

Cefnogi staff sy'n profi cam-drin domestig yn ystod cyfnod ynysu a chadw pellter cymdeithasol



Cymorth i Ferched Cymru
Welsh Women's Aid

Cyflwyniad:

Mae cam-drin domestig yn batrwm o ddigwyddiadau o reolaeth, gorfodaeth, bygythiadau a / neu drais rhwng partneriaid agos, cyn-bartneriaid neu aelodau teuluol ac yn digwydd yn y cartref yn bennaf. Mae hunan-ynysu a gweithio gartref felly'n gallu gwaethygu camdriniaeth i ddioddefwyr a goroeswyr; yn aml, y gweithle yw'r unig le y gallant ddianc rhag eu cyflawnwr.

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

Mae ynysu a chadw pellter cymdeithasol yn rhoi rhagor o gyfleoedd i gyflawnwr cam-drin domestig ddyfeisio tactegau newydd i reoli, o ystyried y newid mewn amgylchedd. Felly mae bod ar gael ac yn gefnogol i'ch holl staff yn ystod y cyfnod hwn yn hanfodol, ochr yn ochr â deall y gall cynhyrchiant eich staff a'r cyfle i weithio gartref fod yn wahanol i'w diwrnod gwaith arferol, a bydd hyn yn helpu i'w cefnogi drwy'r Cyfnod hwn.

Byddwch yn ymwybodol hefyd o'ch staff a all fod wedi'u gwahanu oddi wrth eu partner camdriniol yn flaenorol. Gall ynysu a chadw pellter cymdeithasol roi cyfle i gyn-bartneriaid ail-gychwyn ymddygiadau sy'n rheoli, yn cynnwys, ond nid yn gyfyngedig i fetu cydymffurfio â gorchmynion amddiffynnol cyfreithiol, fel gorchmynion ataliol, gorchmyn peidio ag ymyrryd a gorchmynion cysylltu â phlant, drwy beidio â mynd â'r plant yn ôl ar ôl cyswllt. Bydd hyn yn cael effaith sylweddol ar staff sy'n dioddef camdriniaeth ar ôl gwahanu.

Sut i gefnogi:

Mae'n hanfodol darparu amgylchedd diogel a chefnogol i'ch aelod tîm allu siarad am eu profiad gydag ymddiriedaeth a hyder, ac felly dylai rheolwyr barhau i sicrhau bod sefyllfaoedd sy'n deillio o gam-drin domestig yn cael eu trin yn ddiogel ac yn sympathetig trwy:

- Gyfathrebu (siarad yn ddelfrydol) ag aelodau'r tîm bob dydd os yn bosibl. Mae cytuno ar beth sy'n haws i'w reoli ganddynt a pharhau'n gyson â hyn fel rheolwr yn hollbwysig.
- Sefydlu system geiriau cod gydag aelod y tîm i benderfynu a oes angen help arnynt ai peidio.

Sylwch, yn ystod COVID-19, disgwylir lefelau uwch o absenoldeb salwch a dylid ystyried lle nad yw rheolwyr arferol ar gael ar fyr rybudd o bosibl. Byddai cael rheolwr dynodedig arall i fod yn ymwybodol o'r cynllun uchod yn fuddiol. Mae angen cyfathrebu hyn yn llawn i'ch staff o'r cychwyn cyntaf fel eu bod yn ymwybodol a gyda rhywfaint o reolaeth dros bwy sy'n gwybod am eu profiadau.



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



Cymorth i Ferched Cymru
Welsh Women's Aid

Rhoi Merched a Phlant yn Gyntaf
Putting Women & Children First

IMae'n cymryd llawer o ddewrder i wneud datgeliad, hyd yn oed os yw aelod o'ch tîm yn gwybod eich bod yn ymwybodol ohonynt yn dioddef cam-drin domestig yn barod. Mae'n hanfodol felly, i greu amgylchedd diogel i wneud datgeliad drwy:

- Ddiolch iddynt a thawelu eu meddwl am ymddiried ynddoch.

- Peidio â gwneud addewidion nad ydych yn gallu eu cadw.

- Os oes amheuaeth, byddwch yn onest a gofyn am eglurhad 'Dydw i ddim yn siŵr os ydw i'n deall...'

- Rhoi dewisiadau. Cyfeiriwch at wasanaethau arbenigol os yw'n briodol. Peidiwch â dweud wrthynt beth i'w wneud.

- Cadwch ffiniau a deallwch gyfyngiadau eich rôl, nid ydych yn gwnselydd ac rydych angen gofalu am eich hun hefyd.

- Rhowch gefnogaeth gychwynnol – byddwch yn glir am y gefnogaeth sydd ar gael yn y gweithle. e.e. cynllun lles y cwmni.

- Trafodwch sut y gall y sefydliad gyfrannu at gynllunio diogelwch drwy newid trefniadau gwaith a chael geiriau cod yn ystod cyswllt.

- Cyfeiriwch at Llinell Gymorth Byw Heb Ofn ar 0808 10 800

Cynigiwch y canllawiau canlynol i unrhyw un sy'n dioddef cam-drin domestig:

- I gadw ffôn symudol gyda batri llawn arnyn nhw drwy'r amser, i beidio ag oedi cyn ffonio 999 os ydynt yn teimlo eu bod mewn perygl, a'u gwneud yn ymwybodol o'r system Silent Solutions – os na allant siarad, i bwyso 55 i wneud yr un sy'n delio â'r alwad yn ymwybodol eu bod mewn perygl a methu siarad.

- I ddweud wrth rywun maent yn ymddiried ynddo. I roi gwybod iddynt y gallant fod mewn perygl o ganlyniad i'w partner / aelod teuluol. Dylent drefnu cod dirgel gyda rhywun sy'n byw gerllaw (fel ffonio ac yna roi'r ffôn i lawr, neu neges destun wag), sy'n rhoi gwybod iddynt eu bod nhw angen eu cymorth.

- I fynnu cefnogaeth arbenigol: mae Llinell Gymorth Byw Heb Ofn 0808 10 800 ar gael 24/7 am gefnogaeth a chynghor am ddim. Mae'r llinell gymorth â sawl ffordd i fod mewn cysylltiad, y mae modd eu gweld ar y wefan ganlynol, mae yna fotwm gadael sydyn ar y wefan, a fydd yn mynd â nhw at dudalen we ddi-nod pe baent angen gadael y safle <https://www.welshwomensaid.org.uk/cy/what-we-do/our-services/live-fear-free-helpline/>

- Bydd gwasanaeth cefnogi atal cam-drin domestig arbenigol lleol yn eu hardal sy'n gallu rhoi cefnogaeth barhaus a lloches os oes angen, heb i'r partner wybod. Gall Llinell Gymorth Byw Heb Ofn 0808 10 800 roi manylion cyswllt atgyfeiriadau i'w gwasanaethau yn eu hardal, neu gallant chwilio amdanynt ar-lein. Os ydynt yn chwilio ar-lein, cofiwch y gall partner /aelod teuluol fod yn tracio eu hanes chwilio – ceisiwch ddefnyddio cyfrifiadur nad oes ganddynt fynediad ato (e.e. gwaith)

- I gadw cofnod: Dylent feddwl am ffyrdd i gasglu tystiolaeth ymddygiad eu cyflawnwr yn ddiogel. I wneud nodiadau o ddigwyddiadau camdriniol, yn cynnwys amseroedd, dyddiadau, enwau a manylion o sut roedd y rhain yn gwneud iddynt deimlo. I gadw unrhyw negeseuon camdriniol. Fodd bynnag, dylent wneud yn siŵr nad ydynt yn cael eu cadw yn unrhyw le (yn gorfforol neu'n ddigidol), lle gall eu partner /aelod teuluol ddod o hyd iddynt.



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



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

Yn ystod argyfwng: Os yw'r cyflawnwr yn bygwth, yn ymosod arnynt neu'n eu dilyn nhw, ffoniwch 999 cyn gynted â phosibl.

Gallant hefyd:

Cynllunio llwybr dianc – i feddwl am le byddant yn mynd fel y gallant ffonio'r heddlu neu roi gwybod i gymydog a threfnu lle i gyfarfod gyda'u plant os cânt eu gwahanu.

Dysgu eu plant sut i ffonio 999 mewn argyfwng

Osgoi ystafelloedd fel yr ystafell ymolchi, cegin neu garej, sy'n cynnwys gwrthrychau y gellid eu defnyddio i'w brifo.

Os nad ydynt yn gallu mynd allan o'r tŷ, i gau neu gloi eu hunain mewn ystafell, er mwyn gallu ffonio'r heddlu a chysylltu â ffrindiau, teulu neu gymdogion.

Symud i rannau â llai o risg yn eu cartref, lle mae llwybr dianc neu fynediad at ffôn.

Nodyn pwysig am dorri cyfrinachedd:

Mewn amgylchiadau lle nad oes modd sicrhau cyfrinachedd e.e. lle mae pryderon am blant neu oedolion diamddiffyn neu lle mae Gwasanaeth Sifil Cymru angen gweithredu i amddiffyn diogelwch gweithwyr – bydd gwybodaeth, cyn belled â phosibl, ond yn cael ei rhannu ar sail angen gwybod ac yn unol â gweithdrefnau diogelu'r sefydliad.

Mewn amgylchiadau lle mae'n rhaid i chi dorri cyfrinachedd, trafodwch hyn gyda'r gweithiwr i egluro pam bod hyn yn bod, gan geisio cytundeb y gweithiwr lle bo'n bosibl.

Llinell Gymorth Byw Heb Ofn

Mae Byw Heb Ofn yn agored 24 awr 7 diwrnod yr wythnos ac am ddim i gysylltu â nhw. Gallant roi cymorth a chyngor i:

- Unrhyw un sy'n dioddef cam-drin domestig
- Unrhyw un sy'n adnabod rhywun sydd angen cymorth. Er enghraifft, ffrind, aelod teuluol neu gydweithiwr.
- Ymarferwyr sydd eisiau cyngor proffesiynol.

Mae pob sgwrs gyda Byw Heb Ofn yn gyfrinachol ac yn cael eu hateb gan staff profiadol iawn ac sydd wedi'u hyfforddi'n llawn.

Ffôn: 0808 80 10 800

Neges Destun: 07860 077333E-bost:

info@livefearfreehelpline.wales
<https://gov.wales/live-fear-free/domestic-abuse-wales>

Hyrwyddwch yr wybodaeth uchod am Llinell Gymorth Byw Heb Ofn yn eich gweithle, mae esiamplau hyn yn cynnwys drwy lofnod e-bost, ei gynnwys mewn llawlyfr, ei roi ar fewnwyd staff.



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



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