bosibl ar sail peidio â datgelu.
- **Dylech wneud penderfyniadau cynnar ar yr hyn sy'n dderbyniol** cyn y prawf neu mewn sesiwn caeedig lle bo modd.
- **Dylech herio datgelu tystiolaeth seicolegol** gan yr amddiffyniad yn ystod y prawf bob amser, lle bo'n amherthnasol, yn sensitif, neu'n cael ei defnyddio i ddiraddio'r tyst.

Cyflwyniad

Mater dyrys yw perthnasedd a datgelu tystiolaeth seiciatryddol. Mae'r dyletswyddau cyfreithiol i wneud pob ymholiad rhesymol, i ddatgelu deunydd sy'n tansellio achos yr erlyniad neu sydd o gymorth i'r amddiffyniad, a sicrhau prawf teg yn hollbwysig. Eto rhaid cadw cydbwysedd rhwng y dyletswyddau hyn a hawl cleifion i gyfrinachedd, sef erthygl 8 yn y Confensiwn Ewropeaidd ar Hawliau Dynol, ac effaith bosibl datgelu ar ddiodefwyr a thystion sydd â phrofiad o ofid meddwl – ar lawr y llys a'r tu hwnt.

Mae gan erlynyddion ac eiriolwyr ddyletswyddau pellach o dan y Cod i Erlynyddion y Goron a'r Safonau Ansawdd Craidd i amddiffyn diodefwyr neu dystion a sicrhau bod pawb yn cael prawf teg – ac nid y diffynnydd yn unig. Rhaid ystyried perthnasedd gwybodaeth seiciatryddol i'r achos neilltuol dan sylw, a goblygiadau hirdymor datgelu i ddiodefwyr neu dystion, bob amser wrth wneud penderfyniadau o fewn y fframwaith datgelu.

Astudiaethau achos – datgelu dianghenraid

Mae Mind wedi dod ar draws adroddiadau am drosglwyddo gwybodaeth seiciatryddol amherthnasol i'r amddiffyniad yn awtomatig, gan achos cryn ofid i'r tyst a'u teulu a'u ffrindiau, a dylanwadu ar ganlyniad y prawf o bryd i'w gilydd.³⁴

Trawyd gwraig a oedd yn cerdded ar hyd y pafin gan feic modur a aeth ar y pafin a'i gwthio i ganol y ffordd lle'r aeth tacsï drosti. Yn ystod yr achos llys yn 2005, datgelwyd hanes iechyd meddwl y wraig. Gan ei bod wedi ceisio'i lladd ei hun yn y gorffennol, awgrymodd yr amddiffyniad ei bod wedi ei rhoi ei hun mewn sefyllfa beryglus o fwriad (er iddi gael ei tharo ar y pafin). Rhoddwyd y gorau i'r achos ac fe gafodd iawndal dibwys am ei hanafiadau.

34. Adroddwyd am yr achosion hyn yn uniongyrchol wrth Mind a chymerwyd camau i ddiogelu hunaniaeth. Er na wyddom ni bopethr am ffeithiau'r achosion hyn ac er ei bod yn ddichonadwy y *galla'r* wybodaeth am iechyd meddwl fod yn berthnasol, ym mhob achos byddai'r casgliad hwn yn denau ac yn annhebygol.

Mae Mind yn gwybod am achosion eraill, megis:

- rhywun a ddioddefodd ymosodiad yn cael bod hanes ei iselder wedi cael ei drosglwyddo i'r amddiffyniad er nad oedd hyn yn ffactor yn yr achos
- rhywun a ddioddefodd dwyll ac a oedd wedi rhoi cynnig ar ei ladd ei hun 10 mlynedd cyn hynny cyn dysgu bod y wybodaeth hon wedi ael ei throsglwyddo i'r amddiffyniad.

Cadw cydbwysedd rhwng dyletswyddau ac effaith datgelu

Rhaid i erlynyddion gydymffurfio â'r ddyletswydd i ddatgelu o dan Ddeddf Gweithdrefn ac Ymchwiliadau Troseddol 1996 (y ddeddf) a dylent gyfeirio at Lawlyfr Datgelu Gwasanaeth Erlyn y Goron a Rheolau Gweithdrefn Droseddol 2010 am gyfarwyddyd manwl.³⁵ Mae'r cyfarwyddyd perthnasol i erlynyddion yn cynnwys cyngor helaeth hefyd yng nghydestun iechyd meddwl ar drin deunydd sy'n dod o fewn prawf datgelu'r Ddeddf, ceisio cydsyniad priodol, ac ymdrin â deunydd am drydydd parti.³⁶ Mae'n bwysig nodi bod y cyfarwyddyd hwn yn rhybuddio erlynyddion rhag cymryd yn ganiataol fod gwybodaeth seiciatryddol bob amser yn berthnasol a bod rhaid ei datblygu bob tro. Cyfarwyddir erlynyddion i wneud penderfyniadau am berthnasedd yn gynnar, er mwyn osgoi amharu ar gyfrinachedd heb fod rhaid a cheisio gwybodaeth sensitif iawn y gall fod angen ei datgelu i'r amddiffyniad maes o law fel deunydd sydd heb gael ei ddefnyddio.

35. CPS (2005), *Disclosure Manual*, http://www.cps.gov.uk/legal/d_to_g/disclosure_manual/;
Ministry of Justice (2010), *Criminal Procedure Rules: Guidance for Court Users, Staff and Practitioners* http://www.justice.gov.uk/criminal/procrules_fin/
Gweler hefyd HM Courts Service (2006), *Disclosure: a protocol for the control and management of unused material in the Crown Court*, http://www.hmcourts-service.gov.uk/cms/files/disclosure_protocol.pdf

36. CPS (2010), *Victims a thystion who have mental health issues and/or learning disabilities: Prosecution Guidance*, 'Medical records – the duty of disclosure' and Annex B. See also CPS (2010), *Guidance Booklet for Experts. Disclosure: Experts' Evidence, Case Management and Unused Material*, which emphasises the early role played by the case management principles in the Criminal Procedure Rules (1, 3 and 33), alongside duties under the CPIA. http://www.cps.gov.uk/legal/d_to_g/disclosure_manual/annex_k_disclosure_manual.

Yn ogystal ag ystyried perthnasedd, dylai erlynyddion gadw cydbwysedd bob amser rhwng dyletswyddau cyfreithiol datgelu ac effaith botensial botensial datgelu ar ddioddefwyr neu dystion. Yn ystod y prawf, gall trafod gwybodaeth seiciatryddol sensitif iawn achosi cryn ofid i'r tyst, a all amharu ar eu gallu i roi'r dystiolaeth orau. Gall datgelu gwybodaeth seiciatryddol i'r amddiffyniad arwain at gwestiynau amhriodol ac ymgais i danseilio hygredded y tyst, a gall y naill neu'r llall greu rhagfarn o ran y rheithgor neu'r barnwr yn erbyn y tyst.

Ar ben hynny, gall effeithiau hirdymor datgelu gofid meddwl yn gyhoeddus fod yn niweidiol iawn i'r unigolyn dan sylw ac i'w ffrindiau a'u teulu. Gall gwarth cymdeithasol a chamwahaniaethu arwain at golli cyfleoedd yn y gymuned, symptomau gofid yn gwaethygu neu'n ail-godi, y berthynas â'r teulu'n chwalu, a rhagor o aflonyddu a chamdriniaeth i lawer o bobl. Mae ymchwil gan Amser i Newid yn cofnodi effaith andwyol datgelu gofid meddwl yn gyhoeddus ar fywydau pobl.

Effeithiau hirdymor datgelu (a adroddwyd wrth Amser i Newid)³⁷

- Soniodd naw o bob deg o bobl fod camwahaniaethu'n cael effaith negyddol ar eu bywydau, tra bod saith o bob 10 wedi rhoi'r gorau i wneud pethau oherwydd gwarth
- Wrth sôn am eu ffrindiau, dywedasant nad oeddynt 'eisiau fy adnabod i' wedi i gyflwr iechyd meddwl gael ei ddatgelu.
- Wrth sôn am gymdogion, teimlent eu bod 'yn rhoi label arna i', 'yn fy ofni' ac 'yn anghwrtais wrtha i – maen nhw'n chwerrthin wrth imi gerdded heibio, maen nhw'n dweud pethau cas amdana i'.
- Roedd cydweithwyr yn eu cau allan o ddigwyddiadau a chyfarfodydd timau, ac nid oeddynt yn fodlon sôn am effaith cyflwr iechyd meddwl. Mae ymchwil arall yn dangos bod llai na phedwar o bob deg o gyflogwyr yn fodlon hurio rhywun sydd â hanes gofid meddwl.³⁸

"Yr ymateb arferol yw sioc a braw, ac osgoi wedi hynny; does gan y rhan fwyaf o bobl unrhyw syniad pa mor galed ydi hyn. Effaith hyn yw fy mod yn teimlo'n unig iawn a bod fy hunanhyder yn isel."³⁹

37. Time to Change (2008), *Stigma Shout: Service user and carer experiences of stigma and discrimination*, Mind and Rethink

38. Department for Work and Pensions (2001), *ONE Evaluation*

39. Ymateb i arolwg *Stigma Shout* yn Time to Change

GWEITHREDU

- Dylech benderfynu a yw'r dystiolaeth yn berthnasol, neu'n debygol o fod, cyn ei cheisio ac ar ôl hynny, a pheidio â datgelu ond yr hyn sy'n gwbl angenrheidiol o dan y rheolau. Nid oes angen datgelu tystiolaeth niwtral.
- Cofiwch bob amser yr effaith debygol ar y tyst yn y tymor byr a'r tymor hir.

GAN BWYLL

Dylech osgoi dull gweithredu sy'n ofni risg wrth wneud penderfyniadau am ddatgelu gwybodaeth i'r amddiffyniad – nid yw ofn apêl yn sgil sicrhau euogfarn ar sail peidio â datgelu gwybodaeth berthnasol yn rheswm digonol dros ddatgelu pob gwybodaeth seiciatryddol fel peth naturiol.

Gwneud penderfyniadau cynnar am wybodaeth dderbyniadwy

Dylai'r erlyniad a'r llys wneud popeth o fewn eu gallu i amddiffyn tyst rhag drwg effeithiau dianghenraid datgelu a sicrhau bod unrhyw dystiolaeth seiciatryddol a ddefnyddir yn berthnasol cyn iddi ddod yn gyhoeddus.

- **Lle mae'r erlyniad yn gwybod am dystiolaeth seiciatryddol cyn yr achos**, dylech sicrhau ei bod eich bod yn penderfynu pa mor dderbyniadwy yw hi cyn i'r prawf gychwyn, gan gofio goblygiadau cyflwr gofid meddwl a all amrywio, er mwyn lleihau'r niwed a all ddigwydd trwy ddatgelu cyflwr iechyd meddwl tyst ar lawr y llys yn ddianghenraid.

Mae'n amlwg nad yw bob amser yn bosibl i eiriolwyr yr erlyniad wybod a oes gan gyfreithwyr yr amddiffyniad wybodaeth am hanes iechyd meddwl rhywun trwy eu tystion eu hunain.

- **Lle bo'r amddiffyniad yn datgelu gwybodaeth seiciatryddol annisgwyl** am dystion yr erlyniad yn ystod prawf, dylech ofyn am ohriad fel y gellir ystyried a yw'n dderbyniol cyn caniatáu i groesholi barhau. Dylech holi'r barnwr neu'r ynad er mwyn sicrhau bod trafodaethau ar berthnasedd y dystiolaeth yn digwydd mewn llys caeedig heb fod y rheithgor yn bresennol, neu mewn siambrau. Dylech herio defnyddio tystiolaeth o'r fath mewn modd amhriodol neu amherthnasol, a lle bo hynny'n berthnasol, dylech geisio barn arbenigol ar sut mae gwybodaeth yr amddiffyniad yn effeithio ar hygredded a dibynadwyedd, os yw'n gwneud hynny o gwbl.

Sicrhau cydsyniad gwybodus

Mathau o gydsyniad

Yn unol â'r egwyddor cyfrinachedd, hawliau cysylltiedig o dan erthygl 8 ac adran 11 o Ddeddf yr Heddlu a Thystiolaeth Droseddol, mae'r amgylchiadau pryd y gellir rhyddhau gwybodaeth seiciatryddol i'r heddlu neu i'r amddiffyniad yn gyfyngedig iawn.⁴⁰ Mae'r gyfraith achos berthnasol sy'n rheoli datgelu cofnodion meddygol neu eraill yn cynnwys:

- **R. (ar gais B) v Llys Cyfun Stafford [2006] EWHC 1645 (Admin)** – pan wneir cais i wysio tyst yn gofyn datgelu cofnodion meddygol, dylid hysbys i'r tyst am y cais hwnnw a rhoi cyfle iddo neu iddi gyflwyno dadleuon.
- **R. v. J. [2010] 3 Arolwg Archbold 2, C.A. (04/03/2010)** – nid yw gorchymyn barnwrol i ddatgelu dogfennau gwasanaethau cymdeithasol mewn perthynas â thyst yn rhoi rhwydd hynt i'r erlyniad na'r amddiffyniad eu defnyddio mewn unrhyw ffordd a wêl yn dda.

Mae'n hanfodol i erlynyddion geisio cydsyniad gwybodus gan ddioddefwyr a thystion bob amser – mewn perthynas ag asesu cofnodion meddygol neu dystiolaeth arbenigol, ac unrhyw angen wedi hynny i ddatgelu gwybodaeth o'r fath i'r amddiffyniad. Gall y tyst roi:

- **cydsyniad llawn** – gall yr heddlu a'r erlynydd weld cofnodion, eu defnyddio fel tystiolaeth a/neu eu datgelu fel deunydd sydd heb gael ei ddefnyddio, fel y bo'n briodol, o dan reolau CPIA
- **cydsyniad amodol** – rhoddir caniatâd i ddatgelu cofnodion i'r heddlu a'r erlynydd, ond nid i'r amddiffyniad
- **dim cydsyniad** – ni roddir caniatâd i ryddhau na defnyddio cofnodion meddygol ac mae gan y tyst yr hawl i gyflwyno dadleuon i'r llys am y penderfyniad hwn.

40. Gweler CPS (2010), *Victims and witnesses who have mental health issues and/or learning disabilities: Prosecution Guidance*, 'Medical records – the duty of disclosure', 'Social Services records' a 'Third party material – defence requests for witness summons'.

GWEITHREDU

- Wrth ddefnyddio'r prawf datgelu yn y tair sefyllfa hyn, dylech asesu perthnasedd y wybodaeth a chymryd i ystyriaeth yr effaith ar y tyst. Gweler y cyfarwyddyd perthnasol i erlynyddion yn fanwl er mwyn dilyn y broses gywir ym mhob sefyllfa.⁴¹
- Dylech hysbysu'r tyst am eich penderfyniadau bob amser a rhoi cyfle iddynt gyflwyno dadleuon llafar neu ysgrifenedig am eu dymuniadau lle bo hynny'n briodol.

GAN BWYLL

Mae gan dyst hawl i wrthod cydsyniad i ryddhau eu cofnodion meddygol, ac ni ddylid byth ddefnyddio penderfyniad i wrthod ynddo'i hun fel tystiolaeth i danseilio'u hygrededd. Mae Mind wedi clywed am achosion lle mae tyst wedi gwrthod rhyddhau cofnodion meddygol a bod hyn wedi mynd yn eu herbyn fel tystiolaeth bod ganddynt rywbeth i'w guddio. Cofiwch na ddylid cwestiynu hygrededd a dibynadwyedd ond yn yr un amgylchiadau ag unrhyw dyst arall. Byddai'n amhriodol, yn ymyrgar ac yn annheg petai disgwyl i dystion, yn sgil datgelu gofid meddwl, ddarparu tystiolaeth i brofi eu hygrededd a'u dibynadwyedd trwy eu cofnodion meddygol. Mae'n bosibl bod gan bobl sydd â gofid meddwl reswm da dros fod yn wyladwrus ynglŷn â datgelu hanes eu gofid iechyd meddwl, yn enwedig lle mae'n debyg o gael ei ddefnyddio mewn llys cyhoeddus. Ni ddylai penderfyniad o'r fath fod yn foddion i ddwyn mwy o anfri arnynt.

Hysbysu dioddefwyr neu dystion

Er mwyn cael cydsyniad gwirioneddol wybodus mae'n bwysig pwysleisio i ddioddefwyr neu dystion beth fydd canlyniadau hirdymor datgelu a chymryd rhan yn y broses cyfiawnder troseddol. Mae pobl sydd â gofid meddwl wedi dweud wrth Mind nad yw hyn yn cael ei esbonio bob amser, fel y teimlant na allant barhau â'r erlyniad. Golyga hyn fod pobl yn methu cael cyfiawnder am nad ydynt yn cael cyfle i wneud penderfyniadau ar sail gwybodaeth am gymryd rhan yn y broses.

Mae'n bwysig bod trafodaethau'n digwydd yn gynnar rhwng yr heddlu a dioddefwyr neu dystion am ganlyniadau a) parhau â'r achos a b) gwrthod datgelu – mewn perthynas â'r achos a'u bywyd yn y tymor hir. Dylai hyn gynnwys trafod y sefyllfa waethaf bosibl, er enghraifft, y gall fod yn anos rheoli datgeliad llawn gan yr amddiffyniad lle mae wedi ceisio gwybodaeth seiciatryddol ei hun. Gellid penodi eiriolwr/wraig iechyd meddwl i gynorthwyo gyda'r trafodaethau hyn.

GWEITHREDU

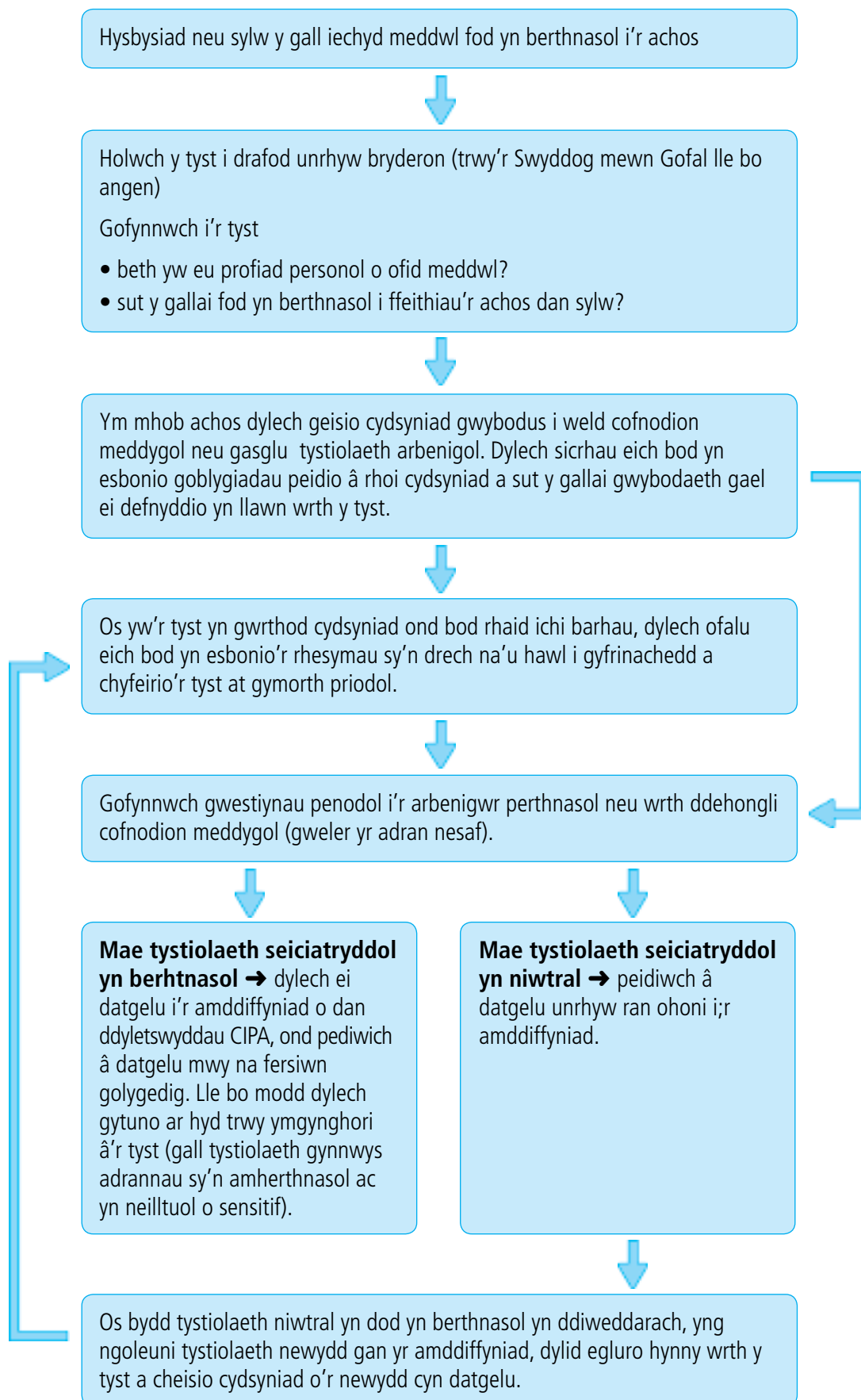
- Peidiwch â gadael y trafodaethau hyn i'r heddlu'n unig – er mai cyfrifoldeb y Swyddog mewn Gofal yw cynnal y trafodaethau cychwynnol am gymryd rhan a datgelu gwybodaeth, dylai'r erlynydd chwarae rôl trwy gydol y broses am fod angen adolygu cydsyniad yn barhaus.
- Lle bo angen, dylech geisio cydsyniad o'r newydd i wirio bod y tyst yn deall goblygiadau'r cam nesaf bob amser, neu os bydd yr amgylchiadau mewn perthynas â thystiolaeth a datgelu'n newid (megis os bydd tystiolaeth newydd gan yr amddiffyniad yn dod i'r golwg).

Yn y pen draw, mae dioddefwyr a thystion yn fwy tebygol o gydweithredu â'r drefn a rhoi eu tystiolaeth orau os ydynt yn deall y broses a'i goblygiadau, ac yn ymddiried yn yr erlynydd a'r staff perthnasol eraill. Mae'n hanfodol diogelu iechyd meddwl y tyst hefyd a dylai erlynyddion roi sylw i baragraff 4.17g o Brawf Lles y Cyhoedd yn y Cod i Erlynyddion y Goron yn y cyd-destun hwn.⁴²

41. Ibid, Atodiad B.

42. CPS (2010) *The Code for Crown Prosecutors*, t.14

Sicrhau prawf teg i bawb



Defnyddio tystiolaeth arbenigol a chofnodion meddygol

Pwyntiau allweddol

- Gall casglu tystiolaeth arbenigol fod yn fewnwrthiol – peidiwch â chymryd yn ganiataol ei bod yn angenrheidiol bob amser lle bo gan dyst ofid meddwl.
- Ymgynghorwch â'r tyst – am arbenigwr addas ac am oblygiadau unrhyw dystiolaeth a ddarperir, fel y bo'n briodol.
- Peidiwch â chyffredinol – dylech ofyn cwestiynau penodol i arbenigwyr a dadansoddi cofnodion meddygol yn gadarn mewn perthynas â chyd-destun yr achos.
- Byddwch yn ymwybodol o'r terfyniadau – gellir dadlau ynglŷn â chofnodion meddygol: nid yw barn arbenigol neb yn ddiffiniol; gall gwarth neu berthnasoedd anodd dywyllu barn broffesiynol.
- Dylech ddefnyddio tystiolaeth arbenigol mewn sawl ffordd – i ateb pryderon am hygredded a dibynadwyedd, i ateb tystiolaeth arall, neu o blaid ceisiadau am gymorth neu addasiadau.

Cyflwyniad

Gall fod yn ddefnyddiol casglu tystiolaeth gan arbenigwyr⁴³ ac mewn cofnodion meddygol ond mae hefyd yn fewnwrthiol iawn, felly dylid pwyso a mesur yr angen am geisio tystiolaeth seiciatryddol fanwl. Os yw stori rhywun yn gwbl gyson neu os nad oes sail benodol i amau bod tystiolaeth yn annibynadwy neu anghredadwy, mae'r cyflwr iechyd meddwl yn amherthnasol, ac ni ddylid ymchwilio ymhellach i'w hanes seiciatryddol. Mae hyn yn wir hyd yn oed lle byddwch wedi cael eich hysbysu am ofid meddwl yn barod gan y tyst neu gan drydydd parti a lle mae'n bosibl bod anghenion cymorth dan sylw. Mae'r cyfarwyddyd perthnasol i erllynyddion yn glir na ddylai erllynyddion gymryd yn ganiataol fod angen ceisio tystiolaeth arbenigol bob tro ac y dylent ofalu rhag tarfu ar gyfrinachedd nac ar yr hawl i breifatrwydd yn erthygl 8 oni bai fod gwir angen.⁴⁴

Lle bo'n briodol i geisio barn arbenigol, rhaid i gwestiynau i arbenigwyr ffocysu ar y cyd-destun penodol ac ar brofiad yr unigolyn o ofid meddwl, ac nid ar bwyntiau cyffredinol am ddiagnosisau a'u symptomau.⁴⁵ Yn yr un modd, mae'n bwysig

43. Er ein bod yn cydnabod y diffiniad cyfreithiol ffurfiol o 'dystiolaeth arbenigol', rydym yn defnyddio'r term yn y pecyn hwn yn ei ystyr ehangach i olygu pobl sy'n gyfrifol am ofal y tyst a all ddarparu gwybodaeth arbenigol am unrhyw anghenion neu anawserau cymorth mewn perthynas â hygredded a dibynadwyedd, er mwyn sicrhau bod penderfyniadau'r erlyniad yn digwydd ar sail gwybodaeth benodol am yr unigolyn hwnnw. Nid yw hyn wrth gwrs yn golygu nad yw'r gweithwyr proffesiynol hyn yn 'arbenigwyr' yn yr ystyr gyfreithiol gywir mewn rhai achosion.

44. CPS (2010), *Victims and witnesses who have mental health issues and/or learning disabilities: Prosecution Guidance*, 'Medical records – the duty of disclosure'. Dywed: "Peidiwch â chymryd yn ganiataol fod rhaid ichi ofyn. Dylech benderfynu a yw'r cofnod yn berthnasol, neu'n debygol o fod. Dylech benderfynu a yw'n briodol amharu ar' gyfrinachedd."

45. Mae'r Cyngor Meddygol Cyffredinol yn darparu cyfarwyddyd ar weithredy fel tyst arbenigol y gall fod yn ddefnyddiol cyfeirio ato: http://www.gmc-uk.org/guidance/ethical_guidance/expert_witness_guidance.asp.

dadansoddi tystiolaeth arbenigol yn drylwyr ac nid derbyn bod y wybodaeth a ddarparwyd yn derfynol. Dylai erlynyddion ystyried goblygiadau adroddiad gan arbenigwr yn ofalus mewn perthynas â'r digwyddiad penodol, gan ystyried pob cyfnod sydd o bwys, a swyddogaethau gofynnol tystion, gan gadw at y pwyntiau a nodir isod.

Ceisio cyngor arbenigol

Mae'n briodol ceisio tystiolaeth arbenigol neu wybodaeth feddygol yn y sefyllfaoedd canlynol:

1. Os yw'r tyst yn defnyddio gofid meddwl i esbonio pam na ddylent gael eu trin yn yr un ffordd â phawb arall naill ai:
 - mewn perthynas ag ailadrodd am y digwyddiad yn gywir neu mewn ffordd gydlynol. neu
 - mewn perthynas â chroesholi a rhoi tystiolaeth mewn prawf
2. Os yw'r Swyddog mewn Gofal neu'r erlynydd yn sôn bod ymarweddiad neu ymddygiad yn awgrymu anawsterau o ran hygyrdded a dibynadwyedd, ac os nad yw trafodaethau gyda'r tyst wedi lleddfu'r pryderon hyn.

Y tu allan i'r sefyllfaoedd hyn, dylid ystyried bod cofnodion meddygol yn gyfrinachol ac amherthnasol. Ar ben hynny, nid yw anghysondeb neu arwyddion diffyg dibynadwyedd yn rhoi tragwyddol heol i geisio cofnodion meddygol neu farn arbenigol. Dylid cadw bob amser at y prosesau a geir yn y cyfarwyddyd perthnasol i erlynyddion.⁴⁶

Pwy yw'r 'arbenigwyr'?

Bydd y person mwyaf priodol yn dibynnu i ryw raddau ar gyflwr y tyst a'r math o driniaeth y mae'n ei derbyn. Yn sgîl cael cydsyniad gwybodus arfer da yw holi'r tyst ynglŷn â phwy sy'n adnabod eu cyflwr orau o safbwynt proffesiynol. Dylai arbenigwyr fod yn bobl sy'n ymwneud yn agos â gofal y tyst, er mwyn osgoi ceisio gwybodaeth generig. Gallai gynnwys un neu ragor o'r canlynol:

- seiciatrydd
- meddyg teulu
- cwmsler neu seicotherapydd
- nyrs seiciatryddol cymunedol

Gofyn y cwestiynau iawn

Y canlynol yw'r cwestiynau sylfaenol y dylid eu gofyn i unrhyw arbenigwr/wraig, er mwyn sicrhau bod y dystiolaeth arbenigol mor gadarn a phenodol â phosibl (dylid eu haddasu yn ôl yr angen).

1. Beth yw natur a maint cyflwr iechyd meddwl y tyst, gyda sylw neilltuol i'r symptomau a brofir gan y tyst? Sut mae unrhyw driniaeth yn effeithio ar y tyst?
 - a) Pa symptomau penodol sydd gan y tyst – oherwydd y cyflwr a/neu'r driniaeth?
 - b) Pryd mae'r symptomau hyn yn digwydd?
 - c) A oes unrhyw bethau neilltuol sy'n sbarduno'r symptomau hyn?
 - d) A oes unrhyw ffactorau sy'n gwneud pethau'n well neu'n waeth?
2. A allai natur a maint cyflwr iechyd meddwl y tyst gael effaith sylweddol ar eu (i) canfyddiad, (ii) dealltwriaeth neu (iii) atgof am ddigwyddiad? Os felly, sut y gallai gael effaith benodol ar (i), (ii) neu (iii)? I ba raddau y byddai (i), (ii) neu (iii) yn cael eu heffeithio o gymharu â rhywun sydd heb y cyflwr iechyd meddwl hwn?
3. O safbwynt y digwyddiad dan sylw, a allai cyflwr iechyd meddwl y tyst effeithio ar eu (i) canfyddiad, (ii) dealltwriaeth neu (iii) atgof i'r graddau y gallai danseilio hygyrdded neu ddibynadwyedd eu stori:
 - a) adeg y digwyddiad?
 - b) adeg adrodd am y digwyddiad wrth yr heddlu?
 - c) adeg cyfweliadau ar ol hynny?
 - d) ar hyn o bryd?Sut yn benodol y gallai effeithio ar hygyrdded neu ddibynadwyedd stori'r tyst ar yr adegau hyn? A oes unrhyw ffactorau sy'n gwneud pethau'n well neu'n waeth? A oes unrhyw beth y gall yr erlynydd ei wneud i liniaru'r rhain a chynorthwyo'r tyst i roi tystiolaeth gredadwy a dibynadwy?
4. Sut y gallai natur neu faint cyflwr iechyd meddwl y tyst effeithio ar eu gallu i roi tystiolaeth a gwrthsefyll croesholi, yn enwedig mewn perthynas â'r canlynol :
 - a) ymateb i ymholiadau a holiadau
 - b) canolbwyntio a thalu sylw
 - c) y gallu i gyfathrebu
 - d) rhyngweithio â phobl eraill.A oes unrhyw ffactorau sy'n gwneud pethau'n haws neu'n anos? A oes unrhyw beth y gall yr erlynyddion ei wneud i gynorthwyo'r tyst i roi eu tystiolaeth orau a sicrhau nad yw croesholi'n achosi gofid pellach a/neu wneud y cyflwr y waeth?

46. Ibid, 'Medical records – duty of disclosure', 'Expert tystiolaeth' and Annex A.

Dadansoddi tystiolaeth arbenigol

Gall tystiolaeth arbenigol a gesglir fel hyn oleuo penderfyniadau ynglŷn â pherthnasedd, hygrededd a dibynadwyedd, a'r gallu i wynebu prawf mewn llys. Er hynny, dylid nodi sawl peth:

- Ceir cyfyngiadau ar dystiolaeth arbenigol ac yn aml mae'n mynegi barn unigolyn.
- Ym maes iechyd meddwl, ni all fod unrhyw atebion terfynol neu farnau gwrthrychol.
- Gall cofnodion meddygol fod yn ddatleuol, am fod labeli diagnostig yn amrywio ac yn ansicr, felly gall pobl gael sawl diagnosis gwahanol dros amser.
- gall fod perthynas anodd rhwng y tyst a'r gweithiwr/wraig iechyd proffesiynol, a all dywyllu'r farn arbenigol a gwyrô'r asesiad.
- Ceir tystiolaeth bod gwarth ynglŷn â gofid meddwl hyd yn oed ymhlith seiciatryddion ac arbenigwyr meddygol eraill.

GWEITHREDU

- Dylech bwysu a mesur tystiolaeth arbenigol yn ofalus bob amser a pheidio â chymryd bod gwybodaeth o reidrwydd yn wrthrychol neu'n awdurdodol.
- Dylech drafod unrhyw dystiolaeth arbenigol gyda'r tyst a cheisio eu barn am sut y gallai eu gofid meddwl effeithio ar eu hygrededd a'u dibynadwyedd, gan y byddant yn aml yn arbenigwyr ar eu cryfderau a'u gwendidau eu hunain.

Defnyddio tystiolaeth arbenigol

Er na ellir defnyddio tystiolaeth arbenigol sy'n ategu hygrededd neu ddibynadwyedd tystiolaeth tyst fel rhan o achos yr erlyniad, gellir ei defnyddio'n fuddiol mewn sawl ffordd:

- ategu penderfyniadau am y prawf tystiolaethol a'r tebygolrwydd o gael euogfarn
- ategu hyder yr erlynydd a'r tyst i barhau â'r achos
- gwrthdweud tystiolaeth os bydd yr amddiffyniad yn bwrw amheuaeth ar hygrededd neu ddibynadwyedd y tyst yn y llys
- ateg a chryfhau ceisiadau am fesurau arbennig ac addasiadau rhesymol, lle mae hyn yn dangos yr angen am anghenion cymorth.

GWEITHREDU

- Os yw'r dystiolaeth yn bodloni'r prawf datgelu, peidiwch â datgelu'r holl adroddiad neu'r holl gofnod meddygol yn awtomatig.
- Dylech olygu tystiolaeth arbenigol fel nad yw ond y rhannau perthnasol yn cael eu trosglwyddo i'r amddiffyniad, er mwyn sicrhau peidio â rhyddhau gwybodaeth feddygol sensitif ac amherthnasol heb fod rhaid. Lle bo hynny'n bosibl, gallwch gynnwys y tyst yn y broses olygu.

Astudiaeth achos – defnyddio tystiolaeth arbenigol wrth baratoi achos⁴⁷

Mewn achos trais yn y cartref hysbyswyd y cyfreithiwr a oedd yn adolygu'r achos fod gan y ddiodefwraig brofiad o ofid meddwl. Ceisiwyd datganiad gan feddyg y diodefwyr y gynorthwyo'r cais am fesurau arbennig. Dywedodd yr erlynydd a oedd yn trafod yr achos

“Cwrddais â'r ddiodefwraig am y tro cyntaf ar ddiwrnod y prawf. Roedd datganiad y meddyg yn ddefnyddiol imi pan es i i drafod y prawf gyda hi, i'w pharatoi ar gyfer yr hyn a fyddai'n digwydd, i gael gwybod ei hanghenion ac a allwn i fod o gymorth (heb drafod y dystiolaeth ei hun wrth gwrs).”

47. Adroddwyd am tr enghraifft hon wrth Mind fel rhan o'r ymchwil i lunio'r pecyn hwn a chymerwyd camau i warchod hunaniaeth.

Cynorthwyo pobl i roi eu tystiolaeth orau

Pwyntiau allweddol

- Peidiwch â chymryd dim yn ganiataol – yn yr un modd ag y gall gofid meddwl amrywio, bydd anghenion cymorth yn amrywio, felly dylech wneud asesiadau newydd ym mhob achos.
- Dylech adnabod unrhyw anghenion potensial yn gynnar a’u trafod gyda’r tyst bob amser – peidiwch â gorfodi cymorth dieisiau ar bobl.
- Dylech feddwl y tu hwnt i fesurau arbennig – ystyriwch nhw bob amser ond cofiwch hefyd addasiadau rhesymol a mesurau cymorth anffurfiol.⁴⁸
- Mae ceisio’r cymorth iawn yn allweddol o ran sicrhau’r dystiolaeth orau – mewn perthynas â hygyrdd neu ddibynadwyedd y tyst a’u gallu i wrthsefyll y prawf.
- Pedwar nod allweddol cymorth i dystion yw: sicrhau’r dystiolaeth orau; paratoi a sicrhau’r tyst; rheoli disgwyliadau; lleihau gofid pellach.

Cyflwyniad

Mae ar erlynyddion ddyletswydd o dan Safon 7 o Safonau Ansawdd Craidd Gwasanaeth Eryl y Goron i sicrhau bod tystion sydd â gofid meddwl yn derbyn cymorth digonol yn ystod y prawf. Mater o arfer cyfreithiol sylfaenol yw hwn mewn perthynas â thrin tystion yn iawn a hael y dystiolaeth orau. Bydd erlynyddion ac eiriolwyr eisoes yn gyfarwydd â’r wybodaeth a’r cyfarwyddyd cyfredol am y ddyletswyddau cyfreithiol i ddarparu mesurau arbennig ac addasiadau rhesymol i dystion, lle bo angen o dan Ddeddf Cyfiawnder Ieuencid a Thystiolaeth Droseddol 1999 a Deddf Cydraddoldeb 2010, yn y drefn honno.⁴⁹ Er bod mesurau arbennig ffurfiol ar gael i dystion sydd ag anhwylder meddyliol fel y’i diffinnir o dan Ddeddf Iechyd Meddwl 1983 (“unrhyw anhwylder neu anabledd meddyliol”), gellir a dylid estyn cymorth arall yn ôl y gofyn i bobl sydd â gofid meddwl ac nad ydynt yn dod o dan y diffiniad hwn (er enghraifft, am nad oes ganddynt ddiagnosis ffurfiol).

Mewn perthynas ag iechyd meddwl, gall fod yn neilltuol o bwysig sicrhau bod y mesurau cymorth cywir yn eu lle’r o ran:

- goresgyn unrhyw rwystrau potensial ar ddarparu tystiolaeth gredadwy neu ddibynadwy
- lleihau unrhyw beth a all sbarduno gofid a helpu’r tyst i wrthsefyll proses y prawf.

Ond yn aml ni ddarperir unrhyw fesurau arbennig i dystion sydd â gofid meddwl, naill ai am nad yw eu hanghenion iechyd meddwl yn cael eu hadnabod yn ddigon buan i wneud cais yn bosibl, neu am nad yw’r mesurau arbennig ar gyfer iechyd meddwl yn ddigon dealladwy. Hyd yn oed lle mae mesurau arbennig ffurfiol yn amhriodol neu’n aflwyddiannus, dylid trafod addasiadau rhesymol a chymorth anffurfiol posibl gyda’r tyst yn gynnar, er mwyn sicrhau’r dystiolaeth orau.

49. The Equality Act 2010 upholds the duties previously enshrined in the Disability Discrimination Act 1995 to provide disabled people with addasiadau rhesymol, where necessary to ensure equal access to services.

48. Gwleer t. 29 ‘Addasiadau rhesymol’

Asesu anghenion cymorth

Dylid adnabod tystion sydd â gofid meddwl cyn gynted ag y bo modd fel y gellir darparu mesurau arbennig iddynt a chymorth a pharatoad priodol cyn prawf. Dylai erlynyddion ac eiriolwyr gydweithio'n agos â'r Swyddog mewn Gofal a'r Swyddog Gofal Tystion er mwyn sicrhau bod hyn yn digwydd yn brydlon ac mewn ffordd briodol a'ch bod yn gofyn y cwestiynau iawn. Fodd bynnag, ni ddylai gwybod am gyflwr iechyd meddwl arwain at gymryd dim yn ganiataol ynglŷn â'r anghenion cymorth sydd ar dyst, os oes rhai – dylid ymgynghori â thystion ymlaen llaw bob amser, i ystyried y materion hyn, mewn cyfarfod cynnar i drafod mesurau arbennig neu mewn cyfweiliad â'r tyst cyn y prawf.⁵⁰

GWEITHREDU

- Dylech ddefnyddio cyfarfodydd wyneb yn wyneb fel cyfle i leihau'r pryder potensial a all effeithio ar ansawdd tystiolaeth y tyst, trwy gynnig sicrwydd a rheoli disgwyliadau ynglŷn â'r prawf.

Holi'r tyst – egwyddorion allweddol

- Yn yr un modd ag y bydd profiadau pobl o ofid meddwl yn amrywio ac yn newid, felly y bydd unrhyw anghenion cymorth cysylltiedig.
 - Mae pobl yn aml yn arbenigwyr o ran eu cryfderau eu hunain a phryd, os byth, y bydd arnynt angen cymorth ychwanegol i roi eu tystiolaeth orau.
 - Dylech ofalu rhag rhoi pwysau ar dystion sydd â gofid meddwl i dderbyn mesurau arbennig neu addasiadau rhesymol os ydynt yn teimlo eu bod yn ddiangen neu'n amhriodol.
 - Gall rhai pobl sydd â gofid meddwl fod yn gadarn iawn am gyfnod neu drwy gydol y prawf ac mae'n bosibl na fyddant am gael triniaeth arbennig a chael eu labelu felly fel rhai 'diymgeledd' neu 'wahanol'.
-

50. Yn ddelfrydol, dylai hyn fod yn arfer safonol lle mae tyst sydd â gofid meddwl, yn unol â'r cyfarwyddyd perthnasol i erlynyddion a'r Safonau Ansawdd Craidd.

Mesurau arbennig i leihau gofid meddwl

O fewn y diffiniadau cyfreithiol ehangach o gymhwysedd,⁵¹ mae mesurau arbennig yn neilltuol o berthnasol i lawer o symptomau gofid meddwl, gan helpu i leihau'r pethau hynny yn y llys a all sbarduno gofid neu bryder a diogelu'r tyst rhag y ffactorau mewnol neu allanol a all amharu ar ei allu neu ei gallu i roi'r dystiolaeth orau. Dylid ystyried gwneud ceisiadau cynnar bob amser, trwy ymgynghori â'r tyst. Yn unol â Safonau Ansawdd Craidd Gwasanaeth Erlyn y Goron dylai erlynyddion "gynnig cwrdd â thystion yn bersonol i drafod yr angen am fesurau arbennig" mewn achosion priodol (paragraff 7.6).⁵²

Mesur arbennig	Perthnasedd i iechyd meddwl
Tystiolaeth ar fideo. Tystiolaeth trwy ddolen fyw.	Gall fod yn ddefnyddiol i bobl sy'n cael rhyngweithio â phobl eraill yn her, efallai am eu bod yn clywed lleisiau, yn teimlo dan fygythiad neu'n baranoid, neu am fod ganddynt anhwylder personoliaeth. Mae rhai pobl yn methu siarad yn gyhoeddus oherwydd diffyg hunan-barch cronig felly mae'n bosibl y bydd angen rhoi dystiolaeth y tu allan i'r llys.
Sgriniau.	Gall y rhain helpu pobl i ffocysu a chanolbwyntio ar groesholi, sy'n neilltuol o bwysig lle mae pobl yn profi meddyliau obsesiynol neu rithwelediadau.
Rhoi dystiolaeth yn breifat.	Pwysig i bobl a all gael trafferth gyda diethriaid neu dorfeydd o bobl, gall leihau teimladau pryderus neu ofidus. Mae'n neilltuol o bwysig lle mae gwybodaeth sensitif am hanes iechyd meddwl rhywun yn cael ei datgelu.
Tynnu wigiau a gynau.	Gall leihau'r risg y bydd rhywun yn ofidus, yn bryderus neu'n cael teimladau paranoid neu banig, yn enwedig lle mae pobl yn cael trafferth gyda ffigurau awdurdodol neu mewn amgylchiadau anghyfarwydd.
Defnyddio cyfryngwyr.	I gynorthwyo gyda dehongli cwestiynau ac atebion yn briodol, yn enwedig lle y gall croesholi ychwanegu at deimladau pryderus, diffyg hunan-barch, paranoia neu ofid, neu lle y gall symptomau seicotig megis clywed lleisiau ei gwneud yn anodd rhoi ateb mesuredig a/neu gydlynol. Am fod cyfryngwyr bob amser yn sefyll wrth ymyl y tyst yn y blwch (neu'n cydeistedd â nhw yn yr ystafell ddolen fyw), gallant gynnig sicrwydd hollbwysig iddynt hefyd.
Cymorth i gyfathrebu.	Gall fod angen help dehonglydd ar bobl sy'n cymryd meddyginiaeth sy'n effeithio ar eu lleferydd, neu sy'n profi meddyliau di-drefn, obsesiynol neu ymyrgar a all ei gwneud yn anodd iddynt ddilyn llinyn sgwrs, i'w helpu i gyflwyno dystiolaeth glir a chydlynol. Gall fod o help i ddefnyddio cwestiynau ysgrifenedig neu a baratowyd ymlaen llaw hefyd.

51. Diffinnir y cymhwysedd i dderbyn mesurau arbennig gan Adran 16 o Ddeddf Cyfiawnder Ieuencid a Thystiolaeth Droseddol 1999. Mae 'tystion diymgeledd' yn cynnwys pobl sydd ag anhwylder meddwl fel y'i diffinnir dan Ddeddf Iechyd Meddwl 1983, sef "unrhyw anhwylder neu anabledd yn y meddwl". http://www.cps.gov.uk/legal/s_to_u/special_measures/

52. CPS (2010) *Core Quality Standards*, p. 33

Astudiaeth achos – pwysigrwydd cyfryngwyr⁵³

“Mae tystion sydd ag anhwylder meddwl yn gymwys i ddefnyddio cyfryngwr/wraig lle byddai defnyddio un yn gwella ansawdd eu tystiolaeth.”

paragraff 3.79, Cael y Dystiolaeth Orau mewn Achos Troseddol

Mae'r achos hwn yn dangos pa mor fuddiol yw defnyddio cyfryngwyr mewn achosion gyda thystion sydd â gofid meddwl, er mwyn sicrhau tystiolaeth dda mewn amgylchiadau anodd.

Nododd staff Gofal Tystion y byddai tyst yn elwa o gael gymorth cyfryngwr am fod anaf difrifol i'r pen rai blynyddoedd cyn hynny wedi gadael y tyst yn ofidus, yn dioddef gan iselder ac yn cael trafferth i gyfathrebu. Paratôdd y cyfryngwr adroddiad yn seiliedig ar ymgynghori â'r tyst a thrydydd partion perthnasol, a wnaeth argymhellion ar y mesurau arbennig angenrheidiol (sgriniau) ac addasiadau rhesymol (amser i'r tyst ddarllen ei ddatganiad cyn y prawf mewn man tawel; math penodol o holi; seibiannau rheolaidd). Mewn cynhadledd fer cyn prawf ar y diwrnod, gwrthodwyd cais i ganiatáu i'r cyfryngwr sefyll wrth ochr y tyst gan yr amddiffyniad ond fe'i caniatwyd gan yr ynadon, ar y sail y byddai ansawdd y dystiolaeth yn dioddef heb gymorth y cyfryngwr. Yn ystod y croesholi safai'r cyfryngwr wrth flwch y tyst i gynnig sicrwydd a chymorth, i'r tyst ddeall y cwestiynau ac i gyfathrebu ei atebion yn ôl yr angen. Rhoddodd y tyst dystiolaeth ragorol heb gymorth agored a llwyddwyd i gael euogfarn.

Mae'r erlynydd a oedd yn gysylltiedig â'r achos felly'n gweld pedwar gwerth mewn defnyddio cyfryngwyr:

1. Maent yn **'wyneb cyfeillgar' i'r tyst**, yng nghanol ffurfioldeb brawychus ac anghyfarwydd y llys. Er eu bod yn ymddwyn mewn modd proffesiynol byddant wedi cwrdd â'r tyst ymlaen llaw a bydd y tyst yn gwybod bod y cyfryngwr yn ymwybodol o'u gofid meddwl ac ar gael i helpu.
2. Gallant gynnig **cyngor i'r eiriolwyr** ar sut fynegi cwestiynau'n effeithiol a chael y dystiolaeth angenrheidiol gan y tyst, yn enwedig lle mae deall iaith yn y cwestiwn. Gallant ymyrryd hefyd i gynorthwyo'r tyst os bydd angen i liniaru agwedd yr amddiffyniad tuag at y tyst wrth iddo gael ei groesholi.

3. Maent yn **arbenigwyr yn eu maes** a gallant sôn wrth y llys pa fath o anawsterau sydd gan y tyst yn llawer mwy effeithiol nag a allai eiriolwyr. Gallant fynegi materion mewn ffordd fanwl ac awdurdodol ac mae eu hannibyniaeth yn sicr am eu bod wedi'u penodi gan y llys.
4. Mae eu **presenoldeb gwladwriaeth ymyl y tyst** wrth iddo neu iddi roi tystiolaeth yn cefnogi'r tyst yn ystod cyfnod trawmatig ac anodd, ac mae'n atgoffa pawb o hyd fod angen ystyriaeth arbennig ar y tyst ac na all bob amser siarad yn y ffordd glir a sicr y gall y llys ei disgwyl gan dystion eraill.

Addasiadau rhesymol i leihau gofid meddwl

Lle bo mesurau arbenigol heb fod ar gael neu'n amhriodol, gellir defnyddio ystod o addasiadau rhesymol cyn ac yn ystod y prawf, er mwyn osgoi amgylchiadau a all achosi gofid a helpu tystion i roi'r dystiolaeth orau. Cyn ceisio cydsyniad y llys ar gyfer unrhyw addasiadau, gallai fod o gymorth i ddefnyddio ymholiadau rhesymol i geisio tystiolaeth ategol gan drydydd partion yngl n â'r angen am unrhyw fesurau arfaethedig.

Bydd unrhyw addasiadau rhesymol, os oes rhai, yn amrywio yn ôl yr unigolyn. Dylid ystyried mathau o gymorth safonol a gynghorir yn y Siartr Tystion a'r cyfarwyddyd perthnasol sydd gan Wasanaeth Erlyn y Goron. Gall rhai o'r gweithdrefnau safonol hyn fod yn arbennig o ddefnyddiol o safbwynt lleihau pryder a gofid, megis ymweliadau â'r llys cyn y prawf a gwahodd teulu a ffrindiau i gyfweliadau a gwrandawliadau. Dylai erlynyddion ac eiriolwyr gydweithio'n agos â'r Swyddog Gofal Tystion er mwyn adnabod yr anghenion hyn yn gynnar wrth baratoi'r achos. Ffynhonnell cyngor a chymorth gwerthfawr yn ystod y prawf hefyd yw'r Gwasanaeth Tystion annibynnol a ddarperir gan Gymorth i Ddiodeffwyr a dylid cyfeirio tystion ato fel y bo'n briodol.⁵⁴

Yn ogystal, mae pobl sydd â gofid meddwl wedi dweud wrth Mind y gall yr addasiadau rhesymol a ganlyn fod yn ddefnyddiol, yn ogystal â'r gweithdrefnau safonol. Canllawiau yn unig yw'r rhain a dylid ceisio cyngor gan y tystion eu hunain bob amser am eu hanghenion neilltuol.

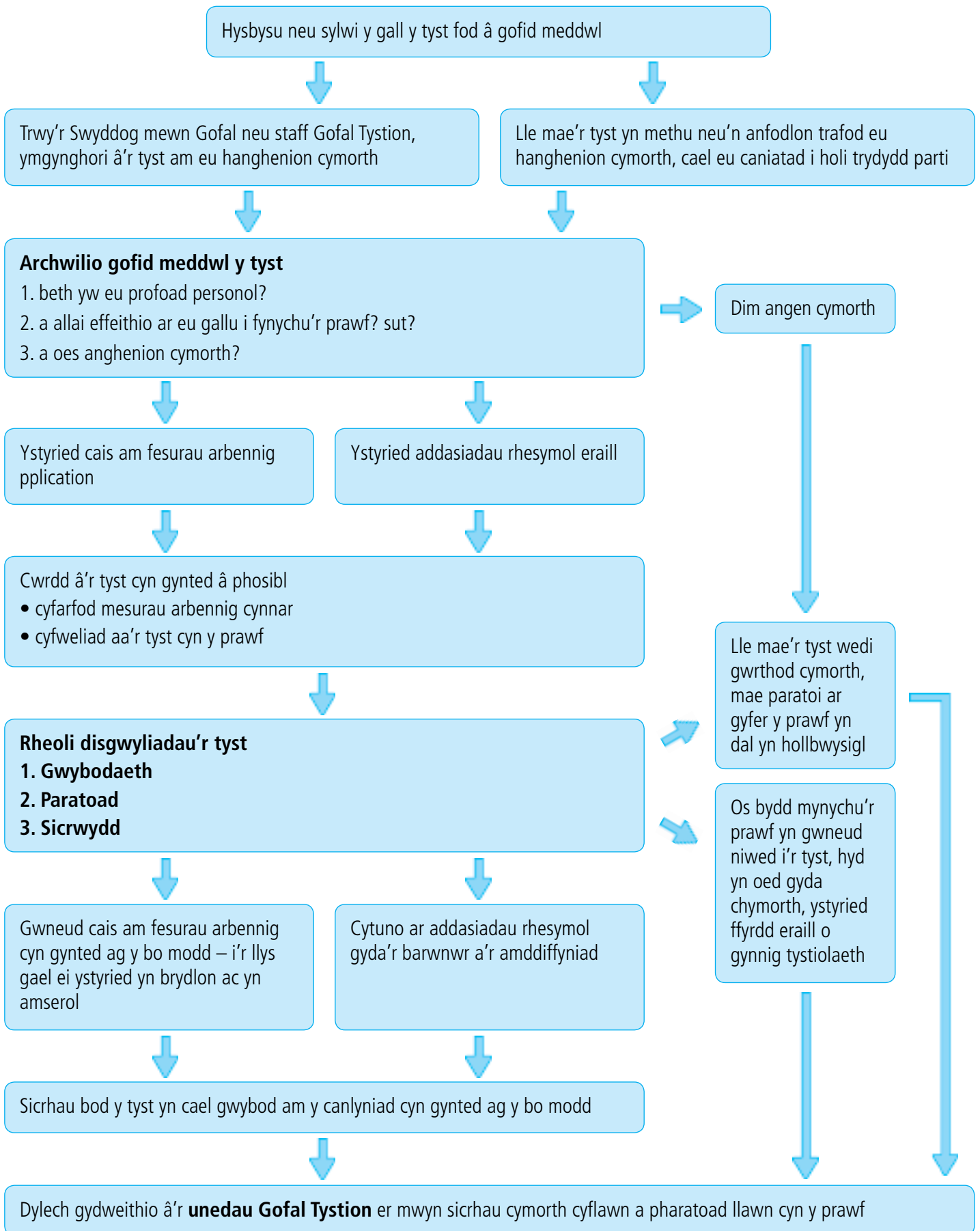
53. Adroddwyd am yr achos hwn wrth Mind fel rhan o arolwg i ategu'r pecyn hwn, a gwaned ymgais i ddiogelu hunaniaeth.

54. <http://www.victimsupport.org.uk/Help%20for%20witnesses>

Addasiadau rhesymol i leihau gofid meddwl

- Cynnal cyfweliadau a gwrandawiadau mewn ystafelloedd lle mae golau naturiol.
 - Eisteddiadau byrrach a/neu'r cyfle i gael seibiannau rheolaidd.
 - Eistedd wrth roi tystiolaeth ac yn ystod croesholi.
 - Caniatâd i godi a cherdded o gwmpas os bydd hyn yn lleddfu anghysur, oherwydd gall rhai mathau o feddyginiaeth achosi aflonyddwch.
 - Caniatáu i gefnogwr neu gynhaliwr fod gyda'r tyst bob amser – gan gynnwys sefyll ochr yn ochr â'r tyst wrth roi tystiolaeth, lle bo modd.
 - Sicrhau bod tystion yn gyfforddus gyda gweithdrefnau ac awyrgylch y llys, megis esbonio pam mae camerâu cylch cyfyng yno neu eu diffodd.
 - Gofyn i swyddogion yr heddlu dynnu'u hetiau a'u helmedi er mwyn lleihau'r gofid a achosir gan bobl anghyfarwydd neu mewn awdurdod (megis yn achos wigiau a gynau).
 - Gofyn i'r barnwr, y clerod a'r amddiffyniad gyfarch y tyst yn uniongyrchol a bod yn amyneddgar a sensitif pan fydd angen esbonio rhywbeth neu os bydd y gofid yn ddwys.
 - Penderfynu a oes angen clirio llawr y llys wrth drafod gwybodaeth feddygol sensitif am y tro cyntaf.
-

Proses i benderfynu a sicrhau'r cymorth iawn



Cadw rheolaeth ar y diwrnod yn y llys

Pwyntiau allweddol

- Mae eiriolwyr yn chwarae rôl allweddol o ran diogelu'r tyst, sicrhau bod y prawf yn deg a bod mynediad cyfartal i gyfiawnder.
- Yn y pen draw, mae hyn hefyd o help i gyflwyno achos yr erlyniad yn y ffordd orau, gan y gall tystion roi eu tystiolaeth orau.
- Byddwch yn benderfynol bob amser wrth geisio caniatâd y barnwr neu'r ynad i wneud y canlynol:
 - caniatáu rhagor o eglurhad neu seibiannau bach lle mae'r tyst dan straen
 - anwybyddu gwybodaeth amherthnasol
 - herio croesholi ymosodol neu ormesol
 - herio ymosodiadau personol di-alw-amdanynt ar gymeriad neu hygredded tyst
 - clirio'r llys lle bo angen.

Cyflwyniad

Ni fydd bob amser yn bosibl paratoi ar gyfer prawf sy'n ymwneud â thyst sydd â gofid meddwl ac mae'n bosibl y bydd yr erlyniad wedi methu archwilio gofid meddwl, hygredded a dibynadwyedd y tyst, ac unrhyw anghenion cymorth cyn i'r prawf gychwyn. Gall eiriolwyr gwrdd â thystion am y tro cyntaf wrth borth y llys, yn enwedig yn achos gwrandawliadau llysoedd ynadon, neu mae'n bosibl na fydd gofid meddwl ond yn dod i'r golwg ar ddiwrnod y prawf (trwy wybodaeth gan y tystion neu eu cynorthwywyr, neu arwyddion gofid a nodir gan eiriolwyr neu staff eraill yn y llys). Gall yr amddiffyniad godi iechyd meddwl fel ffactor am y tro cyntaf hefyd, gan dynnu sylw at anawsterau posibl o ran croesholi amhriodol neu ymosodol, datgelu gwybodaeth sensitif, gyfrinachol (ac anghyfreithlon, o bosibl), neu ymosodiadau di-alw-amdanynt ar gymeriad lle y defnyddir tystiolaeth seiciatryddol i ddiraddio tyst.

Mewn amgylchiadau o'r fath, rhaid i eiriolwyr allu gwneud eu gorau ar y diwrnod i ddiogelu'r tyst. Gan gofio'r dyletswyddau sydd yn Safonau Ansawdd Craidd Gwasanaeth Erlyn y Goron, byddwch yn effro, yn hyderus ac yn gadarn wrth geisio addasiadau rhesymol ar y funud olaf neu wrth herio arfer heriol, amhriodol neu gamwahaniaethol gan yr amddiffyniad.

Safonau Ansawdd Craidd – perthnasedd i ofid meddwl

Mae'r Safonau'n gosod dyletswyddau ar eiriolwyr i wneud y canlynol:

- trin tystion a diffynyddion yn y llys yn barchus a gofyn i'r llys ymyrryd i roi terfyn ar holi tystion yr erlyniad mewn ffordd amhriodol (6.4c)
- herio unrhyw ddatganiad lliniarol gam yr amddiffyniad sy'n diraddio cymeriad y tyst (9.5b)
- hyrwyddo mynediad cyfartal i gyfiawnder (7.1)
- mewn achosion eithriadol iawn gofyn caniatâd gan y llys i gelu pwy yw tyst lle y gellir cyfiawnhau gwneud hynny (7.7)

Rhestr wirio cadw rheolaeth

Wrth gwrdd â'r tyst...

- ✓ A oes unrhyw arwyddion gofid meddwl? (gweler t. 11)
- ✓ Holwch y tyst (neu eu cynorthwydd os oes angen) am unrhyw anghenion cymorth.
- ✓ Gofynnwch i'r tyst a oes ganddynt le i gredu y gall yr amddiffyniad ddefnyddio'u cyflwr iechyd meddwl fel tystiolaeth yn y prawf.

Yn ystod y croesholi...

- ✓ Gwylwch ac ymatebwch i unrhyw arwyddion gofid meddwl



- ✓ Gofynnwch i'r barnwr neu'r ynad ymyrryd er budd y dystiolaeth orau a thrin y tyst yn iawn trwy'r canlynol:
 - Gofyn am ohiriad byr
 - Ystyried addasiadau rhesymol
 - o Gofyn am amodi dulliau croesholi'r amddiffyniad.
- ✓ Dylech herio ar unwaith os bydd yr amddiffyniad neu dystion eraill yn codi iechyd meddwl a gofyn i'r i'r barnwr neu'r ynad ymyrryd



A wyddech chi am ofid meddwl y tyst ymlaen llaw?

Os na wyddech:

- Gofynnwch am seibiant i siarad â'r tyst
- Gofynnwch i'r barnwr glirio llawr y llys er mwyn penderfynu pa mor dderbyniol a pherthnasol yw'r wybodaeth yn breifat.

Os gwyddech:

- Heriwch ddefnyddio gwybodaeth am iechyd meddwl i ddiraddio'r tyst.
- Defnyddiwch adroddiad arbenigol i wrth-ddweud tystiolaeth neu galwch dyst arbenigol i brofi dibynadwyedd neu hygredd, lle bo modd.

Cyfathrebu â'r tyst

Lle mae'n rhaid gwneud penderfyniadau cyflym yn ystod y prawf er mwyn lleihau gofid a chael y dystiolaeth orau, mae cyfathrebu, ymwybyddiaeth a'r gallu i ymateb yn hollbwysig.

Yn enw cyfathrebu da gyda'r tyst a sicrhau eich bod yn cael y dystiolaeth y mae angen i'r llys ei chlywed, dylai'r erlyniad, yr amddiffyniad a'r farnwriaeth fabwysiadu'r arfer gorau a ganlyn:

- Sefydlu a chadw cyswllt llygad mewn ffordd naturiol (gan gofio gwahaniaethau diwylliannol lle bo angen).
- Caniatáu digonedd o amser i ymateb, ailadrodd cwestiynau os bydd angen, ac esbonio ymhellach os bydd y tyst wedi drysu neu'n ofidus.
- Defnyddio iaith glir ac osgoi jargon a geirfa gyfreithiol.
- Gofyn cwestiynau syml gan ddilyn trefn amser resymegol megis "beth ddigwyddodd gyntaf?", "beth wnaethoch chi wedyn?", "beth oedd y peth olaf ichi ei gofio?" yn hytrach na chwestiynau cyfansawdd megis "cyn i'r dyn redeg i ffwrdd, wnaethoch chi sylwi ar unrhyw beth?"
- Peidio â chymryd yn ganiataol fod y tyst yn methu deall cwestiynau na chymryd rhan mewn trafodaethau am fod angen gweithiwr/wraig cymorth arnynt.
- Lle bo tyst yng nghwmni cynhaliwr/wraig, eiriolwr/wraig iechyd meddwl neu gyfryngwr, cyfeiriwch eich sylwadau at y tyst ac nid at rywun arall.

Ail olwg: Iechyd meddwl – profiadau a goblygiadau

Pwyntiau allweddol

- Mae pawb yn wahanol – dylech osgoi cymryd dim yn ganiataol a holi dioddefwyr a thystion am eu profiadau eu hunain yn gyntaf.
- Dylech osgoi meddwl yn nhermau diagnosisu – mae'n bosibl bod gan bobl un neu ragor o ystod o brofiadau a symptomau, boed ganddynt gyflwr sydd wedi cael diagnosis ai peidio.
- Cofiwch fod gofid meddwl yn amrywio – gall pobl fynd trwy gyfnodau hen unrhyw symptomau o gwbl a gellir osgoi diwrnodau neu oriau anodd.
- Ni ddylid byth gyffredinoli am effaith gofid meddwl – ystyriwch bob tro pryd mae'r profiadau hyn yn amlwg: unrhyw ffactorau sy'n gwneud pethau'n well neu'n waeth; yr effaith benodol ar feddwl, canolbwyntio, atgofio, mynegi a rhyngweithio ar wahanol adegau.
- Cadwch mewn cof y pethau a all sbarduno gofid meddwl – byddwch yn onest, yn agored ac yn effro wrth holi am yr hyn a all leihau gofid.

Arwyddion gofid meddwl

- A yw'r tyst fel petai'n ofidus, pryderus neu'n methu canolbwyntio
- A ydynt yn siarad yn ddigyswllt neu'n chwerthin yn amhriodol?
- A ydynt fel petaent yn meddwl yn afresymegol?
- A ydynt fel petaent wedi cyffroi'n ormodol, yn ddiamynedd neu'n ymosodol?
- A ydynt fel petaent wedi synnu, yn dawedog neu'n ddiymateb?
- A ydynt yn aflonydd, yn anesmwyth neu ar bigau drain?
- A ydynt yn ailadrodd pethau neu sôn amdanynt yn obsesiynol?
- A ydynt fel petaent yn deall gwybodaeth?
- A ydynt fel petaent yn ymateb i brofiadau neu deimladau neu bobl sydd heb fod yn y golwg?

Holi am ofid meddwl

- "Rydych chi i'ch gweld yn anghyfforddus, oes rhywbeth neilltuol yn gwneud ichi deimlo fel hyn?"
- "Rydych chi i'ch gweld yn ofidus yn y sefyllfa yma, oes rhywbeth a allai wneud ichi deimlo'n llai gofidus?"
- "Rydych chi i'ch gweld yn ymddwyn ychydig y nod, oes rhywbeth yn eich trwblu ar hyn o bryd? Oes rhyw ffordd imi eich helpu?"
- "Oes rhywbeth yr hoffech chi ei ddweud wrthon ni am eich teimladau ar hyn o bryd?"
- "Mae'n rhaid imi ofyn ichi a ydych chi'n profi unrhyw fath o ofid meddwl neu a oes gennych chi gyflwr iechyd meddwl. Os ydych chi am ddweud wrtha i, dywedwch ie. Os nad oes neu os nad ydych chi am imi wybod, dywedwch "dim sylw."

Ail olwg: gwneud penderfyniadau am hygrededd a dibynadwyedd

Pwyntiau allweddol

- Peidiwch â chymryd yn ganiataol y bydd gofid meddwl yn tanseilio hygrededd a dibynadwyedd.
- Dilynwch y modelau cyfreithiol cyfredol gan fabwysiadu dull gweithredu ymarferol o achos i achos – gan ailasesu hygrededd a dibynadwyedd bob tro y bydd hynny'n angenrheidiol.
- Peidiwch â chymysgu hygrededd, dibynadwyedd, chymhwysedd a galluedd – mae goblygiadau pob un yn wahanol o ran y gallu i roi.
- Ymgynghorwch â'r tyst – mae pobl yn aml yn arbenigwyr ar eu cryfderau, eu hanghenion cymorth, pan fydd yn ymddangos nad ydynt yn gredadwy neu'n ddibynadwy a sut i ddelio â hyn.
- Dylech fabwysiadu dull gweithredu ar sail teilyngdod tuag at y prawf tystiolaethol – gan asesu a yw'r dystiolaeth yn ddigon i deilyngu euogfarn, yn hytrach na'r tebygolrwydd o gael dedfryd felly gan y rheithgor.

Hygrededd a dibynadwyedd – egwyddorion sylfaenol

- Rhaid cymryd bod tyst yn gredadwy a dibynadwy oni ddangosir yn glir nad yw.
 - Ni ddylid trin tyst fel petai'n methu rhoi tystiolaeth gredadwy neu ddibynadwy: oni bai bod pob cam ymarferol posibl wedi cael ei gymryd i'w helpu a hynny heb lwyddo.
 - Ni ddylid trin tyst fel petai'n methu rhoi tystiolaeth gredadwy neu ddibynadwy yn unig ar y sail eu bod yn ei chael yn anodd rhoi tystiolaeth.
 - Ni ddylid trin tyst fel petai'n methu rhoi tystiolaeth gredadwy neu ddibynadwy yn unig am eu bod yn gweithredu mewn ffordd annoeth yn eich tyb chi.
 - Ni ddylid trin tyst fel petai'n methu rhoi tystiolaeth gredadwy neu ddibynadwy byth am eu bod wedi methu gwneud hynny unwaith.
-

Ail olwg: perthnasedd a dyletswydd i ddatgelu

Pwyntiau allweddol

Dylech ganolbwyntio ar synnwyr cyffredin o fewn y fframwaith datgelu:

- **Peidiwch â dod i gasgliadau rhy barod** am berthnasedd iechyd meddwl i'r achos a'r angen am geisio tystiolaeth feddygol.
 - **Dylech geisio cydsyniad gwybodus bob amser** ac esbonio goblygiadau tystiolaeth feddygol gan yr erlyniad neu'r amddiffyniad.
 - **Peidiwch â datgelu dim oni bai fod hynny'n gwbl angenrheidiol o dan reolau'r CPIA**, yn enwedig lle mae tystiolaeth yn niwtral ac nid oes dyletswydd i'w datgelu i'r amddiffyniad.
 - **Peidiwch â bod yn rhy wylidwrus** – peidiwch â datgelu gwybodaeth yn awtomatig gan ragweld apêl bosibl ar sail peidio â datgelu.
 - **Dylech wneud penderfyniadau cynnar ar yr hyn sy'n dderbyniol** cyn y prawf neu mewn sesiwn caeedig lle bo modd.
 - **Dylech herio datgelu tystiolaeth seicolegol** gan yr amddiffyniad yn ystod y prawf bob amser, lle bo'n amherthnasol, yn sensitif, neu'n cael ei defnyddio i ddiraddio'r tyst.
-

Ail olwg: defnyddio tystiolaeth arbenigol a chofnodion meddygol

Pwyntiau allweddol

- Gall casglu tystiolaeth arbenigol fod yn fewnwithol – peidiwch â chymryd yn ganiataol ei bod yn angenrheidiol bob amser lle bo gan dyst ofid meddwl.
 - Ymgynghorwch â'r tyst – am arbenigwr addas ac am oblygiadau unrhyw dystiolaeth a ddarperir, fel y bo'n briodol.
 - Peidiwch â chyffredinol – dylech ofyn cwestiynau penodol i arbenigwyr a dadansoddi cofnodion meddygol yn gadarn mewn perthynas â chyd-destun yr achos.
 - Byddwch yn ymwybodol o'r terfyniadau – gellir dadlau yngl n â chofnodion meddygol: nid yw barn arbenigol neb yn ddiffiniol; gall gwarth neu berthnasoedd anodd dywyllu barn broffesiynol.
 - Dylech ddefnyddio tystiolaeth arbenigol mewn sawl ffordd – i ateb pryderon am hygrededd a dibynadwyedd, i ateb tystiolaeth arall, neu o blaid ceisiadau am gymorth neu addasiadau.
-

Ail olwg: cefnogi pobl i roi eu tystiolaeth orau

Pwyntiau allweddol

- Peidiwch â chymryd dim yn ganiataol – yn yr un ffordd ag y gall gofid meddwl amrywio, felly hefyd y bydd unrhyw anghenion cymorth felly dylech asesu fesul achos.
 - Adnabod unrhyw anghenion potensial yn gynnar a'u trafod gyda'r tyst bob amser – peidiwch â gorfodi cymorth dieisiau ar bobl.
 - Dylech feddwl y tu hwnt i fesurau arbennig – ystyriwch nhw bob amser ond cofiwch hefyd addasiadau rhesymol a mesurau cymorth anffurfiol.
 - Mae ceisio'r cymorth iawn yn allweddol o ran sicrhau'r dystiolaeth orau – mewn perthynas â hygrededd neu ddibynadwyedd y tyst a'u gallu i wrthsefyll y prawf.
 - Pedwar amcan allweddol cymorth yw: sicrhau'r dystiolaeth orau; paratoi a sicrhau'r tyst; rheoli disgwyliadau; lleihau gofid pellach.
-

Holi'r tyst – egwyddorion allweddol

- Yn yr un modd ag y bydd profiadau pobl o ofid meddwl yn amrywio ac yn newid, felly y bydd unrhyw anghenion cymorth cysylltiedig.
- Mae pobl yn aml yn arbenigwyr o ran eu cryfderau eu hunain a phryd, os byth, y bydd arnynt angen cymorth ychwanegol i roi eu tystiolaeth orau.
- Dylech ofalu rhag rhoi pwysau ar dystion sydd â gofid meddwl i dderbyn mesurau arbennig neu addasiadau rhesymol os ydynt yn teimlo eu bod yn ddiangen neu'n amhriodol.
- Gall rhai pobl sydd â gofid meddwl fod yn gadarn iawn am gyfnod neu drwy gydol y prawf ac mae'n bosibl na fyddant am gael triniaeth arbennig a chael eu labelu felly fel rhai 'diymgeledd' neu 'wahanol'.

Mesurau arbennig i leihau gofid meddwl

Mae mesurau arbennig ffurfiol ar gael i dystion sydd ag anhwylder meddwl fel y'i diffinnir o dan Ddeddf Iechyd Meddwl 1983 – “unrhyw anhwylder neu anabledd meddwl”:

- cofnodi tystiolaeth ar fideo
 - tystiolaeth trwy ddolen fyw
 - sgriniau
 - rhoi tystiolaeth yn breifat
 - tynnu wigiau a gynau
 - defnyddio cyfryngwyr
 - cymhorthion cyfathrebu.
-

Addasiadau rhesymol i leihau gofid meddwl

- Cynnal cyfweiliadau a gwrandawiadau mewn ystafelloedd lle mae golau naturiol.
 - Eisteddiadau byrrach a/neu'r cyfle i gael seibiannau rheolaidd.
 - Eistedd wrth roi tystiolaeth ac yn ystod croesholi.
 - Caniatâd i godi a cherdded o gwmpas os bydd hyn yn lleddfu anghysur, oherwydd gall rhai mathau o feddyginiaeth achosi aflonyddwch.
 - Caniatáu i gefnogwr neu gynhaliwr fod gyda'r tyst bob amser – gan gynnwys sefyll ochr yn ochr â'r tyst wrth roi tystiolaeth, lle bo modd.
 - Sicrhau bod dystion yn gyfforddus gyda gweithdrefnau ac awyrgylch y llys, megis esbonio pam mae camerâu cylch cyfyng yno neu eu diffodd.
 - Gofyn i swyddogion yr heddlu dynnu'u hetiau a'u helmedi er mwyn lleihau'r gofid a achosir gan bobl anghyfarwydd neu mewn awdurdod (megis yn achos wigiau a gynau).
 - Gofyn i'r barnwr, y clerod a'r amddiffyniad gyfarch y tyst yn uniongyrchol a bod yn amyneddgar a sensitif pan fydd angen esbonio rhywbeth neu os bydd y gofid yn ddwys.
 - Gofyn am gael clirio llawr y llys pan fydd gwybodaeth feddygol sensitif yn cael ei chodi am y tro cyntaf a lle mae'n rhaid penderfynu pa mor berthnasol yw hi.
-

Cydnabyddiaeth

Mae Mind yn ddiolchgar iawn i Gyngor y Bar, Gwasanaeth Erlyn y Goron ac i Elusen Cymdeithas y Gyfraith am noddi cynhyrchu'r pecyn hwn ar y cyd. Heb eu haelioni a'u hymroddiad, ni fuasai'r prosiect hwn yn ddichonadwy, am fod Mind yn elusen annibynnol sy'n dibynnu ar roddion i wireddu ein gweledigaeth. Rydym yn ddiolchgar i'r cyrff hyn hefyd am hwyluso lledaenu'r pecyn hwn yn helaeth i erlynyddion ac eiriolwyr.

Ni fyddai'r prosiect wedi llwyddo oni bai am arbenigedd ac amser a roddwyd gan aelodau ein grŵp ymgynghorol arbenigol. Rydym yn ddiolchgar am eu cyngor ar gynnwys, dull a diwyg, ac am eu gofal wrth ddarllen drafftiau cynharach. Aelodau'r grŵp oedd:

Janey Antoniou	Ymgynghorydd defnyddwyr gwasanaethau iechyd meddwl
Simon Deacy	Cyn arweinydd ar Ddiodefwyr a Thystion, Cymdeithas y Prif Swyddogion Heddlu
Dr Louise Ellison	Uwchddarlithydd yn y Gyfraith, Prifysgol Leeds
Mary-Ruth Johnson	Uwch Erlynydd y Goron, Gwasanaeth Erlyn y Goron
Jackie Kerr	Uwch Ymgynghorydd Polisi, Gwasanaeth Erlyn y Goron
Bernadette Lynch	Ymgynghorydd a hyfforddwraig defnyddwyr gwasanaethau iechyd meddwl
Rachel M. Spearing	Bargyfreithiwr yn 3 Pump Court Chambers. Cynrychiolydd Cydraddoldeb, Amrywiaeth ac Anabledd, Cyngor y Bar
Rose Thompson	Prif Diwtor ar Iechyd Meddwl ac Arweinydd Gorllewin Canolbarth Lloegr ar Drosedd Casineb, Iechyd Meddwl, Anabledd a Cham-drin yr Henoed, Gwasanaeth Erlyn y Goron
Mandy de Waal	Bwrdd Astudiaethau Barnwrol
Charlotte Walker	Swyddog Prawf

Roedd Jackie Kerr a chydweithwyr eraill yng Ngwasanaeth Erlyn y Goron yn arbennig o gymwynasgar wrth sicrhau bod y pecyn yn adlewyrchu ac yn ategu'r cyfarwyddyd cyfredol i erlynyddion ac ar y gyfraith. Diolchwn yn ddiffuant hefyd i Dr Tony Zigmund o Goleg Brenhinol y Seiciatryddion am ei fewnbwn a'i gyngor sylweddol ofid meddwl mewn cyd-destun cyfreithiol, ar hygydedd a dibynadwyedd, ac ar dystiolaeth arbenigol.

Hoffem ddiolch hefyd i'r erlynyddion a ymatebodd i'n harolwg ar yr heriau mewn achosion sy'n ymwneud â thystion sydd â gofid meddwl, ac i ddiodefwyr a rannodd eu profiadau mwyaf anodd gyda ni'n aml. Rydym yn neilltuoel o ddiolchgar i bawb a ganiataodd inni ddefnyddio'u profiadau fel astudiaethau achos yn y pecyn.

Am Mind

Mae Mind yn siarad o blaid gwell iechyd meddwl ers rhagor na 60 o flynyddoedd. Rydym yn gweithio mewn partneriaeth â rhyw 200 o gymdeithasau Mind lleol i wella bywydau pobl sydd â phrofiad o ofid meddwl.

Mae gofid meddwl yn effeithio ar bobl o bob tras ethnig ac o bob cefndir – bydd un o bob pedwar o bobl yn cael profiad o ofid meddwl rywbryd yn ystod eu bywydau ac mae un o bob tri ymweliad â meddyg teulu'n ymwneud â iechyd meddwl.

Cred Mind fod gan bawb hawl i'r gofal angenrheidiol i allu byw bywyd llawn a chwarae rhan lawn mewn cymdeithas. Ein gweledigaeth yw cymdeithas sy'n hybu ac yn amddiffyn iechyd meddwl da i bawb, ac sy'n trin pab sydd â phrofiad o iechyd meddwl yn gadarnhaol a gyda pharch.

Elusen annibynnol yw Mind a gefnogir trwy eich rhoddion. Rydym yn ymgyrchu i ddylanwadu ar bolisi a deddfwriaeth y Llywodraeth, yn gweithio'n agos â'r cyfryngau a ni yw'r brif ffynhonnell gwybodaeth ddiuedd ac annibynnol am iechyd meddwl trwy ein cyhoeddiadau, ein gwefan www.mind.org.uk a'n gwasanaeth ffôn Mind*info*Line 0845 766 0163.

Os oes ymholiad cyffredinol gennych am iechyd meddwl, ffoniwch Linell Wybodaeth Mind (Mind*info*Line) ar 0845 7660 163.

Mind, 15–19 Broadway, London E15 4BQ

T: 020 8519 2122 F: 020 8522 1725

w: www.mind.org.uk

Elusen gofrestredig rhif 219830

ISBN 978-1-906759-13-1

© Mind 2010



**O blaid gwell
iechyd meddwl**

**For better
mental health**